

**往復中**

団体が指定する集合・解散場所と被保険者の自宅との通常の経路往復中の事故。(自動車運転中の事故は賠償責任保険の対象とはなら



過去の美心会だより(山岸先生からのメッセージ集として、野口洋子執筆)に掲載された太極拳の指導事項を振り返りながら、再確認してみる。

**美心会だより 2007年新年号より**

太極拳の初めと終わりに行う甩手(スワイショウ)ですが漠然と行うのではなく次のことに注意しましょう。

- ① 回転するとき背骨が回り、続いて腕が引っ張られ、最後に指先がその後を追って感じられること。
- ② 甩手(スワイショウ)と同じ動きが太極拳に反映されている事。
- ③ 甩手(スワイショウ)は『ポイと捨てる』という意味があります。『嫌なこと』『忘れてしまいたいこと』などを甩手(スワイショウ)をしながらポイと捨てて身体と同じく心も軽くなって行くことを実感できること。

**美心会だより 第4号より**

太極拳は起勢から始まります。起勢は始まりの型(姿勢)の意味です。

エネルギーは足裏より体の背面をのぼり、肩、腕を通り下に向いた手の平から地球の中心に還っていきま。両手が下りるときは膝を少し曲げ、体の重さを感じながら体も沈みます。この体の沈み込む高さが全体の太極拳を演じるその人の体の高さ(位置)であり、その後、頭の高さが上下しすぎるのは好ましくありません。

**美心会だより 第6号より**

攬雀尾は雀の尾をつかむ動作です。一見して地味な一連の型の中に捌(ほう)、履(り)、擠(せい)、按(あん)と4つの基本技が凝縮されています。この技を見るとその人の実力がわかると言われますが、最も大切なのは足の動きです。弓歩(きゅうほ)、仆歩(ほくほ)が正しく滑らかに動くようになると上半身は自然ときれいな形になっていきます。楊式太極拳の中で繰り返しこの技が出てくる理由がわかる気がします。

**>> 傷害保険**



急激で偶然な外来の事故により被った傷害による死亡、後遺障害、入院、手術、通院を補償

※熱中症および細菌性・ウイルス性食中毒も対象となります。

傷害保険の詳細内容は[こちら](#)

ないが被保険者自身の怪我は傷害保険の対象となる。)

**団体の管理下における団体活動とは**

\*日時、場所、内容等、団体が定めた活動計画に基づき、指

**>> 賠償責任保険**



他人にケガをさせたり、他人の物を壊したことにより、法律上の損害賠償責任を負うことによって被った損害を補償

賠償責任保険の詳細内容は[こちら](#)

導監督者の指示に従った活動。

\* 加入時に提出した団体員名簿に記載された者が集って行う活動という。

美心会

では2015年、勝浦市文化祭の芸能発表中のステージ上で突然会員が倒れ、救急搬送された。病院で検査後、くも膜下出血と診断され治療の甲斐もなくご逝去された。この時、スポーツ安全保険に加入しており、突然死葬祭費用保険が適用された経緯がある。

(突然死の場合、僧侶に支払うお布施も対象となる)

**>> 突然死葬祭費用保険**



突然死(急性心不全、脳内出血などによる死亡)に際し、親族が負担した葬祭費用を補償

突然死葬祭費用保険の詳細内容は[こちら](#)