

2019

練気合宿－風の章 IN 広島－



生徒 配布用

主催 広尾カウンセリングオフィス

AIR WORKS 練気合宿 風の章

風が宿す「解放」がテーマ

●今回の開催は広島で行います。この辺りは島全体がエネルギースポットとして仙酔島が有名です。今回は、エネルギーに直接触れる風の章として巡ります。風の理解「開放」を深めるために、島全体が御神体である仙酔島でデトックス(負の開放)を行い、新しい元号となる年に、忘れてはならない原爆ドーム参拝から、日本最大鳥居のひとつ厳島神社を巡る予定。

●風のテーマは「交流、開放、自由」を宿しています。ご参加頂く皆さま、各々の風のテーマを見出して下さい。聖地との交流、精神の開放、負を祓う自由とは、そんなテーマを皆さんでシェア出来れば幸いです。楽しむこと自体が、風のテーマに触れるためのコツですので、大いに楽しみながら答えを探しましょう！



集合・詳細

開催日 6月28日(金)～30日(日)

集合場所 福山駅 新幹線改札口前

※新幹線の往来は皆さんと一緒にしたいと思います。

時間 集合 11:40 解散 17:30 予定

参加費 75,000 円 (ランチ・飲み物は別途)

●往路：品川→福山／のぞみ 15 号(博多行)／
8:17 発～11:40 着

帰路：福山→品川／のぞみ 50 号(東京行)／
18:03 発～21:26 着

●往路：名古屋→福山／のぞみ 15 号(博多行)
／9:48 発～11:40 着

帰路：福山→名古屋／のぞみ 50 号(東京行)／
18:03 発～19:55 着



車の割振り

A 車  =3 加勢康晃	● 桑坂 碧 (ナビ・連絡係) ● 小川 由起子 ● 伊藤慎悟
B 車  =3 齋藤浩光	● 森山雅代 (ナビ・運転可) ● 浅田 佳子 ● 田嶋亜紀子
C 車  =3 伊藤世一	● 長野 愛 (ナビ・運転可) ● 岡山摩利子 ● 清家由紀江

※運転ナビ(免許有)の方は、道中のトラブル・変更時など連絡の取次サポートなどをお願い出来れば幸いです。
メイン連絡は、桑坂の携帯から発信させていただきます。

お部屋の割振り

★マークが部屋のリーダーとなります。メンバー一点呼、鍵の管理、飲み代料金の管理などまとめ役をお願いします。全体管理は、桑坂までご連絡お願いいたします。



全2部屋 オーシャンビュー・大部屋

鍵	415号室	鍵	510号室
★	加勢康晃	★	桑坂 碧
B	齋藤浩光		岡山摩利子
	伊藤慎悟		浅田佳子
B	伊藤世一		清家由紀江
			田嶋亜紀子
			小川由起子
			長野 愛
			森山雅代



全5部屋 オーシャンビュー

鍵	A	B	C	D	E
★	加勢 康晃	齋藤 浩光	桑坂 碧	浅田 佳子	岡山 摩利子
	伊藤 世一	伊藤 慎悟	小川 由起子	清家 由紀江	田嶋 亜紀子
				森山 雅代	長野 愛

- 11:40 福山駅 新幹線改札口
- 12:00 福山駅 新幹線前 日産レンタカー
- 12:50 鞆の浦市営駐車場 ※福山東 IC から進む
- 13:00 御船宿いろは 食事 50 分+御土産 30 分
- 14:20 鞆の浦フェリー ※14:30 出港
- 14:35 仙酔島巡り ※85 分
- 16:00 江戸風呂 ※100 分・着替え 20 分
- 18:00 ここから・ロビー集合 ※18 時閉湯
- 18:05 鞆の浦・フェリー着 ※18:15 出港
- 18:20 常夜灯まで徒歩 5 分
- 19:00 鷗風亭 夕食 ※飲み物は各自負担
- 21:00 温泉
- 22:15 月光練気 ※エレメントストーン持参
- 23:00 解散

仙酔島マップ

ハイキングコース
 御膳山コース
 仙人ヶ丘コース
 新山崎コース
 島ノ口展望台コース

宿泊施設
 食事
 トイレ・水飲み場
 体験できる工芸
 展望台

0 100 200 300 400 500m

宮島港
 御膳山展望台
 御膳山
 小宮山
 渡船場
 ここから
 国民宿舎
 洗心の間
 倉出達工房
 キャンプ場
 中宮山
 セミシの谷
 メンシロに出会える
 山柳の群生
 大宮山
 大宮山展望台
 亀甲竹林
 暖の木のみ場
 聖水の泉
 島の群生
 月見山
 フラビ
 タケノコ
 五色湯
 施工所
 タヌキのお家
 山野豆の森
 赤岩展望台
 つくもガレ群生
 青龍の松
 仙人ヶ丘
 仙入ヶ丘
 田ノ濱
 天然のカメ
 天然ヒシキ
 フグの産卵場
 五色湯
 下加島
 アサリ
 アサリ
 ハマヒルガオ群生
 トウダミ草群生
 島の口展望台
 天然ワカメ
 海食洞
 皇后島
 タカノツメ生息

- 7:30 朝食 ※各自自由
- 8:30 朝練 ※男子部屋集合
- 9:30 終了
- 9:50 フロント集合 ※チェックアウト
- 12:00 平和祈念公園 ※原爆ドームの立ち寄りなし
- 12:40 出発
- 13:15 ランチ・電光石火
- 14:00 出発
- 14:30 宮島口駐車場
※車は駐車場泊で置いていきます
- 14:50 宮島松大汽船 ※エンジョイチケット購入
- 15:10 出港
- 15:30 宮島別荘 チェックイン ※中潮
※8P「厳島参拝コース」参照
- 19:00 ホテル戻り
- 19:30 食事・夕食 ※フリースタイル付
- 21:00 ナイトクルージング ※21:15 出港
※フェリー第三乗り場で受付
- 22:00 温泉
- 23:00 ラウンジ こもれ美 ※懇親会 自由参加
※宮島別荘での月光練気はありません。

宮島 厳島神社参拝コース

15:10 宮島栈橋

※チケットは往復なので桑坂が保管します



15:20 宮島別荘 ※チェックイン



15:40 表参道商店街 ※40分 御土産購入



16:10 幸神社 ※陰陽石 ※20分



16:30 豊国神社(千畳畳・五重塔) ※30分



17:00 大願寺 ※龍神の社 ※20分



17:20 厳島神社 ※40分



18:00 閉門



ホテル戻り

※各見学時間は、あくまでも予想範囲となります。

コース参考地図はこちら ※web 参照

6/30 最終日 - 弥山 -

7:30 朝食 ※各自自由

8:30 チェックアウト ※荷物はフロント預け

8:40 可能ならタクシー、または徒歩 20 分



9:00 ロープウェイ入口・乗車 ※12 時下山

※バスは 20 分毎運行(10.30.50 運行)

※ロープウェイは 15 分毎運行

※山頂は自販機無し、ふもとで購入。

※10P「弥山 参拝コース」参照

13:05 送迎バス

13:15 鳥居屋 ※ランチ団体予約

14:00 出発

14:15 宮島別荘 荷物

14:30 宮島栈橋フェリー

14:40 出港



15:00 宮島口駐車場・出発

17:30 解散 日産レンタカー※ガソリン給油



18:03 新幹線・乗車

※大きな荷物は宮島別荘預けとなります。動きやすい格好とバック、運動靴、雨具でご参加下さい。

弥山 参拝コース

8:40 宮島別荘 ※徒歩 20 分・Taxi5 分



9:00 ロープウェイ入口 ※乗車 10 分

9:15 榎谷駅 ※乗車 4 分

9:25 獅子岩駅



展望台見学

9:40 出発

10:00 御山神社・参拝



10:20 出発

10:30 弥山本堂・霊火堂 見学



11:00 出発

11:15 弥山山頂

12:00 下山



13:00 紅葉谷公園

13:05 送迎バス、または徒歩



13:15 鳥居屋

地図住所録（運転手用）

-  [日産レンタカー 福山新幹線駅前](#)
広島県福山市丸之内 2-9-18
TEL 084-931-4123

-  [御船宿いろは](#)
広島県福山市鞆町鞆 670
TEL 084-982-1920

-  [鷗風亭](#)
広島県福山市鞆町 1 3 6
TEL 084-982-1123

-  [鞆の浦 フェリー](#) 福山市営渡船
広島県福山市鞆町鞆 623-6
TEL 084-982-2115

-  平和祈念公園 [石崎本店パーキング](#)
広島県広島市中区大手町 2 丁目 7-5
TEL 082-544-6621

-  宮島口パーキング
[リョーコ-宮島口パーキング](#)
広島県廿日市市宮島口一丁目 8-7

 [宮島フェリー](#)

広島県廿日市市宮島口 1 丁目 11-5
TEL 0829-56-2045

 [宮島別荘](#)

〒739-0505 広島県廿日市市宮島町
1165
TEL 0829-44-1180

 [宮島ロープウェイ](#)

広島県廿日市市宮島町紅葉谷公園
TEL 0829-44-0316

 [お好み焼き 電光石火](#)

廿日市市新宮 1-9-34 tinacourt 1F
TEL 0829-31-0215

 [鳥居屋](#)

広島県廿日市市宮島町 492 番地
TEL 0829-44-2200

 [アクアネット広島](#)

第三栈橋フェリー乗り場
TEL 0829-44-0888

お食事（ご予約内容）

初日 御船宿いろは

【鯛づくし御膳】

1. 加勢康晃（大盛り）
2. 伊藤世一
3. 清家由紀江
4. 浅田佳子
5. 小川由起子
6. 齋藤浩光
7. 岡山摩利子
8. 伊藤慎悟
9. 森山雅代

【アボガド丼膳】

10. 桑坂碧
11. 長野愛
12. 田嶋亜記子

二日目 電光石火

【ダンスナンバー・そば】

1. 加勢康晃
2. 伊藤慎悟
3. 齋藤浩光

【たっぷりチーズ・そば】

4. 桑坂碧

5. 浅田佳子

【夢・そば】

6. 伊藤世一

7. 清家由紀江

8. 長野愛

9. 田嶋亜記子

10. 小川由起子

11. 岡山摩利子

12. 森山雅代（目玉焼きは両面しっかり焼き）

最終日 鳥居屋

【あなご飯御膳＋茶碗蒸し＋カキフライ】

1. 加勢康晃

2. 伊藤世一

3. 桑坂碧

4. 浅田佳子

5. 岡山摩利子

6. 長野愛

7. 田嶋亜記子

8. 伊藤慎悟

9. 斎藤浩光 ※

10. 森山雅代 ※

【あなご飯御膳＋茶碗蒸し】

11. 清家由紀江

12. 小川由起子

チェックポイント

【初日】仙酔島

- 身体の電磁波を放出する浜辺「田ノ浦」
- 古代のエネルギーハシの地「五色岩」
- 女性は左・男性は右を歩く聖地「龍神橋」
- 感謝を捧げる「浄化玉」
- 天地をつなげる閃きの門「彦浦の浜」
- 日本でここにしかない「江戸風呂」

【二日目】宮島

- 平成の歴史的な契約の地「平和記念公園」
- 御三柱の宗像三女神が宿る「厳島神社」
- 陰陽石を祀る「幸神社」
- 聖なる大聖堂太師堂「一願大師」
- 1190 余年燃え続ける「不消の霊火堂」
- 日本三大弁天のひとつ「厳島弁財天」

【最終日】弥山

- 消えずの火で沸かした「霊火堂の霊水」
- 自然が生み出した奇石「巨岩くぐり岩」
- 日本三景のひとつとなる「弥山・山頂」
- 潮の満ち引きで穴の水が上下する「干満岩」
- 天狗が鳴らすと伝わる「拍子木の音」
- 天地融合のエネルギー「御山神社」

主催・運営会社 2019/6/28 開催



広尾 カウンセリングオフィス AIR WORKS
東京都渋谷区広尾 1-5-9 ミドルリバー広尾 202

TEL 090-6925-3932 (桑坂、携帯番号)

MAIL mail@airw.jp