

凍てつく夜の五十鈴川、
その冷氣こそが、
眠れる魂を呼び覚ます炎になる。

日常を脱ぎ捨て、
伊勢で生まれ変わる
—魂の禊（みそぎ）、覚悟の旅へ。

みがく特別講習会

Migaku Tokubetu Koshukai

《講習会開催日》

令和
9年

第1回 2月20日(土)～21日(日)

第2回 2月27日(土)～28日(日)

厳冬の伊勢。極限の静寂が、あなたの本質を研ぎ澄ます

「みがく特別講習会」は、ただ知識を学ぶ場所ではない。
それは、現代社会の喧騒と纏いすぎた鎧をすべて脱ぎ捨て、心身を極限まで
見つめ直すための「魂の帰還プログラム」だ。
なぜ、私たちは今、冬の伊勢へ向かうのか。 答えはシンプルだ。
心の奥底に眠る「本来の自分」と出会うために、これほどふさわしい
舞台ほかにないからだ。
日本の原点であるこの聖地で、静かに、しかし燃えるような熱量をもって
己と向き合う時間を約束しよう。

【体験その1】五十鈴川の夜。冷水が魂を新生させる「禊（みそぎ）」

冬の夜、すべてが凍りつくような張り詰めた冷氣。
その中に身を投じ、神聖な清流・五十鈴川の清冽な流れに身を沈める。
それは単なる水行ではない。心にこびりついた迷いや雑念を根こそぎ洗い流し、
魂をピュアな状態へとリセットする荘厳な儀式だ。
凍えるほどの冷たさを突破した瞬間、体の芯から沸き上がる
「本物の命の熱」を、あなたは人生で初めて知ることになる。



主催：公益財団法人修養団(SYD)

Supporting Your Dreams

開催会場: SYD伊勢青少年研修センター

【体験その2】誰もいない神宮の朝。神聖な気配を全身で纏う「早朝参拝」

禊を経て、極限まで研ぎ澄まされた体と心。
その状態で迎える翌朝、まだ夜明けきらない静寂の伊勢の神宮へ。
足を踏み入れた瞬間に感じる、身の引き締まるような空気。
神々が鎮まる圧倒的な気配の中に佇むとき、あなたの心にはこれからの人生を
切り拓くための「新しい指針」が静かに宿る。

「新しい一年を、ただやり過ごすのか。」

それとも、伊勢の清浄な気とともに圧倒的な一歩を踏み出すのか」

この厳冬期だけの特別な時間を守り続けるのは、同じ熱い志を持った仲間たち。
凍える寒さは、あなたの本気度を試す試練にすぎない。
その壁を越えた先にある、未だかつて見たこともないほどクリアで力強い
「新しい自分」に、会いに行こう。
さあ、この冬。伊勢の神気とともに、あなたの人生を根本から生まれ変わらせる
旅に出発（たびだ）とう。

公益財団法人修養団について

人生の充実を願い、心を磨き、潤いのある家庭や地域社会、職場を 作ろうとする人たちの集まりです。

内閣府許可の社会教育団体 2026年2月11日に創立120周年を迎えました。

“愛と汗”の精神を理念とし、「心の教育」一筋に青少年の健全育成や社会人向けの講習会を国内外で開催しております。

創立者は、蓮沼門三(初代主幹)。渋沢栄一翁は、修養団の大恩人で、物心両面での支援をしていただきました。

主 催 公益財団法人修養団(SYD)
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-25-2
URL: <https://syd.or.jp/>
会 場 公益財団法人修養団伊勢青少年研修センター
〒516-0024 三重県伊勢市宇治今在家町153
TEL: 0596(25)0265 Email: ise@syd.or.jp
FAX: 0596(25)0309 URL: <https://syd.or.jp/ise/>

対 象 18歳以上の方
会 費 30,000円(税込み) 受講料・宿泊・食事・資料代等含む
定 員 100名 各会期定員になり次第締め切ります
申し込み お申し込みは、令和8年10月1日よりお受けいたします。
右記の申し込みフォームよりお申し込みください
受付後、メールにてご連絡申し上げます。

申込締切 各会2週間前。ただし定員になり次第締め切り
服 装 伊勢の神宮に特別参拝いたします。
男性はスーツ・ネクタイ・革靴(運動靴等不可)
女性はスーツ、礼装または准じた服装
(上着等ジャケット必須)

持ち物 玉砂利を歩く際に負担の少ない靴(ブーツ不可)
筆記用具・洗面用・タオル・着替 ナンバーカード(保険証書)
トレーニングウェア等の運動に適した服装
水行の際に必要なふんどしや白衣は当方でご用意いたします 団体申し込みフォーム

振込先 〈取引銀行〉三井住友銀行 新宿通支店
〈口座番号〉普通 8710461
〈口座名義〉ザイ)シュウヨウダン
○お申し込み後、1週間内を目安にお振込み願います
○昨今の社会情勢や時代の流れを鑑み、会費の納入方法は
銀行振り込みにてお願い申し上げます

【足元からリラックスできる空間づくり】
玄関で靴をお脱ぎいただき、素足や
靴下のままで自由にお寛ぎいただけます
お気に入りのスリッパなど、ご持参もOK。
リラックスできるスタイルでお過ごしください。



個人申し込みフォーム



団体申し込みフォーム



参加の手引き

主な日程

1日目		2日目
受付11時～	受付	5:30～7:00 起床・洗面・整容
13:30～15:00	開講式 (開講心得・礼法作法実習)	静座行(瞑想) 掃除行
15:00～16:30	童心行	7:00～8:00 朝 食
16:30～18:00	講 話	8:30～10:30 お神楽奉納
18:00～19:00	夕 食・諸準備	神宮(内宮)特別参拝
19:00～20:00	水行方法について説明	10:30～11:00 閉講式
20:00～22:00	ともし火の集い	
	水 行・直 会(なおりい)	
22:00～23:30	入 浴・就寝準備・消灯	

交通アクセス

<電車>

近鉄・宇治山田駅または五十鈴川駅、
JR・伊勢市駅が最寄り駅となります。
各駅より三重交通バス、またはタクシーにて
お越しください。

<お車>

伊勢自動車道の伊勢西ICまたは伊勢ICより、
神宮(内宮)に向かってお越しください。

