

極真会館 横浜港南支部 行事予定			2014年3月15日現在	
月	日	種類	行事名	場所・時間・備考
3月	21(祝)	大会	神奈川県新人戦「武魂杯」	川崎市立体育館 横浜港南支部から39名の選手が出場します。
	22(土)	稽古	選手会合同稽古(兼・帯研)	戸塚道場・17:30開始 横浜港南支部選手会登録者(少年も参加可)の合同稽古。帯研対象者も要参加
4月	13(日)	試合	港南チャレンジ2014春	金沢産業振興センター ※最新情報は道場掲示又はメール・WEBサイトにて随時お知らせします。
	19~20(土・日)	大会	2014国際親善空手道選手権大会	東京体育館 横浜港南支部から27名の選手が出場します!
	26(土)		『大山倍達忌』極真空手創始者・大山倍達総裁のご命日です。	
	26(土)	行事	100人組手	本部直轄恵比寿道場 田中健太郎、タリエル・ニコラシビリの2名が極真空手最大の荒行に挑戦します。
ゴールデンウィークの休みは全道場とも暦通りです。				
5月	17(土)	行事	黒帯・茶帯研究会(高校生以上で緑帯以上は要参加)	横浜道場 18:00~ 緑帯以上の者が審査を受審する場合、所定の帯研参加回数が必要です。
	25(日)	行事	第74回 横浜港南支部 昇級・昇段審査会	金沢産業振興センター ※最新情報は分かり次第道場掲示又はメール・WEBサイトにて随時お知らせします。
6月	7~8(土・日)	大会	日本赤十字社 東日本大震災義援金チャリティ 第31回全日本ウエイト制大会・女子・高校生全日本大会	墨田区総合体育館 19年ぶりの東京開催です。会場での応援を宜しくお願いします!
	21(土)	稽古	選手会合同稽古(支部内合同行事)	戸塚道場・18:00開始 横浜港南支部選手会登録者(少年も参加可)の合同稽古。帯研対象者も要参加
7月	13(日)	大会	日本赤十字社 東日本大震災義援金チャリティー 第22回全関東大会	墨田区総合体育館 幼年から壮年・一般全日本選抜まで各クラスを開催
	20(日)~21(祝)	行事	2014 一般・壮年・女子 夏季合宿	千葉県・九十九里浜 支部内で行う1年に一度の合宿です。奮って参加しましょう!(中学生以上が対象) 少年夏季合宿の日程は4月上旬に決まり次第メール・ホームページでお知らせします。
8月	10(日)	大会	日本赤十字社 東日本大震災義援金チャリティ 第6回神奈川県大会「横浜カップ2014」	横浜文化体育館 出場申込み〆切:6/28(土) ※横浜カップは横浜港南支部が主催する大会です。道場生・関係者が力を合わせて大会を成功させましょう!道場生は、選手・スタッフ・セコンド等…全員が何らかの形で参加し、この大会を盛り上げましょう! ※最新情報はWEBサイト・メール配信で!
	11(月)~17(日)	休み	お盆休み <全道場休館> ※事務局も休み 8/18(月)以降は各道場で通常通りの稽古	

※ 各大会の要項・申込書は道場にあります。参加希望者は責任者・指導者まで申し出て下さい。
 ※横浜港南支部所属の選手が参加出来る大会は、この行事予定に記載されたもの、又はメール・道場掲示等で選手募集をしている大会に限られます。それ以外の大会に特に出場したい希望がある場合はご相談下さい。
 ※ 各種行事の詳細は原則として1ヶ月前までにお知らせします。
 ※祝・祭日の稽古はお休みです、行事予定には特に記載しませんのでご注意ください。
 ※最新情報は道場掲示・横浜港南支部公式サイト・携帯サイトに随時更新します。

横浜港南支部からの大切なお知らせメールが届いていない方は、以下を確認しましょう。

■アドレス変更をした時は忘れずに変更の連絡を⇒『jim@dawing.com』に氏名・支部Noをメールで送る。

■迷惑メール対策で道場からのメールまで拒否に設定していないかを確認しましょう。
 ★セキュリティ設定する場合、ドメイン指定で「dawing.com」からのメール受信する設定にする。
 ※設定方法は携帯電話会社によって異なります、不明の場合は各電話会社へお問合せ下さい。

■入門申込書の書き間違い又は入門申込書が事務局へ未到着の場合は送信されません。
 ★入門から1週間以上経過してもメールが届かない場合は、各道場指導者又は事務局にご確認下さい。

第73回昇級昇段審査会 (2014年2月16日)				
昇級者				
一般・壮年・女子				
1級	山本 俊彦	富樫 聖也	3級	宇都宮 紀晴
4級	吉川 大翔	佐藤 達也		
5級	松谷 直樹	6級		
7級	佐藤 純平	伊藤 花奈美	渋川 幹夫	伊藤 勉
9級	富田 優輝	10級	堀内 良	
少年部				
1級	児玉 優実	2級	高橋 優斗	吉坂 桃
3級	菅 羅桜	田邊 真彩		
4級	杉本 裕亮	福田 けいん	毛利 大洋	
5級	根上 長門	羽田 夏規	鈴木 馨仁	根守 崇史
	大川 想良	若林 侑磨	阿部 佑晟	
6級	小椋 隆雅	斎藤 未涼	松田 康生	會田 悦至
	小松原 碩	佐久間 陽也	佐久間 汐苑	
7級	北山 四葉	奈良田 琉飛	藤原 俊	井上 想太
	藤原 優羽	白田 碧斗		
8級	加藤 慎之介	金森 杏平	綿貫 謙太	堤 海大
	濱田 壮太	久保 耀人	萩原 翠	佐藤 泰斗
9級	畠山 敏瑞	山口 敬	石田 知大	仲澤 紗耶
	山口 偉翔	長嶋 隼矢	河田 久摩	渡辺 悠
	濱 匠平	斉藤 虎太郎	児玉 力風	
10級	大野 優太郎	黒田 大惺	本多 翔	本多 尋
	齋藤 雄飛	菅井 心美	篠山 聡汰	橋本 玖太郎
	東 拓諒	橋本 眞悠花	臼井 一吹	小森 翔太
	原本 樹	藤原 琉誠		

昇級者の皆さん、おめでとうございます!

級・段位が上がり、帯が変わることは嬉しいことだと思います。しかし、同時にその責任も重くなることを忘れてはなりません。今回の昇級・昇段の真価が問われるのは今後の稽古であることを忘れず、極真会館の帯に恥じぬよう「心・技・体」を磨いて行きましょう。

『IKOポータル』への登録で年会費がもれなく家族割引

昨年スタートした極真会館会員専用サイト「IKOポータル」に登録(初回ログイン)し、年会費支払いの設定をすると、カードを使わない方も極真オフィシャルメンバーズカード以外のカードで支払う方も年会費の家族割引(一家族何名でも15,000円+消費税/年)が適用されます。

下記のURLで、ログインボタン下の『既に道場生登録をされている方はこちら』のリンクに行き、初回ログインを行います。

<https://www.memberregistration.net/login>
 ※メールアドレスは1人につき個別のアドレスが必要です。

兄弟・家族が入門する場合、既存の道場生が予め「IKOポータル」で初回ログインを済ませておく必要があります。
 近々、家族の入門をお考えの方は早目に手続きをしましょう。

☆不明な点は、事務局・支部長・各道場責任者へお尋ね下さい。

『第31回全日本ウエイト制空手道選手権大会』が19年ぶりに東京で開催!

今大会は“大阪夏の陣”と称され、例年は大阪で開催している大会ですが、体育館改修に伴い19年振りに東京で開催することになりました。また、『2014全日本女子大会』『2014全日本高校生大会』も同時開催となり、大変な盛り上がりが見込まれます。

体重別の全日本大会は、大山倍達総裁が極真空手の技術向上を目的に開催を決めたとされる通り、無差別とはまた違ったスピード感や上手さを感じる試合が多く、見応え十分です。

横浜港南支部から選手が出場予定です。是非ともこの機会に会場で応援・観戦をしてみてください。

◆2014年6月7日(土)・8日(日)
 ◆会場:墨田区総合体育館

☆今大会のチケット販売については分かり次第お知らせ致します。

◆4月1日から稽古時間割を一部改定

この度、横浜港南支部では道場生の活動実態に則し、より充実した稽古となるよう一部道場で時間割の改定を行います。

詳しい時間割は別紙の「稽古時間割」または道場掲示・各WEBサイトにてご確認ください。

※稽古の参加対象(学年・帯など)は横浜港南支部が推奨する目安であり、あくまで原則的なものです。稽古参加の上で不都合がある場合はご相談下さい。

皆さんのご理解とご協力を宜しくお願い致します。

消費税率引上げに伴う会費等の改定について

4月1日から消費税率が8%に引き上げられることに伴い、極真会館横浜港南支部でも各種会費及び販売価格に税率を反映致します。皆さまのご理解を宜しくお願い致します。

詳しくは横浜港南支部公式サイトトップページにあるリンク「消費税率引き上げに伴う各種会費額・販売価格改定のお知らせ」をご参照下さい。

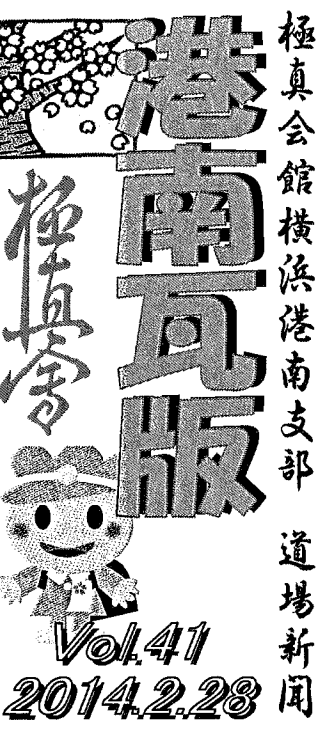
★月会費について大切なお知らせ

新中学生・新高校生・新成人・新社会人の皆さんは、4月分(3月27日引落し)より月会費が下記の金額に変更となります。 ※口座の残高不足にご注意下さい。

・中学生 ¥7500 ・高校生 ¥8600
 ・社会人(20歳以上の学生) ¥9700

【注意とお願い】

①残高不足による振替不能にならぬ様、口座残高の確認をお願いします。
 ②万一引落しが出来なかった場合、道場指定の銀行口座へ振込みをお願いします。
 ③年会費・月会費に未納がある場合、審査の受審・大会・試合の出場が出来ません。未納分は各申込の〆切り日までに必ずご清算下さい。
 ④口座や支払い方法の変更には2~3ヶ月掛かりますのでご希望の場合は早めにお手続き下さい。



【発行】
 国際空手道連盟極真会館
 横浜港南支部
 支部長 羽田シゲル
 〒231-0057
 横浜市中区曙町5-68
 TEL045-243-1875
 fax045-243-1882
 jim@dawing.com

【父兄見学日】

幼年部・少年部・青少年の稽古は各道場で第3週(3回目ではありません)にご父兄方が見学が可能です。見学スペースに限りがあり、快適にとは行きませんが子供たちの頑張る姿や上達ぶりをご覧頂き、更なるご理解を頂ければ幸いです。
 (合同稽古などに参加する中学生のご父兄も同じ週に見学可能です。)

警報発令で稽古中止
 (幼・少年・青少年)
 ■防災対策として、稽古開始時間の1時間前の時点で気象庁から『横浜市』に各種気象警報を発令した場合、幼年部・少年部・青少年の稽古を中止とします。

※詳しくは稽古時間割に記載の規定詳細を参照。

【忘れ物に注意!】

忘れ物は道場所定の場所に1週間保管します。早目に取りに来ましょう。

また、他の人のサポーターなどを取り違えた場合は速やかに道場にお持ち下さい。

大会入賞者

12月8日	2013秋季関東大会	小学4年+30kg	第3位	山野井 翔一
		幼年の部	第3位	小椋 隆雅
2月23日	2014冬季西東京大会	高校1・2年 +80kg	優勝	岩田 大
		高校1・2年 -70kg	第3位	渡部 流生

大きな大会を目指すなら『横浜港南支部 選手会』に登録を！
 関東大会以上の大会に出場するには「選手会登録」が必要です。選手会合同稽古も実施していますので、対外試合への出場を考えている人は早めに登録を済ませて下さい。選手会登録申込書・選手会規約は道場でもらって下さい。

《小学生女子のカテゴリー変更について》
 2014国際親善大会から小学生女子のクラスが学年ごとに変更になります。また5年生女子と6年生女子のクラスが体重別となります。これにより1年・3年・5年生の女子が出場し易い環境になります。大会に向けて益々稽古をがんばりましょう！

『2014国際親善大会』に横浜港南支部から27名の選手が出場！
 4月19日(土)・20日(日)に東京体育館で開催される世界最大級の大会『2014国際親善空手道選手権大会』が横浜港南支部からも27名の選手が出場します。選手たちは大会に向けて日々の稽古に加え、特別強化稽古も行い大会に臨みます。今大会は両日とも入場無料です。ぜひ会場で横浜港南支部の選手はもちろん、世界中から集結する極真の仲間たちの戦いに熱い声援を送りましょう！

サポーターの使用について
 安全で充実した稽古のため、サポーターの使用について以下の事柄をご確認下さい。
 ■金的サポーター(女子は下腹部ガード)を使用している道場生が少ないようです。極力使用するようにしましょう。
 ■小学5年以上の女子は、スパーリング稽古時にチェストガード(胸サポーター)を使用して下さい。
 ■試合用のサポーターである「一撃オープンフィンガーグローブ」はクッションが薄く危険なため、稽古のスパーリングでは使用禁止とします。
 ※男子用の金的サポーター(¥1,500)は各常設道場で販売しています。

【注意】稽古で使う道着・サポーター等は、常に清潔なものを使いましょう。特にサポーター類は臭いの原因となります。自分の臭いは自分ではあまり気になりませんが、他人の臭いは非常に不快です。仲間同士が快適に稽古できる様、十分に注意しましょう！

☆名前刺繍入り道着を販売しています
 ■普通道着 ¥9,450 ※刺繍1文字 ¥250
 ■一撃道着 ¥11,550 ※刺繍1文字 ¥300
 ※一撃道着は緑帯以上の限定です。
 ※受注品につき、注文時に現金または極真オフィシャルメンバーズカードでお支払い下さい。
 ※納期: 3日～10日(時期により変動)

【紹介入門の特典】
 家族・友人・知人で「極真空手をやってみたい！」という人がいましたらご紹介下さい。あなたが背中を押してあげましょう！
 ☆入門手続きの際に道場所定の「紹介カード」(入門案内書の裏表紙)を提出すると、空手道着(¥10500相当)を無料進呈！
 ※他特典との併用不可

“読むと強くなる” 極真空手機関誌 『ワールド空手』
 一流選手の特集・技術解説・大会や行事の情報が盛りだくさん！極真を学ぶ道場生必読です！各常設道場で販売中！(奇数月の26日発売)

“本牧道場 石田師範代のお店” 『BOOK STAR』
 不要になった本・CD・DVD・ゲームソフトを高価買い取りいたします。大量の場合(段ボール2箱以上)の場合は、お電話1本で出張買取にも伺います。
 TEL&FAX 0120-460-344
 各道場への持ち込みもOK！
 先ずはお電話してみてください。

【東戸塚道場】極真会館を創立された故大山倍達総裁は、実在した超人です。そのことを知り憧れた世代の人間にとって、極真空手はとて敷居の高い存在でした。入門するにもそれなりの覚悟が必要で、他の格闘技を経験したり、自分ながらに身体を鍛えてから入門する人も多くいます。そんな極真空手に入門したからには、少しでも強くなりたいと、どの道場生も思うはずです。東戸塚道場でも、稽古後のわずかな時間ではあるけれども有志が集まって居残り稽古を行います。居残り稽古ですので、まずはみっちり通常稽古を行ってからのことです。極真空手を引っ張る先輩方や全日本大会などの大きな大会に出場する選手のようにはいかないけれども、極真会の道着を着るものとして、一歩でも追いかけたいという思いを持つ道場生が集まります。内容は、腹部や大腿部を打たれ強くする稽古、拳立てなどの補強と当たり前のものですが、「継続は力なり」で、身体は結構強くなるものです。また、通常稽古を力いっぱい行った後の補強ですので体力も向上します。今後は身体能力を高めるメニューも取り入れる予定です。最近では、大人の稽古に上がってきた少年たちも参加し始めました。それぞれに目標を持って行われますが、皆で集まってお互いを高め合うことは自分をさらに一歩向上させるよい方法だと思います。少年部の道場生の人数も増え、青帯や黄帯の少年たちも現れ始めました。3歳の道場生も入門しました。最近の全日本大会や世界大会では、少年部から上がってきた選手の活躍が目立ちます。将来、東戸塚道場からも活躍する選手が現れるはずで、極真空手を愛し、稽古で汗を流す大人たちの背を見て育った道場生が、全日本大会や世界大会で活躍するのを想像すると今からワクワクしてきます。押忍。(C.K)

【本牧道場】押忍 本牧道場の黒川です。本牧道場は今年で15周年を迎えました。同年に入門した自分が初めて道場の門をくぐった(正確にはドアを開けた)ときに目にしたのは当時緑帯の石田師範代と白帯の森先輩の勇姿でした。あれから早15年。師範代・先輩は見事昇段され、本牧道場にも多くの方々が入門され、たくさんのお会いがありました。そしてエアコンが新しくなり、トイレにウォシュレットも付きました。自分のこの15年を振り返ったとき、結婚し、父親になるなどたくさんの変化がありました。その想い出の前後左右に必ず極真空手・本牧道場というエッセンスが散りばめられています。人生に彩りと深みを与えてくれた極真空手との出会いに改めて感謝して、これからも精進していこうと思います！

【戸塚道場】数十年ぶりに大雪が降ったりもした寒い冬が終わりに近づいています。この時期は学校の卒業や入学シーズンでもあります。学年がひとつ上がるのを機に、目標をひとつ高くして稽古に励んでいきましょう。また極真の稽古は基本厳しくツライものですが、その先にある「達成感」や、「以前より強くなったことを実感出来た」等の喜びがあるから頑張れるのだと思います。その喜びを一回でも多く味わえるよう頑張っていきたいと思います！

支部長コラム

《 一生であり、一瞬である 》

「武道は、一生であり、一瞬である」
 これは合気道の達人、塩田剛三の言葉である。

一生涯をかけて取り組む自分自身の空手道をどのようなものにして行くのかを見据えてつつ、いま目の前にある一本一本の突きや蹴りに全てを掛ける気持ちで打ち込む。

また、その一本一本の積み重ね、一瞬一瞬の繋がりが自分の空手を作り出して行くことを常に念頭に置いて稽古すべきである。

生涯をかけての取り組みと、一瞬一瞬の稽古。その一見両極に見える二つを、常に重ね合わせて行くのである。

これは武道の修行のみならず、あらゆることに通じる意識であり、一つの道を極めたからこそ紡ぎ出せる奥深い言葉だと思う。

仕事や勉強においても、誰でも到達したい目標や成果がある筈だ。その到達点に向かう目線を振らすことなく、日々の業務や学習を大切に積み重ねて行かねばならない。

慌ただしい時代に生きている我々が一番気をつけなければならないのは、日々の小事に翻弄され、視野が狭まり自分の進むべき道を見失ってしまうことではないだろうか。

【横浜道場】横浜道場の長田です。入門から5年が経ちました。稽古後、自主トレをしている我々の周りで走り回って怒られていた子供たちが、今では教科書や参考書を持って来て先輩に勉強を教えてもらっています。我々おじさんも、日々たくましくなっていく子供たちに負けないよう、限られた時間を遣り繰りして稽古や自主トレに励んでいます。そんな子供たちを見ていて思ったことを一言。稽古にたくさん出ることはもちろん褒められるべきことですが、1回1回の稽古をもっと大切にしたいと思ひます。いつも同じこと(声を出さない、引き手を引かない等々)で注意されるのは、稽古を大切にしていないからでしょう。空手を続けさせてくれるお父さん、お母さんへの感謝の気持ちを込めて稽古をしましょうね。さて、11月29日に、横浜ロイヤルパークホテルにて横浜港南支部設立20周年記念祝賀会が催されます。私も幹事の一人として祝賀会を盛り上げていきたいと思っていますのでご期待下さい。押忍！

【金沢道場】押忍！金沢道場の今坂です！今年の大雪は本当に大変でした！でも支部長のブログの記事のように、雪掻き等で普段話さない近所の方と協力して、仲良くなれた方もいたのではと思います。自分は雪掻き中は、二日酔いの真っ只中にいたので、近所の方と話すどころではなく、吐き気で震えながら、手にスcoop持ちながら「ラスト30秒、ラスト30秒、頑張れ極真魂だ！」などと、独り言を言いながら、雪掻き完遂しました(笑)この「極真魂」を鍛えるために金沢道場では、山田責任者や田中指導員を筆頭に、道場生全員が「激アツ」な稽古を行なっております。ぜひ金沢道場へお越しください！押忍！

【お願い】金沢道場の稽古に参加する方は、最初一度だけ山田責任者まで連絡して下さい。施設の都合で突然の稽古中止の際などに連絡を回します。
 メール: maido-kazu@ezweb.ne.jp

【上大岡道場】4月に開催される『2014国際親善空手道選手権大会』に、上大岡道場から14名の選手が出場します。今大会は世界中から幅広い世代の極真カラテ家が集結しますので、極真会館のスケールを肌で感じる大会です。出場選手は大会連覇を狙う選手・上位進出を目指す選手・初出場する選手と、皆の目指すところは様々ですが、出場選手は日ごろの稽古の成果を発揮して頑張りたいと思ひます。この貴重な経験・体験の場に参加できる選手はとて幸せだと思います。今大会に選手として出場しない道場生も、会場へ足を運び仲間の応援として大会へ参加し、極真会館のワールドワイドなスケールを皆で感じましょう！

【泉道場】この冬のサプライズと言えば2週続けての大雪でしたね。子供はウキウキ大人はうんざりだったことと思ひます。平地が多い印象の泉区ですが、少年部に聞いてみるといずみ中央駅近くにとても急な坂があり、そこでソリを楽しんだそうです。子どもたちは何でも遊びにする遊びの天才です。同じようにどんなことでも強さに繋げる思考法も身につけて欲しいものです。

【お願い】登録道場以外で稽古に初めて参加する場合は、最初だけ指導者に支部登録Noを申告して下さい。番号が不明だと出席回数に加えることが出来ません。この点を留意の上、積極的に稽古に参加して下さい。 ※支部登録Noが不明の場合は登録道場にお問合せ下さい。

連絡先一覧		横浜港南支部 公式サイト
支部事務局	tel 045-730-2751 fax 045-730-2752	http://dawing.com/kyokushin/
横浜道場	tel 045-243-1875	横浜港南支部 携帯サイト
戸塚道場	tel 045-869-5370	http://m-kyokushin.dawing.com/
上大岡道場	tel 045-326-6981	横浜港南支部横浜道場 facebookページ
東戸塚道場	tel 045-820-2226	http://www.facebook.com/iko.yokohama
※稽古を優先するために稽古時間中は電話に出られないことがあります。道場への電話は出来るだけ稽古時間前後の時間にお掛け下さい。		はねだ支部長 ブログ(支部公式サイト内)
支部事務局	jim@dawing.com	http://www.dawing.com/kyokushin/fwd3/blog
羽田支部長	kyokushin@dawing.com	神奈川県大会“横浜カップ”公式サイト
宍倉分支部長	kyokushin-kamiooka@dawing.com	http://dawing.com/yokohama-cup/
石田 責任者	32ru358@gmail.com 携帯: 090-8681-7411	港南瓦版の次回発行は5月31日です。 
稽古回数照会	keiko-dosu@dawing.com FAX:045-243-1882	
①支部登録No. ②氏名 ③現在の帯を取得した年月日を明記		
極真会館横浜港南支部 道場新聞 港南瓦版vol. 41 2014年2月28日号 ☆港南瓦版は2・5・8・11月の末日に発行されます。		
あなたも、港南瓦版に参加しませんか？ 投稿はイラスト・極真空手や横浜港南支部への思い・稽古日記・試合出場感想など何でも結構です。また、こんな企画を…などがありましたらお寄せ下さい。 締め切りは2014年5月24日(土)です。 Fax⇒ 045-730-2752		