

極真会館 横浜港南支部 行事予定				2014年6月15日現在
月	日	種 類	行 事 名	場所・時間・備考
6月	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
	21(土)	大会	2014オールアメリカン大会	アメリカ・ニューヨーク
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』 幼年から壮年・一般全日本選抜まで各クラスを開催	墨田区総合体育館
	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）
	24(木) ～25(金)	行事	2014 少年・中学夏季合宿	山梨県・山中湖 支部内で開催する年に一度の合宿です。みんなで参加しましょう！
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ー 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:6/30(月)
	※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…全員が何かしらの形で参加し、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) ～16(土)	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	
	23(土) ～24(日)	大会	日本赤十字社 東日本大震災義援金チャリティー2014極真祭	京都府立体育館 全日本青少年大会・全日本壮年大会・全日本女子大会（体重無差別）
	31(日)	行事	第75回 横浜港南支部 昇級審査会	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。
10月	12(日)	行事	2014年 横浜港南支部 BBQ大会 兼 第46回全日本大会 出場選手壮行会	金沢・野島公園BBQ場
11月	2～3 (日・祝)	大会	“日本最高峰”体重無差別日本一決定戦！ 第46回全日本選手権大会	東京体育館 第11回全世界大会(2015年)日本代表選手選考大会
	29(土)	行事	横浜港南支部 開設20周年祝賀会 少年部ご父兄の皆さんも奮ってご参加下さい	横浜ロイヤルパークホテル

※ 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。

SNSで横浜港南支部・道場生・ご父兄の皆さんと交流しませんか？

facebook

twitter

最新情報・稽古の様子・道場での出来事をほぼ毎日更新中！
皆さんの参加をお待ちしています！

第74回昇級・昇段審査会（2014年5月25日）				
昇 段 者				
一般・壮年・女子・少年				
初段	石原 奈央子		少年初段	佐藤 照栄
昇 級 者				
一般・壮年・女子				
1級	田中 大輔	小松 竜也		
2級	山本 梯地	3級 平井 大二郎		
4級	清水 智之	5級 和田 豊		
7級	アンテサナ アンドレ	永島 康策		
8級	石橋 翔	篠崎 孝二	山田 叡	
9級	佐伯 凜	北村 亨	渡辺 連太郎	山岸 麻衣子
10級	佐多 勇希	沼澤 洸		
少 年 部				
1級	田邊 竣紀			
2級	會田 圭杜	大久保 勝隆	稲葉 隆斗	
3級	戸田 晃太郎	村岡 龍一	成田 海翔	
4級	小林 虎之助	崔 鐘赫	河野 慈永	吉川 佳佑
	松谷 美緒			
5級	勝村 真大	山本 隆成	奥平 葵	増田 良太
	藤崎 真愛	真木 菜那美		
6級	藤崎 竜乃介	大西 睦士	古沢 龍斗	近藤 創太
	築田 悠生	角田 颯斗	蒲田 穂乃香	
7級	アンテサナ エリサ	村木 神太	亀田 樹京	大山 ジェローム
	井上 翔輝	河合 良哉	宮本 睦南	
8級	金澤 暁希	内藤 春樹	北川 隼	馬庭 瑠吾
	佐藤 将太郎	前川 陽斗	岡 貴彦	藤田 海童
	塚越 煌央	山田 湊斗	磯部 泰希	山崎 龍之介
	中西 昊	澤幡 煌	佐久間 芹果	関 誠道
9級	山岸 亮太	北村 勇希	上田 朱雀	山田 桔平
	小林 広季	鈴木 康希	星野 就太	星野 優太
	森 功乃介	北村 優人	田嶋 水輝	宮澤 有沙
10級	山崎 誠士郎	石川 修大	松浦 竜真	青山 晃也
	川澄 優芽	有本 紗良	蒲田 詩織	松本 真希至
	保立 倖大	齋藤 孜龍	高橋 昂暉	稲葉 渉太
	濱田 桃花	鈴木 勇希		

昇級者の皆さん、おめでとございます！

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』に登録しましょう！

下記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、初回ログインすればOK！

https://www.memberregistration.net/login
☆不明な点は、各道場または事務局までお尋ね下さい。

◆ 第6回神奈川県大会 “横浜カップ2014” を8月10日(日)に開催！！

毎年恒例！横浜港南支部主催の大会「横浜カップ」を今年も開催します！

- ◆会場:横浜文化体育館
- ◆開催クラス:全クラス
- ◆出場申込み受付開始:6月初旬
- ◆申込み締切:6月30日(月)

◆詳しくは大会公式サイトをご覧ください。
URL: http://www.dawing.com/yokohama-cup/

☆出場選手は今から稽古に励みましょう！そして、みんなの力を合わせ、この大会を成功させましょう！！

☆横浜カップは横浜港南支部主催の大会です。横浜港南支部の道場生は選手・スタッフ・セコンド・応援など、いずれかの形でこの大会に参加しましょう！

◆小中学生の携帯電話・スマートフォンの道場での使用について

極真会館横浜港南支部では、昨今の携帯電話・スマートフォンの普及に伴い、道場での使用規定を以下の通り決めました。

◆小中学生は道場内では常にマナーモードに設定し、緊急連絡以外での使用(操作)は禁止とする。

◆携帯電話の使用はあくまで非常時の緊急連絡時のみと考え、緊急連絡が極力生じないように配慮すること。

◆高校生以上の大人については特に使用制限を設けないが、各自良識ある使用を心掛けること。

以上、皆さんのご理解とご協力をお願い致します。

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(¥1,550)は各常設道場で販売しています。

【 紹介での入門に特典 】

友人・知り合いなどで入門希望者がいたら、背中を押してあげましょう！
入門手続きの際に「紹介カード」(案内書裏表紙)を提出すると、極真空手道着(¥10,800)を無料進呈します。
(他の特典との併用は出来ない場合があります。)



港南瓦版



Vol.42
2014.5.31

極真会館横浜港南支部
道場新聞

〔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
Tel.045-243-1875
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)にご父兄方の見学が可能です。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。

【横浜道場】今年も神奈川県大会「横浜カップ」の季節が迫って来ました。2009年に産声を上げた横浜カップも今回で6回目となる恒例の大会となりました。主催支部である横浜港南支部にとっては、横浜カップは特別な大会です。地元での開催に加え、大会の準備・運営を道場生とご父兄有志が力を合わせて大会を成功させるからです。そして快く大会への協賛を頂く方々のお気持ちを感じることが出来るなど、支部の一体感を感じる事の出来る貴重な行事です。今年も道場生全員が何かしらの形で横浜カップに参加し、大会を成功に導きましょう！そして出場する選手が一人でも多く入賞出来ることを願っています。これから暑い季節がやって来ますが、体調に十分注意をして稽古に励みましょう！！

【金沢道場】押忍！金沢道場の藤田です。小学3年生の息子と一緒に4年くらい前に空手を始めました。金沢道場はアットホームな感じで親子で空手を楽しめるところが良いです。そして息子との良いコミュニケーションの場でもあったり、空手を通して息子の成長を感じることができたりして、こうして一緒に空手ができるということにいつも感謝しています。とはいえ息子は、あいかわらずあまり空手に興味をもてないようですが…でもどうにかマイペースに長く続けて行けたらと思っています。そして、「極真の精神」というのは本当にすばらしいものだと思いました。息子にも人生、極真の精神で強く生きて行ってほしいなと願っています。押忍！

【お願い】金沢道場の稽古に参加する方は、一度山田責任者へメール（maido-kazu@ezweb.ne.jp）をお送り下さい。施設の都合での稽古中止などの連絡を回します。

【上大岡道場】苦しめられた花粉も一段落し、今度は蒸し暑い梅雨の季節がやってきました。上大岡道場は半地下風の造りになっているので、風通しが悪くとても蒸し暑いです(汗)ただ、気候の変化に負けている場合ではありません！この時期は湿度により思いの外に体力を消耗しますので、こまめに水分補給をして、蒸し暑さを吹き飛ばす熱い稽古をしましょう！

【戸塚道場】今年もう半年が経ち、折り返しに入ろうとしています。年の初めに立てた目標は達成、もしくは達成に近づいているでしょうか？残りの期間でなんとか達成できるよう頑張ります。それとこれから暑い季節になります。しかし暑い中で頑張ることで精神力もつくと思います。どうせ汗をかくなら思い切りかいて実りある稽古をしましょう！

【泉道場】最近の稽古で特に重視していることは「自分で自分を見る力を養うこと」です。稽古時に、引き手・構え・正確に動く、などなど・・・、師範や先輩から注意された時だけ直すのではなく、自分で気付いて直すことが出来る力を育てて行きましょう。目標としたいのは、人に頼っての稽古ではなく、自立した稽古です。稽古は誰かのためにするものではなく、自分自身のためにするものであること忘れずに精進しましょう！押忍。

【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 http://www.facebook.com/iko.yokohama
東戸塚道場	tel 045-820-2226	
※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) http://www.dawing.com/kyokushin/fwd3/blog
支部事務局	jim@dawing.com	神奈川県大会“横浜カップ”公式サイト http://dawing.com/yokohama-cup/
羽田支部長	kyokushin@dawing.com	
宍倉分支部長	kyokushin-kamiooka@dawing.com	港南瓦版の次回発行は 8月31日です。 
石田 責任者	32ru358@gmail.com	
	携帯： 090-8681-7411	
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.42 2014年5月31日号
★港南瓦版は2・5・8・11月の末日に発行されます。

【東戸塚道場】稽古をしていて、極真空手は素晴らしいと思う場面がしばしばあります。少年部の道場生の中には礼儀や所作が武道家だなあと感じる子がいます。それでいて稽古が終わって友達と話す様子はいたって子供らしいところがまた良いのです。やらされているからやっているようには見えず、自然体です。極真空手はスポーツではありません。楽しいというより、怖い、痛い、苦しいに打ち克たなければなりません。それだからこそ味わえる充実感があり、普通ではあり得ない体験を通して、そのような立ち居振る舞いを子供のうちに身に付けていくのだと思います。初めのうちは泣いて稽古に入れなかった少年や技の右左がいつも逆になってしまう子供たちが、いつのまにか大人の上級者のような上段回し蹴りをするのを目にして、はっとすることもしばしばあります。高い意識を持たれた保護者の方々のご協力で極真空手の門をくぐった子供たちは、私たち大人が考える以上に成長していくように思います。このような場や機会は他にめったにありません。極真空手はすばらしい！と改めて気づかされます。お父さんの転勤でドイツに渡った小椋兄弟もドイツの支部で頑張っているはずです。彼らが数年後に戻り少年部の道場生と再会した時には、お互いの成長をきっと驚き合うのでしょう。5月は朗報がありました。九州に転勤された末永初段が横浜に戻られ、横浜港南支部の稽古に復帰されました。そして、東戸塚道場の日曜稽古で皆さんをお待ちします！稽古時間が増え、益々盛り上がっていきます。御都合がよろしければ、是非東戸塚道場においてください！押忍。(C.K)

【本牧道場】押忍!! 本牧道場の沖です。私が本牧道場に入門したのは中学1年の秋頃でした。現在、高校3年生。早くも6年という月日が経ちました。入門した頃は精神的にとても弱く、人間関係がととても苦手でしたが先輩方の丁寧な御指導やサポート、様々なイベントのお誘いをして頂き現在まで継続する事ができました。今となっては稽古の指導を依頼される様にまでなり当初に比べ精神的に強くなったと実感しています。学校でも交友関係がうまく行く様になり、楽しい学生生活を送っています。高校卒業後、短大に行く方向で考えており新たな人間関係が始まります。この6年間で学んだ「心・技・体」を忘れずにこれからも極真を通じて色々な事を学び、私のこれからの長い人生に役立てていきたいと思っています！



「 肚に落ちる 」

不健康より、健康な方が良い。
メタボより、引き締まった身体でいたい。
弱いよりも、強いに越したことはない。

マク○ナルドやコカ・コー○は身体に悪い。タバコは吸わない方が良い。
鍛えないと身体は衰えるから、休まず稽古をした方が良い。



これらは、誰もが悪いと分かっているがつついついしてしまうことや、良いと分かっているが、つついつい怠けてしまうことだろう。
いわゆる「分かっちゃいるけどなあ～」っというヤツ・・・。

理屈は簡単だ。
我慢や努力から逃げることで得られる満足や快楽は直ぐその場で得られるが、我慢や努力を続けて良い結果が得られるまでの時間はそれに比べて圧倒的に長いのだ。

頭で分かった事とそれが行動に移ることは天と地ほど違う。
頭で分かっただけで実行できたらこんな楽なことは無い。

理解と実行、そして継続の鍵は「肚に落とす」ことだと思う。

その為には、小さなコトから行動を起こし、そこから生まれる小さな結果としての喜び、悔しさ、達成感を肌で感じることに尽きる。

矛盾しているようだが、小さな行動が次の大きな行動を産んで行くと言うことだ。

『武の道において真の極意は体験にあり よって体験を恐るべからず』

また、大山倍達総裁の言葉に行き着いた・・・。

大会入賞者				
3月21日	2014神奈川県新人戦 (武魂杯)	壮年35歳～39歳 初級・中級	優勝	門間 英晃
		小学2年生初級軽量級	優勝	恩田 惟来
		幼年初級重量級・幼年中級	優勝	小椋 隆雅
		小学5年・6年女子	準優勝	江村 莉奈
		小学5年生中級	準優勝	岩崎 力也
		小学4年・5年チャレンジ軽量級	準優勝	奈良田 琉飛
		小学3年・4年チャレンジ軽量級	準優勝	佐久間 陽也
		幼年チャレンジ中量級	準優勝	澤幡 煌
		小学5年生中級	第3位	戸田 晃太郎
		小学2年チャレンジ重量級	第3位	藤崎 竜之介
4月13日	第24回支部内交流試合 『港南チャレンジ 2014春』	小学2年チャレンジ重量級	第3位	笠原 成一郎
		幼年チャレンジ重量級	第3位	塚越 煌央
		幼年チャレンジ重量級	第3位	渡辺 悠
		最優秀選手賞		稲葉 渉太
		敢闘賞		内藤 晴也
		小学6年	優勝	吉坂 桃
		小学5年	優勝	毛利 太洋
		小学4年	優勝	井上 想太
		小学2年	優勝	會田 悦至
		小学1年	優勝	塚越 煌央
4月19日	2014国際親善大会	幼 年	優勝	稲葉 渉太
		小学5年初心者クラス	優勝	関 誠道
		小学4年初心者クラス	優勝	濱田 壮太
		小学3年初心者クラス	優勝	深澤 譲
		小学2年初心者クラス	優勝	山崎 龍之介
		小学1年初心者クラス	優勝	中西 昊
4月19日	2014国際親善大会	小学5年＋40kg	準優勝	山野井 翔一

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。

【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！

“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）

☆名前刺繍入り道着を販売しています

■普通道着 ¥9,720※刺繍1文字 ¥250
■一撃道着 ¥11,880※刺繍1文字 ¥309

※一撃道着は緑帯以上の限定です。
※受注品につき、代金は注文時にお支払い下さい。（現金または極真オフィシャルメンバーズカード）

※納期：3日～10日（時期により変動）

“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。