

極真会館 横浜港南支部 行事予定		2019年5月31日現在	
月	日	行事名	場所・時間・備考
6月	2(日)	I.K.O.セミコンタクトルール 2019全国交流大会 2019全国型交流試合 昨年新設されたセミコンタクトルールの大会です。	大阪府立体育会館
	15(土)	選手会合同稽古 兼帯研(支部内合同行事) 戸塚道場 17:30~19:30 横浜港南支部選手登録者(少年も参加可)の合同稽古。帯研対象者も要参加	
	22(土)	2019オールアメリカン大会	アメリカ・ニューヨーク
7月	14(土)	2019東日本大会 一般選手権クラスは第12回全世界選手権大会(11月)の最終選抜試合	墨田区総合体育館
	20(土)~21(日)	2019 横浜港南支部 夏季合宿(支部内合同行事) 千葉県・九十九里浜 年に一度の夏季合宿です。奮って参加しましょう!(少年・大人合同実施)	
	3(土)	2019茨城県大会「JOSOカップ」 ☆初級・上級の各クラスを開催 〆切:6/19(水)	つくばカピオ
8月	11(日)	第95回 昇級審査会 ※詳細は道場掲示又はメール・WEBサイトでお知らせ。(受審申込〆切:7/30・火)	金沢産業振興センター
	12(月)~17(土)	お盆休み 《全道場休館》 ※事務局も休み。 8/18(日)以降は各道場とも通常の稽古。休み期間中も常設道場は自主トレ利用可。	
	24(土)~25(日)	2019極真祭 全日本青少年大会・全日本壮年大会・全日本女子ウエイト制大会	京都府立体育館
	23(月・祝)	第11回神奈川県大会「KARATE横浜カップ2019」 ※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て大会を盛り上げましょう!保護者の皆さんの応援・サポートも宜しくお願いします。 ※最新情報はWEBサイト・メール配信で!	横浜文化体育館
10月	19(土)	帯研(上級者特別稽古) 参加対象は高校生以上で緑帯以上 ※型の修得に重点をおく稽古	戸塚道場 17:30~
	27(土)	第27回全関東空手道選手権大会 幼年から壮年・一般選手権まで各クラス、中高生の新人戦を開催予定。	茨城県武道館
11月	22(金)	2019ワールドエリート大会 世界の強豪選手が集結「極真空手の世界一決定戦」	武蔵野の森総合スポーツプラザ
	22~24(金~日)	第12回全世界選手権大会 世界最高峰の戦いに挑む日本代表選手団を応援しよう!!	武蔵野の森総合スポーツプラザ

※各大会の要項は道場にあり。参加希望者は各道場からお持ち下さい。
 ※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大会、又はメール(港南通信)・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を希望する場合はご相談下さい。
 (各種行事の詳細は通常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Webサイトに掲載します。

第94回昇級審査会 (2019年5月25日)			
昇級者			
一般・壮年・女子			
2級	蒲田 穂乃香	3級	佐藤 菜歩
4級	白井 一吹	5級	大山 秀樹
6級	楊 旭	9級	坂本 全康
少年部			
3級	菅井 心美	市川 一真	耕田 真之
4級	三島 健正		
5級	山崎 誠士郎	蒲田 詩織	白井 二葉
	伊藤 苺音	井上 悠大	中島 慶大
6級	遠藤 晴斗	小松 美結	岸本 和馬
	茂木 康晟	耕田 更紗	茂木 大晟
7級	安田 龍真	中岡 礼斗	瀧上 京平
8級	末棟 優佑	田辺 良典	伊澤 輝
	吉本 康輝	吉本 優輝	森 小雪
9級	大野 偉稀	大野 優稀	渡邊 晟
	津原 康希	田向 隆晟	森 雪丞
10級	恩田 慧也	中岡 袖里愛	後藤 日向
	白橋 拳	小島 悠輔	小島 ゆい
	大山 龍之助	田保 海翔	福山 琉翔

昇級・昇段者の皆さん、おめでとうございます!
 級位・段位が上がると、帯が変わることは自信にもなり嬉しいことです。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。

◇◇ 支部の正式名称が変わりました ◇◇
 極真会館では、この春に全国の支部の名称を改め、組織としての統一を図ることになりました。それに従い当支部も正式名称が『**神奈川横浜港南支部**』と改まりました。支部道場生・関係者の皆さんに於かれましては、ご承知おきのほど宜しくお願い申し上げます。

岩上先生の言いたい放題コラム
 当支部顧問の岩上雄一先生(上大岡・岩上整骨院院長)のコラムページが道場公式Webサイトに設置されました。他では中々読むことが出来ない健康に関する情報です。アクセスはWebサイトメニュー内「ブログ&読み物」から。

横浜港南支部公式WEBサイト&メルマガ
 横浜港南支部では、道場生の活動をより充実したものとし、保護者の皆さんの更なるご理解を頂くために、公式Webサイト内に「道場生のページ」を設け、稽古や試合・行事参加に必要な情報を分かり易く入手出来るよう纏めています。また、道場メルマガ「港南通信」の配信で、スピーディー且つ、きめ細かな発信を心がけています。是非ご利用下さい!

☆ 名前刺繍入り道着 ☆
 ■普通道着 ¥9,720(刺繍1文字 ¥250)
 ■一撃道着 ¥13,400(刺繍1文字 ¥300)
 ※上限セットのみの販売となります。
 ※一撃道着は緑帯以上の限定です。
 ※受注品につき、代金を添えてご注文下さい。
 ※刺繍なしの普通道着は、常設道場でいつでも購入可能

“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本で出張買取もOK!
 TEL&FAX 0120-460-344
 ☆各道場への持ち込みもOK! まずはご相談下さい。

横浜港南支部では最新情報・稽古の様子・道場の近況を、facebook・Twitterで随時発信しています!

facebook
twitter

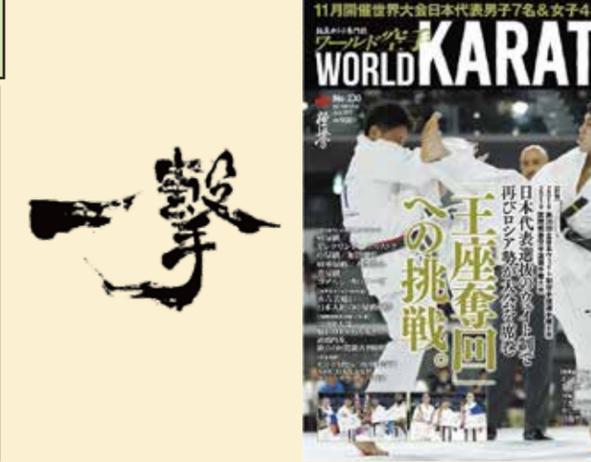
『2019ワールドエリート大会』
 2019ワールドエリート大会が下記の日程で開催されます。横浜港南支部からは出場資格を得た2名の選手が出場します。選手諸君に於かれましては、出場する以上、とことん勝ちに拘り全力で戦い抜き、その経験と成果を今後の成長の糧にしてください。それに加えて、今大会は世界中から来日し、共に戦う同じ極真空手を学ぶ仲間たちと拳を交えて国際交流の機会にしましょう!

☆日時:2019年11月22(金)
 ☆会場:武蔵野の森 総合スポーツプラザ (東京都調布市)
 ☆入場にはチケット(全世界大会初日)が必要です。

出場しない道場生・ご家族も会場へお越し頂き、出場選手に声援を送ると共に、刺激と学びの機会として下さい。



“横浜港南支部主催の県大会”
『第11回神奈川県空手道選手権大会』
「KARATE横浜カップ2019」を9月23日に開催!
 ◆会場:横浜文化体育館
 ◆開催クラス:幼年から一般・壮年までの男女全クラス
 ◆出場申込み受付開始:6月初旬
 ◆申込み締切:7月17日(水)
 ☆出場選手は今から稽古に励もう!
 ☆横浜カップは横浜港南支部が主催する県大会です。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、いずれかの形で大会に参加しましょう!保護者有志の方々も大会成功のためご協力を宜しくお願いいたします。



“4年に一度の世界最強決定戦”
『第12回全世界空手道選手権大会』
 4年に一度開催される「第12回全世界選手権大会」がこの秋に迫りました。各国の選抜を勝ち抜いた世界の強豪が集結し、世界の座を争い3日間の戦いに臨みます。ぜひこの機会に会場で最高峰のこの大会を肌で感じ、今後の稽古の大きな動機付けにして頂ければ幸いです。
 ☆日時:2019年11月22~24日(金~日)
 ☆会場:武蔵野の森 総合スポーツプラザ (東京都調布市)
 ☆今大会のチケットは横浜港南支部で割引販売を行います。詳細が分かり次第お知らせいたします。
 道場生・ご家族はもちろん、友人・知人をお誘い合わせの上、会場へ足を運び、選手の応援も宜しくお願いいたします。

【忘れ物に注意!】
 忘れ物は道場所定の場所に1週間保管しますので、早目に持ち帰るようにしましょう。また、他の人のサポーターなどを取り違えて持ち帰った場合は速やかに道場へお持ち下さい。自分の持ち物を大切にしましょう。

“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。極真道場生必読の書です!
 ※各常設道場で販売中!3月号 ¥900 (奇数月の月末発売)

【紹介入門特典】
 友人・知り合いなどで入門希望者がいましたら、ご紹介下さい。入門手続きの際に「紹介カード」(案内書裏表紙)の提出で、極真空手道着を無料進呈いたします。※他の特典との併用は出来ません。※特典適用には諸条件があります。詳しくはお尋ね下さい。

極真会館横浜港南支部 道場新聞

港南瓦版

VOL.62
2019/5/31

〔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
 FAX 045-243-1882

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ご参照下さい。

道場だより



各道場の指導員・道場生が極真空手への想いや道場や稽古の様子を綴ります。

【横浜本部道場】10年前に「横浜カップ2009」として始まった神奈川県大会が今年で11回目の開催を迎えます。大会会場として恒例となっている横浜文化体育館は建替えが決まり、今の体育館での開催は今年が最後となります。今までお世話になった会場に感謝しつつ良い大会で締めくくしましょう。地元横浜港南支部の選手が活躍することは勿論、出場しない道場生・保護者・関係者の皆さんには大会スタッフへのご協力での大会を支えて頂ければ幸いです。支部一丸となって大会を作りたいと思いますので皆さんのご理解ご協力を宜しくお願い致します。

【戸塚道場】4月から火曜日の少年部と一般部のクラスが始まりました。週に3日だった稽古日が4日に増えました。これでまた道場が盛り上がりていけばいいなと思います。まだ時期的に夏前ですが5月の時点で気温が30度を越える日が数日ありました。ニュースで熱中症で運ばれた人もいます。また今年の真夏の厳しさを予想させるようなものとなりましたが、そうなるのもしっかりと稽古が出来るように熱中症対策や身体を作っていきます。そして暑さに負けないようにしていきます。

【上大岡道場】4月に行われた第36回全日本ウエイト制大会&2019国際親善大会に上大岡道場から6名が出場しました。その中で全日本ウエイト制大会の軽重量級に出場した岩田大指導員が、元全日本大会王者を破りベスト8に進出しましたが、表彰台まであと一步届きませんでした。今後の更なる飛躍に期待が高まります。また、国際親善大会では清水智之初段が3位に入賞しました。連覇を狙っていたので悔しい結果ではありましたが、力強く安定した組手で存分に実力を発揮しました。今大会に出場しなかった選手も、大舞台での経験はとても大きな財産となりますので、稽古で実力を蓄えて挑戦してみましょう。

【支部内出稽古について】横浜港南支部では支部内全ての道場で対象クラスの稽古に参加出来ます。登録道場以外の稽古に初めて参加する時に初回だけ指導者に支部登録No.を申告して下さい。(番号が不明だと稽古回数に加算が出来ません。)皆さん、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、指導者・事務局までお問合せ下さい。

《保護者見学日について》 幼年・少年・青少年の保護者見学日は、毎月3回目の稽古です。祝日や行事等で稽古が休みとなった日は回数に入れず、実際に稽古を行った3回目の稽古が見学日です。(選手クラスは見学不可)時々はお子さんの稽古ぶり・上達ぶりをご覧ください。子どもたちの自立した稽古のために見学日を限定しておりますが、幼年・低学年などが慣れるまでの期間は例外も認めますので、必要な場合はお申し出下さい。※見学の際はマナーをお守り下さい。(道場掲示参照)

連絡先一覧

- ◎支部事務局 Tel.045-730-2751 office@kyokushin-yokohama.com
- ◎支部事務局 fax045-730-2752 office@kyokushin-yokohama.com
- ◎横浜本部道場 Tel.045-243-1875
- ◎戸塚道場 Tel.045-869-5370
- ◎上大岡道場 Tel.045-326-6981
- ◎東戸塚道場 Tel.070-1229-8108
- ◎羽田支部長 kyokushin@dawing.com
- ◎宍倉分支部長 shishikura@kyokushin-yokohama.com
- ◎石田責任者 32ru358@gmail.com
- ◎稽古回数照会 公式サイト内専用フォーム

※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ことをご容赦下さい。

極真会館横浜港南支部 道場新聞
港南瓦版vol.62 2019年5月31日号
☆港南瓦版は2・5・8・11月末日に発行

☆横浜港南支部 公式サイト
<http://dawing.com/kyokushin/>
・極真空手について ・各道場のページ
・道場生のページで稽古や行事参加について
・神奈川県大会「横浜カップ」の公式ページ
など、情報盛りだくさんで随時更新中！
☆横浜港南支部横浜本部道場 facebookページ
<http://www.facebook.com/iko.yokohama>

【東戸塚道場】東戸塚道場で4年近く共に稽古で汗を流した永田拳也先輩が、残念ながら、この5月に福岡へ転勤となりました。上段蹴りや強い突きに影響を受けた道場生も少なくありません。私も学び得た多くを今後の空手に活かしていきたいと思っております。年度替わりは道場生が新たに加わることも多い時期でもあります。白帯を締めて新鮮な気持ちで稽古に取り組む姿勢に、気持ち新たに稽古に精進する気概を与えられます。道場での人との出会いは自分を成長させる機会です。本や映像には得られないリアリティがそこにあります。そして、身をもって痛みを知る極真空手だからこそ実感できるのだとつくづく思う次第です。C.K.

【本牧道場】押忍！本牧道場の内ヶ崎です。新元号に変わり、初の投稿をさせて頂き、大変光栄です。5月は大型連休から始まり、各地でお祭りや運動会など多くの行事が開催されていますね。もう過ぎてしまいましたが、5月5日は「こどもの日」ということで、子供に関するお話をさせて頂きます。本牧道場は、親子で入門し、一緒に元気に稽古に励んでいる道場生が多く在籍しており、私も良い刺激を沢山受けています。(我が家に関しては、息子がサッカーに夢中で、寂しくもありますが、今では息子の試合観戦も楽しみの一つです(笑))最近では、「港南チャレンジ」で優勝、「千葉県大会」で入賞するなど少年部が素晴らしい活躍を見せています。これも、先輩方の熱心な御指導はもちろんですが、子供達の成長を願い、時には優しく時には厳しくサポートする御両親の存在がかけがえのないものであると思います。そのような、たくましく成長し続ける子供達に私も元気をもらいつつ、素直な気持ちと感謝の念を忘れずにこれからも精進していきたいと思えます。私は、気持ちだけはいつまでも若い(?)つもりですので、これからも自分の限界を超えるためにガンガンいきます。今後も御指導御鞭撻のほど、お願い申し上げます。押忍

【泉道場】ビギナーズの大会で好成績をあげていた泉道場生も、徐々に県大会(上級)や国際親善大会などのハイレベルで大規模な大会に挑戦し始めるようになったことは大変喜ばしいことです。もちろん大舞台で直ぐに勝てるほど甘くはありません。しかし、だからこそ挑む価値があるのです。簡単に越えられる壁しか無かったら極真もそこまでの存在です。「試合に勝てるようになってから試合に出るという者が勝つことはない」という言葉があります。だからと言って負けても良いという意味ではなく、安住を求めずにより高みを目指して挑戦する気持ちを持たない者に達成はない、という意味だと思います。

横浜港南支部からのメールが届いていない方は確認を!

- アドレスを変更をした場合は、横浜港南支部公式Webサイト「道場生のページ」の専用フォームで登録をして下さい。
 - 迷惑メール設定をご確認下さい。★ドメイン 指定受信は「kyokushin-yokohama.com」からのメールを受信する設定に。
- ※携帯メールの設定方法は電話会社によって異なりますので、各電話会社へお問合せ下さい。

港南瓦版の次号の発行は

8月31日です。



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・試合出場の感想など何でも結構です。また、こんな企画を…などの提案も大歓迎です!
締め切り:2019年8月20日(火)
メール↓↓↓
office@kyokushin-yokohama.com

支部長コラム

「ネガティブ稽古のススメ」

とかく、「ポジティブ思考が良い」「何でもプラスに捉えよう」と言われるが、稽古において、そうとは限らない。

稽古中の少しのミスや手応えの違和感を、楽観的(ポジティブ)に捉えてばかりでは上達に繋がらない。

「これでは実際には使えないのではないか」「今の技、実際にはもらって倒れていたかも知れない」「試合で勝つには、今の稽古量では足りないのでは？」

と言う風に、努めて悲観的(ネガティブ)に稽古してみることが必要なのだ。

そもそも武道は、そうした危機感や必要に迫られて発祥したものであり、楽しむ為に生まれたスポーツとは一線を画すものである。

出来たと思った時点で成長が止まる事を肝に命じ、良い意味で臆病に自分と向き合うべきだ。

極真会館の人間がみな謙虚で素直なのは、自分の弱さから目を背けず、無力感や危機感と真摯に向き合う「真の強さ」の持ち主だからだと思ふ。

大きな大会を目指すなら「選手会」に登録を!

関東大会・国際親善大会・極真祭などの大会に出場するには、「選手会登録」が必要です。選手会合同稽古も定期的を実施していますので、対外試合への出場を考えている道場生は早めに登録して下さい。選手会登録申込書は各道場でお渡します。

関東地区強化選手会の登録について

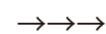
関東地区強化委員会では、強化選手を対象に定期的に関東地区強化稽古を実施しています。一般・女子・ユース(中高生)それぞれの強化選手登録希望者は支部長または各指導員まで。

公認防具の販売について

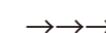
公式試合(県大会以上)で使用が義務付けられている公認サポーターを道場で販売しています。

各道場または右のQRコードから注文用紙・サイズ表を入手してお申込み下さい。

公認防具
注文用紙



公認防具
サイズ表



大会入賞者

3月31日	2019 神奈川県新人戦 金太郎杯	小学女子高学年	優勝	有本 紗良
		小学5・6年 軽量級	準優勝	橋本 玖太郎
		小学女子高学年	第3位	伊藤 苺音
		小学4年軽量級	第3位	耕田 真之
		小学女子中学年	第3位	茂木 ひまわり
		幼年の部	第3位	高橋 想矢
4月20日 21日	2019 国際親善大会	壮年45歳~49歳 -75kg級	準優勝	小椋 洋石
		壮年50歳以上 -70kg級	第3位	清水 智之
		12歳男子-50kg	第3位	保立 偉大
5月19日	2019 千葉県少年大会	小学5年生上級	第3位	佐藤 良弥
		女子小学2年生	第3位	耕田 更紗
4月27日	第34回支部内 交流試合 「港南チャレンジ 2019春」	最優秀選手賞		吉本 優輝
		敢闘賞		笠井 柊陽
		小学6年	優勝	山岸 伶
		小学5年	優勝	平中 健太
		小学女子1・2年 (ビギナー)	優勝	田所 沙羅
		小学5年 (ビギナー)	優勝	小澤 柊介
		小学4年 (ビギナー)	優勝	細田 晴翔
		小学3年 (ビギナー)	優勝	笠原 颯真
		小学2年 (ビギナー)	優勝	吉本 優輝
		小学1年 (ビギナー)	優勝	渡邊 晟
		幼年	優勝	福田 将崇
		型競技	優勝	太田 蓮
型競技 (ビギナー)	優勝	笠原 佑珠		

サポーターの使用について

- 金的サポーター(女子は下腹部ガード)は安全確保の為に極力使用するようにしましょう。
 - 小学5年以上の女子は、対人稽古(受返し・スパーリング等)の際、胸サポーターを必ず使用して下さい。
 - 試合用の「一撃オープンフィンガークラブ」はクッションが薄いため、道場の稽古では原則使用禁止とします。
- ※男子用金のサポーターは各常設道場で販売しています。(¥1,550税込)
※女子用の胸サポーター・下腹部ガードは、試合用公認防具と同様、注文販売となります。詳しくは左の記事をご覧ください。
- 稽古で使う道着・サポーター類は、常に清潔に保ちお互いが快適に稽古できるようにしましょう。