

警報発令で休講
(幼年・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。

【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ない場合があります。
※特典適用には諸条件があります。詳しくはお尋ね下さい。

第12回神奈川県大会「横浜カップ2020」 開催中止のお知らせ

9月19日(土)に予定していました「第12回神奈川県空手道選手権大会 "KARATE横浜カップ2020"」について、開催中止を決定しました。
新型コロナウイルスの影響が続く中、感染拡大状況を注視しながら開催に向けての準備を進めて参りましたが、出場選手に十分な準備環境が与えられない状況が続くと共に、応援・セコンド・大会スタッフも不安を抱えての運営を余儀無くされると思われ、安心安全な開催が困難であると判断し苦渋の決断に至りました。
出場を楽しみにしていた選手・保護者の皆さんには大変申し訳なく思いますが、ぜひ気持ちを切り替えつつ稽古を続行し、次に目指す大会で成果を出されることを期待します。
来年は新型コロナが終息し、全ての方々が清々しい気持ちで大会に関わって頂ける大会開催に努めたいと思いますので、引き続き宜しくお願い致します。
大会実行委員長 羽田シゲル

スマホQRコード決済

PayPay・ALIPAYで支払いできます

道着・サポーター等の販売品、審査料、大会、合宿の参加料、引落とし出来なかった月会費などの支払いご利用可能です。(年会費は除く)紛失・提出忘れなどの心配も無く記録も残るので安心です。(手数料0円)

○スマホのアプリで下のQRコードを読み取り、金額を入力して「支払う」を押して下さい。

※支払いが完了したら「決済番号の下5桁」を各申込書の所定欄(又は備考欄)に記入して提出して下さい。

申込書の無い費用の支払いは、メール等で決済番号をお知らせ下さい。

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

第98回昇級審査会 (2020年6月20・21日)

昇級者

一般・壮年・女子

1級	橋本 玖太郎	2級	金森 杏平	佐藤 菜歩	耕田 千雅子
4級	村上 貫也	小林 修一	楊 旭		
5級	清水 一明	西浦 伶香	6級	平川 芽生	極真会館
7級	坂本 全康		9級	牛塚 耕治	

少年部

2級	市川 一真	宅間 隼斗	茂木 ひまわり	耕田 真之
5級	遠藤 晴斗	耕田 更紗	宮澤 菜奈	
6級	金森 涼介	伊澤 輝	吉本 康輝	吉本 優輝
7級	大西 秀史	末棟 優佑	小笠原 律希	小島 大知
	小鹿 優翔	津原 康希	田向 隆晟	
8級	加藤 練	福田 将崇	遠藤 心咲	
9級	後藤 日向	浅野 叶絆	石川 雅翔	安藤 巧真
	北野 曹太	吉田 大智	村山 嵩丸	山口 翔大
10級	岡名 竜弥	高嶋 亜真陽	浅野 美羽	北村 知桜
	志茂 秋芽	佐藤 智康	横田 龍雅	

昇級・昇段者の皆さん、おめでとうございます!

級位・段位が上がり、帯が変わることは自信にもなり、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す。極真会館の帯に恥じぬよう、引き続き「心・技・体」を磨いて行きましょう。

忘れ物は、道場所定の場所に1週間保管します。気付き次第早目に持ち帰るようにして下さい。

保管期間を過ぎた場合、予告なしに処分する場合があります。

また他の人のサポーターなどを取り違えた場合は、速やかに持ち主に連絡をするか道場の忘れ物入れに戻して下さい。

以上、皆様のご配慮とご協力で円滑な稽古となる様、宜しくお願いします。

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。

注文用紙 → → →
サイズ表 → → →

公認サポーター注文用紙
size

☆ 名前刺繍入り道着 ☆

- 普通道着 ¥9,900(刺繍1文字 ¥250)
- 一撃道着 ¥13,640(刺繍1文字 ¥310)

※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。
※納期:5日~10日
※刺繍なしの普通道着は、常設道場でいつでも購入可能
※上記価格には消費税10%が含まれます。

極真会館 横浜港南支部 行事予定

2020年6月30日現在

月	日	行事名	場所・時間・備考
6月	13(土)	(中止)帯研・選手会合同稽古	戸塚道場 17:00開始 帯研対象者・選手会登録者(少年も含む)が対象
	20(土)	(中止)2020オールアメリカン大会&世界女子大会	アメリカ・ニューヨーク
7月	18(土)~19(日)	(中止)2020 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)
	10(月・祝)	第99回 横浜港南支部 昇級審査会	金沢産業振興センター ※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:7/31(金)
8月	10(月・祝)	(中止)2020茨城県大会「JOSOカップ」	つくばカピオ ☆初級・上級の各クラスを開催
	11(火)	お盆休み <全道場休館>	※事務局も休み
	~16(日)	8/17(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。	
	22(土)~23(日)	(中止)2020極真祭&第37回全日本ウエイト制大会	京都府立体育館 全日本青少年大会・全日本壮年大会・全日本女子ウエイト制大会
9月	19(土)	(中止)第12回神奈川県空手道選手権大会 "KARATE横浜カップ2020"	横浜武道館 ※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! ☆選手・スタッフで参加が9月の支部内合同行事参加となります。
	1(日)	2020秋季神奈川県ピギナーズ大会(第17回武魂杯)	各クラスのピギナーの試合 神奈川県立武道館
11月	28~29(土・日)	"日本最高峰"体重無差別日本一決定戦! 第52回全日本選手権大会	武蔵野の森スポーツプラザ(東京都調布市)
		2020国際親善大会	4月に予定されていた国際親善大会が新型コロナの影響で延期しての開催

※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、またはメール(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早めにご相談下さい。
(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サイトをご確認下さい。



“読むと強くなる”
極真の機関誌『ワールド空手』

トップ選手の特集・技術解説・大会や行事など、極真空手の稽古に欠かせないが盛りだくさん!

極真道場生必読の書です!
※各常設道場で販売中!
5月号 ¥920
(奇数月の月末発売)



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】新型コロナウイルスの感染拡大による緊急事態宣言によって稽古の場を失った道場生の皆さんの為に、横浜港南支部の指導陣がZoomを利用したオンライン稽古を企画してくれました。横浜本部道場からの配信は水曜日の夜に坂本式段と長澤初段が担当してくれています。またオンライン稽古の実施には指導員だけでなく自宅での稽古環境作りにご理解ご協力を頂くご家族無くして成り立ちません。この場を借りて感謝申し上げます。オンライン稽古は通常の稽古に比べて様々な制約があることは否めません。しかし字数の制約から洗練された表現が紡ぎ出される俳句のように、オンライン稽古もその制約から工夫が生まれ質の高い稽古が生まれると思います。

【戸塚道場】コロナ感染による緊急事態宣言が解除されて道場で通常の稽古が再開されました。参加する道場生の面々も徐々に増えてきています。まだマスク着用など、以前の稽古の形には完全にはもどっていません。ただ今回の事態に限らず、いろいろな状況の中でも対応して自分の稽古が出来るようになる事もとても大事だと思います。まだ出来ない稽古もありますが、そこも補えるように意識して今出来ることに取り組んでいきましょう。またこれからは夏の暑い中でマスクをしての稽古となります。熱中症には十分気をつけて稽古をしましょう。

【上大岡道場】新型コロナウイルスによる未曾有の事態をうけて、今まで経験したことのない生活を強いられることとなり、皆さんとても大変な思いをされていることと存じます。空手界も例外でなく自粛期間も経験しました。その中でも吉田・岩田両指導員が上大岡道場からオンライン稽古の指導にあたり、皆の稽古環境を作るべく力を尽くしてくれました。感染予防の中で稽古が出来るようになった今でも、まだまだ不自由なことも多くありますが、今できることを皆で頑張っていくきましょう。

【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・事務局へお問合せ下さい。

《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
fax045-730-2752
◎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
◎穴倉分支部長 shishikura@kyokushin-yokohama.com
◎岸本責任者 c-kissie@ezweb.ne.jp
◎黒川責任者 dadacco20020324@yahoo.co.jp

今号は新型コロナ問題の影響で発行が延期されました。
極真会館 神奈川横浜港南支部 道場新聞
港南瓦版vol.66 2020年6月30日号
☆港南瓦版は2・5・8・11月末日に発行

※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。
☆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！
☆横浜本部道場 facebookページ
http://www.facebook.com/iko.yokohama

【東戸塚道場】マスクを着けて不便を強いられることになった日常。これまでとは違った時間の過ごし方をする中、基本を見直す、普段は疎かにしがちな「型」を反復してみる、苦手な技に集中して取り組むなど、テーマを決めて稽古に取り組んでみました。思っていた以上に成果を感じる機会になった様です。少人数での稽古やオンライン稽古に参加する道場生、外出を制限される中で独自に稽古をする道場生とそれぞれですが、時間を止めずに少しでも前進することができるのも、やはり空手があればこそ。先日審査会がありました、コロナに負けない皆さんの姿に頼もしさを感じました。雨降って地固まる。今年も半年が経過しますが、ここでもう一度仕切り直し、心新たに前進です。押忍。

【本牧道場】六月になり、COVID-19による少人数制から通常稽古に戻りました。少人数制は少年部がほとんどで、一般部はそれぞれの事情・思惑で来られない方が多かったです。我々おじさん部は、日々の練習で現状維持です。上を目指すならさらに練習が必要です。少し休むとあつという間に落ちていきます。もっと動けた、前は躲せた、壮年部は皆さまは思い当たりませんか。自分は違うとか、まだ若いとか思っているもいづれ実感するでしょう。(強さはフィジカルだけではないですが。)休みもたまにはいいですが、取り戻した日常とやはり空手とともにあることを意識し、生涯極真空手家を忘れずに精進しましょう。押忍。

【泉道場】新型コロナウイルスの影響は、この長閑な泉区にもやって来ています。そんな中、道場の大家さんは新たに大型の空気清浄機を設置して頂き、保護者の方からは手指の消毒ジェルを寄付して頂きました。もしコロナが無かったら今ごろ・・・などと空想にふける時もありますが、現実には変えられません。こんな時こそ人との絆や優しさを存分に感じ感謝を深める機会だと思います。感染予防に気を配りながら、子どもたちの送り迎えをして頂いている保護者の皆さんに改めて感謝申し上げます。

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。

中学生以下の支部外への出稽古について
中学生以下の道場生が支部外の道場へ出稽古を希望する場合、原則として地区大会(関東大会)以上の入賞実績を有する者に許可を出します。また出稽古先は極力友人・知り合いがいない道場且つ単独で参加を原則とします。なお、帰省先等での出稽古については、上記の限りではありません。

港南瓦版 次号の発行は  **8月31日**です。
港南瓦版の作成に参加しませんか？
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。また企画アイデアの提案も大歓迎です！
締め切り:2020年8月15日(土)
メールでお送り下さい↓↓↓
office@kyokushin-yokohama.com

支部長コラム

「機能快」

春先から襲来した新型コロナウイルスの騒動はまだ終わっておらず、それについて語るには時期尚早かも知れない。

しかし、確実に分かったことがあるとしたら「動きを止められる辛さ」ではないだろうか。

自分の意図に従って活動・移動し、人との関わ持つ。そうしたことは人間が太古の昔から続けてきたことであり、生きる事そのものなのだ。

そのことは当たり前過ぎて、奪われなければ気が付かなかったことであり、逆に何もしないことが楽で楽しいことだと勘違いしてはいなかっただろうか？

ドイツの心理学者が提唱した言葉に、「機能快」という言葉がある。

人は、持っている機能を使うときに快感を得る(幸せを感じる)ことができる。自分の能力を発揮しているときは嬉々としているのが人間だ。

逆に持っている機能を使わないでいると、フラストレーションを感じてるものだ。

怪我で思うように稽古が出来ず気が晴れない、そんな経験をした人は少なくない筈だ。

今こそ気付きを深めるべきは、自分には信じる極真空手道があり、心も体も思い切り打ち込めることだ。

その先に自分にしか出来ない自分らしい生き方をして行きたい。

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)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。

道着・サポーター類は清潔に！
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悪臭の原因になります。自分の臭いは自分ではあまり気になりませんが、他人の臭いは不快なものです。お互いの快適な稽古の為、十分配慮しましょう。

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、極力使用するようにしましょう。
※男子用金的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、公式試合用の公認防具と同様、注文販売となります。

■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、胸サポーターの使用を必須としています。

■試合用の「一撃オープンフィンガーグローブ」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。

■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気持ちよく稽古できるようにしましょう。

①小学生で1級、②中学生まで黒帯(少年初段)を取得した者は、①中学進学後に一般1級へ、②高校進学後に一般の初段への切替申請をして下さい。申請期間は各昇級審査会の受審申込み期間です。一般1級・一般初段への切替えが済んでいない場合、昇級審査の受審が出来ませんのでご注意下さい。

※式段への昇級審査の受審には、一般初段取得(切替)から2年の修行期間が必要となります。

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ています。

関東地区強化選手会の登録
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。

試合に挑戦しよう！！
極真会館では道場生の目標・経験・成果発揮の場として、支部内交流試合(当支部:港南チャレンジ)・各種都道府県大会(横浜カップなど)・地区大会(全関東大会)・東西日本大会・全国大会・国際大会・全世界大会など、実に様々な大会を開催しています。この事で、各自のレベルに応じて無理なく経験を積み、徐々にレベルの高い大会に臨み、将来は世界を相手に大舞台で戦うという高い目標も持つことが出来ます。

そして全ての試合は、極真空手創始者 大山倍達総裁が提唱した「実践なくば証明されず、証明なくば信用されず、信用なくば尊敬されない。」という極真の理念に基づく真剣勝負です。極真空手修行において、試合への挑戦は最も前向きな取り組みの一つと言えます。健康上問題のない人は、是非試合に挑戦し極真の醍醐味を五感で体感しましょう。道場生の皆さんの勇気ある挑戦と保護者の皆さんのサポートを心より願っています。