

極真会館 横浜港南支部 行事予定		2014年12月15日現在	
月	日	種類	行事名 場所・時間・備考
12月	7(日)	大会	2014秋季関東極真空手道選手権大会 茨城県武道館 少年・中高生・壮年・女子・一般の各クラスを開催
	8(月) ～14(日)		2014年大掃除週間(横浜港南支部全道場で実施) 今年1年を道場に感謝し、各道場で稽古後に曜日ごとの分担箇所を大掃除します。(少年部を除く)
	23(祝)	行事	2014年 少年クリスマスイベント 金沢産業振興センター 少年試割り会 ・親子セミナー・少年クリスマス会の三部構成
	28(日) ～6(火)	休み	年末年始の休み 《全道場休館》 ※事務局も休み 1月7日(水)から各道場で通常通りの稽古
1月	4(日) ～6(火)	行事	2015年 総本部 冬季合宿 三峰神社(埼玉県秩父市) 支部内申込み〆切:12/15(月)
	11(日)	行事	2015年 総本部 鏡開き 池袋メロポリタンホテル
	11(日)	行事	2015年 横浜港南支部 鏡開き 横浜道場 17:00～ 小学5年生以上参加可(稽古終了後 大人のみ新年会)
2月	17(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
	14(土)	稽古	黒帯・茶帯研究会 横浜道場 19:00～ 高校生以上で緑帯以上の者は要参加。※型稽古に重点をおいて
3月	22(日)	行事	第77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。
	8(日)	大会	神奈川県新人戦「金太郎杯」 伊勢原市総合運動公園 体育館 詳細が分り次第WEBサイト・メールでお知らせします。
4月	14(土)	稽古	選手会合同稽古(兼・帯研) 東戸塚道場・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
	18～19(土・日)	大会	2015国際親善空手道選手権大会 東京体育館 詳細が分り次第WEBサイト・メールでお知らせします。
4月	26(日)		『大山倍達忌』極真空手創始者・大山倍達総裁のご命日です。
	29(水・祝)	試合	港南チャレンジ2015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。

※ 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

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!

twitter

第76回昇級・昇段審査会 (2014年11月23日)			
昇段者			
少年初段	黒田 周平	山本 一統	
昇級者			
一般・壮年・女子			
1級	長田 誠		
2級	沖 愛瞳	小林 慎一	大久保 光馬
6級	渋谷 幹夫		
7級	藤田 舞子	大串 正隆	吉田 伸也 杉山 弘平
8級	沼澤 洸		
9級	宮津 徳幸	吉川 由佳	
少年部			
2級	菅 羅桜		
3級	杉本 裕亮	東 昂諒	毛利 太洋 松谷 美緒
4級	羽田 夏規	中山 幸杏	湯田 彩月 小林 初夏
	阿部 佑晟		
5級	藤崎 竜乃介	小林 春一	小林 寛大 蒲田 穂乃香
	出口 寛一朗	會田 悦至	小松原 碩 佐久間 汐苑
6級	村木 神太	林 颯樹	北山 四葉 奈良田 琉飛
	藤原 俊	井上 想太	井上 翔輝 白田 碧斗
7級	河合 良哉		
	金澤 暁希	永田 和輝	永田 悠吾 内藤 晴也
8級	綿貫 謙太	山崎 龍之介	澤幡 煌 佐久間 芹果
	関 誠道	岡 貴彦	
9級	六ヶ所 凜音	濱口 響乃介	小森 拓郎 多田 達哉
	仲澤 紗耶	山口 偉翔	長嶋 隼矢 濱 匠平
10級	森 功乃介	北村 優人	宮澤 有沙
	永山 蓮	蒲田 詩織	保立 倖大 小森 翔太
10級	高橋 昂暉	稲葉 渉太	濱田 桃花 本多 翔
	本多 尋		
	笠原 佑真	笠原 佑珠	遠藤 晴斗 長友 陸社
	中島 慶大	齊藤 優仁	石崎 令風 東 美利
10級	和田 和磨	五十嵐 舞夏	倉方 伶 掛川 大輔
	奥井 遥	高橋 詞音	山口 幸太 片岡 走翔
	片岡 翔篤	青木 怜亜	石渡 千花

**昇級・昇段者の皆さん、おめでとうございます!**  
 級・段位が上がって、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

**『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。

**支部開設20年祝賀会**  
**ありがとうございました!**

極真会館横浜港南支部の開設20年の祝賀会が11月29日(土)に開催され、盛会のうちに無事お開きとなりました。この会の趣旨にご賛同頂いてご参加下さった皆さん、誠にありがとうございました。また、この祝賀会の企画から準備・運営まで尽力してくれた宍倉師範代を始めとする実行委員の皆さんに心からの尊敬と感謝の意を表します。

皆さんのご厚情に応えるには、極真会館横浜港南支部の活動を益々充実したものにして行くことに尽きると思ひ、この節目に決意を新たにしています。

ここから開設30年に向け、次の10年も極真の理念を基に精一杯の活動して参りますので、引き続きご理解ご協力のほど、宜しくお願い致します。(支部長 羽田シゲル)

**2014年度 年間努力賞 集計結果**  
 (集計期間:2013年11月1日～2014年10月31日)

**☆年間最優秀選手: 山野井 翔一**

社会人	1位	作田 豊	167回
	2位	小林 慎一	123回
	3位	大野 裕敏	99回
	4位	相澤 孝次	96回
	5位	清水 智之	96回
学生・少年	1位	坂本 康裕	466回
	2位	岩田 大	448回
	2位	坂本 翔吾	448回
	4位	渡部 流生	266回
	5位	松谷 直樹	261回

11月より、本牧道場の責任者に森 英之初段が就任し、より充実した活動を目指す事になりました。

また、前責任者の石田充師範代は、本牧道場相談役に就任し引き続き本牧道場を見守って頂きます。

なお、稽古時間割についての変更はありません。

引き続き本牧道場の活動にご理解ご協力頂きますようお願い致します。

**▼インフルエンザ感染予防の為の稽古自粛基準**

①クラスが学級閉鎖になったら稽古を自粛。  
 ②家族が感染した人は稽古を自粛。  
 ③咳がひどく、熱がある等、感染の疑いがある場合は、稽古を自粛し早急に医師の判定を仰ぐ。  
 以上、ご理解ご協力をお願い致します。

極真会館横浜港南支部道場新聞

**港南瓦版**

**VOL.44**  
**2014/11/30**

〔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

**【紹介入門特典】**

友人・知り合いなどで入門希望者がいたら、背中を押してあげてみては? 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。

**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7日	2014秋季関東大会	小学5年生男子+35kg	第3位	山野井 翔一
		小学4年生男子+30kg	第3位	吉川 佳佑

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。

《2015年から少年部・青少年の稽古見学日が変更になります》

少年部・青少年の稽古見学日を、2015年1月から全ての曜日でその月の3回目の稽古をご父兄の見学日とします。また、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となります。ご父兄の皆さんは時々稽古をご覧頂き、お子さんの上達・成長ぶりをご覧下さい。

【注意事項】見学の際は以下の注意事項をお守り下さい。  
 ◆道場は神聖な場所です。帽子を被ったり、ガムを噛むことはご遠慮下さい。  
 ◆見学スペースが十分ではない道場もあります。譲り合いをお願いします。  
 ◆稽古中は見学者の方も私語はご遠慮下さい。また、携帯電話等の使用（通話以外の操作も含む）もご遠慮下さい。  
 ◆稽古中はお子さんに声を掛けたり、合図を送ったりしないで下さい。  
 ◆稽古の写真・ビデオ撮影は禁止とさせていただきます。（特別な事情で撮影が必要な場合はご相談下さい）  
 ☆お願い・・・お父さんお母さん方の極真空手・道場への向き合い方が、そのままお子さんの向き合い方になります。道場生ではないお父さん・お母さん方も、「道場の出入りで一礼する」「互いに挨拶を交わす」「道場内で着帽しない」など、ご自身の立ち居振る舞いでお子さんを導いて頂きますようお願い致します。

【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下記をご確認下さい。  
 ■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。極力使用するようお願い致します。  
 ■小学5年以上の女子は、スパリング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。  
 ※女子用の下腹部ガード・チェストガードは各自注文し購入して下さい。注文用紙は各道場に用意があります。

【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 ¥9,720 ※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)

“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 石田相談役のお店” 『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！

【東戸塚道場】2014年の一年がもう終わろうとしています。開設2年半になる東戸塚道場からスタートした道場生の中から黄帯第一号が誕生します。少年部の稽古は白帯の間も増え、日曜日には末永初段に稽古を担当していただき、益々活気づいてきました。港南チャレンジ、神奈川県大会、さらには関東大会などに出場する道場生も現れ始めています。最近では、近隣の戸塚道場だけではなく、横浜道場や上大岡道場の稽古に参加するものもいます。東戸塚道場はもちろん、支部を挙げて応援していきたいと思います。大人だけでなく、少年たちの居残り稽古が行われています。一部ではなくより多くの道場生にも参加してもらいたいと思います。先日、秋の昇段・昇級審査会がありました。受審する道場生の基本、移動や型を見るととても勉強になります。少年部の指導についてもそうですが、自分自身の動きで反省すべき点に気づかされます。審査会は帯の色を変えるための機会というだけではなく、自分自身の未熟さに気づく良い機会であるのだと実感しました。極真空手は進化する空手だと思います。より強くより質の高い空手を目指して精進したいものです。押忍。(C.K)

【上大岡道場】押忍！上大岡道場の相澤孝次(KM23)です。今から8年前の6月末、縁あって大野先輩のご紹介をえて入門して始めた「極真カラテ」のある社会人生活も、家族や周囲の理解や協力もあって、今日までの長きに渡って続けてくることが出来ました。そして今年8月の昇級審査会では、入門当初は考えもしなかった最上級位(1級)を授かることが出来ました。ご指導下さった宍倉先生をはじめ、諸先輩方に深く感謝を致します。しかし大山総裁座右の銘(11箇条)には、「武の道においては千日を初心とし万日の稽古を持って極とす」とあります。私はまだまだ「初心の域」にも立ち入れておりませんが、生涯武道の通過点として今一度、白帯時代に立ち戻ったつもりで、自らの「カラテ人生」を基本からじっくりと見直したい気持ちに至ることが出来ました。入門当初に比べて最近では身体の衰えを感じざるを得ませんが、如何なるときも「カラテを続けたい」という気持ちを大切に、これからも道場生の皆さんとともに、地道に稽古を積み重ねてゆきたいと思っております。押忍

【戸塚道場】先日、審査会がその前は港南チャレンジが行われました。審査会で無事に合格になった人や、試合で勝つ事が出来た人はまた新しい目標を見つける事が出来たと思います。また保留になってしまった人や負けてしまった人は何が足りなかったのか認識する為のいい機会だと思います。共に自分がやるべき目標を定めて達成出来るよう頑張りましょう。またどんどん寒くなりますが、体調管理に気をつけて今年の残りの稽古を充実させましょう！

## 支部長コラム

《真価を問う》

受験とは、社会に出た時にある「本物の勝負」の前哨戦でだ思う。受験生はどうしても目の前にある受験が自分の全てであるかのように思ってしまうのだが、もっと大きく長い視野を使って捉えようと伸び伸び取り組めるのではないかと思う。ロクに受験を経験していない私がそんな事を言うのは頑張っている受験生に失礼かも知れないが、それが真理だと思う。これは手を抜いて勉強しても良いと言う意味ではなく、やるだけやっていざ本番のときにこのような大局観を持つためである。そして、受験の真価を問うのは進学した後であり社会に出た後であることを忘れてならないと思う。先日開催された「2014秋季関東極真空手道選手権大会」で松井章圭館長が話された言葉・・・「優勝者・入賞者の皆さん、おめでとうございます。しかし今日の成果の真価を問うのは今後の活動です。全日本大会への登竜門であるこの大会の入賞者としての自覚をもって頑張ってください。また、皆さんが取り組んでいる極真空手修行の真価を問うのは日常である。という事を忘れず皆さんの極真空手修行を日々の生活に活かして欲しいと思います。」

このことを私達は念頭において極真空手修行に取り組まなければならない。先日、横浜港南支部の開設20年を記念しての祝賀会を開催してもらい、多くの方々から祝福を頂いたが、受けた祝福の真価を問うのは次の10年であり、次の一日一日なのだと思う。「あの時、高い会費を払ってお祝いして良かった」と思って頂けるような活動を今後も粛々と続けて行きたいと思う。

【横浜道場】横浜港南支部の開設20年は、同時に横浜道場の開設20年を意味します。黄金町駅前のビルにあった三角形の道場から横浜港南支部の活動が始まりました。今では阪東橋の現道場に移転してから入門した道場生がほとんどになりましたので、黄金町の道場を知っている先輩に会ったら、当時の道場の様子やエピソードを聞いてみたら面白いと思いますよ。今年の冬は一気に寒さが厳しくなり、インフルエンザや風邪・胃腸炎などが流行って来ています。「体調管理も強さのうち！」を胸に刻んで生活しましょう！押忍。

【金沢道場】押忍！金沢道場の藤田です。私は小学生の息子と一緒に空手をやっています。そして先日、何年かぶりに昇級審査を受けました。審査を受ける気はあまりなかったのですが、金沢道場の先輩方に勧められるうちに折角だから受けてみようという気持ちになりました。そして何より息子に私の頑張っている姿を見せたいと思いました。審査を受ける決意をすると稽古にいつもより身が入りました。そのせいか息子も気合を入れて稽古に取り組むようになった気がしました。審査の日が近づくにつれ、緊張感も高まってきて逃げ出したくなる気持ちもあったけれど、これ乗り越えたらきっと自分自身強くなれるような気がして、自分に負けないように絶対に乗り越えるんだと気合を入れました。そして、こんな風に緊張感を持って過ごすというのもまた素敵な事で、なかなか良いものだと思いました。息子にも「ママ絶対がんばるから！」と伝えると息子は何かウキウキしていました。そんな息子を見ると私は、いくらでも強くなれるような気がしました。審査当日、始めのうちは緊張してもうダメかもしれない、と思いましたが終わりが近づくにつれて緊張も治まり気持ちがほぐれて来て、終了した時はとても達成感を感じました。結果はどうあれ、乗り越えることができて本当に嬉しかったです。これからがんばって空手を続けて行こうと思えた日でした。押忍！

【泉道場】寒い冬が来ました。この前まで暑さに参っていたと言うのに、季節の移り変わりの早さを感じます。硬く冷たい床の泉道場では一層寒さを感じます。この寒さを修行に活かすのが極真空手家です。弱気な自分に勝って稽古に参加した自信。キツイことを乗り越えた充実感。それが極真の楽しさだと思います。快適な環境で稽古する時よりも、寒かったり暑かったりした時の稽古の方が自分を成長させてくれる。そう思って冬の時期を楽しみましょう！

【本牧道場】押忍、本牧道場の沖です。先日、約1年ぶりに昇級審査を受けました。審査会では昇段審査もあり、10人組手にとっても刺激を受けました。入門した頃はただただ必死にやっていたので昇段審査にさほど刺激を受けていなかったのですが、自分が昇段審査に近づいているからこそ特に刺激を受けたのだと思います。あと何年で昇段審査を受けられるか分かりませんが今回、昇段審査を受けた先輩方を見習って普段の稽古を積み重ねていき、これからの目標として頑張っていきたいです。

【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) 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
羽田支部長	kyokushin@dawing.com	http://dawing.com/yokohama-cup/
宍倉分支部長	kyokushin-kamiooka@dawing.com	
森 責任者	hanabusa-farm@softbank.ne.jp 携帯：090-8109-4341	
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.44 2014年11月30日号

☆港南瓦版は2・5・8・11月の末日に発行されます。

### 港南瓦版の次回発行は2/28

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・試合出場の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2015年2月22日(土)です。  
 メール⇒ jim@dawing.com まで

