

# 極真通信



国際空手道連盟

三歳からはじめる武道教育

検索

# 極真会館北海道支部

毎週木曜日20時ビジネスマンクラス盛上っています！  
道場生の保護者の方は1回500円で参加できます。

## 第7回南北海道大会

行事予定

平成24年3月号



- 4月15日(日) 道央地区昇級審査会  
〔極真会館北海道支部第二道場〕
- 4月26日(木) 故・大山総裁18回目命日
- 4月28日(土) 大山倍達18年慰霊祭  
〔池袋総本部〕
- 4月28日～5月6日 ゴールデンウィークの為休館

去る3月27日室蘭市体育館において第6回南北海道大会が開催され、演武を含めて約200名の武道家が出場しました。



1メートルを超えるトロフィー



一般の部優勝の苦先生

最後に御協力いただきました父母の皆様、並びに関係者の皆様、指導員一同心よりお礼申し上げます。今後とも極真会館北海道支部をよろしくお願ひいたします。



翌日掲載された、新聞記事

### ～顔訓～

- 1、自分の顔を好きになる
- 2、顔は見られることによって美くなる
- 3、顔はほめられることによって美くなる
- 4、人と違う顔の特徴は、自分の個性(チャームポイント)と思おう
- 5、コンプレックスは自分が気にしなければ、他人も気がつかない
- 6、眉間(みけん)にシワを寄せると、胃にもシワができる
- 7、目と目の間を広げよう。そうすれば人生の視野も広がる
- 8、口と歯をきれいにして、心おきなく笑おう
- 9、左右対称の表情作りを心がけよう
- 10、美しいシワと美しいハゲを人生の誇りにしよう
- 11、人生の3分の1は眠り。寝る前にいい顔をしよう
- 12、楽しい顔をしていると、心も楽しくなる。人生も楽しくなる。
- 13、いい顔、悪い顔は人から人へ伝わる(東京大学教授 原島 博)

## ☆今月の頑張ってる賞☆

長瀬 茉尋ちゃん  
歩真くん  
10歳と6歳 無級



茉尋ちゃんの目標 「オレンジ帯になること」  
ライバル 「自分自身」

歩真くんの目標 「オレンジ帯になること」  
ライバル 「石川ハルクくん」

今夏に函館から来た天才兄弟です(・\_・)。毎回片道一時間半かけてお稽古来る頑張り屋で、茉尋ちゃんは今回の大会で初出場ながら、3位入賞致しました。今度は、六月のルーキーズで兄弟ダブル入賞してくださいね@^)/~

## 指導員のつづやき



指導員T～25日に室蘭で行なわれた南北海道大会では、皆様方の御支援ご協力のお陰で無事終演することが出来ました。この場をお借りして心より御礼申し上げます。『勝っておごらず、負けて腐らず、実るほど頭を垂れる』気持ちを切り替えて、頑張りましょう！

指導員Y～皆さん大会お疲れ様でした！沢山の感動があり、自分も審判をしながら興奮してました！勝った人も負けた人も次からの稽古でどれだけ変わったか見られるのを楽しみにしています！