

日本空手道糸洲会機関誌 vol.87

会
報

いとす



2026 年
薫風号



令和8年度 理事会・総会

<http://www.karatedo.co.jp/itosu-kai>



総会



古武道功労賞を受賞された坂上宗家



高橋最高顧問より金一封授与



常任理事会



常任理事会

令和8年4月19日（日）15時よりアットビジネスセンター PREMIUM 新大阪に於いて

令和8年度 理事会・総会を開催

当日は坂上宗家・会長が議長となり34名の役員の出席と117名の先生の委任状を得て以下の議案を審議し、いずれの議案も承認されました。

令和8年1月25日（日）アットビジネスセンター PREMIUM 新大阪

令和7年度常任理事会を開催

令和8年1月25日（日）15時よりアットビジネスセンター PREMIUM 新大阪に於いて令和7年度日本空手道糸洲会常任理事会を開催しました。

令和8年度の事業計画では糸洲会総会は4月19日（日）アットビジネスセンター PREMIUM 新大阪で開催。師範会研修会は前回国際大会で中止となっておりましたが今回は静岡県にて12月5日（土）～6日（日）の開催決定となりました。その他、各地区大会の予定など様々な事業予定が報告されました。

（会報委員 三浦 直）

糸洲流空手道沿革

糸洲流空手道は「首里手」の大家である松村宗棍師（1798～1890）に源を発し、近世の拳聖と世人に仰がれている糸洲安恒師（1830～1915）を流祖としている。

糸洲安恒師は、これまで「唐手術」と言う護身術であった「手」を体育的に改良再編し、学校体育に取り入れ人格形成に主眼を置いて昇華させた。

また、多くの型を創作し現在最も普及している平安（ピンアン）の型は、糸洲安恒師が作られたものである。

糸洲安恒師の「型」を最も正しく学ばれた摩文仁賢和師（1889～1952）は「糸洲派二世」を継承する。摩文仁師は「那覇手」の東恩納寛量師にも師事し、後に両師の頭文字を取り「糸東流」を創始する。

摩文仁師は「糸洲派」を後世に伝承させるため1952年1月、高弟の坂上隆祥（1915～1993）に「糸洲派三世」を継承させる。

坂上隆祥師は、1940年3月「糸東流空手道坂上道場」を兵庫県川西市の自宅に開設する。1954年8月に上京し、東京都葛飾区に「日本玄武館空手道場」を開設する。

1955年6月、横浜市鶴見区に道場を移転し「全日本空手道糸洲会総本部道場」を開設。これを契機に会名を「全日本空手道糸洲会」とし、これより「糸洲会」と呼称する。

1969年4月、正式に流名を「糸洲流」に、会名を「日本空手道糸洲会」と命名。ロゴマークも制定する。

1976年5月、坂上隆祥著「空手道大鑑・平安編」を会員向けに出版。続いて1978年10月「空手道型大鑑」を出版する。この本が型教材のベストセラーとして愛好者に幅広く好評を得て、現在5版を重ね発売中である。その他「ヌンチャク・釵」など琉球古武道関係の書籍を出版する。

1979年4月、糸洲流空手道の連綿たる歴史と技法が評価され日本古武道協会に空手道界初の加入流派として承認される。

1994年4月、門下生一同の推戴を受け、坂上隆祥の嫡子節明が「糸洲流四世」を継承する。四世坂上節明は「型で始まり、型で終わる」と言われる糸洲安恒、摩文仁賢和、坂上隆祥の三代より伝承された「糸洲流型」を忠実に守り、当流の保存振興のため国内外の後進の指導育成に努めている。

2007年1月より、坂上節明監修指導のもとDVD「糸洲流空手道型大鑑」を2年半の歳月をかけて2009年8月に「全5巻」（49型収録・英語字幕付）が完成。糸洲流空手道の「型」規範として大きな遺産となるものと確信している。

また、空手道の世界的発展に伴い、当流も国際交流の充実を目標に2002年8月、糸洲流加盟16ヵ所国にて「糸洲流空手道国際連盟（IKIF）」を結成する。

2005年7月アメリカ・ロサンゼルス、2009年7月マレーシア・クアラルンプール、2013年8月日本・大阪、2017年8月中国・上海、2022年デンマーク、2025年8月日本・千葉県にて「糸洲流国際空手道選手権大会」を開催する。

現在20ヵ国余りが活動中であり、さらに世界に広がりを見せている。

2025年9月 文責／坂上節明



糸洲安恒師



摩文仁賢和師



坂上隆祥師



坂上節明宗家

会報いとす 2026年 薫風号 CONTENTS

令和8年度 理事会・総会	令和7年度 常任理事会	……	3
高段位審査会	関東地区技術講習会を開催	……	4
関西地区型合同強化練習会	関西地区高段者講習会	……	5
第42回糸洲会東日本空手道錬成大会		……	6
昭和100年記念第49回日本古武道演武大会		……	7
会員の声		……	7
第16回中国地区大会・第48回拳志館大会		……	8
師範小論文		……	9
誌上講座 型を通して身体の使い方を考える		……	10
追悼 中壽賀弘二先生・森将嗣師範		……	12
特別寄稿 お城に魅せられて 松山城		……	14
コラム「道草」		……	14
昇段審査合格者一覧		……	15

発行者
日本空手道糸洲会総本部
〒230-0048
神奈川県横浜市鶴見区
本町通 1-16-5
TEL 045-521-6318
FAX 045-503-2040
郵便振替 00950-5-37159
加入者 糸洲会機関誌
発行日 2026年6月1日

高段位審査会 開催

令和8年3月22日（日） 横浜市鶴見・糸洲会総本部道場

令和8年3月22日、神奈川県横浜市の糸洲会総本部道場において高段者審査会が開催されました。

審査には今回は六段位の受審者はいなくて七段位が3名、八段位が3名の計6名の受審者と少ない審査会となりました。

審査は坂上節明宗家の立ち合いのもと審査長に藤田榮三先生、審査員に八島和雄先生、日野正剛先生、荒司先生、そして私、楠原清誌の5名で行われました。

受審者は首里手の型と那覇手の型の中からひとつずつ選り連続して演武する形で行われました。



受審された方々と

全員の型演武終了後、審査員各自が講評を述べ、まともに審査長の藤田先生が受審者一人ずつ名前を挙げて、糸洲流の基本動作や型の緩急、強弱をしっかりと正しくやっている受審者には高い評価を、また、悪い癖や明らかに稽古不足とみられる受審者に対しては厳しい指摘をしておられました。

最後に坂上宗家が基本や型に悪い癖がある人に対して一枚の白いハンカチを例に挙げて「ここに赤いシミ（悪い癖）がついているとします。これを取り除かないと元のきれいな白いハンカチにはなりません。すなわち正しい型はできないということです。しかしその



審査会風景

シミは簡単には取れません。時間も掛かりますが取らなければならないのです。なぜならここにおられる方は糸洲会の高段者であると同時に指導者でもあるからです」と述べました。

我々、高段者は糸洲流の正しい基本、型を習熟して後進に伝えていかなければならぬ。これからも気を引き締めて鍛錬してまいります。

（楠原清誌）

関東地区技術講習会を開催

令和8年4月12日（日） 横浜市鶴見・糸洲会総本部道場

令和8年4月12日（日）、横浜市の総本部道場に於いて令和8年度最初の関東技術講習会が開催されました。

従来は型の演武を通しての講習会が中心で

したが、今回は「空手道の決め技、投げ技」をテーマとして開催されました。坂上会長より実際に技をかけながらの注意点等の説明が行われ、参加者20余名が掛け手受け手となり実戦に励みました。

実際に決め技投げ技をやってみると難しいことが多く、最初は戸惑う面もありましたが、個別の支部道場ではなかなかする機会が少ない練習に、全員が真剣に取り組みました。



講習会に参加された方々



講習会風景

関西地区型合同強化練習会

令和8年3月14日（土） 大阪府吹田市洗心館道場

令和8年3月14日（土）、大阪府吹田市の『洗心館』において、関西地区の各地域から29名が参加し、型の合同強化練習会が開催されました。

練習に先立ち伊藤収登関西地区技術委員長より、糸洲全国大会に向けてしっかりと技術を学び、今講習会でレベルアップできるようにがんばってくださいとの激励メッセージを頂きました。

続いて3名の講師を担当される先生方の紹介があり、主任講師の濱田先生から練習内容とスケジュール説明が行われました。

今回の講習会は型に特化した内容となり、最初は全員で基本練習から開始されました。



参加された方々

基本練習では糸洲、全空連それぞれの立ち方について、歩幅や、足裁きの違いについて講師からのお手本や、動きながらの修正を踏まえて、時間をかけて指導がなされました。

続いてピンアンの型を練習。初級者から上級者まで全員で、二段、三段、初段、四段、五段の順に動作確認を行った後に、極めについて、力強さとスピード、呼吸のバランスを瞬間的に最大化させる動作につなげるポイントについて講師自ら実践し、丁寧に指導頂きました。

初級者の中にはピンアンの型をまだ覚えきれていない練習生もあり、不安そうな顔をしながら必死に練習についていく微笑ましい光



審査会風景

関西地区 高段者講習会

令和8年5月2日（土） 門真市立公民館集會室

関西地区協議会で初めての高段者講習会に参加しました。

藤田榮三先生・濱田庄蔵先生・八島和雄先生3名の講師の先生にご指導頂きました



講習会に参加された方々

景も見受けられました。型講習会の後半は『拔岩大』と『征遠鎮』を練習するグループに分かれて行われました。

型を打つ上での静と動のポイント、型の分解、全空連との違いも踏まえた説明もあり、熱のこもった指導が行われました。

最後に伊藤収登技術委員長より閉会の挨拶を頂き散開しました。

今回の講習会は前回よりも参加人数が少なく、最初はやや寂しさを感じましたが、講習

会が進むにつれ、練習生の真剣な眼差しから強い向上心を感じられました。

また、気合の声も大きく参加人数の減少を払拭するような迫力ある堂々とした練習風景をみて、頼もしさを感じました。

参加された練習生からは「すごく分かり易かった」、「道場にかえってみんなに教えたい」などの声が聞かれ、有意義な講習会だったと実感しました。大会で優秀な成績を上げられることを期待します。

（関西地区協議会技術委員会 田中秀幸）

参加者10名という環境で、休憩を挟みながらの4時間の稽古でしたが、皆さん新しい気づきや発見があったように感じました

深い知識はもちろん、藤田先生の座学や講師の先生方に個人指導して頂いたことが刺激になり、また道場で初心に振り返り指導者としてがんばろうと思った講習会でした。

次回参加者が増え、さらに盛り上がる講習会になりますように。

講師の先生ありがとうございました

（吹田青少年 永野嘉子）



藤田講師の指導

第42回糸洲会東日本空手道錬成大会

令和8年2月22日（日） 東京都日野市・市民の森ふれあいホール
市民の森ふれあいホールに於いて、「第42回糸洲会東日本空手道錬成大会」が開催され、今年も子供から大人までの型の部118名、組手の部105名の総勢155名の選手が参加し、しのぎを削りました。



選手宣誓



坂本審判長 荒・西ヶ谷副審判長

午前中の基本の部では、まだ空手を始めて間もないちびっ子たちが大きな気合とともに、突き・蹴りを力いっぱい行う姿が印象的でした。
また型の部では、幼児からマスタースまでの選手が、糸洲流の形と全空連指定形を披露し、それぞれの選手が個性を十分に発揮していました。中にはとてもレベルの高い演武を見せる選手もいて、会場を沸かせていました。昼食後は古武道の棒・釵・權の演武が行われ、迫力のある動きに会場内の選手・観客の



型試合



組手試合

昭和100年記念 第49回日本古武道演武大会

令和8年2月1日（日） 東京・日本武道館

令和8年2月1日、日本武道館において、全国各地に伝わる日本古武道36流派の出演で盛大に第49回日本古武道演武大会が開催されました。
糸洲流空手も、昭和54年の第2回日本古武道演武大会から定期的に出場してまいりました。

今回の演武大会の会場において、永年古武道の保存振興に寄与し、特に顕著な功績のあった個人として坂上節明宗家が表彰されました。この受賞は大変名誉のあるもので、日本武道館内に名前が刻まれ保存されるそうです。

演武会には楠原清誌、加藤淳也、小田歩の3名師範が出演しました。

初めに楠原、加藤、小田の3名による抜砦大の型団体演武、続いて楠原、小田による空手の使用部位解説組手を抜粋して行いました。

最後に坂上宗家、加藤師範による投げ技の演武を披露して無事終了しました。



表彰された坂上節明宗家



演武者。

私自身これまで坂上宗家と共に、古武道演武大会に出場してきましたが、その度に感じることは、「本来の空手道は型を中心に修練を積み重ね心身を鍛え、また多くの型に含まれている様々な技法を学び、分解組手を通してその技を使いこなせるようにすることが肝要」と言うことです。
現在の競技空手スポーツ化が大きな発展をもたらしたことは否めませんが、どちらも大切にバランスよくやっていく必要があると思います。

（楠原清誌）

視線が釘付けとなり、大会を大いに盛り上げてくれました。
演武に続いて午後の組手の部が始まり、ここでも選手たちの勇ましい気合が会場内に響き渡っていました。
最後の競技となった一般団体戦の組手決勝では、勝ち上がったチームの応援も加わり、選手・観客ともに一喜一憂する白熱した試合となりました。

今大会は出場選手数こそ少なかったのですが、その分選手たちの熱い戦いが繰り広げられ見応えのある大会となりました。
最後に大会役員をはじめ、この大会に携わった全ての皆様に感謝を申し上げるとともに、今後この大会がさらに盛大に開催され、選手の皆様のご活躍されることをご祈念致します。

（大会審判長 坂本昌浩）

- 【型・個人戦】
- ◎基本／小学3年・9級以下男女 1位／荒井栢（昌武館）2位／相馬功平（つくば）3位／木樽麻人（昌武館）吉國玄真（日野）
 - ◎小学生準8〜7級の部男女 1位／棚橋寛政（昌武館）2位／内山紗季（昌武館）3位／小林篤輝（保土ヶ谷）荒井桜心（船橋）
 - ◎小学生準6〜5級の部男女 1位／杉山慶（昌武館）2位／橋口大和（昌武館）3位／長島織都（横須賀）相馬藍太郎（つくば）5位／飯村歩叶（つくば）嶋川仁（日吉）安藤尊子（安）清田来杏（横須賀）
 - ◎小学生準4〜3級の部男女 1位／石田旬（翔空）2位／明崎七海（大和）3位／遠藤そらの（大和）荒井ひかり（昌武館）
 - ◎小学生準2〜1級の部男女 1位／柏貴文（つくば）2位／福地香菜（翔空）3位／柏宗佑（つくば）石田華菜（翔空）5位／齊藤央（日野）遠藤なのは（大和）矢動丸航希（船橋）吉國咲舞（日野）
 - ◎小学生有段者の部男子 1位／竹内太風（日野）
 - ◎小学生有段者の部女子 1位／杉山理央（昌武館）2位／前田結智佳（横須賀）
 - ◎中学生男子の部 1位／金子右京（保土ヶ谷）2位／初山結海（足柄野）
 - ◎中学生女子の部 1位／三橋瑚彩（大和）2位／前田智咲（横須賀）3位／中野真央（北神館）北市めぐ（つくば）
 - ◎高校生・一般（19歳〜39歳）男子有段の部 1位／内藤新（直心塾）2位／篠原亮太（昌武館）3位／野口勇輝（直心塾）倉持光浩（昌武館）
 - ◎一般有級の部男女 1位／筒井温彦（昌武館）2位／佐川昌助（和光大学）3位／笹崎恵（和光大学）橋本大知（和光大学）
 - ◎一般女子有段の部（19歳〜39歳） 1位／小柳聡美（昌武館）
 - ◎マスタース男子有段の部（40歳以上） 1位／小田歩（総本部）2位／小林豊（保土ヶ谷）3位／長島大紀（横須賀）栗原順（翔空）
 - ◎マスタース女子有段の部（40歳以上） 1位／栗原ゆり子（翔空）
- 【型・団体戦】
- ◎小学1〜3年生 男女 1位／昌武館 橋口大和・棚橋寛政・杉山慶
 - ◎小学4年〜6年生男女 1位／横須賀（清田武陽・長島光瞬・高野秀虎）
- 【組手・個人戦】
- ◎幼児の部男女 1位／荒井栢（昌武館）2位／鈴木悠言（日吉）
 - ◎小学生1年生男子 1位／小笠原樺馬（荒道場）2位／木樽麻人（昌武館）
 - ◎小学生2年生男子 1位／佐藤陽澄（荒道場）2位／吉開叶夢（荒道場）3位／棚橋寛政（昌武館）天野孝祐（利根）
 - ◎小学生3年生男子 1位／杉山慶（昌武館）2位／嶋川仁（日吉）
 - ◎小学生4年生男子 1位／石田旬（翔空）2位／宇田川楓雅（利根）
 - ◎小学生5年生男子 1位／高野秀虎（横須賀）2位／安藤尊子（安）
 - ◎小学生6年生男子 1位／新垣怜治（総本部）
 - ◎小学生1〜2年生女子 1位／内山紗季（昌武館）
 - ◎小学生3〜4年生女子 1位／橋本理七（利根）2位／長島織都（横須賀）3位／平菜織（荒道場）鈴木寿奈（日吉）
 - ◎小学生5〜6年生（女子の部） 1位／杉山理央（昌武館）2位／石田華菜（翔空）
 - ◎中学生男子 1位／金子右京（保土ヶ谷）2位／長瀬大和（横須賀）3位／初山結海（足柄野）櫻井隼斗（荒道場）
 - ◎中学生女子 1位／鷲巣逢奈（日吉）2位／三橋瑚彩（大和）3位／小泉くるみ（保土ヶ谷）百瀬絆夏（保土ヶ谷）
 - ◎高校生男子 1位／櫻井龍斗（荒道場）
 - ◎高校生女子・一般有級有段（19歳以上）女子 1位／米澤舞（荒道場）
 - ◎一般有級の部（19歳以上男子） 1位／筒井温彦（昌武館）2位／益戸勇樹（日吉）
 - ◎一般有段の部（19歳〜39歳男子） 1位／鈴木嵐（保土ヶ谷）2位／在賀大翔（保土ヶ谷）3位／鈴木空（保土ヶ谷）鈴木重輝（保土ヶ谷）
 - ◎マスタース男子有段の部（男子40歳以上） 1位／長瀬純一（横須賀）2位／安川徳昭（日吉）3位／師岡智治（翔空）鷲巣裕一郎（日吉）
- 【組手・団体戦】
- ◎一般男子 1位／保土ヶ谷（鈴木嵐・鈴木空・在賀大翔）2位／日吉（安川徳昭・鷲巣裕一郎・楠崎学）

会員の声

『できること』で
培った成長



創心館豊能支部

中山晶子

絶対に勝つ!! そんな課題を心に決め、組手競技10ヶ月間の道のりを歩んできた。
前を向く精神力が力強い技へと運動し、また、コンプレックスだった体格も今では武器に変えられる可能性だと教わった。
日々の稽古風景を動画で振り返り、数ある落胆の中にもわずかな成長を見出すことが希望となっている。
「できないこと」の修正よりも「できること」への自信を引き出す指導が飛び交う創心館豊能支部。
そんなチームからの支えに感謝し、3月の試合で得た初めての「中段突き有効」を糧に更なる成長を目指していく。

糸洲会グッズ SUZURIにて発売中！

「SUZURI」サイトで「糸洲会」検索。
デザインは今後も追加していく予定です。
https://suzuri.jp/itosu_souhonbu/products

第16回中国地区大会・第48回拳志館大会

令和8年3月20日（金・祝） 呉市体育館



組手競技



組手競技



小学生団体組手四連覇下黒瀬支部



型競技

師範小論文

糸洲流空手道の特徴について



芦屋空手道協会
黒木 伸徹

糸洲流空手道の特徴については糸洲安恒師を流祖とした近代空手の基礎を築いた伝統ある流派で、最大の特徴は教育的配慮に基づいた「体系的な技法」と「型の重視」にある。

糸洲安恒師は空手を学校教育に導入するために複雑な技を整理し初心向けの「平安（ピンアン）」の型を創出し現在も糸東流や松濤館流など多くの流派で採用され世界的な空手普及の礎となっている。

技術面では敏捷な足さばきを特徴とする

糸洲流空手道の特徴について



北神館
南 邦男

私が糸洲流空手道を始めて間もないころ、ある師範から「糸洲流空手道は、文字でいえば行書のようなものです。空手、本来の原型を引き継いでいる流派です」と教わりました。

最初はその意味がよく理解できませんでした

小学生団体組手は拳志館下黒瀬支部が四連覇達成した。

本大会においては小学生団体組手の部において拳志館下黒瀬支部が大会4連覇を達成した。

「拳志館大会小学生団体の部で4連覇を達成し、全ての大会にメンバーとして出場できたことはとても嬉しく思います。」

僕は、今回が小学生最後の団体戦となるので、絶対に勝って4連覇するという気持ちでのぞみ、チームの一員として役割を果たせたことに達成感を感じています。

今まで仲間と一戦、一戦、声を掛け合いながら戦い、下黒瀬の仲間、保護者の方、色々な人から応援していただいた時間はとてもいい経験で楽しかったです。

これから5連覇、6連覇と続いていくように、矢口先生の指導のもと、みんなで一生懸命練習し、結果を残していきたいです」。

（中国地区会報委員・鈴木隆徳）

【型個人戦】

- ◎幼児 1位／中川加笑桜（大野） 2位／川田風紗（大野） 3位／明石勘右（大野）
- ◎小学生1年9級以下 1位／藤井さくら（大野） 2位／岩田結衣（益田） 3位／中村栄心（創心館世羅）
- ◎小学生2年9級以下 1位／島津穂亮（大野） 2位／横山千紗（大野） 3位／大川稜生（八本松）
- ◎小学生3年以上9級以下 1位／河井結翔（大野） 2位／林田篤希（二河）
- ◎小学生8級 1位／川本唯央（大野） 2位／藤井雄星（大野） 3位／江崎晴琉（八本松）
- ◎小学生7級 1位／横田華子（熊野） 2位／能田栞平（熊野） 3位／栗崎美瑚（黒瀬）
- ◎小学生6級 1位／川田将暉（大野） 2位／福島知英（熊野） 3位／愛甲羽凜（熊野）
- ◎小学生5級 1位／加藤晟心（大野） 2位／中村季歩（大野） 3位／藤井彩花（大野）
- ◎小学生4級 1位／田中猛温（大野） 2位／政岡柚月（熊野） 3位／藤本笑禾（八本松）
- ◎小学生3級 1位／岡大和（大野） 2位／田中六之助（昭和） 3位／安田愛梨（昭和）
- ◎小学生2級 1位／福島志門（熊野） 2位／岡田樹（昭和） 3位／岡田梨花（昭和）
- ◎中学生有級 1位／薬師寺夏実（夢ヶ丘） 2位／三浦美月（益田） 3位／赤川寧々（夢ヶ丘）
- ◎高校生・一般有級 1位／櫻井陽樹（八本松）
- ◎小学生1級以上 1位／宮原空太（八本松） 2位／藤本侑駕（八本松） 3位／木下こころ（熊野）
- ◎中学生有段 1位／本山心愛（熊野） 2位／佐々木菜梨（熊野） 3位／岡田真央（昭和）
- ◎高校生・一般有段 1位／小林かおり（昭和） 2位／岡田満里（昭和） 3位／三浦真侑（海田）

【組手個人戦】

- ◎幼児男女 1位／中川加笑桜（大野） 2位／林誠志郎（八本松） 3位／小林心陽（昭和） 渡邊翔（熊野）
- ◎小学1年生男子 1位／飯川凜士（下黒瀬） 2位／江崎晴琉（八本松） 3位／中村栄心（創心館世羅） 應和映心（熊野）
- ◎小学2年生男子 1位／川田将暉（大野） 2位／土岡蒼（郷原） 3位／岡田悠司（昭和） 田原寛

ることに重点を置きながら、私自身、稽古をしています。

基本と型を正しい動作で反復練習することで武術としての基本動作を身に着け、型に含まれている伝統的な技法やその応用動作を更に探求していくことで、空手の実戦的な技術を学んでいます。

また、首里手を基盤としていることから、力よりも技の緩急、迅速性や柔軟性、スピーディーな重心移動に重点が置かれているところにも特徴があると考えており、この点も意識しながら稽古をしています。

更には、琉球古武道金剛流にも首里手としての糸洲流空手道の特徴とその技術が応用されているようにも感じておりますので、今後、更に学んでいきたいと考えています。

近年、空手のスポーツ化が進んでいるように感じています。勝敗にこだわるあまり、空手を学ぶ本来の目的である武術としての技術の習得、稽古を通じた人格形成等が疎かにされているようにも思います。

そうした中、糸洲流空手道は、糸洲安恒先生から伝わる伝統的な空手の技法をしっかりとし引き継ぎ、これを正しく伝承している流派だと考えており、これからも糸洲流の誇りをもって稽古を続けていきたいと思っています。

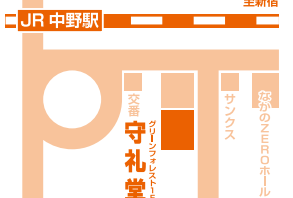
大（八本松）

- ◎小学3年生男子 1位／三好功将（龍王） 2位／吉本蒼生（西条） 3位／小川夏芽（下黒瀬） 甲濃音（熊野）
- ◎小学4年生男子 1位／田中猛温（大野） 2位／岡崎巧磨（益田） 3位／安田悠利（昭和） 岡大和（大野）
- ◎小学5年生男子 1位／矢口大晴（下黒瀬） 2位／大石蓮（昭和） 3位／清水大翔（熊野） 宮原空太（八本松）
- ◎小学6年生男子 1位／小川天聖（下黒瀬） 2位／寺西春翔（下黒瀬） 3位／陰野瑠惟（八本松） 藤本侑駕（八本松）
- ◎中学1年生男子 1位／香川竜来（八本松） 2位／香川未竜（八本松） 3位／田中歩（昭和） 古屋蓮（昭和）
- ◎中学2・3年生男子 1位／吉川昇輝（横路） 2位／吉本充希（ケゴヤ） 3位／小川響輝（下黒瀬） 広保慶人（横路）
- ◎高校生男子 1位／浅井来翔（創心館世羅） 2位／古儀成瑛（創心館世羅）
- ◎一般有級男子 1位／櫻井陽樹（八本松）
- ◎一般有段男子 1位／大田閃徳（東熊野） 2位／久保颯雅（東熊野）
- ◎小学1・2年生女子 1位／木下みくり（熊野） 2位／栗崎美瑚（黒瀬） 3位／愛甲羽凜（熊野） 横田華子（熊野）
- ◎小学3・4年生女子 1位／松本咲来（東熊野） 2位／竹中凜花（熊野） 3位／藤本笑禾（八本松） 田原瑠子（八本松）
- ◎小学5・6年生女子 1位／小西煉（創心館世羅） 2位／高岡美空（八本松） 3位／木下こころ（熊野） 渡邊夏穂（熊野）
- ◎中学生女子 1位／佐々木菜梨（熊野） 2位／辻奈央（八本松） 3位／高橋もも子（ケゴヤ） 福本柚妃（八本松）
- ◎一般女子 1位／三浦真侑（海田）

【組手団体戦】

- ◎小学生 1位／拳志館下黒瀬 2位／拳志館八本松 3位／拳志館龍王・拳志館昭和
- ◎一般男子 1位／拳志館東熊野

守礼堂 駐車場完備 東京支店
〒164-0001 東京都中野区中野 2-23-4 グリーンフォレスト1F
TEL (03)-5342-3051
FAX (03)-5342-3052
E-mail shureido@viola.ocn.ne.jp
ご注文はこちら フリーダイヤル
TEL 0120-957-941
FAX 0120-957-942



KATA KUMITE

極まる形、極まる技
スポーツを立体的な新しい形の運動にした時、足の動きがより自由になり、変化自在の躍りに対応できる。
NW-3、黒瀬

いつも快適な道衣
1. 優しく、柔らかなコットンの肌触り
2. 汗を素早く吸い、同時に拡散する
3. 洗濯後、シワになりにくく、早く乾く
4. 軽いうえに、縫目が少ない
NW-1〜3、黒瀬

空手衣の美しさを追求
上着肩中の汗取り用アプス布を特殊縫製する事により、発汗時の空手衣のまわりつきを解消し、空手衣の形をきれいに保つ。
NW-3、黒瀬

450gの軽さで技の高速化
（軽地）オリジナル生地4号半（175cm）のスポーツで、450gの軽さを誇る。
黒瀬

守礼堂 本社
〒900-0012 沖縄県那覇市泊 1-1-6
TEL (098)-861-5621 FAX (098)-861-5525
フリーダイヤル TEL 0120-612341 FAX 0120-612342
E-mail shureido@orange.ocn.ne.jp

関西 守礼堂
〒538-0044 大阪府大阪市鶴見区放出東3丁目 21-1-34
TEL (06)-6963-8864 FAX (06)-6963-8863

守礼堂 九州
〒890-0046 鹿児島県鹿児島市西田 2-1-18
TEL・FAX (099)-801-6920
E-mail shureido@sur.biglo.jp

URL www.karatedo.co.jp/shureido

型を通して 身体の使い方を考える

師範 羽部千敏

令和8年3月1日（日）、呉市警固屋体育館において、拳志館主催の「身体の使い方を考える型講習会」を開催しました。本講習会は、型の手順や細部の技術を習得することを目的とするものではなく、身体の仕組みや動作の原理を理解し、試行錯誤を重ねる中で気づきを深め、それぞれが自分に合った身体の使い方を見出すことを目的としています。一般・指導者を対象に実施し、20名が参加しました。本稿では、その概要について報告いたします。

■本講習会の意義（なぜ身体の使い方を考えるのか）

型稽古の本質は、単に決められた動作をなぞることではなく、理に合った身体操作や技の原理を体得することにあります。

しかしながら、従来の教本や指導書では、動作の形や手順に重点が置かれる一方で、身体の使い方や感覚、意識の持ち方については十分に触れられているとは言えません。また、多くの型講習会においても、見本動作の習得が中心となり、「なぜその動きになるのか」という原理に踏み込む機会は必ずしも多くありません。

体格や年齢、経験が異なる中で、上手な人の動きをそのまま模倣しても、必ずしも再現できるとは限りません。だからこそ、共通の土台となる身体の使い方を理解することが重要です。それにより、自分の身体で動きを再構築することができ、応用が効き、指導の幅も広げられると考え、本講習会を企画しました。



- － 身体の使い方を考える型講習会 －
1. 導入・目的共有
・なぜ身体の使い方を考えるのか？
 2. 身体仕組みと動作原理
・身体はどのように動いているのか？
 3. 型を使った身体操作の探求
・バツサイ大/セーエンチンを通して
 4. 気づきの共有・まとめ
・型は「覚える」ものから「理解する」ものへ
 5. アンケート
・理解度、印象に残った気づき、改善点等

た。

■講習会の内容

前半は、骨格模型や図解を用いて身体の構造と動作原理を整理し、解剖学および力学の観点から理解を深めました。具体的には、「肩甲骨と股関節の操作」「重力と床反力の活用」「作用・反作用の関係」といったテーマについて共有しました。

後半は、「バツサイ大」および「セーエンチン」の型を通して実践的に身体操作を探索しました。稽古においては、「足裏全体で床を捉える」「脚はみぞおちから生えているように使う」「力は股関節から生まれる」「肩甲骨から動きを導く」といった感覚的な指導言語を提示し、参加者が共通のイメージを持ちながら取り組めるよう工夫しました。

なお、講習会の全体構成は別図のとおりです。

■アンケート結果

がそれぞれ2チームに分かれ、複数の帯をチームで取り合う「帯引き」と、色の紐を帯に入れて取り合う個人戦の「しっぽ取り」を行いました。

少年部も成年部も笑顔で元気に挑みました。勝者への賞品もありとても盛り上がりしました。

そして希望者は上衣を脱いで海岸に並列。号令に合わせ、追い突きをしながら海の中へ。極寒の中、果敢に海に突進していく姿は実にカッコイイのですが、中には気合に交じり悲鳴も聞こえ、海老のように跳び上がる人もいて笑いの絶えない時間でした。

今年は海水の温度の方が低く、前に進むのが冷たすぎで大変だったようです。

集合写真撮影と一本絞めのあと「海辺の湯」に戻り、大きな温泉や露天風呂、サウナで温まり、各自、館内レストランで海の幸を堪能し、お酒なども楽しみ解散しました。

会員からは、
「楽しく稽古ができた！」
「ゲームで他の支部の子と仲良くなった」
「お風呂が大きくて皆で入って楽しかった」
「マグロや魚介がとってもおいしかった」
「また来年も参加したい」
など、たくさんの声がありました。

大好きな地元・横須賀で寒稽古を開催していただき、坂上会長や各支部の先生方、ご参加いただいた会員の皆様に感謝申し上げます。
来年もさらに皆様に楽しんでいただけるようブラッシュアップします。
（横須賀支部 長瀬裕季子）



骨格模型を用いて身体の構造を共有しました

講習会終了後、今後の改善に繋げるためアンケートを実施しました。理解度については、多くの参加者が5段階評価で「4（概ね理解できた）」と回答しました。

主な感想として、「肩甲骨と股関節を意識することで動きの変化を実感できた」「筋力に頼るのではなく、身体の重さを活用する合理性を理解できた」「身体内部の作用・反作用により全身のバランスが保たれていることが分かった」などが寄せられ、動作の質的な変化につながる気づきが得られたことが確認できました。

■まとめ

空手においては「気づきこそが上達の鍵である」と言われます。気づきの伴わない反復練習では、大きな向上は望めません。身体の使い方を工夫しながら試行錯誤を重ねること自体に、空手の本質的な価値があると考えます。

一方で近年、型においては見た目の美しさや印象を重視し、審判に見せることを意識した動作が増えている傾向も感じられます。しかし、本来継承すべきものは、技の本質とその背後にある原理です。

目先の勝敗にとらわれるのではなく、動きそのものの質を高めていく稽古こそが、これからの空手に求められる姿ではないでしょうか。

第65回糸洲会関東地区久里浜海岸寒稽古

令和8年1月18日（日） 神奈川県横須賀市久里浜海岸

令和8年1月18日（日）、気温11度で天気も良く穏やかな寒さの中、久里浜海岸にて寒稽古が行われました。

例年は、第2週の10日ごろでしたが、地元で開催されている「久里浜海岸おんべ焼き」との時期をずらす形となりました。

今年は約130名の会員が参加しました。近隣の「海辺の湯久里浜店」に集合し、



集合寒稽古



海へ追い突き 全体



坂上会長新年のご挨拶



成年部の稽古



少年部の帯引き

空手衣の

山 雅



〒574-0046 大阪府大東市赤井1-7-4 (JR学研都市線「住道駅」徒歩3分)
TEL : 072-870-3677 FAX : 072-870-3678
<http://www.yamaga-karategi.com>

追悼

拳志館館長 中壽賀弘二先生



令和8年3月23日、拳志館館長の中壽賀弘二先生がご逝去されました。謹んで哀悼の意を表します。

中壽賀先生は、糸洲会副理事長、師範会副幹事を歴任され、長年にわたり糸洲会の発展に多大なるご功績を残されました。中でも師範会の活動には格別の情熱を注がれ、糸洲流空手道の技術保存はもとより、師範相互の技術研鑽と親睦の深化に大きく寄与されました。その温厚なお人柄と確かな見識は、多くの門下生や指導者にとって大きな支えであり、導きでした。

先生は4年前、末期がんの宣告を受けながらも、自らの使命を見失うことなく、「今、自分に何ができるか」を常に問い続けておられました。そしてその思いのまに、それまでと何一つ変わることなく道場や会の活動に尽力されるお姿は、まさに武道家としての生き様そのものであり、私たちに深い感銘を与え続けました。

昨年8月、千葉県浦安市で開催された糸洲流国際大会においてもご臨席くださり、選手一人ひとりに温かい励ましの言葉をかけてくださいました。その時もお、抗がん剤治療を受けながら会場へ足を運んでおられたのだと思うと、胸が熱くなると同時に、先生の覚

悟と責任感の強さに、改めて心を打たれる思いでした。

また昨年、中壽賀先生が拳志館館長に就任され、私が理事長を拝命した折には、広島よりはるばる島根の自宅までお越しくださり、拳志館の運営について懇切丁寧にご指導をいただきました。さらに、空手に対する深い思いやこれまで歩まれてきた道のりについても熱く語ってください、その一言一言が今も胸に残っております。今振り返れば、それは先生ご自身の生きた証を後進に託そうとされていたのではないかと、僣越ながら感じております。

先生より賜りました数々の教えを胸に刻み、今後はそれを確実に後輩へと伝えていくことが、私たちに課せられた責務であると考えております。ここに改めて深く感謝の意を表しますとともに、中壽賀先生のご冥福を心よりお祈り申し上げます。どうか安らかに眠りください。

(拳志館 羽部千敏)

糸洲会枕崎 森 将嗣師範



令和8年1月10日、糸洲会枕崎森将嗣師範が享年77歳でご逝去されました。謹んで哀悼の意を表します。

本年1月4日に電話があり、昨年暮れから仕事が増え忙しい毎日ですが「今年は全空連公認7段を目指して頑張ります」と力強い言

葉が印象的でした。その、6日後に突然の訃報を聞き驚きました。

森師範は南薩地区空手道連盟会長、鹿児島県空手道連盟理事として、地元枕崎市でも青少年の空手道競技普及・発展に寄与されてきました。

昭和52年枕崎空手道会を結成、会員数も増え(最高80名)順調に伸びていきましたが平成14年腎臓病が悪化。人工透析を余儀なくされ、平成21年腎臓移植(奥様博子さん提供)に成功し体力も徐々に回復し稽古も順調でしたが平成24年愛妻(博子さん)が膵臓ガンで逝去、一時喪失感がありました。が、立ち直りも早く空手、仕事もどんな状況でも弱みを見せない不屈の闘志に感銘しました。令和2年古希を機に糸洲流7段に挑戦し障害を乗り越え見事合格されました。

また、令和3年5月22日、日本空手道会館において71歳で難関の全空連公認6段に

岸田達也先生 糸洲会枕崎継承

令和8年4月21日(火) 枕崎市立武道館

令和8年4月21日(火) 枕崎市立武道館で岸田達也先生が糸洲流錬士の称号を井出俊郎師範から伝達授与されました。



錬士称号授与記念写真



型研修会

授与式には保護者、会員一同が参加し受賞を祝いました。

森将嗣師範がご逝去され、糸洲会枕崎の後継代表者として森師範の片腕として、長期間指導・事務局を支えてこられた岸田先生を、森師範告別式1月11日(日)、ご子息(長男大樹、次男良太郎、長女麻由子氏)岸田達也、井出俊郎、井出幸子6名で協議した結果、全会一致で推挙されました。

岸田先生は温厚・謙虚・人柄も良く指導も熱心で保護者や門下生に慕われており、今後枕崎の活躍が期待されます。

井出も森師範の志を引き継ぎ微力ながら糸洲会枕崎の発展に寄与していきます。

(鹿児島県本部 井出俊郎)

上市市スポーツ協会授賞式に参加

令和8年3月21日(土) 山形支部健成館



美鐘さん(小2) 鐘乃さん(小4) 鈴乃さん(小4) 木村君さん(小4) 殊勲賞 奨励賞 奨励賞

山形県上市市で活動しております健成館と申します。

この度、令和7年度上市市スポーツ協会授賞式にて3名が受賞いただきました。

日本空手道連合会全国大会参加 茨城利根支部

令和7年11月30日(日) 日本空手道連合会全国大会

開設以来地味に活動をしている利根支部です。現在は一般9名、小中学7名で稽古に励んでいます。

そんな利根支部ですが、11月30日に開催された連合会の全国大会に6名が関東地区の選考を経て出場しました。令和8年は支部開設50周年となる節目の年です。今回の経験をもとにさらなる活躍を目指していきます。(支部長・外川正広)



利根支部出場メンバー

◎親子3人で出場できた事がとても嬉しく、素敵な思い出になりました。(伊藤久美子)

◎親子3人で出場できて嬉しかったです。今度は3人揃って入賞したいです。(伊藤鉄也)

◎今回、念願の組手で優勝することができました。試合を通してまだまだ学ぶことがあると実感し、未熟な自分を自覚した次第です。次回は形も優勝できるように精進します。(秦達人)

マスターズ男子形三部・組手三部出場



参加した皆さん



現役部員の皆さん



祝宴の様子

さらに、式中には、空手道部が来年度より阪南大学の「指定強化クラブ」に指定されることが発表されました。本学を代表するクラブとして、今後ますますの活躍が期待されます。

最後は60周年実行委員長による謝辞をもって閉会となり、参加者一同が空手道部のさらなる発展を願い、和やかな雰囲気の中、記念すべき祝賀会は盛会のうちに終了いたしました。

阪南大学空手道部の今後のさらなる飛躍に、引き続きご支援・ご声援を賜りますようお願い申し上げます。



参加者



必勝祈願

令和8年1月18日（日）亀山神社

例年は寒稽古に引き続き亀山神社にて参拝、奉納演武、安全・必勝祈願を実施してきた拳志館グループではありますが、コロナ禍以降は参加者を拳志館役員のみに限定し、1月18日（日）、亀山神社への参拝、安全・必勝祈願を計画しました。

安全・必勝祈願祭当日は、幸いにも天候に恵まれ予定通り実施することが出来ました。

（中国地区会報委員 鈴木隆徳）

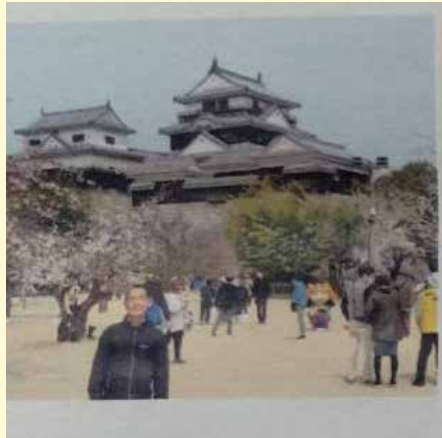
特別寄稿

お城に魅せられて 体誠塾岸和田支部 伊藤収登

名城 松山城

松山城は400年前に建てられた、現存十二天守のひとつです。

また日本に唯一現存している望楼型二重



松山城（愛媛県松山市）

櫓や「現存十二天守」の城郭では松山城と彦根城しか存在が確認されていない、韓国の倭城の防衛手段である「登り石垣」が二之丸から本丸まであります。

桜の松山城が見たくて4月の桜の時期に行ってきました。

桜の花の中で松山城はとても美しい姿で立っていました。

とても急な木道の階段を慎重に登り、天守の最上階に着くとそこからは、松山市の街並みや瀬戸内海の手が手に取るように見ることができました。

外国人をはじめ多くの観光客がおり「松山城」の人気の高さが感じられました。

平成18年に「日本100名城」、平成19年に「美しい日本歴史的風土100選」に選ばれました。

2025年 公認資格取得者

- 公認段位（四段以上）
 - 六段 脊古雄介（中国地区）拳志館
 - 六段 志賀宏起（関西）泉南
 - 五段 細川正剛（中国）拳志館
 - 五段 西野龍一（関西）吹田G青少年
 - 四段 藤田誠（中国）拳志館
 - 四段 北村晋（関西）吹田G会洗心館
 - 四段 石山忠志（東北）山形支部健成館
- 公認組手審判

昇段審査合格者一覧

- 少年部
 - 【初段】
 - 下垣颯空、三田村勇貴、枝常柊太、上野凜太郎、印藤鳳人、中尾圭汰、谷岡一太、相良奏風、静岡奏太、高橋佑佳、宮脇悠汰、藤田佑栗崎雅城、仲義絢乃、山下晃平、中谷悠花、榊井大和暁、小関龍貴、吉田悠人、勝山陽菜、松田鳳未、福田彩希、藤田航世、重吉隼汰、田中健太、米山直希、松原裕樹、山岡新、國安翔斐、國安凌功、寺西春翔、木下竜吾、新谷藍希、渡部愛唯、齊藤収悟、荒瀬風雅、松谷京龍、荒谷壮摩、三上凜太郎、木下紗歩北村心愛、小吹悠結、児玉義樹、美濃夏桜、伊藤あみり、薬師寺夏実、小田弥琴、中野怜皇
 - 【二段】
 - 粉室 彩、米良伊織

- 一般
 - 【初段】
 - 浦田晃希、青木柚芽、天満琥太郎、西村隆子、下橋煌剛、合瀬泰子、布引柊史、小山虎汰朗、川脇顕志、小田原一樹、坂本滉武、相良奏風、谷岡一太、望月大和、渡久地佑政、山口大輔
 - 【二段】

- 全国 A 江指谷子（関西）藤田道場
- 地区 谷川義喜（関西）藤田道場
- 地区 石山忠志（東北）山形支部健成館
- 都道府県 新屋政樹（関西）藤田道場
- 公認形審判
 - 全国 A 藤田典正（関西）藤田道場
 - 地区 B 横田加奈（中国）拳志館
 - 全国 B 柳澤由美（東北）荒道場

- 高橋幸雄、米良和彦、倉脇多美、米澤舞、長町由紀子、合瀬恭幸、松本大介、中谷安那、岡田真央、古屋美優、高橋もも子、佐々木りお、信原太一、滝口葉乃
- 【参段】
 - 川本菜、齊藤秀嗣、山本菜歩、佐々木一樹
- 【四段】
 - 佐々木和頼、吉本雅宏
- 【五段】
 - 関谷智子
- 【七段】
 - 小田歩、長瀬裕季子
- 【八段】
 - 坂本昌浩、福元洋三
- 称号
 - 【錬士】
 - 西野美樹、西野龍一、井出幸子、芝尚子、眞壁ちひろ、岸田達也、山田尚、クック・マッシュ
 - 【教士】
 - 中村郁美、得能裕
 - 【範士】
 - 井出俊郎
 - 【師範免状】
 - 黒木伸蔵、南邦男

道草

その二十八 変化の中で

「武道とは生と死を決するものなり。」「いかにして心と体を一致させるか」……。

この死生観と精神的形成において、武道は宗教の影響を大きく受けている。さらに、人殺しの「殺法」を人を生かす「活法」にまで昇華させ、その教訓を人間完成の「道」にまで発展させた精神は日本人の誇りである。

競技スポーツは、国際化の中でルールによって勝敗を競い、人間の体を動かすという根本的な要求に応え、体力の向上と社会性の発達など、人類の創造的な活動として発展している。

空手道も時代の変化の中で、「競技スポーツ」に参入し、世界的にも広く普及して半世紀になる。

本来、武道の技は、単に判定するのではなく、技を仕掛けてから「残心」までのプロセスによって、その技が完結性を持ちえたときに「一本」と判定されてきた。

しかし、空手道も競技になると、「攻め」ること一辺倒になり、守りを固めた「後の先」の戦い方は、「消極的な態度」と判定され指導や反則の対象になっている。結果、単にポイントを奪い合うゲーム・スポーツになってきた。

「受けに始まる」教育的で護身的な武道の精神は、どこかに行ってしまったようである。

本来の武道は居場所を失っている。

現代の社会は、A（エア）とか量子コンピュータなど、古代で言う500年に1回クラスの発明が10年単位で発明され、常識が大きく変わり続けている。

今日の常識が明日はもう変化する時代を私たちは生きている。

このような時代は、歴史を踏み越えて現代でも評価されている古典や伝統文化を訪ねることに意味があると言われている。

この点、糸洲流の空手道には、長い年月を踏み越えてきた伝統がある。糸洲会が発行している「空手道大鑑」（坂上隆祥・著）にも記されているが、歴史に洗練された教訓が空手道には多く存在している。

- ▼「礼に始まり礼に終わる」相手をリスベクトする武道の精神とは？
- ▼「型は受けに始まり受けに終わる」受けの哲学、孫子の兵法とは？
- ▼「人殺しの術であった殺法から人を活かす活法へ」人間完成の道とは？
- ▼「なぜ武術でなく武道なのか」等々……。

私たちは、競技だけでなく、空手道の「資源」を再認識したいものである。

参与 林 開作

編集後記



編集委員長 三浦 直

陽春の候 色とりどりの花が咲きそろう季節となりました。

糸洲会も4月に総会が開催され、役員改選がおこなわれ若返りの新役員が決定いたしました。

また全国の様々な大会及び行事が決定されました。本年度の第59回日本空手道糸洲会全国選手権大会は大阪門真市にて開催される事となりました。

全国大会では組手試合は副審2人制が採用され、またメンホーは安全性を考えてV（ファイブ）以降となります。気を付けて下さい。

最近のニュースといえば暗い戦争の話になりますが、ウクライナ／ロシアの終わりの見えない戦争や、アメリカとイランによる中東の戦争が話題に上がり石油問題へと発展しており、各国ではガソリン制限や加工製品等の価格上昇が日々更新しております。本当に嘆かわしい事です。

最後に今年に入り、糸洲会に過大な貢献を残された二人の師範の先生と評議員の先生一人がお亡くなりになりました。ご冥福をお祈り申し上げます。

お知らせ

2026年「紅葉号」締切日は2026年8月25日です。

原稿の投稿については、所属長を通じて下記の地区担当の会報委員にお知らせください。

東北地区／中村博之 関東地区／坂本昌浩・長瀬裕季子 関西地区／三浦直・永野嘉子 中国地区／鈴木隆徳・中村郁美 九州地区／井出俊郎

空手用品総合メーカー 株式会社

東京堂インターナショナル

http://www.tokyodo-in.co.jp

東京堂 空手 検索

(カタログ無料発送中)

『空手道型大鑑』

坂上隆祥 著

287ページ A4版 上製函入

¥12,000 (税込)

ネットショップよりご購入で送料無料 (※送料シヨップ別でのご注文は送料がかかります)

東京本社 0120-35-2997

〒111-0052 東京都台東区柳橋1-10-9

TEL: 03-3866-2997 FAX: 03-3864-9645

info@tokyodo-in.co.jp

東京堂インターナショナルの空手衣はまだまだ進化し続けます！

遂に待望の 2大新商品 新登場！！

◆アスリート3 ◆ヒーロー2

◆(AT-3型用) ◆(HR-2組手用)

AT-2の重厚感に満足出来ないお客様へ 従来品ヒーローでは満足できないお客様へ

価格例: 4号 ¥18,480 (税込) 価格例: 4号 ¥18,480 (税込)

九州支社 〒890-0016

鹿児島県鹿児島市新照院町1-19

TEL: 099-255-8471 FAX: 099-255-1547

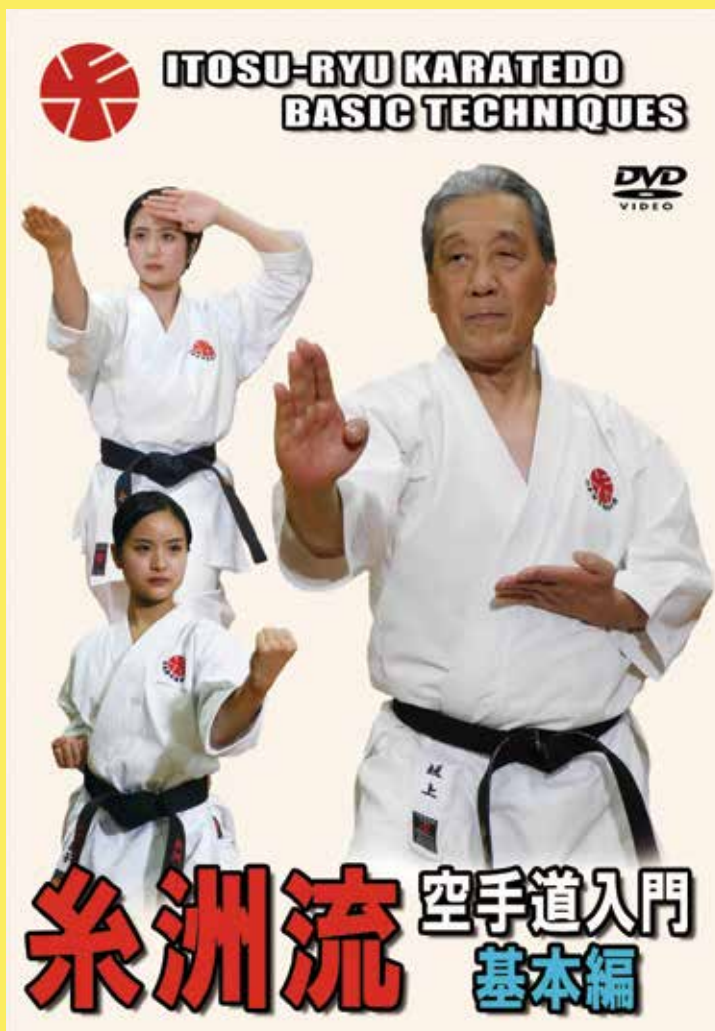
0120-219-170 九州支社72(ダイヤル)

kyusyu@tokyodo-in.co.jp

その他グッズも ネットショップで好評発売中！

【道衣・帯に糸洲会ラベルお付け致します！】

DVD 糸洲流空手道入門 基本編



英語・スペイン語字幕付き
収録時間／65分
企画・監修／坂上節明
制作・構成・編集／小田歩
定価／7,000円

【収録内容】
糸洲流の歴史
座礼
拳の握り方
立ち方
用意～直れ
部位の名称
攻撃法
防御法
受けの五原則
移動式
四方体さばき
肘当て五法・手刀打ち三法
基本型1～10
約束組手1～10
鍛錬組手
巻き藁突き

DVD「糸洲流空手道型大鑑」

シリーズ全5巻 英語字幕付き

監修・指導／坂上節明 企画・協力／日本空手道糸洲会総本部 カラー・120分
定価各巻／5,880円（税込） 会員価格／5,200円 製作／株式会社クエスト



「糸洲流空手道型大鑑」
DVD-BOX
5巻組・カラー550分
豪華ボックス仕様
5巻セット
会員特別価格 23,000円

会員必需品！ お求めは各道場責任者にお問合せください

発売／糸洲会総本部 〒230-0048 横浜市鶴見区本町通1-16-5
TEL：045-521-6318 FAX：045-503-