

善栄館

ようこそ、我々の道場

パシフィック・リム・
マーシャル・アーツ・
アカデミーへ

交換留学プログラム



PACIFIC RIM
MARTIAL ARTS ACADEMY
ESTABLISHED - 1979



マイク・マーティン 師範

練習した通りになる

オレゴン州へようこそ

私は、パシフィックリム・マーシャルアーツ・アカデミーで師範をしております、マイク・マーティンと申します。

2003年に最初の特別講師を歓待して以降、我々は多くの留学生や先生方を歓迎しています。それは、皆さんにとっても、我々の生徒にとっても、そして私の家族にとっても素晴らしい経験となっています。

みなさんがオレゴンでどのような事を体験することになるのか簡単にまとめてみましたので、よろしければ目を通して頂き、参加を検討していただけたら幸いです。

練習した通りになる



これが道場です。

道場

オレゴン州タイガードという町の中心部に位置しています。公共のバス乗り場まで歩いて5分、語学学校まではバスで10分、オレゴン州最大の都市ポートランドダウンタウンまではバスで20分です。

道場の特徴としては、WiFi、2部屋のプライベートルーム、138坪のリビングルーム、シャワールーム、洗濯機、キッチンが完備されています。

ようこそ



練習場

スプリング付きの104枚の畳、
フリーウエイトトレーニングエリア、
更衣室、ロビーとマルチメディアエリアが完
備されています



住居

140平米の部屋には、ミーティングルーム、
キッチン、大きなテレビが2つ、洗濯
機、乾燥機、3階には個室（2部屋）が
あり、音楽機材やWifiが完備されています



我々の

道場へ



個人の部屋

ダブルベッド、空調設備あり、3階にはテ
ラス、電気暖炉、寝所兼用ソファ、55イ
ンチケーブルテレビあり





“

パシフィックリムの生徒さんは、真の柔道家になろうと努力しています。それは彼らの練習に対する姿勢で感じることが出来ました。そしてお互いに支え合う事で深い信頼関係も生まれていると感じました。



棟田 康幸

“

マイク・マーティン先生は日本人の心をお持ちです。私は世界中で多くの先生に会ってきましたが、彼は違います。嘉納先生の柔道のビジョンを理解している本物の柔道家です。



北田 典子

“

パシフィックリムの生徒さん達は、真面目で相手を敬いながら一生懸命練習しています。私は、彼らが柔道を学ぶ事が大好きなのだわかりました。またパシフィックリムに戻って指導する日が待ち遠しいです。



アン・チャンリン



プログラム

伝統的な武道に深い敬意を表しながら、パシフィックリムでは生徒に護身と自立を促し、意味のある関係をつくる事に努めています。我々の哲学「敬意・修行・勇気・言行一致」は、偉大な人材を育成するために大切にしている志です。

パシフィックリムでは、6種類のユニークで尚且つ時代に合った武道を教えると共に、伝統的な武道の稽古を学びたい生徒のために完成された環境が整えられています。全クラス、公認の黒帯指導者によって指導されます。

練習した通りになる

幅広い年代へ向けたクラス



AGES 4 - 6

幼年

武道の基礎

身体活動や基礎技術を学び、楽しい反復運動やゲームを通して武道の動きを学ぶ事に焦点を置きます



AGES 7 - 12

青少年

ハプキドーと柔道

身体能力向上と武道の動き（打つ、スパーリング、投げる、取っ組み合い、受身、足さばき）に焦点を置きます



AGES 13 +

大人

柔道、ハプキドー、合気道、居合道

体づくりまたは護身術、あなたの目的がどちらであっても、我々のクラスはバランス力、持久力、そして柔軟性の向上を図りながら武道を学べるようになっています



講道館柔道

1882年より（日本人）

柔術の原理をもとに、投げ・組み合い・抑えたりして相手を制し、その稽古を通して心身を鍛え、社会に貢献出来ることを目指す日本の武道



富木流合気道

1958年より（日本人）

互いに離れた状態、特に当身技が届く・届かないといった位置から当身技と関節技を鍛錬する合気柔術を利用する合気道



ハプキドー

1951年設立（韓国人）

投げる・関節技・絞め・固定する技術・キック・パンチなどの攻撃技を使う護身の形

居合道

2006年より（日本人）

厳格な稽古を通して心と体を養う精神と共に、古武道の抜刀術を現代武道化したものである

練習した通りになる

指導者紹介



マイケル・マーティン

テコンドー7段
ハプキドー6段
柔道 5段
柔術 4段
合気道 3段
居合道 2段



ブライアン・ベイシンガー

ハプキドー 6段
テコンドー 5段
柔術 2段
合気道 初段



ジェフリー・スィピオ

ハプキドー 4段
テコンドー 3段
合気道 初段



グレッグ・リーカス

テコンドー 5段
ハプキドー 5段
柔道 2段
合気道 初段



チョンギ・ムン

ハプキドー 一級
柔道 一級
合気道 初段



交換留学

学生さんも、既に指導者としての道を歩まれている方も、アメリカで柔道を指導してみたいと思う全ての皆さんを歓迎しております。来て頂いた際には、しっかりと構成されているプログラムで様々な経験をする事が出来ます。

道場は、オレゴン州最大の都市ポートランドのダウンタウンから20分に位置しており、お越しになられた際は美しく比類のない経験をする事が出来ます。

交換留学は、1週間から1年間で受け付けています。このプログラムの申請者は、柔道クラスを指導することを条件に、無料で道場にある宿泊施設に滞在する事が出来ます。

滞在時の費用は、食事や娯楽など個人的な出費がかかります。語学学校を希望する場合、別途費用が必要です。

練習した通りになる

過去に訪れた留学生



棟田 恵理

東海大学

2010-2011, 2012



大森 麻友美

帝京科学大学

2015



上田達彦

東海大学

2016-2017



只野 真梨枝

JR九州

2018-2019



難波 実里

帝京科学大学

2018-2019



文 鐘基

ポートランド州立大学

2017-Present

練習した通りになる

過去に訪れた特別講師



北田典子



田知本 愛



山部 佳苗



修 文



棟田康幸



佐藤 愛子



アン・チャンリン



小室 宏二



田中 康介



オレゴンでの生活

オレゴン州は、太平洋に沿って北にワシントン州、南にカリフォルニア州、内陸にはアイダホ州とネバダ州があります。オレゴン州は250万以上の人々が生活していてポートランド市は人口最多の都市であります。車で1時間あれば周辺には美しい自然があり、都市生活と自然たっぷりの生活と両方堪能でき、完璧なバランスが保たれています。

州の風景は、風にさらされた太平洋沿岸、豊富な水域、常緑樹林、落葉樹林など多様です。オレゴンには、アウトドア活動が全米1位になっており、5つの国立公園、98つ国立保護区があります。そこでは人々が自然を満喫できるようになっていて、17個の歴史的建造物、10個の自然を象徴するものがあります。

留学生は滞在中、一生に一度の経験をすることが出来るでしょう。



オレゴン訪問と

柔道指導

柔道クラスは、幼年・青少年・大人を対象に開講しています。英語を勉強して、あなたの得意技を披露しながら、新しい関係を築いていきます。



オレゴン訪問と

語学研修

全レベルの対象者が受けられる英語クラスは、道場からバスで10分程で通学できます。まずは、実力テストを受けて、自分のレベルに合ったコースに入り、クラスに入ります。



オレゴン訪問と

冒険

パシフィック・リム道場の一員になって、新しい友達を作り、思い出もつくりましょう。やる事がたくさんありますので飽きる事はないでしょう。



街での生活

広大な荒野にコロンビア川とウィラメット川が流れているポートランドの人口は、オレゴン州で最大、65万人となっています。



飲食

ストリートフード世界一の評価を得たこともあります。アメリカ大陸の中でもビール天国でクラフトビールの醸造所が多いことでも有名です。さらに、コーヒー文化も根付いていて、有名なワインもあります。



娯楽

有名スポーツブランドのナイキの本社があり、美術、劇場、音楽のセンスが繁栄しています。NBAチームのホームがあったり、サッカーチームもあります。

薔 薇 の 街

ポートランドらしさ



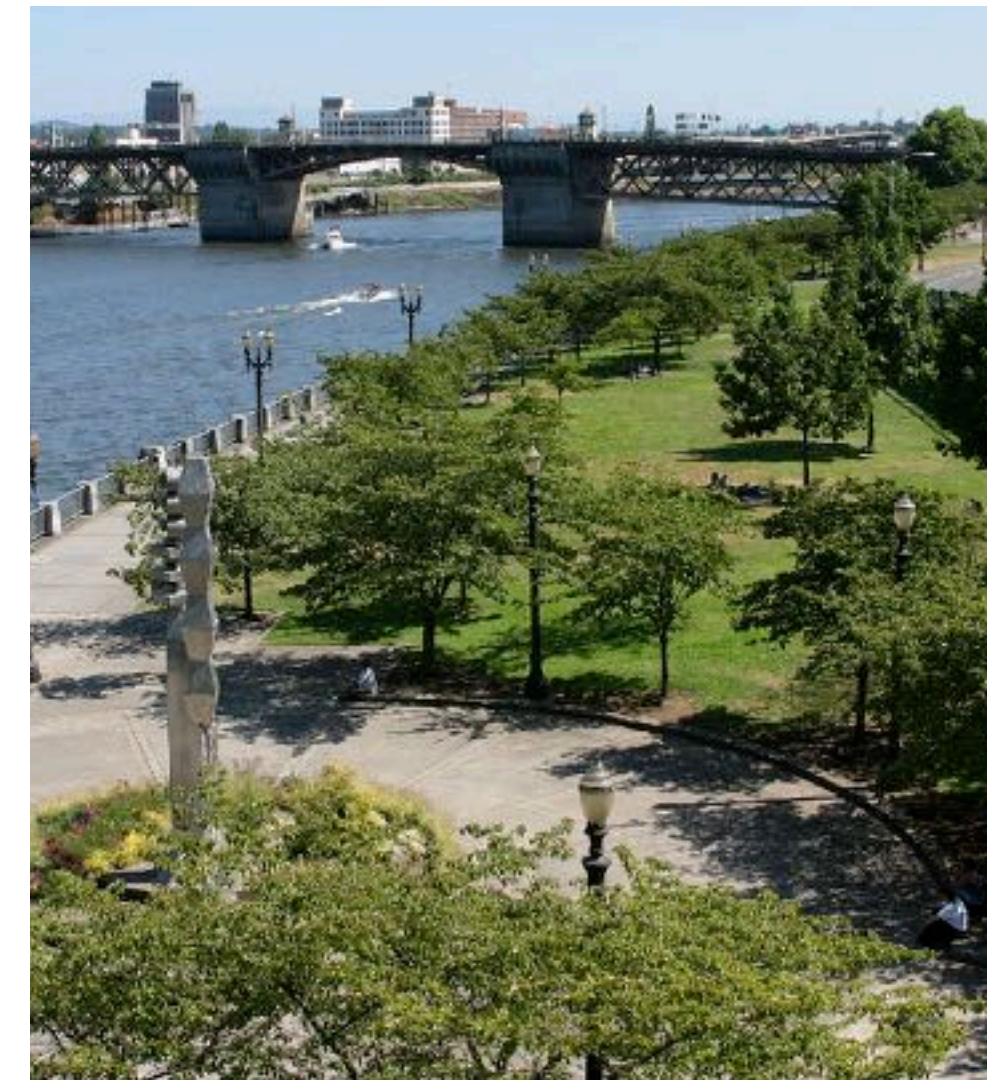
サタデーマーケット

ポートランドは、全米の中でも絶えずマーケットが運営されています。マーケットは、国立史跡になっているバーンサイド橋の下のウォーターフロントパークが主催で、400もの地元アーティスト、ジュエリーメーカーやシェフが参加しています。



ダウンタウン

飲食は、その日収穫された食材が一貫した安全管理によって私たちのもとへと届けられるという「農場から食卓へ」という価値観を実践しています。コンパクトで歩きやすいので、劇場・食事や緑のある公園に辿り着きやすいです。消費税はありません。



ウォーターフロントパーク

トム・マッコール・ウォーターフロントパークは、ウィラメット川沿いにある2.4km続く公園です。徒歩や自転車、愛犬とのお散歩が出来て、夏場は噴水で水遊びする子供たちで賑わい、桜並木や石碑が並んでいます。



訪 れ よ う

オレゴン海岸

524km続く太平洋海岸、全ビーチは公共のもので、海食崖、波の浸食作用の様子、灯台が11個あります。



訪 れ よ う

マルトノマ滝

上部165mと下部21mの二段に分かれていて、間には3mのなだらかな滝があり、全体で189mあるオレゴン州における最も高い滝です。



訪 れ よ う

オレゴン州中部

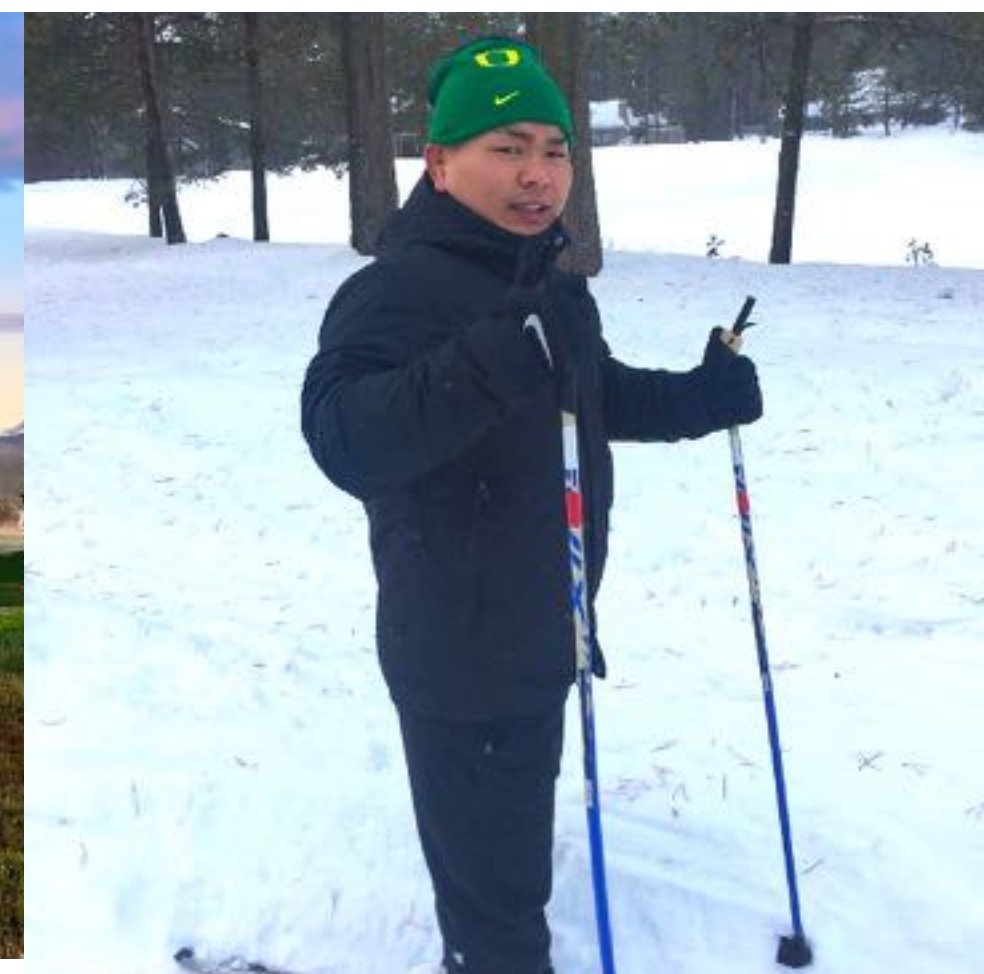
山々に囲まれ、500もの溶岩同があり、アウトドアレクリエーションに有名です。



訪 れ よ う

フット山

オレゴン州で最高峰（3,249m）であります。夏は登山客、冬はスキー客で込み合い、カスケード山脈の中では最も人気の高いリゾート地です。



生活費の見積もり

以下の価格は、滞在中に生活費としてかかる見積もりです。1 か月ごとに見積もっており、個人でそれぞれ差額があるでしょう。一番大きな違いは、ESTAを申請しての訪問（3か月以内の滞在）と、語学学校に通うためのI-20（F1-VISAまたは student VISAとも言う）を申請して3か月以上滞在するところです。



	ESTAでの訪問 3か月以内の滞在	3か月以上の滞在
部屋と光熱費	0	0
食事	\$500	\$500
娯楽	\$200	\$200
公共機関	\$150	\$150
語学学校	0	\$1,200
合計	\$850	\$2,050



知 識 を 共 有 し よ う

柔道クラス

こちらは、一週間の柔道クラスのスケジュールです。無料で滞在していただく代わりに、柔道クラスのご指導をお願いいたします。

クラス	日	月	火	水	木	金	土
青少年		5:30 - 6:15pm		5:30 - 6:15pm		5:30 - 6:15pm	
大人			7:00 - 8:00pm			7:00 - 8:00pm	9:15 - 10:15am

ホ ス ト フ ァ ミ リ ー に 会 お う

マーティン家

私の家族をご紹介します。私たちは2003年から多くの留学生や指導者の方を歓迎してきました。その間、私たちは成長し、人生経験が豊かになっています。娘のハナと息子のアンドリューは双子で、毎回来ていただくゲストのみなさんと特別な絆をつくってきました。みなさんとの新しい出会いを心よりお待ちしております。

マイク



ジェニファー

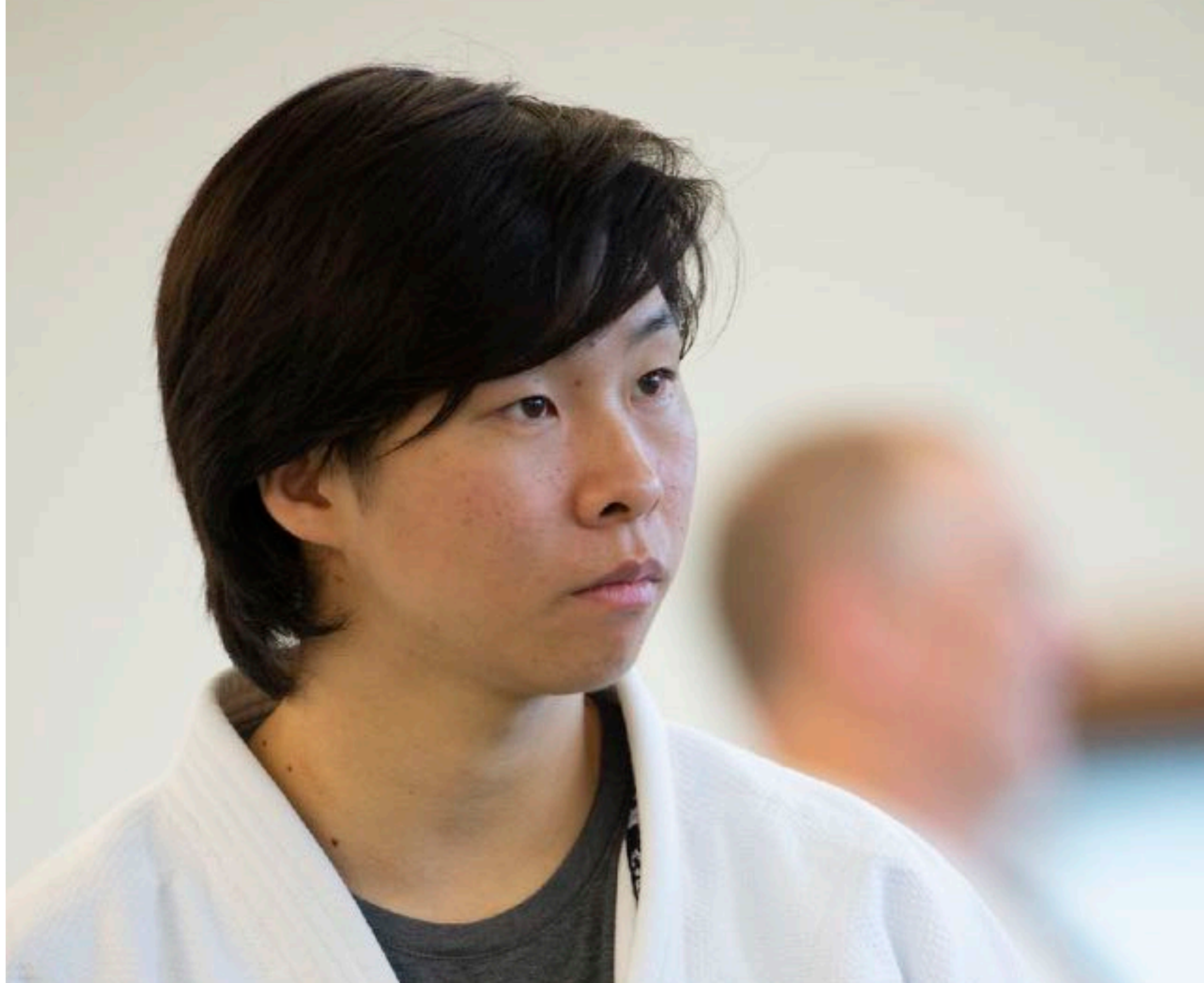


ハナ



アンドリュー





道 場 マ ネ ー ジ ャ ー

チ ョ ン ギ ム ン

チョンギは奈良県出身で、2016年にポートランド・コミュニティ・カレッジ（語学学校）に入学しました。彼が一番最初に道場に来たのが2016年の10月で、そこからすぐ道場生としてパシフィック・リムに入門しました。

2017年、マネージャーとして道場に引っ越しました。今は語学学校を卒業し、ポートランド州立大学に在籍して経営学を専攻しています。

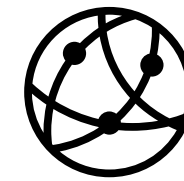
彼は、少年柔道クラスと一般のクラスを受け持ち、日本語・韓国語・英語が流暢に話せます。オレゴンの事、生活の事、わからないことがありましたら遠慮せずに何でも聞いてください。滞在中もいつでもお助けします。



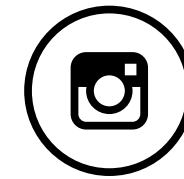


パシフィック・リム・マーシャル・アーツ・アカデミーと

繋がるう



WWW.PRMAA.COM



@PACIFICRIMMARTIALARTSACADEMY



WWW.FACEBOOK.COM/PRMAA

いかがでしたか

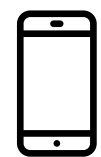
これまで滞在した多くの留学生や指導者の方は「ここは自分の家みたい」と口をそろえて仰って頂けます。申請は簡単ですのでご興味ありましたらいつでも連絡してください。そうすればあなたの滞在についてお話しできますし、手配もさせていただきます。

さて、新しい冒険のはじまりです。一生に一度の思い出と新しい仲間を作りましょう。

パシフィック・リム・マーシャル・アーツ・アカデミーへ
8970 SW BURNHAM ST. TIGARD, OR 97223



パシフィック・リム 連絡先:
マイク・マーティン



+1-503-750-6900



mmartyn@prmaa.com



+1-503-750-6900



+1-503-750-6900



michaelrmartyn



日本 連絡先:
棟田 恵理



+81 70 3663 2458



m.eri.22888@gmail.com



+81 70 3663 2458



+81 70 3663 2458