

# TRICOLOR

## 大会・公式戦結果

### Top

【県リーグ(KSL-1)】

#### ▼第2節

vs 平塚 SC 1-0●

### 小6

【横浜春季少年サッカー大会】

#### ▼決勝トーナメント1回戦

vs バディーSC 0-10●

【全日本少年サッカー大会県大会】

#### ▼1回戦

vs たかとりキッカーズ 4-0●

#### ▼2回戦

vs 大野原 FC 1-2●

### Papas

<Comp>

【県シニアリーグ四十雀2部】

vs 神奈川 JR 1-4●

<マスターズ>

【県マスターズリーグ】

vs 西湘 0-5●

## 今、グラウンドでは・・・

### Top

【KSL-1 第2節勝利！】

Top チームは、5月25日にKSL-1 第2節対平塚SC戦を行い、1-0で勝利し開幕2連勝を飾りました！前回に引き続き1点差を守り切った勝利ですが、連勝できたこと、無失点で乗り切ったことはチームにとって大きいと思います。5/25時点で無失点のチームは12チーム中かながわクラブだけなのでこの流れに乗って行きたいです！しかし、内容の方はリードしながらも追加点が奪えない決定力不足、後半疲れが溜まってきた時に全体的にプレーが雑になってしまうことなど課題はたくさんあります。次節は同じく開幕2連勝で、今シーズンからチーム名を変更し、「J」リーグ入りを目標に掲げる「ブレッサ相模原」戦なので気を引き締めていきたいです！日程の方はTopチームのHPに載っていますので是非グラウンドに来て応援してください！同時に横浜市民大会も順調に勝ち

進んでいるのでそちらの方も優勝目指してがんばります！（樋口 圭太）

### Youth

KCYリーグ、U-17リーグ、県クラブユースリーグと、次々と大会日程が組まれてきています。

KCYリーグは日本CY予選と同じチームがいくつかあります。同じ相手と2度対戦することにより、双方の成長度をはかることができるとともに、相手の選手や戦術に対する対応策を練ることができます。

U-17リーグは昨年とほとんど同じ顔ぶれです。昨年はまさにどん底だっただけに、学年が変わるとサッカーがどのように変化するか、我々がどの程度通用するようになったのか楽しみです。

組み合わせは次のとおりです。

#### ■KCYLEAGUE(1次リーグ)

AC フツロー(埼玉)・フォルマーレ(千葉)・OSA(神奈川)・相模原FC(神奈川)・かながわクラブ  
 ※1位チームは2次予選進出 2位チーム同士4チームで5位決定トーナメントを行い、勝ち抜いたら2次予選進出

#### ■県U-17リーグ(3部リーグ)

横浜緑ヶ丘・城郷・港北・逗子開成・聖光学院・関東学院六浦・かながわクラブ・横須賀明光(旧久里浜)

※1位チームが2部昇格リーグに進出

#### ■県クラブユースリーグ(2部リーグ)

フットワーク・OSA・相模原FC・YSCC・かながわクラブ・綾瀬FC

※1位チームは1部昇格 2位チームは1部5位と入替戦

(内田 佳彦)

### Junior Youth

学校行事やテスト等で学校生活が忙しくなってくる時期になりました。全員揃っての活動は難しくなりますが、春の公式戦やトレーニングマッチで感じた個々の課題に取り組むには良い時期だと思います。特に、どんな状況でも思いどおりにボールを扱える「基本技術」の習得と「観て情報を得る」ことの習慣化にはこだわりをもって取り組んで、次の年代へ向けて、しっかりとしたベースを築いていって欲しいと思います。

公式戦としては、6月1日(日)から6チー

ムによる「県クラブジュニアユース(U-15)リーグ」がスタートします。(二木 昭)

## 小 6

### 【公式戦を終えて】

公式戦は、後一步のところ勝ちきれませんでした。選手達は自分たちなりに試合の中で考え、成長できたかと思えます。これも保護者の方々の暖かいサポートがあったからこそかと思えます。ありがとうございました。今後は公式戦で見つけた課題と今迄続けて来たことに磨きをかけるため練習を行っていききたいと思います。

### 【判断すること】

今後はいろんな場面を想定し、自分でパスを出すのか?ドリブルをするのか?シュートを打つのか?どう守るのか?どのポジショニングがいいのか?を判断する練習を取り入れたいと思います。なので、技術のみ切り取った練習は少なくなるかもしれないので、技術については日頃暇な時間を見つけて個人的に磨いてほしいと考えています。

一方練習では何も考えずプレーすることなく、常に自分がどのような状況に置かれているかを考え、「どのタイミング?」「何処に(向かって)?」「どのような方法で?」プレーするのかを常に考えてもらえるように努力していきたいと思えます。

サッカーは自分、味方、相手、体勢、スペース等の複雑な状況が絡み合い、それが一番大きく影響を与えるスポーツといっても過言ではありません。その中で重要なのは、やはり、より良い判断が常に出来るようになることと私は考えます。この考え方は年代とレベルがあがる毎に短時間の間でしなくてはなりません。ですから、この時期から中学年代が終わる迄によりよい「サッカー感」を身につけることが必要と思えます。実際、自分がサッカーをしてきた中で、ボール扱いが上手い人は山程みましたが、「サッカー感」がないために「上手いだけの人」も多かったのも事実です。ですから、今から必要だと考え、練習に取り入れていこうと思えます。但し、個人技術向上のための基礎練習は前提条件ですので当然のこととして個人練習は忘れずに。(益子 伸孝)

## 小 5

リフティング、ジグザグドリブルを始めて1ヶ月以上経ちましたが、徐々に成果は出ています。リフティングの目標回数をクリアする選手が増えてきて、ゲームなどを観ていても、インステップキックが上手になっているような気がします。努力はしているものの「目標回数クリア」の結果があらわれない選手もいますが、他の選手とは比較せずに、努力を続けてもらいたいです。ジグザグドリブルに関しては、全体的なレベルは上がってきているので、その技術を相手がいるなかで使えるよう、さらにレベルアップさせましょう。高校時代の恩師に「努力は才能に勝る」と言われ、その言葉を信じ、サッカーを続けてきました。みんなもこの言葉を信じて、努力を続けてください。きっといつか、このことを実感する日がくるはずですよ。(高田 成典)

## 小 4

### 【続編 春季大会】

#### 【5/5 プラン第2日目】

×磯子フレンズ SC-B 2-0/×上中里 SC-A 3-2

第1日目は勝ち点0に終わってしまいましたが、内容は悪くなかったのでそれほど心配はしていませんでした。仕切なおしの第3戦目。試合開始と同時に、前からどんどんボールを追いかけています。前2試合とは明らかに動きが違います。攻撃時は、互いに声をかけ合いながらボールをスペースに運び、何度も相手 DF ラインの裏をつくことができました。また、守備に関しても自陣ゴール前では、しっかりと相手に寄せ体を入れてボールの奪取ができるようになり、ヒヤットする場面もほとんどありません。大会2日目にして初勝利をあげ、見事勝ち点3をゲット!皆とてもよい顔をしています。これで戦える自信がついたはずですよ。ウィークポイントであるキック力(強いボールを蹴れるに越したことはありませんが…)を、運動量と判断の早さでカバーするスタイルを残し3試合でも続けていきたいと思います。

対上中里戦、ここまで首位のチームに土をつけることができました。終始ゲームをコントロールし、残り5分まで3-0でリードしていましたが、そこで気持ちにスキ

が生まれてしまったようです。足が止まりかけた時間帯での連続失点。このゲームでは良い面と悪い面が一度に出てしまいました。サッカーの怖さを知るには、とても良い経験ができたはずですよ。サッカーは走るスポーツだという意味が、よく理解できたのではないのでしょうか。

#### 【5/6 プラン第3日目】

×西本郷 FC 2-0/×横浜すみれ SC-B 0-1

この日の1試合目は、ビルドアップの時にあわててしまい、イージーなミスから簡単にボールを失うシーンが目立ちました。2得点はスピードを落として周りを観ることができるようになってから生まれたものです。また、このゲームで気になったのは、前を向いてボールを持つのに、多くの選手が3タッチ以上を要していることでした。相手のプレッシャーがそれほど厳しくない時間帯でも、前を向くのに手数をかけているのは問題です。スーパーな選手がいないチームは、運動量と判断の早さがゲームを進める上でチームの生命線となります。試合後は、ファーストタッチの精度を含め、今一度「いいボールの持ち方」及び「前を向く」ことの重要性を説きました。

2試合目の相手は「ボールを蹴ること」をストロングポイントとしているチームです。それまでの5試合も遠目からシュートを狙っているプレーを目にしていたので、とにかく蹴らせないようにすることを強く求めました。子供たちはそれを忠実に守り、一本目の失点の場面(裏に蹴られてしまい、そのあとの対応が後手を踏んでしまった)以外では危ないシーンは皆無でした。残り20分は70%はかながわクラブがボールをポゼッションし、丁寧なビルドアップから何度も相手 DF ラインを崩すシーンを作り出していましたが、ペナルティエリア付近にボールを運んでからのサポートが遅く、フリーでシュートを打つことがなかなかできませんでした。相手が戻りきった状態で、もうひと工夫するアイデアと、狭いスペースでも人と人との間を抜けていく技術が足りなかったように思います。結果的に、最後の突破からフィニッシュに至るまでの部分が、課題として浮き彫りになってしまいました。得点は入りませんでしたが、とても良い内容だったと思います。このゲームもそ

うでしたし、決勝トーナメントに勝ち進んだもう一方のチームとのゲームでも内容では圧倒し、そちらでは勝ち点3を手にすることができたので、子供たちは本当に大きな自信を得ることができたのではないのでしょうか。ブランの成績は、3勝3敗 勝ち点9というものでしたが、グラウンドで展開されたサッカーは、本当に素晴らしいものでした。型にはめることなく、攻撃も守備も状況に応じて考えてプレーするのが、かながわクラブのスタイルです。今大会も従来どおり、ゴールキーパー以外はポジションを決めることはしませんでした。テーマとして子供たちに求めたのは、二つのことだけです。①ボールにプレッシャーをかけ続けること、②攻守の切り替えを速くすること。これにプラスアルファとして、スペースがない局面ではスピードを落として、周りを観ながら一番相手が嫌な(ゴールに直結する)プレーを選択するように伝えていました。まだまだ習慣化するまでには至っておりませんが、子供たちが見せてくれたパフォーマンスは、十分合格点に達していたと思います。

ブルー・ブランともに最後まで全力で戦ってくれた子供たちを誇りに思います。これで、ブルー・ブランは解散となります。各自高い意識を持ってレベルアップを図り、来たる秋の公式戦に向けて選手間で競争意識が芽生えてくれることを願っております。

保護者の皆様におかれましては、今大会はゴールデンウィークと重なってしまっただにもかかわらずクラブの活動を優先していただき、また、グラウンドにおきまして、あたたかい声援や励ましの言葉をかけていただきまして本当にありがとうございました。皆様の声に後押しされて、お子様たちは最後まであきらめずに全力を出し切ることができたのだと思います。これからも、試合時はもちろんのこと練習会場にもぜひ足を運んでいただき、お子様の成長していく姿を見守っていただければと思います。今後ともよろしく願い申し上げます。

(鈴木 章弘)

### 小 3

#### 【UEFA チャンピオンズリーグ】

先日 UEFA チャンピオンズリーグ(マン

チェスターVS チェルシー)の決勝戦が行われました。ゼミのレポートを仕上げるのを忘れて締め切りに追われていた私は、パソコンとテレビを目を交互にやりながら最後まで見ておりました……。結果的にはマンチェスターが PK の末勝ちましたが、クリスティアーノ・ロナウドやジョン・テリーの PK 失敗などこの試合を通してサッカーがいかに難しいスポーツか思い知らされました。修羅場を潜り抜けてきたスター選手でも失敗するあの緊張感は尋常ではないものと思いました。

#### 【攻守の切り替え】

最近では練習試合やミニゲームで、攻守の切り替えについて選手たちにうるさく言っています。サッカーは野球などと違い攻守が分かれておらず、どの選手もマイボールになったら「攻撃」、相手ボールになったらすぐに「守備」になります。上のカテゴリーの試合ではこの切り替えが早いか遅いかで試合の行方を大きく左右することも珍しくありません。

日本代表や J リーグの試合なんかでは、DF の選手がオーバーラップをしてゴールを決めるのも前線の選手の前からのディフェンスも攻守の切り替えが大きく影響してきます。

まだまだ選手たちは試合中に意識するところまで至っていませんが、これからがんばっていきたいと思います。

(丸山 祐人)

### 小 2

#### 【お疲れ様！】

高学年は市春季大会、全国大会の県予選と公式戦が続き、現在一段落の時です。ご存知の通り横浜市、神奈川県はチーム数も多く所謂「激戦区」。J リーグの下部組織、選抜メンバーを揃えるクラブチームもあり、勝ち続けるのは本当に大変です。それでも一試合でも多く試合が出来るようにかながわクラブの選手達はがんばりました。

選手の皆さん、お疲れ様でした。毎試合応援・サポートいただいたご父兄の皆様、ありがとうございました。

#### 【闘う気持ち】

さて、高学年、特に6年生ともなると体も大きくなり、また「勝つこと」を強く意識しな

がらのプレーになりますので厳しさを増してきます。そこで大事なのが技術、体力と併せて「闘う」という強い気持ちを持つこと。もちろん、楽しくプレーすることが大事なとは言ってもありませんが、かながわクラブの高学年のみんなもその気持ちを徐々に身につけて来ていると思います。

一方、2年生の段階でそこまでの厳しさをいきなり要求することは少々酷なこと。無理強いをしてそれでサッカーが嫌いになったのでは本末転倒です。この年代では、まずはボールにたくさん触ることでサッカーの楽しさを覚えることを優先していきます。もちろん試合では「勝つこと」を目標にしますが、強制ではなく経験の中で「勝ちたい」という意識から徐々に「闘う気持ち」を持つ選手になってもらえるよう進めていこうと思います。(小野 津春)

### 幼児・小 1

#### 【運動能力を育てるには？】

文部科学省が実施した小学生の運動能力調査の結果、25m 走やソフトボール投げなどの全ての記録が、1986 年から1997 年の間に大きく低下していることが明らかになりました。

その理由としては、暮らしの変化が考えられます。暮らしが便利になる一方で、子どもたちが自然に体を動かす機会が減っています。また、家の手伝いをするとも少なくなりました。木登りをする、水溜りを跳び越す、階段を上る、ぞうきんがけをする、蛇口をひねる…など。

東京学芸大学の研究者らが幼稚園・保育園を対象にして行った調査では、通園にバスを使う子と徒歩の子を比べると、徒歩の子の運動能力が高いことがわかりました。また、兄弟が多かったり、家族とよく遊んだりといった「遊びが身近な子」も高い運動能力を示しました。こうしたことから考えても、特別な運動をさせるというよりも日常の積み重ねが重要であることは間違いなさそうです。

#### 【遊びが運動能力を高める】

一方、調査は意外な結果も示しています。体育指導員などを置くなどして保育の一貫として運動指導をしている園より、し

ていない園の方が運動能力的には高い数値を記録しました。この理由については、スポーツ指導はルールを学ぶ上では大事だが、大人の指導が入ると遊びにならなくなるかもしれないと指摘しています。

つまり、子どもたちがドッジボールで遊ぶ時には、線を少し踏んだとしてもお構いなしのことがあります。それを「踏んだから内野のボール」と厳密に指導すると、その度に動きが止まってしまいます。更に一斉指導では、体を動かさない「待ち時間」が長くなってしまふ傾向もあります。

ですから、「運動させなければ…」と力むのではなく、毎日外で思い切り遊ばせることが大事なのではないでしょうか。日常生活の中で動きを増やすことが大事で、子どもたちの運動能力はのびのびと遊ぶことで高まっていくのです。

### 【グラウンドでの指導について】

以上のようなことを踏まえて、グラウンドではどのような指導を行っているのかをお話しましょう。第一に、様々な動きをさせるようにしています。一見するとサッカーとは無縁の動きに見えるかもしれませんが、実はそれぞれがいずれサッカーの体の身のこなしにつながるものになっています。第二に、「待ち時間」を極力短くするために、全員にボールを持たせ、全員が体を動かせるように練習メニューも工夫をしています。第三に、低学年のこの時期は、ゲームの中では厳密にルールを遵守させるよりは、細かなことには目をつぶり、流れを止めないようにしています。仮に明日試合をしたら勝てるという指導は決してしていません。

### 【お願い】

最後に二点お願いがあります。一点目は、グラウンド上での出来事に関しては、良いことも悪いことも一切をお任せください。グラウンドで、我が子のやる気の無さに涙を入れたくなったり、不甲斐なさに文句の一つでも言ってやりたくなったりという気持ちは十分わかります。しかし、指導者は毎年そういった子どもたちを相手にしてきました。そして、それをわかった上で指導にあたっています。注意をすべきかどうか？注意をすべきであるならどのような方法で？等など…。頭ごなしに怒鳴る

だけが指導ではないはず。ですから、グラウンドに来られてお子様と同じ時間を共有していただくのは一向に構いませんが、指導時間内のことに関して、何か言いたくなった時には、直接私(佐藤)におっしゃっていただければと思います。

二点目は、活動時の気温がだいぶ高くなってきていますので、飲み物を十分に持たせてください。活動中は勿論、活動前後にも、こまめに飲水をさせて熱中症などにならないようにしています。よろしくお願ひします。(佐藤 敏明)

### Papas

この時期のスポーツ活動、野外活動で大変恐ろしいものの一つに、熱中症があります。熱中症は重症度により『熱けいれん』、『熱疲労』、『熱射病(日射病)』の3つに分類されます。高温多湿の日や暑い場所での作業などで起こりやすく、睡眠不足や疲労度も影響します。軽症の熱中症は比較的よく発生し、これは運動や作業を中止させて風通しのよい涼しい場所で身体を安静にさせ、水やジュースなどを与えるだけで回復することが多くあります。

かしながら、重症の熱中症(熱射病)では、40~41℃以上の高体温と虚脱症状(けいれん、浅い呼吸、瀕脈、意識消失等)を突然示す体の熱調整機構の障害で、死亡率が20%と大変危険な状態となりますので十分な注意が必要です。虚脱症状を起こしている場合には、応急手当を実施しつつ、救急車により医療機関へ搬送することが必要です。

熱中症の応急手当としては、

- 1高温多湿の場所から涼しい風通しの良い場所に運ぶ(冷房のよく効いた自動車の中に運ぶのも効果的とのこと)
- 2着衣をゆるめ裸に近い状態まで衣服を取る
- 3冷たい水にぬらしたタオルや布を当てて全身を冷やししながら、衣類などであおいで風を送る
- 4意識がはっきりとしていれば水を飲ませ塩を舐めさせる。(意識がはっきりしていない場合は水分を与えない)
- 5意識が無くなれば側臥位をとらせ気道確保を実施し、呼吸が停止すれば人工呼

吸を実施する(注:必ず医師の治療を受ける)

予防法としては、日本体育協会「熱中症予防8ヶ条」をご紹介します。

- 1知って防ごう熱中症
- 2暑いとき、無理な運動は事故のもと
- 3急な暑さは要注意
- 4失った水と塩分取り戻そう
- 5体重で知ろう健康と汗の量
- 6薄着ルックでさわやかに
- 7体調不良は事故のもと
- 8あわてるな、されど急ごう救急処置

※詳細は、(財)日本体育協会HP

(<http://www.japan-sports.or.jp/medicine/guidebook1.html>)をご覧ください。(茅野 英一)

### Mistral

私は今、某スポーツクラブのサーキットレーニングにハマっています。時間は30分間。10種類のマシーンを30秒間使い、次のマシーンに行く間に、ジャンプや、スクワットなどを30秒間こなすという一見、苛酷なトレーニングです。しかし、年齢も性別も関係なく、みんな苦しみながらも、楽しくやっています。一人で黙々とウエイトトレーニングをするのと違って、やっている人達の間になんとなく一体感が生まれてくる…、不思議な感じがします。薄着の季節になるんで、メリハリな体を目指して、ガンバロっ！(斉藤 真理)

### ヨーガ

#### 【ヒマラヤ】

インドにはすでに3回行ってきます。最初は南インド。シバナンダ・アシュラムでヨーガ修行をし、その後訪れたケララ州コバラマビーチは海がとても綺麗でビーチ・ヨーガの気持ちよさにはまりました。

次に北インド。リシュケシでアシュラム巡りをして色々なヨーガを体験しました。ガンジス川での沐浴も忘れられません。

そして西インドでは、ロナワラでカイバールヤダーマ・ヨーガ大学に滞在しヨーガセラピーに触れることができました。ムンバイの経済発展ぶりにも目を見張りました。

次は？と思っていたところで、なんとヒマラヤ行きの話が舞い込んだのです。ヨーガ行者さん方はヒマラヤの厳しい自然の中で修行をするそうです。命を落とすこと

もあるとか。山に登り、人里を離れて修行をするのはどのような感じなのでしょう？想像すればする程興味が湧きます。となると我慢できません。

行きます！ヒマラヤ！そこで修行してきちゃいます！今回の渡印はいつになく緊張気味。でも、生きて帰れると思います。多分。という訳で、6月の初旬はヨーグクラスもお休みをいただいています。申し訳ありません。きっと、大きな大きなお土産(話)を持って帰りますね。(伊藤 玲子)

### たわごと 理事長の感言

#### 【寺田選手】

ユースの練習終了後、車載テレビをつけてみました。日本 vs パラグアイの試合終了間際でした。フロンターレの寺田周平選手が出演していました。32歳の初陣です。試合終了後のフラッシュインタビューで、晴れ晴れとした表情で「幸せな気持ちで試合に臨めた」と語っていました。

今から20年前、彼は日産FCプライマリーのエースでした。当時の監督は現在大宮アルディージャ監督の樋口さん。一方のかながわクラブは、今はNPO会員の山本淳二さんがキャプテン。よく練習試合をやっていただきました。

しかし、何回やってもいつも引き分け。ともに個人技を中心によくボールをつなぎます。小学生とは思えない、見ていてもとても面白いサッカーでした。

プライマリー最後の活動日、またも練習試合に呼ばれました。

しかし、20分ハーフではまたしても2-2。「決着をつけよう」ということになり、延長戦に突入。10分ハーフで戦いましたが、結局そのまま引き分けに終わりました。練習試合とは思えない、緊張感のあるハイレベルの試合だったことを覚えています。

そんな彼も、卒業後は日産のジュニアユースに進みながらも、大変な苦勞をしてフロンターレに入団しています。そんな選手が活躍してくれると、やっぱりうれしくなってしまうのです。(内田 佳彦)

## 夏休みの活動予定

クラス	曜日	時間帯	場 所	遠征・大会・合宿	その他
幼児・小1	日	9:30-11:00	港北小	な し	■小学生海洋キャンプ (NPO 湘南ベルマーレと共催) 7/26(土)~7/31(木)/5泊6日 YMCA 阿南国際海洋センター (徳島県阿南市) 小3以上 ■ファミリーカヌー教室(日帰り) 8/2(土) 清川村宮ヶ瀬湖カヌー場
小2	日	9:30-11:00	港北小		
小3	日	11:00-12:30	港北小		
	水・金	16:40-18:00	大口台小		
小4	日	12:30-14:00	港北小		
	水・金	16:40-18:00	大口台小		
小5	日	14:00-15:30	港北小		
	火・木	16:00-17:20	港北小		
小6	日	15:30-17:00	港北小		
	火・木	16:00-17:20	港北小		
Junior Youth	火・木・土	<火・木> 9:00-15:00の間 <土> 9:00-17:00の間	港北小 三ッ池 他	■合宿 7/21(月/祝)~7/24(木)/3泊4日 中伊豆ワイナリーヒル (静岡県伊豆市) ■高円宮杯県予選 8/30(土)~	■水・金・日 曜日 試合の場合あり
Youth	火・木・土	17:00以降	港北高 新羽中 他	■遠征なし ■県U-17リーグ 8/12(火)~	■8月は16:00以降
Papas	日	8:00-9:30	港北小	な し	
Mistral	金	10:00-12:00	片倉北公園	な し	

### 【注 意】

- ①これは、現時点での予定ですので、時間帯や場所は変更になる場合があります。あくまでもひとつの目安とお考え下さい。
- ②8月のお盆時期【8/12(火)~8/18(月)】は、活動及び事務局はお休みとなります。
- ③上記以外の曜日に試合が入ることもあります。