

# TRICOLOR

## カヌー教室のご案内

大好評のカヌー教室を今年も下記のとおり開催します。皆様お誘いあわせの上ぜひご参加ください。

■期日/8月2日(土)※荒天時は中止

■会場/県立宮ヶ瀬湖カヌー場

■集合・解散/9:30 現地集合・15:30 現地解散

■対象/成人 1~2名と未成年 1~2名の計2~4名のグループ、又は成人同士2~4名のグループでお申込みください。グループごとに1~2艇に乗船します。

■定員/24名

※クラブ員以外の方も参加できます

※未成年者のみで構成されたグループでは申し込みません。

■指導/NPO きよかわアウトドアスポーツクラブ

※カナディアン・カヌーを使用します。

■費用

\*大人(中学生以上)/5,000円

\*小学生/3,000円

\*幼児/1,000円

※上記料金には、カヌー教室受講料/カヌーレンタル料/ライフジャケットレンタル料/シャワー使用料/保険料が含まれます。

■申込方法

[uchida@kanagawaclub.com](mailto:uchida@kanagawaclub.com) まで、メールにて、

\*代表者の、氏名・住所・性別・年齢・携帯電話番号・メールアドレス・FAX番号

\*同伴者全員の、氏名・性別・年齢をお送り下さい。

先着順に受け付けさせていただきます。なお、いただいた個人情報は本教室にかかる手続き以外には一切利用いたしません。

■申込受付期間

7月3日(木)~7月27日(日)到着分まで  
※定員になり次第締め切らせていただきます。

■費用納入方法

参加費は当日会場にて、かながわクラブ担当者までお支払いください。

※当日キャンセルされますと費用を全額

いただきます。ご注意ください。

■その他

荒天時の対応方法や持ち物・服装などの詳細は追ってお知らせいたします。

■お申し込み・お問合せ先

特定非営利活動法人かながわクラブ

担当 内田佳彦

〒221-0863

横浜市神奈川区羽沢町 1817

TEL 045-370-3390

FAX 045-381-8884

[uchida@kanagawaclub.com](mailto:uchida@kanagawaclub.com)

090-3499-3098

## 大会・公式戦結果

Top

【県社会人リーグ(KSL-1)】

▼第3節

vs ブレッサ相模原 0-2●

▼第4節

vs FC 大船 0-1●

▼第5節

vs 横浜猛蹴 1-5●

Youth

【県クラブユースリーグ】

vs Y.S.C.C. 0-1●

Junior Youth

【県 CJY(U-15)リーグ】

vs FC 緑 JY 2-4●

vs サンディーア三浦 2-1○

小5

【神奈川県リーグ】

vs ミツ沢ダックス 2-6●

vs かもめ SC 2-3●

vs ビッツ 3-4●

小3

【神奈川県リーグ】

vs ミツ沢ダックス 7-1○

vs かもめ SC 3-3△

Papas

<マスターズリーグ>

【県マスターズリーグ】

vs Y.S.C.C. 0-3●

<O-40>

【市シニア交歓試合】

緊張していました。実際にスピードやパワーが桁違いですから、ついていくのが精一杯のようです。本人たちが一杯一杯の様子が、はたから見ている手に取るようにわかります。

しかし、間違いなく彼らにとってプラスになるのもわかります。こういった機会が今後も増えてくればいいなと思いました。

公式戦前日にもかかわらず、暖かく迎え入れてくれたトップの選手の皆さんには本当にお世話になりました。ありがとうございました。

こういう環境を用意できるのも多世代型のクラブならではですね。

(内田 佳彦)

## 今、グラウンドでは・・・

### Top

#### 【新連載/選手紹介①】

今月からトップチームの選手を一人ずつピックアップして紹介するコーナーが始まります。

その記念すべき第一回目の選手は背番号2 佐藤正和選手です。

佐藤選手が、かながわクラブに入団したのは銀嶺幼稚園時代、現在ではトップチームの副キャプテンとして活躍しています。佐藤選手はトップチームでは守備の要センターバックとして今シーズンもフル出場、チーム内でも欠かせない存在です。

佐藤選手の特徴は粘り強い守備力もさることながら、セットプレーなどでは果敢に攻め上がり得意のヘディングはチームの得点源にもなっています。

これからの県リーグ中盤戦での熱い戦い、佐藤選手の熱い守備にご期待ください！  
(中本 洋一)

#### 佐藤選手のコメント



「いつも応援ありがとうございます。小学校時代にかながわクラブに出会ったことが、生涯サッカー

選手でいることの源泉となっています。かながわクラブのトップチームとして誇りを持ち、日頃支えて下さっている皆さまに感謝し、魂込めたサッカーをしていますので、これからも応援よろしくお願ひします。」

### Youth

今はまさにテスト真っ最中。しかし、学校により時期が微妙にずれていたり、日頃しっかり勉強しているから大丈夫の選手がいたり、参加者が少ないながらも活動を休みにすることはありません。

そんな中、先日トップの練習に混ぜてもらうことができました。GK 含み4名。かなり

ロールをしていました。特にパスワークとフリーランニング(ボールを持っていない人のランニング)が最高だなあ！と感じてみていました。

それと、特に感心したのが、後方からボールを受けたときにスッとワンタッチで相手にボールを触れずに前を向くトラッピングが絶妙なこと。これにより、次のプレーへの判断早くなり、常に試合を優位に進めていました。個々の能力(技術だけではなくサッカー観も)があれば、代表チーム(寄せ集め)でも質の高いサッカーを具現化できることを示したという意味でも、スペインの優勝を素晴らしいと思います。

個人的にはビクトリー・ランのとき、セルヒオ・ラモスが昨夏に急逝した親友のアントニオ・プエルタに優勝を捧げるTシャツを着ていたのが印象的でした。彼にとって友に捧げる優勝だったのでしょうか。

ともかくにも、Viva Football！！

こんなすばらしいチームになれるよう、これからもみんなで練習していきましょう！！(益子 伸孝)

### 小 5

EURO2008 はスペインの優勝で閉幕しました。ポルトガル、トルコ、オランダ、スペインは攻撃的で華麗なパスサッカーで、グループリーグのスウェーデン戦、決勝トーナメントのオランダ戦で完璧なゲームをしたロシア。どの国も大変面白い試合を魅せてくれました。

では、これらのサッカーの土台になっているものは何でしょうか？それは「個の技術」です。技術なくしてこれらの国の決勝トーナメント進出はなかったでしょう。「ボールを蹴る技術」も当然ながら、「ボールを扱う技術」が高次元であることです。ただパスを出すだけでは相手の守備を崩すことはできません。つねにワンタッチでパスができるとは限りません。相手に囲まれてもドリブルやボールコントロール、スクリーンで「ボールをキープできる」、「相手をかわすことができる」、ドリブルで「突破することができる」、「高い個人技」があるからパスを出すことができ、「ドリブル」があるからパスが活きるのです。技術に自身があるから「顔が上がる」→顔が上がるから「周りが見える」→周りが見えるから「パス

### Junior Youth

もうすぐ夏休みです。夏休み中は、合宿や試合等で平常行わない曜日に活動することもあります。「勉強に」「サッカーに」「遊びに」と、選手の間には有意義な時間を過ごせるよう計画的にメリハリのある生活を心がけて欲しいと思います。ジュニアユースとして1つの目標でもある8月30日～始まる「高円宮杯」では、夏休み中の過ごし方次第でパフォーマンスに差が出てくるはずですよ。

また、8月からは「県U-17リーグ」が始まります。3年生はユースの選手たちとともに参加することになります。1つ上のカテゴリーの大会ではありますが、積極的にチャレンジして欲しいと思います。

頑張りましょう！！(二木 昭)

### 小 6

#### 【EURO2008】

今月は「今、グラウンドでは・・・」ではなく、今年のサッカー界、最大のお祭りEURO2008についてお話します。

結果は皆さんご存知の通り、スペインの優勝で幕を閉じました。大会全体を通してここ数回では一番面白い大会になったのではないかと思います。それは内容と結果が一致している試合が多かったかな〜と。

優勝したスペインはとても攻撃的で個々の技術が高く、イメージの共有がしっかりとできていて、全員が正しい判断、正しいコン

やドリブルの判断ができる。

学年が上がれば、大人になれば「魅力的なサッカー」ができると思います(小学5年生でもできると思いますが)。くるべきときがくるまで「個の技術」のレベルを上げる努力をし、好きな選手になりきり真似をし、レベルの高いサッカーを沢山観てイメージを膨らませましょう。「個人のレベルアップ」とともに、最後まで試合を「捨てない」、「あきらめない」気持ちを持てるよう指導していくつもりです。(高田 成典)

## 小 4

### 【チーム編成について】

4年生ともなると、徐々にサッカーへの取り組み方にも個人差が見られるようになってきます。現在のチームも少しずつではありますが、「意識」という部分で選手間に差が出始めているように思います。

最近の練習試合では、新たな試みとして選抜のメンバー(A チーム)とそれ以外のメンバー(B チーム)とに分けてチームを編成するようにしています。選手を選ぶ際には、①頑張っているか、②考えているか、③まじめに取り組んでいるか、を基準としています。一人ひとりの技術的な要素が判断の基準となるのはもちろんですが、まじめに一生懸命ボールを追いかけている選手を選ぶことで、コーチが何を求めているかを伝えたいと思っています。

もちろん選手の選考については、毎回見直しを行なうつもりです。B チームの選手であっても、前回のゲームでいいプレーをした選手はA チームへ、そしてどんなにうまい選手でも一生懸命さが感じられなければ、次回はB チームでプレーすることになるでしょう。お互いに切磋琢磨し、技術面・精神面でさらなるレベルアップをするための一つのツールとして、「選抜」という手段をとることについてご理解いただければと思います。(鈴木 章弘)

## 小 3

### 【ユーロ 2008】

日曜日に練習に行くと子供たちのほとんどが、ユーロ 2008 や日本代表の話をしているのをよく耳にします。子供たちがサッカーにとっても興味を持ってきていることをとてもうれしく思いました。(みんなま

さか、深夜まで起きているのかな??)

私もまたまた・・・ゼミのレポートの締め切りを追われパソコンとテレビを交互に目をやりながら試合を観戦し、大学の友人とサッカーの専門誌を買ってユーロ開幕前に友人たちと条件付でどこの国が優勝するかの予想をしていました。残念ながら私の予想した大穴のチェコは予選で負けてしまいました・・・

### 【継続は力なり】

最近の練習に行くたびに、「コーチ!!! リフティングが前より出来るようになったよ!!!」「4年生のチームから点数とれたよ!!!」「フェイントで相手を抜けたよ!!!」という言葉をよく聞くようになりました。4月から日曜日の練習ではリフティングの時間をとり少しずつではありますが、最初の時の最高記録よりできる子供が増えてきました。

フェイントやドリブルも平日に、4年生相手ミニゲームをやっている成果が出てきていると思います。しかし、これに満足せず次のステップに挑戦してもらいたいです。

### 【お願い】

これからの季節になりますと気温が高くなってきますので、飲み物(できるだけスポーツ飲料)を多めに持たせてください。よろしく願いいたします。

(丸山 祐人)

## 小 2

### 【色々な動き】

以前から繰り返しお伝えしております通り、この年代ではサッカー(=ボールに触ることを楽しむことを主目的に活動していますが、ボールを使わない動きや手でボールを扱う動きをアップも兼ね行っています。見ていて「ん?」と思われる方もおられるかと思いますが、様々な動きをすることで(長い目でですが)実際にプレーをする時に偏った動きにならないように、少しでも神経系の刺激になってくれることを目指して行っています。実際には普通の遊びや運動でそれ以上の刺激を受け体も覚えているはずですが、バランス・対称・強弱などの感覚を身につけてくれることも期待しながら今後も行っていきます。

一方、実際にボールに触ることについてはゲームを中心に行っていきますが、

ボールを「止める」「蹴る」「運ぶ」といった動きの連動であることを段々に理解してもらえようメニューも考えていきます。

### 【もっとボールに触れる】

しかし、現在の限られた活動時間だけでは残念ながらボールを扱う技術が急激に向上することは期待できません。もちろん焦って急ぐつもりはないのですが、この年代はボールに触ったら触っただけ身につく時期であるだけに普段から可能な範囲でボールに触る時間を増やして欲しいと思います。子供たちにも話していますが、保護者の皆様にも強制にならない範囲で「プレ・ゴールデンエイジ」たちをサポートいただきたくお願いいたします。(小野 津春)

## 幼児・小 1

### 【さまざまな動きを】

人間の神経系の発達は、6歳ごろまでに、大人の約90%に達します。そこで脳が最も発達するこの時期はプレ・ゴールデンエイジと呼ばれ、多くの運動能力を身につけるのに有効で、かつ大切な時期と位置づけられています。逆に、力強さを鍛えるにはまだ適していない時期だとも言えるのです。このように無限の可能性を持ったこの時期には、たくさんの運動にチャレンジすることが脳の発達を促進します。遊びの要素を取り入れた様々な動きを通して神経系に刺激を与えることを最大の目的として指導しています。

### 【自分とボールの関係】

サッカーを始めたばかりの子もたちにとっては、「自分とボール」との関係しか認識できません。ボールは自分のものとして追いかけて続けます。次第に「自分と相手とボール」という関係も認識できるようになります。当初、関心はボールだけでしたので、とにかくボールを自分のものとして追いかけてみます。そこにそのボールを取ろうとする相手が現れると、自分のボールを取りに来るものは全て相手ということで、相手も味方も全くわからない状態になります。最大の関心事は、もっぱら自分のボールを奪いに来る相手(味方の場合もあります)との対決になります。こうして全員が「自分のボール」へと向かう、いわゆるボールに群がる「お団子サッカー」となるので

す。

### 【お団子サッカーの勧め】

しかし、この時期の子どもたちにとって「お団子サッカー」は決して悪いことではありません。相手のボールを奪って、ドリブルで運び、シュートするまでを全て自分ひとりだけで行うということは、とりもなおさず個人の技術のトレーニングになります。そして時期がくれば、ボールから少し離れたところで待ったり、パスを出そうとしたりする子が現れるようになるのです。それまでは徹底的に個にこだわり、個々の技術の向上を第一として、ゴールキーパーも含めた 11 人の相手を全てドリブルで抜きさつてシュートを決めるという理想形に少しでも近づけるように、今日も本能のままにボールを追いかける子どもたちの姿を見守っていききたいと思います。

### 【楽しくなければ続かない】

サッカーは遊びです。サッカーだけでなく、本来スポーツ全般は遊び(=楽しむもの)であるはず。体を動かしてプレーする楽しさ、教えてもらったことがわかる楽しさ、できなかったことができるようになる楽しさ、周囲の大人たちに誉めもらう(認めてもらう)楽しさ、子ども同士かかわる楽しさなど…。いろいろな楽しさを感じながら、サッカーが好きになっていきます。好きになると意欲が生まれ、長続きします。また意欲が出ることで、更にサッカーが好きになっていくのです。みんなには、サッカーが大好きなサッカー小僧になって欲しいと願いながら、日々指導にあたっているのです。

(佐藤 敏明)

## Papas

### 【リーグ戦報告】

Rec は 5 戦 1 勝 3 敗 1 分で 14 チーム中 9 位、Comp は 6 戦 4 敗 2 分で 12 チーム中 11 位と負けが先行する厳しい状況です。

県協会マスターズリーグの方も、これは予想されたところではありますが、3 戦 3 敗であります。格上とのゲームでありいたしかたがない、見方によっては善戦とも言えるかと思えます。いずれにせよ、夏の間の休みに向けて、まずはメンバーを集めること、体調を整えること、怪我をしないこと

から頑張っていきましょう。

### 【試合の出欠確認】

当たり前ですが、試合に必要な人数を確保して試合に臨むことは、試合に参加する以上チームとしての義務であり、礼儀でもあります。社会人それも壮年になるとなかなか難しくなります。リーグ戦でシーズンを通じて、きちんとメンバーを集められるチームが強いチームの第一条件でしょう。Papas では創立以来試合に臨むに当たって、必ず事前に出欠を確認してきており、この出欠確認は、原則試合日の 3 日前に集計しています。これは、人数が足りないときには出欠の再調整をしていたくためにも必要な日数です。監督によるポジション決めや戦術の立案などの作業時間を確保し、メンバー相互間でも誰が来ていて誰が来ないかが分かれば、試合に対する心構えや準備も変わってくるからです。

その出欠確認メールの返信の記載方法についてお願いがあります。20 から 40 のメールを開いて出欠、相乗り、車の手配、審判の確保などを集計して、結果を ML で知らせるのはどうしても数時間はかかります。そこで、従前からお願いしていることですが、作業を効率的に進めるために以下の点にご協力をお願いします。

### 【例】

#### ◆返信期限 6 月 5 日(木)20 時厳守◆

- ①背番号・氏名
- ②試合に参加・不参加・遅刻・早退
- ③〇人乗り(本人含む)の車提供・相乗り希望・現地直行

\* 返信は①から③の 3 行のみとし、不要な文字やその前後は削除してください。

\* 携帯から返信される方は、引用返信で 3 行のみにしてください。

\* ご挨拶も不要です。

このように確認メールは自分の背番号氏名以外は不要文字を削除することで返信メールが作成できるようにしてあります。したがって回答例は以下のとおりになります。

### 【返信例】

- ①4・神奈川太郎
- ②試合に参加
- ③4 人乗り(本人含む)の車提供・相乗り希

望

このように指定の行数で回答いただくと、どなたからのメールの回答項目がパソコンの画面上で同じ位置に表示されることから大変見やすく、集計間違いも少なくなります。項目は同じですが、1 行で返信されると大変困ります。いまだに何人かの方が 1 行で返されますが、これを機に改行をお願いします。また、回答の行の前にヘッダー等が文言が残っていると行ずれ大変見にくくなりますので、おやめくださるようお願いいたします。

また、仕事の予定がはっきりしないなどのときは、未定とお答えください。そして、何時になればはっきりするのか、おおよそ出られそうなのかどうかなどは、返信欄の末尾に記載していただくと大変助かります。

なお、携帯に電話でお問い合わせをされる方がおられますが、試合当日の連絡以外はメールでお願いします。Papas のスタッフは私も含め、土日夜間を含む変則的な勤務をしていますので、勤務時間ではないと判断されていた電話が実は勤務時間中だったりしています。逆に試合当日はメールチェックが困難になりますので、携帯に電話で連絡をお願いします。

今月はお願いばかりで恐縮ですが、お互いの貴重な時間を効率的にするために、円滑なチーム運営のために、引き続きご理解とご協力をお願いします。

(茅野 英一)

## Mistral

休部中、北九州在住の二ツ矢です。こちらでも、ミストラルのような女性サッカーチームを捜しましたが、結局、見つからないまま、間もなく 2 年が過ぎようとしています。

私のサッカーチームは見つかりませんでしたが、小学生の息子が入れるチームはたくさんあるものです。長男も地元のサッカー少年団に入団しました。市内では 1~2 位を争う強豪チーム。夜行フェリーに乗っての奈良遠征や韓国遠征、グランドでのカレーライスの炊き出し、ホームステイなど、保護者の私にとっても、初めての体験がたくさんありました。とにかくお父さ

んもお母さんも、皆さんがとても協力的！毎週末のようにお呼びがかかるので、最初は戸惑うこともありましたが、今はすっかり慣れ親しんでいます。

さて、今年度も”全日本少年サッカー大会”に向けての試合が始まりました。市大会では1位になりましたが、県大会では、惜しくもベスト8で敗退。息子本人も生まれて初めての悔し涙。チームメイトも皆号泣。母親の私も涙涙。負けは負けで、認めなければなりません、悔しくて悔しくて、なかなか納得できないのです。子供たちは、既に次の目標に向かって練習を始めました。不思議なもので親の方が旨く切り替えが出来ません。引きずるんですよ～。でも、こんなにいいチームに出会えたことに感謝し、これからも応援し続けていきたいと思っています。一つの目標に向かって一生懸命になれるって、母親の立場からしても、本当に素晴らしいことだと思えました。

今度は保護者としてではなく、ミストラルのメンバーとして、こんな体験してみたいなあ～と思うのでした。

(二ツ矢 珂司美)

## ヨーガ

### 【ただいま！】

お蔭様で無事に帰国いたしました。そうです。ヒマラヤよりの帰還です。

いや～…。人間、望めばかなうものなのですね。テレビでしか見たことのなかった、あのヒマラヤの景色の中に入って来ました。

標高約 4000メートルのロータン峠(=死者の峠=かつては生きて帰ることが困難とされた所)にて2時間のヨーガ行を行い、ヨーガ行者名をいただき…。感激と充実感で一杯です。

しかし、そこまでの道のりはかなりの体力勝負です。それも、筋トレなどで鍛えられるといったジャンルではありません。日本と異なる食生活。知らない方ばかりのツアーでの適応能力。悪路を走る車に長時間(片道2～3日)乗って行くには車酔いと戦い。究極は経験したことのない低酸素状態(=高山病)との闘い。等等。まさにヨーガでいう「心の自由度」を問われるところ。「心の自由度」つまり「そのひと

の許容能力」が高ければどんな状況にも適応し楽しむことができるわけです。

幸い、私はすべてを楽しむことができました。

この話をすると、どなたも「先生、すごいですね～」とおっしゃいます。でも、すごいのは私ではないのかもしれない。

このような体を与えてくれた親のお陰。環境のお陰。運命のお陰。あとは…よくわかりませんが、ここに自分が存在して何かをしているのは自分だけの力ではないのだということを感じます。

でも、運命は引き寄せるもの。自分の出しているパワーはクリアなものなのか？自分の心の根源をも問われます。

今、目の前に起きていることの原因を他に押しつけることは簡単です。でも、その前に、我胸に手を置いて考えてみる。そして、起きていることを受け入れる「心の自由度」。これらは幸福に生きるために大切ですね。

いろいろな意味で啓示を与えてくれる旅となりました。これからは生かしていきたいです。

修行旅行中、ご迷惑をおかけいたしましたのに受け入れてくださった皆様に本当に感謝しております。ありがとうございました。(伊藤 玲子)

### たむこと 理事長の戯言

#### 【6年前の6月30日】

2002年6月30日。日韓W杯決勝の日でした。当日の資料を引っ張り出してきました。

- 6:00 芝刈込み・ライン引き・ゴール設営
- 8:00 メディアスタッフ集合
- 9:00 ADセンター・ボランティアセンターオープン
- 10:00 競技運営スタッフ集合、神輿・太鼓リハーサル
- 11:00 マッチデーブリーフィング
- 11:15 メディアシャトル運航開始
- 12:00 TVカメラ・広告看板位置直し、カメラマン用パイプ設置
- 12:30 ローピングリハーサル
- 13:00 試合前イベントリハーサル
- 13:30 陸上自衛隊音楽隊横浜アリーナ到着
- 14:00 UNICEF イベント出演小中学生集合
- 15:30 UNICEF イベントリハーサル

16:00 FIFAコアメンバー集合、セキュリティチェック完了、スタジアム周辺交通規制開始

16:30 開門(スタンドへの客入れ開始)

17:00 運営諸室ゾーンコントロール開始、表彰式リハーサル

17:15 ボールキッズトレーニング

17:30 陸上自衛隊音楽隊スタジアム到着、アナスタシア スタジアム到着

17:45 ブラジル代表 横浜プリンスホテル出発

18:00 カメラマン フィールドに入場/レフェリー到着

18:10 ドイツ代表 横浜ベイシエラトンホテル出発

18:25 試合前イベント実施

18:30 チーム到着

19:05 チーム練習

19:37 アナスタシア ライブ

19:40 選手・レフェリー紹介

19:47 選手ロッカーアウト

19:49:15 エキップメントチェック

19:50:10 両国国旗入場

19:51:20 選手入場

19:52:50 セレモニー開始

20:00 キックオフ

21:45 試合終了

22:30 ボランティアセンタークローズ

25:30 メディアセンタークローズ/スタジアムクローズ  
いや～、長時間よく働きました。

そして今日はEURO208の決勝です。試合も気になりますが、運営にも目が回ってしまいます。国旗が少し曲がっているな～…。ボールキッズ、日本のほうが断然上手だな。お、サポーターが発煙筒をたいた。ガードマンがそっちに集まりだした…。だめだ、やっぱり試合に集中しよう。

(内田 佳彦)