

# TRICOLOR

## 新年度 スタッフ&小学生学年幹事

幼児～小学生は、複数の学年を複数のスタッフで見ることにより、個々の選手たちに従来よりも目が行き届くように配慮したものです。

複数の担当＝無責任とならぬよう、スタッフ間のコミュニケーションを今まで以上にとりながら活動をしていきます。

### 【サッカークラブコーチングスタッフ】

カテゴリー	担 当
幼児・小1・小2	佐藤/益子/浅賀
小3・小4	丸山・小野
小3・小4(平日)	内田
小5・小6	鈴木/高田
小5・小6(平日)	二木
Junior Youth	二木/河原/長嶋(GK)
Youth	内田
Papas(Rec)	浜野
Papas(Comp)	中山
Papas(Masters)	茅野
Papas(O-40)	茅野

### 【小学生学年幹事】

※敬称は略させていただきます

カテゴリー	学年幹事
幼児・小1	未定
小2	平林さん/坂井(秀)さん
小3	五嶋さん
小4	安藤さん/布施さん
小5	村越さん/河南さん
小6	山口(修)さん/古賀さん

## かながわフェスティバル開催

3月15日(日)に行われました「かながわフェスティバル 2009」の MVP・MIP 受賞者は以下のとおりです。

※敬称は略させていただきます

### 【MVP】

大平 潤(Top)

### 【MIP】

カテゴリー	受賞者
幼児・小1	小池 一輝
小2	伊地知 祐貴
小3	安藤 汰一
小4	関本 賢太郎
小5	横山 優作
小6	参加者なし
Junior Youth	田中 翠
Youth	本田 裕明
Papas	稲垣 隆弘
Mistral	参加者なし
Top	角木 弘

## 大会・公式戦結果

### Junior Youth

【2008/2009 県 U-15 リーグ】

vsFC コラソン B 2-4 ●  
 vsY.S.C.C. 4-2 ○  
 ※6 チーム中第3位

### 小6

【区少年選手権】

▼決勝  
 vsEMSC 3-0 ○  
 ※優勝!!

## 今、グラウンドでは・・・

### Top

### 【県リーグ開幕】

今年度は4月19日(日)に県リーグ開幕です。

開幕戦の相手は昨年度4位の強豪ブレッサ相模原です。

昨年度は開幕2連勝しながら最終的に残留争い、今年こそは皆さんに安心して見ていただいて上位で戦えるシーズンにしたいと思っています。

市民大会のようにとは行かないかもしれませんが、皆さんの応援があれば、選手たちも奮起します。

ぜひ、4月19日(日)19:05 Kickoff 海の公

園なぎさ広場にお越しください。

### 【新監督決定】

トップチームは長い間、監督不在のまま選手たちだけで試合を行ってきました。

しかし、今シーズンから、念願であった新監督を迎えることになりました。

新監督については次号あたりのトリコロールで詳しくお伝えできると思います。

県リーグ開幕に向け、新監督のもとと精力的に練習試合を行っています。

ここ数試合では、今まで選手同士では修正できなかった全体的なバランスがよくなり、ボールをうまくまわせるようになり、攻撃の形が見えてきました。

また、全体的に相手陣内で勝負できるようになってきて、ゴールへのこだわりも出てきました。

しかしもちろん、まだまだ修正すべき点は山ほどあります。

4月以降新監督を迎えてそれぞれの課題を克服して、県リーグを戦いたいと思います。(中本 洋一)

### 【選手紹介⑨】

Topチーム選手紹介9回目は、Topチームの核弾頭 29 堀田選手です。

チームで一番背が高い選手、と言えば皆さんご存知の方も多はずです。

しかし、堀田家の中では一番背が低いとか……。

29 堀田選手は不動の FW、昨年も練習試合を含めダントツの 20 得点をあげました。高身長からのヘディングはもとより、相手に囲まれてもびくともしないポストプレー、足元も柔らかくスピードに変化をつけてかわすドリブル、そしてチームで一番のシュート力が持ち味です。特にシュート力は蹴ったボールのスピードはチームで一番、ゴール前長めのフリーキックでもゴールに突き刺すことができる選手です。

昨年は相手チームに徹底マークされて、県リーグでの得点が少なかったのですが、今年は新監督の指導のもと、FWとして動き方を習得し練習試合ですでに 7 得点、今年はブレイクしそうな気がします。

将来ストライカーを目指す若い選手たちの見本にもなる選手です。その 29 堀田選

手の活躍を見るためにも、ぜひ県リーグ開幕戦に来てください。(中本 洋一)

### ☆堀田選手からのコメント



もうすぐ県リーグが開幕します。今まで残留争いをずっとしてきましたが、今年は一味違ったチームになるのではないかと

思っています。応援に来てくださる方々含め全員で勝利をつかみたいです。ぜひ、僕のスーパーゴールを見に来てください。応援よろしく願っています。

### Youth

いよいよ日本クラブユース選手権の関東大会が開幕します。

今年は全試合を天然もしくは人工の芝生で行えることは嬉しいことです。いい環境で、いいパフォーマンスをしてくれることと期待しています。

もちろん、相手チームにとってもいい環境なのは同じですから、よりハイレベルのゲームにならなければいけません。

集中するときと抜くときとのメリハリをつけ、しっかりと準備をして試合に臨もうと思います。

そのあとには、従来の KCY リーグ(関東クラブユースリーグ=J ユースカップ予選)に続き、今年度から新たに県 U-18 リーグも始まり、まさに公式戦の目白押しとなります。

学校によってばらつきが大きいので、基本的にテスト期間は考慮されませんから、選手諸君は日々の生活の中でしっかり勉強もしておかねばなりません。

計画的なメリハリのある一年を過ごすことが求められます。

さあ、一緒に頑張っていきましょう!

(内田 佳彦)

### Junior Youth

#### 【3年生送別試合】

3月28日(土)にジュニアユースとして行う

3年生最後の試合を保土ヶ谷公園サッカー場の素晴らしいピッチで行うことができました。

3年生は、ほとんどが小学生時からかながわクラブにいる選手たちです。中には、9年間かながわクラブでサッカーを続けてきた子もいます。

私としては小学生時から見続けているだけに、サッカーはもちろんですが、様々な面で個々の成長ぶりを感じることができました。おかげで私自身も楽しみながら関わり続けることができたことに、最後まで続けてきた選手たちみんなに感謝のきもちで一杯です。

今後はジュニアユースで培ったものをベースとしてユースで活躍してくれることを期待しています。

#### 【日本 CY 予選】

日本クラブジュニアユース(U-15)選手権県大会が、今年度はリーグ戦からトーナメント戦に変更となりました。

負けたら終わりです。次のステージに進むためには勝ち続けるしかありません。個々が成長していくためには、緊張感のある公式戦を数多く経験することも重要です。自分たちのために1試合でも多く試合を行えるよう、できる限りの準備をして臨んで欲しいと思います。

初戦は4月26日(日)となる予定です。

(二木 昭)

### 小 6

本年度も引き続き担当させていただくことになりました、高田です。

一年間よろしく願っています。

6年生になりますと、公式戦や招待試合が増えてきます。5年生の時よりも勝負にこだわりながら、引き続き「個」を伸ばすことを重点に置き、簡単な戦術なども指導をしていきます。

また、ジュニアユースと合同で小遠征や合宿も行うつもりです。

新年度早々から、春のリーグ戦と全国大会県予選の公式戦が続きます。リーグ戦は決勝トーナメント進出。全国大会予選は一つでも多く勝てることを目標にしていきましょう。(高田 成典)

## 小 5

### 【1 年を振り返って】

新年度のスタートです。早いもので、この学年を担当させていただいてから丸 2 年がたちました。集合してもおふざけモード全開でおしゃべりに花を咲かせていた子どもたちも、今では挨拶が自然にできるようになったり、仲間と協力しながら練習で使用する用具の準備や片づけができるようになるなど、その振る舞いからも成長の跡がうかがえます。今月は年度の初めということもありますので、簡単に 1 年を振り返ってみたいと思います。

ゴールデンウィーク前後に行なわれた横浜市の春季大会では、『ボールにプレッシャーをかけ続けること』、そして『攻守の切り替えの場面でしっかり走ること』をテーマに臨みました。ブルーとブランはともに 6 試合ずつを戦いましたが、その中にはこの 1 年間でベストゲームと呼べるようなとても素晴らしいゲームがありました。結果として 0-1 で負けてしまったものの、この試合では終始ボールを支配し、攻撃も守備も常にアグレッシブに主導権を握りながらゲームをコントロールすることができていました。残念ながら早い時間帯にカウンターから 1 点を失ってしまいましたが、その場面以外はパーフェクトな戦いぶりでした。小学 4 年生が全力を出し切って走りきったあの 30 分間が忘れられません。それほどにすばらしいパフォーマンスだったと記憶しています。

秋の国際チビッ子も春と同様に決勝トーナメントに進むことはできませんでした。しかし、内容としては見るべき点も多く選手たちは本当によく頑張ってくれたと思います。ただ、ひたむきに最後まで頑張るといふ部分では、春と比べて若干物足りなさがあったことも事実です。技術・戦術・フィジカルの各要素は、もちろんどれ一つとして欠くことのできないものですが、その前提としてメンタルの準備ができていなければ、ピッチ上では良いパフォーマンスを発揮することができないということ、子どもたちはこの大会から学んでくれたはずです。

いつもお伝えしているとおり、結果だけ

で子どもたちを評価することは何の意味もなく、勝った負けたという表面的な部分を取り上げて一喜一憂することは、この先長くサッカーを続けていく子どもたちにとっては、むしろマイナス面の方が大きいと私は考えています。大切なのは、「結果」ではなく「楽しく取り組めたのか」「どんなパフォーマンスができたのか」といった切り口から、子どもたちに接してあげることではないでしょうか。

良いプレーができた時は、手放しでほめてあげてください。そして、うまくできなかった時は、あたたかく励ましの言葉をかけてあげてください。私たち大人がしてあげられることは、子どもたちが楽しく前向きに、そして自主的に取り組む環境を用意してあげること意外にないと思っています。ご家庭におかれましても、そのようなスタンスでお子様と接していただけたら幸いです。

### 【ご挨拶】

コーチングスタッフの新体制については、今号を配布する以前に理事長の内田からもご案内させていただきましましたとおり、鈴木がまた一年間担当させていただくことになりました。幹事の河南さん、村越さんをはじめとして保護者の皆様には引き続きいろいろとご協力いただくことと思います。どうぞよろしく願いいたします。なお、サッカーの指導はもちろんのこと、何か疑問に思ったこと、その他お気づきの点がございましたらお気軽にお申し出くださいませ。(鈴木 章弘)

## 小 4

### 【今年度もよろしく願いいたします】

昨年度は、大変お世話になりました。今年度は横浜市の大会など大きな大会が入ってきます。かながわクラブの伝統でもあるボールを大切にす美しいサッカーで一つでも多く勝てるようがんばっていきなさいと思います。

### 【春季大会について】

4 年生になって最初に行われる大会が春季大会です。この大会が行われる為

は、グラウンドを提供して下さった幹事チーム関係者の方々・相手チーム・かながわクラブの保護者の方々、その他の関係者の方々の協力があって成り立つ大会です。自分たち以外の方々の協力によってサッカーができていたことを大会を通じて、子供たちに伝えたいと思います。

2 年生の時に経験した選手もいると思いますが、今回は人数のチーム在籍人数上、1 チームしかエントリーしません。1 分 1 秒でも多く試合に出たいと思う選手は試合当日に向けて自分なりに準備をしっかりとしてください。(丸山 祐人)

## 小 3

### 【早いもので..】

6 年生の卒業式も終わり桜の咲く季節になりました。あつと言う間の 1 年でしたが、小 2 カテゴリーは徐々に人数も増え活気も出てきたことを何よりうれしく思っております。

この 1 年はこれまでもご案内の通り「楽しむこと」をベースに、将来のことも考慮しバランスや感覚を養う動きと併せ「体はどう動くのか」も知って欲しく一見つまらなそうな練習も取り入れ活動してきました。結果、例えばキックでは どうすればきちんとヒットするのかも段々にわかってきたかと思えます。慌てるもまだまだ失敗は多いですが、繰り返すことで身につけていくことを考えています。

一方、公式戦や招待試合では「勝つこと」も目指しハッパをかけたこともありましたが、子供たちには申し訳ないと思いつつも、緊張感の中でやりきる厳しさも経験できたことは今後につながるものと思っています。また、目的を持って取り組むことでモチベーションを上げる、と言う意味ではトロフィーに感謝しないといけません(笑)

### 【新年度】

4 月から U-10 カテゴリーは丸山/小野/内田(平日)の体制で担当していきます。新小 3 の子供たちは平日の練習も始まりますが、新小 4 の皆にも負けぬ元気で取り組んで欲しいと思います。

今後も技術的な向上を目指すのはもちろんですが、必要な個人戦術についても

徐々に伝えていきます。直ぐに難しいことはしませんが、サッカーをしていく上で必要な「どんな時にどんなプレーをすればいいのか、どういうプレーができるのか」の判断を段々に理解してもらうよう繰り返し伝えていきたいと考えています。

それともう一つ。「自分のことは自分でする」ことも言い続けます。保護者の皆様には子供たちの自主性も尊重いただき、今まで以上に温かく見守っていただきたくお願いいたします。(小野 津春)

## 幼児・小1・小2

### 【ボールと仲良しになりましょう！】

初めに皆さんにサッカーが上手くなる秘訣をお教えしましょう。それは毎日ボールに触ること、毎日ボールを蹴ることです。私たち日本人はご飯を食べる時にお箸を使います。勿論皆さんも使いますよね。しかし、外国の方にはなかなかお箸を使うことが難しいということです。では、皆さんはどうしてお箸を上手に使えるようになったのでしょうか。思い出してみてください。最初は上手く使えなかったにもかかわらず、毎日食事のたびにお箸を使い続けることで徐々に上手く使えるようになってきたはずです。

同じことがお箸を使うことだけでなく、あらゆることに、そしてサッカーについても言えるのです。継続は力なりの言葉を持ち出すまでもなく、毎日毎日お箸を使い続けることで、現在の皆さんがあるのです。下手だけれど続けること、あるいは下手だからこそ続けることが上達につながるのです。

家の中でゲーム機を相手に遊ぶ時間の一部を、屋外でボールを蹴る時間にあててみましょう。毎日ボールと遊んでください。そしてボールと仲良しになってください。絶対にサッカーが上手くなるはずですから。

### 【上手なプレーを真似してみましよう！】

では、次に皆さんはどうやって言葉を覚えられましたか？知らず知らずに話せるようになっていたというのが正直なところでしょう

か。つまり、誰かから教えてもらったということは無いはず。生まれて以来最も身近にいる人(多くの場合ご両親だと思いますが…)の話す言葉を音として認識し、それを最初のうちは意味もわからずに真似をしていたのです。そうするうちに音と事物が一致し、言葉が意味を持つようになったのです。

最初は全く話せなかった赤ちゃんが言葉を覚え、話すことができるようになるには、お父さんやお母さんの口真似をすることが大きく影響していたわけです。サッカーでも同じです。自分よりも上手な人(決してプロの選手でなくても良いのです)のプレーを真似してみましょう。〇〇選手のようにになりたいとか□□君のようにになりたいと思うことがエネルギーとなります。何度も何度もお手本と同じようにできるまで真似をすることです。どんなことでも、練習というのは、如何にお手本に近づけるかということに尽きます。

### 【サッカーを好きになりましょう！】

以上の2点がサッカーが上手くなる秘訣です。ところがこの2点を続けるためには、サッカーが好きであることが大前提になります。サッカーが嫌いでは毎日ボールを蹴ることはできませんし、憧れの選手を真似をするどころか、サッカーの上手い選手に憧れることすらありえません。そこで私たちがかながわクラブでは、何よりも「サッカーを好きになってもらうこと」に全力を注ぎます。そして数多くの「サッカー小僧」を育てたいと思っています。大人の満足のために勝負に拘って、子どもたちの可能性を摘むようなことがあってはなりません。

確かに試合ではなかなか勝てないかもしれませんが、年齢に応じて身につけなければならないこと(具体的にはボールコントロールを中心とした個人の技術面)は確実に習得させていきます。しかもそれはサッカーが楽しくなるために不可欠なことなのです。

お父様やお母様方には、こうした観点で練習や試合を捉えていただければ幸いです。それでは今年一年よろしく願いいたします。(佐藤 敏明)

## Papas

### 【シニアリーググラウンド提供問題 その2】

先月号でご報告したグラウンド提供義務と課徴金問題については、3月14日(土)のチーム代表者会議では決定できず、再度協議することとされました。いずれにせよ、こうした議論が進行しており、間もなく決定がなされること、またその結果によっては新たな負担をお願いする可能性があることをどうぞご理解をいただきますようお願いいたします。

### 【メーリングリスト】

Papasのメーリングリスト(以下MLと略します。)は、各チームごとに作られておりチーム単位で個別に連絡ができるようになっています。具体的には[Papas][PapasRec][PapasComp][PapasMasters][PapasO40][PapasGolf]の6種類あります。受け取ったメールが、どの区分から来たメールかは、件名の冒頭にこのとおりに記載されていますので、これで区別してください。それぞれの使い分けは、以下の通りです。

[Papas]...Papasメンバー全員が登録されています。

[PapasRec]...シニアリーグ4部加盟のRecチームメンバーが登録されています。

[PapasComp]...シニアリーグ3部加盟のCompチームメンバーが登録されています。

[PapasMasters]...県マスターズリーグ加盟チームメンバーが登録されています。

[PapasO40]...Rec、Comp、Mastersのいずれかに参加しているメンバーが登録されており、このメンバーで横浜市シニア委員会主催試合に参加するチームを構成しています。

[PapasGolf]...Papas有志で争われているかながわクラブカップ参加メンバーです。

これらMLに正しく皆さんのアドレスが登録されているかどうかを確認するためのメールを近々各MLから送信しますので、是非チェックをお願いします。

また、MLに登録してあるアドレスを変更したい場合には、メールで新たに登録したいアドレスとともに、削除したいアドレスを

必ずご連絡くださるようお願いいたします。

(茅野 英一)

## Mistral

3月20日(金)の活動を最後に、ミストラルはしばらく活動休止となりました。

岸根レディース(関東代表として全国大会にまで出場しました)というチームが解散し、残ったメンバーで辞書を引きながら「ミストラル」という名前を考えたのは、何年前のことだったでしょう。季節風、つむじ風という訳を見て、試合で旋風を巻き起こし暴れまわる力強さを感じたものでした。

私がサッカーを始めた頃は、もう26年前ですが、若いお母さん達は専業主婦が多く、グラウンドの隅では園児や、もっと小さな子供達が敷物の上で遊んでいて、まわり付く子をなだめながらボールを蹴ったものでした。

でも最近では皆仕事を持ち、平日の午前中に人を集めることは難しくなりました。仕事を持っていると、土日は家族で過ごす日になりますから、お母さんが頻繁に試合に出かけてしまう訳にはいかないのかもれません。11人というメンバーで試合をするのは本当に難しくなりました。

ミーティングを重ね、共通の理解をもとめと努力し、それでもぶつかり合いながら色々な大会に向かっていく日々は、今では宝物になりました。

こんなに長くサッカーを続けたのは何故かしらと考えると見ますが、ただただ、楽しかったとしか思いつきません。

グラウンドに行けば仲間が居て、笑い声にあふれていて、ボールを追いかけることだけに夢中になれる瞬間がありました。

試合に行けば、毎回緊張で心臓が飛び出すほどドキドキするのですが、勝っても、負けても、帰り道は達成感にあふれ、皆で口角泡にしながら試合について語りながら帰ったものです。

グラウンドに集まるメンバーの一人一人は、環境も、考え方も、価値観も各々違っていると思いますが、サッカーが好きという共通の思いで集まるのだと思います。

一緒にボールを蹴ることだけのために、そこに仲間が居るといことは本当にうれしいことでした。

ミストラルはじめ、メンバーで自主運営をしていましたが、かながわクラブの内田コーチに指導をお願いしてきました。内田コーチが何時も練習方法を工夫し、どうしたらにわとり頭(一つの事しか頭に入らないため)のお母さん達が上手になるか考えてくださったこと、集まる人数によって練習方法を変えて何時も楽しい場にしてくださったこと、本当に感謝しています。

運営が行き詰って来た時には、かながわクラブの仲間として呼んでいただき、チームとして続いていくことができました。

チームのあり方もその時々にあったように変わってきました。

初めは試合や大会に向かって練習をしていましたが、今ではミニゲームが中心で、長く怪我をしないでサッカーを楽しもうとなくなってきました。

頭と体を同時に使うことは、大変なりハシリです。

今残っているメンバーは、2人でも3人でも集まれば楽しくボールを蹴って、笑い声が絶えない人ばかりなので、活動の休止は残念でなりません。

これからは各々フットサルなどの活動の場に参加しながらサッカーを続けていくことになると思いますが、いずれは又かながわクラブの中に、新しい女性のためのチームが再生されることを願っています。

末筆ではありますが、指導をしてくださった内田コーチ、仲間に入って一緒に楽しく練習をしてくださった浜野コーチ、応援してくださったかながわクラブの皆様にお礼を申し上げるとともに、益々のご発展をお祈り申し上げます。(内田 玲子)

## ヨーガ

### 【ピアス!】

先日、一大決心をして、ピアスデビューをしました。そうなのです。こう見えても、まだピアスをしていなかったのです、私って。最近では、40歳代、50歳代、さらには60歳代で、初めてピアスをする方も増えているようです。女性なら、いくつになっても綺麗でいたいですね。これって大切な事だと思います。

友達に誘われて、知っている耳鼻科の先生にピアスの穴を開けていただいたのは5日前。

親から「神様からいただいた身体に傷を付けるなんてもっての他!」と育てられた私。直前まで迷っていたのですが、思い切ってお願いしました。一瞬痛かったけれど、無事に終了です。直後に、看護師さんが貸してくださった鏡に写る私の耳には、小さなファーストピアス。きゃ〜、うれしい。すごく新鮮な感じです。

インドでネックレスを買くと、よくピアスとセットになっています。綺麗だけれど私には着けられないと諦めていたのですが、それもできるかもしれません。

一ヶ月間は一日二回の消毒をして、一年位は大事にしなければいけないそうです。でも、来年の春には、きっと、インドピアスデビューです。暖かくなるのが待ち遠しい...そして、来年の春まで待ち遠しい私です。(伊藤 玲子)

## たわごと 理事長の戯言

### 【魚をさばく】

自炊をするようになってくると、だんだんと欲張りになり、もっと美味しいものを食べたくなってきます。

魚はわりと好きなほうで、はじめのころはお刺身を買ってきてただ食べていたのですが、次には柵で買うようになり、ついには丸ごと買ってきてさばく様になりました。

最初に挑んだのがアジ。3枚におおすも、ご他聞にもれず、「あんなに大きい魚だったのに、こんなにちっちゃくなっちゃった」状態。

しかもこのときは出刃包丁はおろか、うろこ取りや骨抜きもありません。肉たたき(とんかつみたいなのやつです)のぎざぎざの部分で、魚の表面をぎざぎざすると、すりむけ状態に...

骨抜きの変わりに毛抜きで試しましたが、案の定無理。その部分を切り落とす作戦で対応しました。

それでも2匹目はだいぶうまくいきました。

次に調子に乗って買ったのがイサキ。  
「アジで勝手がわかっているから楽勝♪」  
と、ろくに勉強もせずに挑んだのが大間違い。

うろこがしっかりついているのを知らず、  
しかも皮がアジのように手でむけません。  
出来上がったのは「イサキのたたき うろこ  
まぶし」でした。

2匹目(本当は1匹でいいのですが、失  
敗を恐れてついついバックアップ用にもう  
1匹買っています)は、肉たたきでのごし  
こすってうろこを除去。

3枚におろした後、包丁を使って皮をむ  
きます。おお～。我ながらあざやか♪

そしてついに道具をそろえることに。

うろこ取りはおしゃれなキッチン用品売り  
場にはなく、妙蓮寺のホームセンターで  
を見つけました。

ついでに出刃包丁と大き目のまな板も  
購入。

先日は無謀にも鯛にチャレンジ。

基本は同じでも、魚自体の大きさが違う  
だけでなく骨の硬さなども違いますから悪  
戦苦闘。皮をむくのも大仕事です。まして  
や1匹1,250円もしたので失敗は許されま  
せん。

3枚におろし、1枚は皮をつけたまま熱  
湯をかけて松皮造り、頭は二つに割って  
煮付けにしました。

残った部分で出汁をとってスープにした  
つもりですが、いい加減に作ったら「生姜  
スープ 鯛風味」になりました。

たしかにこうして食べると、本当に美味し  
くいただけます。

次は盛り付け方を勉強しないと・・・。

※自炊をしているといっても、決して一人  
暮らしをしているわけではありません。念  
のため。

(内田 佳彦)

