

# Tricolor

## 第4回大人のための 学年対抗フットサル大会

次のとおり「第4回大人のための学年対抗フットサル大会」を開催することになりました。

今回は文部科学省の「スポーツコミュニティの形成促進事業」の一環として行います。

各学年の幹事様からすでにご案内があったかと思いますが、皆さん、奮ってご参加ください！

### ■主旨

1. 幼児・小学生の学年ごとの親睦。
2. 見るだけではなく、実際にプレーする楽しさを味わってください。

■主催：かながわクラブ

■期日：2/12(日) 14:00-18:00

■会場：みなとみらいスポーツパーク

### ■時程

\*14:00 集合・説明・抽選・W-up

\*15:00 第1試合

\*15:30 第2試合

\*16:00 第3試合

\*16:30 3決・5決

\*17:00 決勝

\*17:30 試合終了・表彰式・写真撮影

\*18:00 撤収完了

### ■参加資格

\*原則かながわクラブ各学年の保護者及び同居の家族(成人に限る)。但し、参加状況を見て臨機応変に対応する(特に女性の場合は中学生や助っ人をOKにするかも??)。

\*各学年担当コーチが混ざることもあります。

\*問題があった場合、当日協議して進めたいと思います。あくまでも主旨をご理解下さい。

### ■ルール

\*当日の抽選で6チームを3チームずつに分け、リーグ戦。のち同順位戦で最終順位を決定する。各チームとも3試合。

\*1チーム5名(うちGK1名、1名以上は女性であること)。

\*試合時間は、7分ハーフ(インターバル5分)。

\*試合中、必ず1名以上の女性がコートにいること。

\*ボールとビブスはクラブで用意します。

\*審判はコーチが行ないます(1名制)が、女性への不用意な接触プレーはセクハラとなり警告対象です。もろもろ弱者保護の観点でジャッジします。ご了承下さい。

\*できれば「すねあて」を着用下さい。

■表彰：優勝チームには、W杯トロフィーをもつての記念撮影及び自慢する権利が与えられます。

### ■事故や怪我の場合

\*応急処置はクラブにて対応いたしますが、各自の責任においてご参加下さい。

\*クラブで保険に加入しますが、補償内容が貧弱なことをご了承下さい。

### ■エントリー方法

\*事前エントリーは必要ありません。当日までにチームが編成できれば大丈夫です。人数不足等の場合は当日考えま



しょう。

■組み合わせ・試合順

\*当日抽選にて決定します。

**新年度の登録更新および  
事務手数料の納入について**

**【クラブ員の皆様・保護者の皆様へ】**

次のとおりご案内いたします。

① 登録の自動更新について

昨年同様「自動更新」とさせていただきまますので、退部や休部を除き、申請は不要となります。ただし、小6・中3・高3は4月からは生活環境が変わることから、一旦費用の引き落としを停止させていただきます。

② 新年度分の事務手数料の納入について

新年度分として、3月に登録料・保険料・大会参加費の納入が発生しますので、充当分としての事務手数料を3月のクラブ費とあわせて引き落としさせていただきます。4月以降の活動を希望されない場合は、2/15までに事務局までお申し出いただくこととなりますが、転勤等により現時点で判断できない場合も多いと思われます。そのような場合には一旦引き落としを行ないますが、継続困難なことが確定した時点で返金をさせていただきますのでご了承ください。

2/15は2月末での退部・休部の申請締切日でもありますので、メールやFAX等において、必ず「2月末での退部」「3月末での退部」を明確にお申し出下さい。

また、4月から休部、又は前年度より引き続き休部される場合でも、事務手数料は引き落としさせていただきますのでご注意ください。

■自動更新について

\*4月以降も本クラブでの活動をされる場合→手続き不要

\*3月一杯で退部(休部)を希望  
→クラブ事務局宛に、2/15までに「3月一杯で退部(休部)希望」と連絡

※2月末での退部(休部)をご希望の場合も同日が締め切りですので、期日をお伝え下さい。

\*転勤等により継続が不明の場合

→一旦引き落とししますが、後日返金いたしますので、確定した時点でクラブ事務局までお申し出下さい。

\*現在の小6・中3・高3

→一旦停止します。

■休部中の事務手数料の納入について

\*4月から休部、又は休部中の場合  
→休部の場合でも事務手数料のみ引落とさせていただきます。

※事務手数料は登録料・保険料に充当します。

■お問い合わせ

かながわクラブ/内田 佳彦

TEL:045-370-3390

FAX:045-381-8884

携帯:090-3499-3098

**大会・公式戦結果**

**Top**

**【県社会人1部リーグカップ】**

▼決勝

vs FC コラソン・プリンシパル 2-1〇

※1位トーナメント優勝!

**【県社会人選手権】**

▼2回戦

vs SALVATORE1991 7-2〇

**小6**

**【神奈川県少年サッカー選手権】**

vs ハリマオ 0-1●

**【神奈川区少年選手権】**

vs Ahli 4-0〇

**今、グラウンドでは・・・**

**Top**

**【県リーグカップ優勝】**

トップチームは1月22日に谷本公園において神奈川県社会人1部リーグカップ決勝戦が行われ、2-1でFCコラソン・プリンシパルを破り見事優勝を飾りました。通常のリーグ戦とは違いまだ歴史の浅いカップ戦ですが、TOPチームとして初めて県タイトルを勝ち取ることができました。

試合内容は開始5分でコラソンに先制され苦しい立ち上がり、それでも焦らずにチャンスを待ちました。前半19分に相手DFの裏を抜け出した樋口の決定機を相手DFがファールで防いだため一発退場、PKが与えられ後藤が落ち着いて決めて同点。後半15分には相手最終ラインのボールを樋口が粘って奪いそのままシュート、それが決まり2-1。この1点差を守りきり見事勝利することができました。ただ、相手が10人になってからも余裕を持つことができず、逆にカウンター攻撃にてこずることもあり、安心して見てはいられない内容でした。大勢のクラブ員の方々にははらはらさせてしまいましたが、皆様の応援が勝たせてくれたと思っています。応援ありがとうございました。

県リーグカップも終わり、次は県社会人選手権が始まります。この大会は天皇杯予選を兼ねている大切な大会です。これからもトップチームの応援よろ

しくお願いいたします。

## 【TOP チームホームページ】

<http://www.kanagawaclub.com/topteam/>

(中本 洋一)

## Youth

公式戦のシーズンが終わりました。プロの世界では、ここから少しの間はシーズンオフになります。しかし、我々は、今こそ次のシーズンに向けてしっかりと体力アップを図る時期です。ただ走るだけのトレーニングは辛いでしょから、ゲーム形式が中心になります。「走る」ことの重要性を認識し、自ら脚を動かす努力をしないと、あまり効果が期待できなくなってしまう。「やらされている」トレーニングではなく、「自ら向かっていくトレーニング」にできるようにしたいと考えています。選手の皆さんの高い目的意識に期待しています。

(内田 佳彦)

## Junior Youth

新年を迎え1か月が経ちますが、日本列島は各地で大雪に見舞われ相次いで被害が多発しておりますが、皆様はお変わりはありませんでしょうか。

今月ジュニアユースに関しては、雪の影響などのため予定されていた公式戦が中止になり、トレーニングを中心とした活動内容となりました。この一か月間は、選手一人ひとりの技術面の向上を目標として、いろいろな基礎トレーニングをしてまいりました。その結果、今まで表に現れていなかった選手個人個人の欠点などが大きく浮き彫りにもなってきました。

ユースとの練習試合も経験をし、基礎技術面の強化や、試合におけるメンタル面の強化やその場その場において

の状況判断という視野を広げる訓練にも力をいれてきました。選手たちの成長のスピードには目を見張るものがあり、食欲にスポンジのように技術を吸収し、それがトレーニングのなかに現れてきたかのように思えます。選手たちにしてみれば、一日では早く、公式戦で身につけた技術を生かしチームとしての勝利をつかみ取ろうと意欲的になっています。

小学生から、中学生になると心も体も大きく成長を迎えます。それと同時に、やはり技術面でも多少の変化を求められる時期にもなります。選手一人一人の個性をいち早く見極め、そして個々に合わせたトレーニング方法を取り入れることによって、選手は大きく成長しステップアップし、子供のサッカーから大人のサッカーへと移行していきます。この時期の選手の体は、大きく個人差がでできます。順調に成長していく選手もいれば、反対に成長痛などの故障に悩まされる選手もいます。私、個人も経験をしてきた道でもあります。個人個人の体格差や技量を補うためにも、やはり、基礎的なテクニックとフィールド内の状況判断能力を補っていく必要性があります。結果に結びつくまでは、長い道のりかもしれませんが、おのずと結果はついてくるものです。

公式戦に関しては今年度は残り3試合となりましたが、1試合1試合気を抜かず結果におそれず最後まで、戦っていきましょう。

なお、体の故障に関しては、早めの対処が大切になってきます。どんな些細なことであっても、遠慮なさらずに相談しにきてください。痛みなどで、実践的なトレーニングに参加できないときで

あっても、フィールド内を観察するトレーニングもできます。正しい対処方法が、結果早く復帰でき、仲間と楽しくサッカーをしていけるとと思います。

## 【保護者の皆様へ】

選手が体の不調を訴えてきましたら、遠慮なさらずに私までご連絡ください。個人個人にあった、練習方法で取り組んでいきたいと思っています。

(河原 昌司)

## 小 6

### 【神奈川県少年サッカー選手権】

1/8(日) 1回戦 vs ハリマオ 0-1 ●

相手ボールの時間が長く、少ないチャンスモノに出来なかった、という状況でした。しかし、私個人としてはこの展開になっても今の選手たちであれば「我慢ができる」と思っていましたし、必ずチャンスが来ると信じていました。残念ながら前半終了間際に失点、後半の攻勢の時間に得点することができず負けてしまいましたが、相手の攻撃を跳ね返し続け、少ないチャンスに果敢にチャレンジする姿に、試合中ながら「いやいや頼もしくなったな」としみじみ思ったりしていました。実は負けてしまったことで少ししんみりしていた選手たちでしたが、その後ハリマオさんからのTRMのお誘いに「やるやる！」と元気になった、切替の早い(!?)姿に相変わらずの子供らしさも見て取れ、選手たちの成長や純粋さを再確認もできた機会でした。

### 【神奈川区少年サッカー選手権】

1/28(土) 1回戦 vs Ahli 4-0○(得点: 坂井陽、坂本龍、相吉、安藤)

雨で前週のTRMが流れ調整ができなかったことに少し不安あったこと、当日は大人サイズのコート・ゴールだった

ことでの少しの戸惑いもありましたが、結果としてはFW陣を中心に積極的に攻め続けたことで勝利できました。また、メンバー以外の選手が積極的にサポートしてくれることで出場メンバーも試合に集中できる今の状況をとても嬉しく思っています。次回は2/4(土)準決勝vsかもめ戦、この試合も勝利を目指しチーム全員で取り組みたいと思います。

### 【宿泊遠征】

既にお知らせの通り、鈴木コーチのご尽力により小5と合同で3/3(土)・4(日)に三浦方面に宿泊遠征に出かけます。詳細は別途お知らせしますが、保護者皆様にはご理解をお願い致します。選手たちには「(私の)白馬の記憶」を払拭する楽しい遠征にして欲しいと切にお願いする次第です。

(小野津春)

### 小 5

すでにメールにてご案内のとおり、3月3日(土)～4日(日)にかけて6年生と合同で遠征合宿に出かけることになりました。合宿の地は三浦市初声町で、現5年生チームは4年生の時も当時の6年生とともに訪れています。一日目は地元初声ジュニアFCとの練習試合、そして二日目は潮風スポーツ公園グラウンド(人工芝)にて、潮風カップに参加する予定です。

今合宿の目的は、4月上旬から始まる横浜市の春季大会に向けた準備を行なうこと、またオフ・ザ・ピッチ(グラウンドの外)において、自立した選手になるためのベースを作ること、この二点にあります。特に自立した選手という部分では、スポーツライフ(トレーニング⇒身体ケア⇒食事⇒睡眠)の重要性を全員で再確認する絶好の機会と考えてい

ます。

近日中に参加の確認を行います。年度替わりのお忙しい時期とは存じますが、一人でも多くの選手に参加してもらいたいと思います。(鈴木 章弘)

### 小 4

#### 【しばらくサッカーを休みます(1)】

活動中の怪我が原因でしばらくサッカーをお休みしますというメールをいただきました。サッカーが大好きで、一生懸命に全力のプレーをするから怪我をするのは止むを得ないことなのでしょう。きちんと静養して怪我を完全に治してから復帰して欲しいものです。自分の体験から想像しても、その子にとって大好きなサッカーができないのはとても辛いことでしょう。大学生の頃、大切な入れ替え戦の前に腰を強打して入院を余儀なくされ、しかも入れ替え戦には出場できなかった苦い経験があります。人知れず悔し涙を流したことを昨日のこのように思い出します。

しかし、そのときに目の前の利害に惑わされずに、無理をせずにきちんと怪我を治したことで、お蔭さまで、間もなく60歳に手が届こうというこの年齢までサッカーに携わることができていることも事実です。小学生年代の君たちも今無理をする時期ではありません。生涯サッカーを楽しむためにも、怪我をしたり、疲れていたりして、体が休めと言っているときには、勇気を持ってサッカーを休むことが必要なのです。

不十分な体調やコンディションで臨んでは、練習の効果が期待できませんし、ましてや試合ではチームに迷惑をかけることは明白です。仲間は君が戻ってくるまで待っていてくれます。安心してください。勿論、グラウンドもボール

も決して逃げません。勿論、私も君が怪我を治して戻ってくるまではじっと待っていますから。

#### 【しばらくサッカーを休みます(2)】

平日の活動に遅刻がちで仲間には迷惑をかけるからという理由でしばらくサッカーを休みたいという相談を受けました。遅刻するとチーム分けなどをやり直したり、ウォーミングアップのパートナーを変えたりしなくてはならず、仲間にし訳ないということでした。理由はどうあれ、本人にサッカーをやりたいという気持ちがあるのかどうかということを再度確認して欲しいと伝えました。4年生にもなれば「親がやれと言うから」という理由でサッカーをする人はいないと思います。本人自身にやりたいという強い気持ちがなければ、無理強いすることになりますので、その点は大事なポイントになります。

やりたい気持ちがあれば、遅刻をして仲間には迷惑をかけることなど大きな問題ではありません。普段の一生懸命なプレーで取り戻すことができますから。問題なのは、4年生の後半になって、チーム内に厳しさが芽生えてきていますので、その厳しさから逃れたいという気持ちが芽生えてはいないかということです。試合に勝ちたいと思う意識が強い子とそうでない子、サッカーの技術が現段階で優れている子とそうでない子という具合に、4年生の中でも意識の差が出てきていることは否定できません。子どもの社会はある意味厳しいですから、試合中に個々のプレーに対して厳しさを要求する声も聞かれます。そんな仲間の厳しい要求に対して、前向きに努力する気持ちが萎えて、投げ出してしまいたいと思う子も出てくるでしょう。

しかし、壁に直面するたびに逃げてしまっては成長が期待できません。長い人生には、様々な困難が待ち受けています。こうした壁を一つ一つ自らが乗り越えていかなければなりません。もし、サッカーを休む理由が「逃げ出したいという気持ち」であるのなら、是非、勇気を出して目の前の困難に立ち向かって欲しいものです。

### 【OBとの会話】

久しぶりに小学生の頃にサッカーを教えたOBと話をすることがありました。彼はかながわクラブの現在の小学生の練習を見て「かながわの子はあまりパスをしませんね」と漏らしました。勿論、そのOBも小学生の頃は同じような指導を受けて、徹底的にドリブルやフェイントなどの個人技術の向上に励んだはずなのに、高校生となって高校のサッカーに身を置いたことでショートパス中心のサッカーを徹底されているようです。ワールドカップでスペインが優勝したり、バルセロナのサッカーに注目が集まったりすると、日本人の体格的にも短いパスをつなぎながらゴールを狙うといったサッカーを志向する傾向が強くなるのも必然です。

しかし、まずパスありきの考え方には賛成できません。小学生年代できちんと個人技術を身につけさせないと、パスしかできない選手になってしまいます。個人技でも局面を開けるし、パスでも局面を開けることが大切です。ブラジル人はドリブルも上手ですが、得点するためには何が大切かを考え、その結果ダイレクトパスをつないでゴールに迫ることが多いのです。

そんなことを話していると彼は「実は俺、白幡小での5・6年生の練習を手伝

っているんだよ」と呟きました。なんだか涙が出そうになるくらい嬉しい気持ちになりました。

### 【指導者としての後悔】

さて、教え子と一緒にPapasでプレーをするようになったり、教え子の子どもがかながわクラブでサッカーをするようになったり、長年サッカーに携わっていると様々な嬉しい経験をさせていただくことがあります。教え子が指導者として戻ってきてくれることも大きな喜びです。このOBもいずれは指導者として戻ってきてくれることを期待しています。

実は私の個人的な指導のポリシーとして「たくさんのサッカー小僧を育てたい」ということがあります。サッカー小僧=上手い下手は関係なくサッカーが大好きで毎日暗くなるまでボールを蹴っているような子です。お預かりしたすべての子どもたちにサッカーを大好きになって欲しいと思って、日々指導をしています。しかし残念ながらサッカーを好きにさせる部分が上手く伝わらないことがあり、この年代でも幼児・小1の頃から4人の子どもたちが残念ながらサッカーから離れていきました。

今回お休みしたいと言い出した子も、もしかしたら、先ほどのOBのようにサッカーを大好きにさせることができなかったのかも後悔の念が頭をもたげます。とはいえ、後ろを向いてばかりでは前に進みませんので、じっくり休んで自分の気持ち(本当にサッカーをやりたいのかどうか)を確認してもらい、目の前の壁を乗り越える努力をしてもらえることを期待してしばらく待ってたいと思います。ただただ、5人目のサッカーから離れてしまう子が出ないことを祈るばかりです。(佐藤敏明)

## 小3

### 【全国デビュー！？】

この間、元日本代表／松田選手の追悼試合がTBSで放送されました。私は都合により録画で見ることになったのですが、その試合をみていると、合間合間にスタンド(応援席)が映されていました。

そしたらどうでしょう？見かけた顔がちらほら……

こうた！！たいせい！！…総勢6名ぐらい、かながわクラブ応援団ではないかっ！！アップでそれかなり長い間映っているではないかっ！！？それから、何回か全国デビュー(?)の瞬間を見れて嬉しく思いました。

プロ選手の試合を生で見るのは大変良い機会ですので、これからも是非見にいってください。

### 【3つのテーマ+1】

「常に顔を上げながらいい判断をする」「常に手を抜かずにプレーする」「まずはゴール、シュート(フィニッシュ)が優先」がテーマとしてますが、これからはもう1つテーマを増やしたいと思いません。

いい判断をする為には顔を上げていればいいか？というそうではないと思います。顔を上げているだけでは自分の周りの1/3程度しか見れません。サッカー選手であれば、自分の後ろ側がどうなっているかも意識しなくてはなりません。

何故か？それはいろんな体の向きでボールをもらったり(又はもらおうとしたり)、自分の後ろに危険な相手選手がいないかを確認する必要がある等、いろいろな場面が起こりうるからです。

ですので、少し難しいことですが、3

つのテーマが意識できてきた人は「常に首を振る」ことをテーマに加えて、常に自分の目に見えない部分(背中側)を想像してプレーしてください。

(益子 伸孝)

## 小2

1月には幹事様に中心となっていただき父親だけの新年会を開催していただきました。お忙しい中多数ご参加いただきありがとうございます。昨年末の親子サッカーや忘年会も含め、皆様からは大変貴重なご意見を伺うことができました。そこでの話やご意見は今後の指導や活動に生かしていきたいと考えております。また、今後もクラブと保護者の皆様と協力し子供たちによりよいサッカー環境を提供していくために、懇親会や各イベントなどでの対話の機会を大切にしていきたいと考えております。今後ともどうぞよろしくお願ひ致します。

### 【最近の取り組み】

先月は2チームとの練習試合を行いました。結果もそうですが内容的にも随所に選手それぞれがたくましい姿を見せてくれました。試合後には「初めてフェイントで相手をかわすことが出来た!」「離れて待っていたら良いパスが来て上手にトラップすることが出来た!」「久々にゴールを決められた!」と何人もの子供たちがコーチのところに報告に来てくれました。皆それぞれに考えてチャレンジしている子が徐々に増えてきてくれたことをとても嬉しく思います。一方で課題もありました。一番の課題は集中力が続かず、試合になってもおふざけの延長でただ何となく参加しているという子がいたことです。試合以外のところでは周りに迷惑をかけない範囲で仲間たちと遊んでふざけるのは一向に構

わないと考えております。ただ、コーチが集合をかけたときや話をしている最中、試合直前や試合が始まったら、サッカーに集中してサッカーを思いっきり楽しんでもらいたいと思います。

チームによってはこの年代で既に監督やコーチがポジションを決めて各選手に役割を指示しているチームがあります。現在小2では特にポジションについては何の指示も出しておらず、自分たちでやりたいように自由にやっています。もちろん、サッカーにはどんなポジションがあって、それぞれのポジションにはどんな役割があるのか、ということを知ることは重要ですので、今後徐々に子どもたちには話をしていくつもりですが、誰がどのポジションをやるかということについては今後もコーチ側から特別に指示を出すつもりはありません。自分の興味のあるポジション、憧れの選手と同じポジションなど、それぞれのやりたいポジションにどんどんチャレンジしてってもらいたいと思います。ご家庭におかれましてもぜひ子供自身がやりたいという意見を尊重し見守ってあげていただきたいと思います。体格や足の速さなどによって適したポジションというのはある程度あるとは思いますが、今一番重要なのは自分のやりたいポジションで思い切りプレーし積極的にサッカーに関わるということで、そうすることが一番上達に繋がると考えております。また、今やりたいと言っているポジションを半年後や一年後もやりたいと言っているとは限りません。ですので、キーパーも含め子供自身がやりたいという気持ちを尊重しやりたいというポジションをどんどんやらせていくつもりです。そして、なるべく色々なポジションに挑

戦してもらい、サッカーに関する理解を深めていってもらいたいと考えております。(豊田 泰弘)

## 幼児・小1

### 【試合を通じて】

先月KAZUとの試合を行いました。まずは6対6のミニゲームを行い、その後全面で9対9の試合を行いました。そこで選手の全員が必死にボールを追いかける姿を見て、その前の試合で私が教えた「みんなでディフェンスをすること」が伝わっていて非常に飲み込みが早い子が多いんだなと感じました。また、たくさんの試合を経験することで、ボールを奪うのがうまい子、ボールの扱いがうまい子、ポジショニングがいい子などなど、個人個人の特徴が見えてきました。この特徴をどんどん活かしていけたらと思っています。

### 【新たな課題】

ここ最近2試合でよくみられた場面として、相手に追い付いても何もできずにそのままゴールに行かれてしまうという場面と相手をドリブルで抜いても抜いても次のディフェンスが出てきてとられてしまうという場面がありました。来年度の大会に向けて少しずつ直していけたら考えています。(近江 柔)

## Papas

### 【市シニアマスターズ結果】

PapasOver40の本年度の横浜市シニアマスターズの結果は、予選リーグ4試合1勝2敗1分で勝点4のAグループ4位でした。残念ながら2年連続しての決勝トーナメント進出はなりません。現在Over40は、決勝トーナメントに進めなかったグループ間の順位決定戦に臨んでいます。また来年度もあのニッパツ三ツ沢球技場での公式戦を目

指しましょう。

### 【Papás 新年度体制】

Papás…Papás 登録の年度更新は自動更新ですので、新年度以降も引き続き Papás に参加される方は手続きは不要です。退部される方、休部される方、復帰される方、転居など連絡先などに変更がある方は事務局にメール、ファックスなどで必ずご連絡をお願いします。

Rec&Comp…県シニアリーグへの年度更新登録は毎年大晦日が締め切りで、なんとも気忙しく毎年更新をしておりますが、皆さんのご協力のおかげで今年度も無事終了しました。この後は、現在は審判が仮登録ですので、4月にJFA4級の方の更新を待って、本登録を行いますので、ご協力をよろしく願います。事務登録手数料は昨年と同額の7,500円を想定しています。その場合、3月のクラブ費と合わせて引き落としさせていただきます。なお、年度途中の加入の場合は、7,500円、10月以降の加入は4,000円とする予定です。

現在4月のリーグ戦開幕に向けて新メンバーを募集しています。

Over-40…チーム Over-40 は、

Rec&Comp に参加された方(追加費用なし)で構成しますが、Rec&Comp には参加せず、Over-40 のみに参加する方も募集します。参加費用は事務登録手数料4,000円です。参加希望者はスタッフ・事務局にメール、ファックスなどでご連絡をお願いします。

メーリングリスト…メーリングリストに登録するメールアドレスの変更、追加等は、eメールで茅野宛にお願いします。その際は、削除するアドレスを忘れずにお知らせください。

(茅野英一)

### ヨーガ

「ヨーガ療法はいかがですか？」

先日、また、東京の某会議室にて、セミナーを行ってきました。

お題は、「メンタルヘルスケア施策のご提案」2時間の内容です。

そうです。企業においてヨーガ療法を、メンタル面のケアのために使っていたきたいからです。

この方向での宣伝&営業活動に入って2年くらいになります。その甲斐あって、ヨーガ療法の研修をさせていただいた会社もいくつか。最初は慣れなくて、

伝わるのか、良くわかりませんでした。

でも、少しずつ聞いてくださっている方々のお顔を見ながら、お話ができるようになってきました。評判もなかなか良いです。うれしいな、とほっこり喜んでいたその矢先、大きな仕事のお話！

今回は今までのように1時間とか2時間とかではなくて、「1日研修」です。それも5回も！わわわ～！

夢が現実となってきたことがうれしいです。強く念じると夢は実現するということは、本当なのかもしれません。

研修開始まで数か月。持てる知識と技術を総動員して臨みたいです。ヨーガの素晴らしさをお伝えすることができますように。

(伊藤 玲子)

### たわごと 理事長の戯言

#### 【イチロー選手の昔の作文】

「僕の夢」

僕の夢は、一流のプロ野球選手になることです。そのためには、中学、高校と全国大会に出て、活躍しなければなりません。活躍できるように

内田泰嗣税理士事務所  
有限会社トップガン (ワン・ストップサービス)

税理士 内田 泰 嗣

横浜市神奈川区入江2-19-11  
〒221-0014 大口増田ビル203号

TEL (045) 431-0408

FAX (045) 431-0488

伊藤玲子のヨーガ指導がDVDに！

グナヨーガ  
GUNA YOGA

日本テレビに出演

心身ともに健康で、仕事と生活に意欲を取り戻す  
身体のためのヨーガから、心身のためのヨーガへ

♪お申込み・お問合せ♪

パソコン・携帯電話から <http://www.iandon.co.jp>にアクセス

どのようにお話すればこちらの意図が なるためには、練習が必要です。

僕は3才の時から練習を始めています。3才から7才までは半年くらいやっていたんですが、3年生の時から今までは、365日中、360日は激しい練習をやっています。だから、1週間中で友達と遊べる時間は、5~6時間です。そんなに練習をやっているのだから、必ずプロ野球の選手になれると思います。そして、中学、高校と活躍して、高校を卒業してからプロに入団するつもりです。そして、その球団は、中日ドラゴンズか西武ライオンズです。ドラフト入団で、契約金は1億円以上が目標です。

僕が自信のあるのは、投手か打撃です。去年の夏、僕たちは全国大会に行きました。そして、ほとんどの投手を見てきましたが、自分が大会No.1選手と確信でき、打撃では、県大会4試合のうち、ホームラン3本を打ちました。そして、全体を通した打率は5割8分3厘でした。このように、自分でも納得のいく成績でした。

そして、僕たちは、1年間負け知らずで野球ができました。だから、この調子でこれからも頑張ります。

そして、僕が一流の選手になって試合に出られるようになったら、お世話になった人に招待券を配って、応援してもらうのも夢の一つです。

とにかく、一番大きな夢は、プロ野球の選手になることです。  
 愛知県西春日井郡とよなり小学校  
 六年二組 鈴木一朗

夢は実現する。強い気持ちを持っていれば必ず実現する。イチローだから実現したのではありません。実現するように頑張った結果です。

みなさん、がんばりましょう！  
 まずは夢をもちましょね。

(内田 佳彦)

かながわクラブ・クラブ員専用の掲示板です。クラブからの重要なお知らせが記載されますので、まめにチェックしていただくと早く正確に情報が伝わります。

<http://8610.teacup.com/kanagawaclub/bbs>



☆ハンドブックについて☆  
 携帯で見られるように作成いたしました。下記のURLをクリックしてご覧ください。  
 クラブの理念や指導方針、各種手続き方法、注意事項、スタッフの紹介など重要な情報満載です。是非ご一読下さい。

[http://www.kanagawaclub.com/HB/youji\\_shougakusei.html](http://www.kanagawaclub.com/HB/youji_shougakusei.html)



スポーツ大好き人間のお店  
 横浜アンドウスポーツ **ANDO**

至三ツ沢競技場

保土ヶ谷警察署 コーナン	国道16号 保土ヶ谷区役所	出光GS
相鉄線星川駅		
いなげや	マクナルド ザンクス	至横浜
交番		
アオクスポーツ 駐車場完備(20台) 至保土ヶ谷公園	メインマート	セブンイレブン 保土ヶ谷SPC 至国道1号

※相鉄線星川駅下車3分・横浜新道藤塚インターより5分

**アンドウスポーツ**  
 〒240-0006 横浜市保土ヶ谷区星川2-6-30  
**☎045-331-2461**  
<http://www.sports-nakama.com/as/>

スポーツで日本を元気にしよう！  
**スクール生募集中！**

キッズ(小学生) 平日 15:45~、16:35~    ジュニア(中高生) 平日 17:25~

紫外線100%カット！  
**開閉式テントリニューアル 100%**

ポイント①  
 学期中なら振替は『何回でも』OK!!

ポイント②  
 インドアのオムニコート  
 実践的な4面フルコート

横浜テニスラッジ・横浜ゴルフアカデミー<白楽校>

**GODAI**  
 〒221-0075 横浜市神奈川区白幡上町9-23  
 東急東横線白楽駅下車 徒歩3分  
**TEL 045-433-6622**