

# TRICOLOR

## 大会・公式戦結果

### Top

#### 【県社会人リーグ1部】

##### ▼第6節

vs 六浦 FC 1-2 ●

##### ▼第7節

vs ブレッサ相模原 5-1 ○

#### 【横浜市民大会】

##### ▼2回戦

vs FC グランディエーノ 21-0 ○

### Youth

#### 【県U-18リーグ】

vs 瀬谷高校 0-3 ●

vs 横浜隼人高校 2-0 ○

#### 【KCYリーグ】

vs OSA FC U-18 1-2 ●

vs 今市アルシオーネ 6-0 ○

vs 関南サッカークラブ 2-3 ●

vs スポルトやちよ 0-1 ●

### Junior Youth

#### 【県U-15リーグ】

vs 森村学園 3-6 ●

vs 大綱中学校 0-9 ●

#### 【高円宮杯】

vs 松田中学校 1-3 ●

### 小6

#### 【KELME杯】

##### ▼予選リーグ

vs 三保小 SC 2-2 △

vs 茅ヶ崎 FC 0-3 ●

vs AZ FC 0-3 ●

### ▼順位決定戦

vs FC トータス 0-1 ●

vs 鶴見東 FC 0-2 ●

### 小5

#### 【区リーグ】

vs ビッツ 2-6 ●

vs ゴレアードル 11-0 ○

vs EMSC 10-0 ○

vs Ahli 1-3 ●

### 小4

#### 【A-LINEリーグ】

##### ☆青チーム

vs 友愛 SC 1-4 ●

vs 大豆戸 FC-B 0-3 ●

### 小3

#### 【ROOKIE LEAGUE】

##### ☆Aチーム

vs 駒林 SC 4-4 △

##### ☆Sチーム

vs 横浜かもめ SC 1-2 ●

vs FC カルパ 2-3 ●

vs 横浜 SC つばさ 3-2 ○

vs FC JUNTOS 0-1 ●

#### 【区リーグ】

vs ダックス 5-1 ○

### 幼児・小1

#### 【マリノスアカデミーカップ】

vs マリノス① 0-1 ●

vs マリノス③ 0-0 △

vs 原 FC レッド 0-5 ●

vs 足柄 FC 0-2 ●



vs マリノス② 2-2 △  
vs おなりレパーズ 0-0(PK4-3) ○

#### Papas

##### ☆Comp

vs 平塚シニア FC40 0-4 ●

##### ☆Rec

vs YOKOHAMA TFC 1-0 ○

### 『かながわクラブと私』第4回

私は、年少の頃から神大寺幼稚園のサッカーチームでボールを蹴りはじめました。かなり遠い昔の話になるのでおぼろげな記憶になりますが、母親がひ弱な自分の為に運動をさせようと思い、チームに入れたようです。

若かりし頃の浜野コーチ、佐藤コーチのあとを追いかけては、ボールを必死に奪い取ろうと足に絡みついてじゃれていたんだと思います。

卒園時のアルバムには、将来何になりたいか？という欄に、下手くそながら自分の字で「王せんしゅ」と野球選手を書いておいて、すっかりサッカーに夢中になっていました。

幼稚園のグラウンドだけでなく、銀嶺幼稚園に練習しにコーチの車で連れて行ってもらったり、港北小学校、岸根公園で練習したりと、サッカーが出来るならどこへでも行きたくなっていました。夏休みも家族で田舎に帰らないで、友達の家泊めさせてもらい、そこからサッカーの合宿に行ったり、とわがままを言いながらサッカーに浸っていきました。

中学校進学の際、当時かながわクラブにジュニアユースができることになったのですが、同学年のチームメイトは中

学校の部活動に入部、他クラブに移ったりして結局自分1人だけが残ри、あとは一つ上の学年の方たちとやっと1チーム作れるほどの人数でスタートしました。かながわクラブ創設者の永井コーチ(港北FC代表)とは、ジュニアユースの最初の頃よくあったのが、上の学年は神奈川中学、自分は松本中学で試験時期が違うことにより、永井コーチと自分の1対1のマンツーマンで港北高校のグラウンドを借りて薄暗いナイターのもと練習していたことです。

その後はジュニアユースまでかながわクラブでお世話になり、日産FCユース-日産自動車-横浜F・マリノス(引退後)横浜F・マリノス指導者に至っています。

今でもサッカーに携わっているのは、サッカーが好きだからです。かながわクラブでサッカーをすることが楽しかったからなのです。

今自分は指導者としての立場ですが、子供たちと一緒に好きなサッカーを楽しめていることを実感しています。それは僕のサッカー原点であるかながわクラブのおかげです。

(永山 邦夫)

\*菊原兄弟に続いてJリーガーになったオニク(永山邦夫氏の幼稚園時代からのニックネーム)の、「誠実で、どこまでも諦めない気持ちの強さと、挑戦し続ける姿勢」は幼稚園時代からのものです。今後は、指導者として、ワールドクラスのプレーヤーを次々と育成し、近い将来には、横浜F・マリノスのトップチームの監督になってくれることを心から願っております。

(浜野 正男)

### 今、グラウンドでは・・・

#### Top

##### 【高田監督初勝利】

県リーグ戦は第6節、第7節を行いました。

7月22日に行われた保土ヶ谷公園サッカー場では、大勢のサポーターの声援を受け強豪六浦FCとの対戦でしたが、1-2で敗れました。先制したのはかながわクラブ、二木選手の久しぶりのゴールでスタンドも盛り上がりました。しかし、後半入った直後の失点、また、勝負どころでの失点、終わってみれば1-2と言う結果でした。ただし、内容は悪くありません。高田監督が目指す繋ぐサッカーを展開し、チャンスもかながわクラブの方が多かったのですが、決める時に決めないという結果になるということです。

8月5日には平塚馬入人工芝においてブレッサ相模原と対戦し5-1で今季初勝利をあげることができました。今までの県リーグのうっぷんを晴らすような快勝です。特に今シーズントップチームの背番号10番を背負う松本選手のハットトリック、その中でも今シーズン得点源になっている直接フリーキックによる得点は今シーズンだけでも3点目、トップチームの「武器」になっています。

これで1勝3敗3分けで勝ち点6となり、8月25日時点で12チーム中9位となりました。今のトップチームは昨年より選手数がかなり減っていますが、モチベーションの高い選手だけが残っていて全員戦う集団になっています。また、今シーズンは今までよりも大勢のサポーターの方々に見に来ていただいて、

それも選手のやる気を起こさせていると思います。特に保土ヶ谷での試合は約250名のサポーターの方々に集まっていただき、感謝しております。

県リーグの残りは4試合ですが、もちろん全て勝ちに行きます。残りの県リーグも応援よろしく願いいたします。

#### ☆第8節

■期日：9月9日(日)

■Kickoff：19:05

■会場：平塚馬入ふれあい公園

■相手：コワダ SC

#### ☆第9節

■期日：9月30日(日)

■Kickoff：12:00

■会場：県立体育センターローン G

■相手：フットワーククラブ

詳しい日程については HP をご覧ください。

#### 【TOP チームホームページ】

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

(中本 洋一)

## Youth

8月24日現在、KCYリーグと県U-18リーグが同時進行しており、8試合が終了。1勝し、3試合が1点差の負けゲーム、1試合が引き分けです。

引き分けのゲームは、後半40分に同点にしました。

1点差のゲームの中には、2点先行されてから後半修正して同点に追いついたゲーム(図南 SC 戦:2-3●)もありました。残念ながら3失点はイージーミスの非常にもったいない失点であり、他の試合も同様の失点がありました。

また負けた2試合の中には、警告2

枚による退場者を出したことにより、さらに苦しい状況になってしまったゲームもありました。

1勝した試合は、試合の入り方がよく、前半5分・19分・35分、そして後半にも3得点し、6-0で勝ちました。相手が弱かったと言ったらそれまでですが、いい時間帯に得点しています。

負けた試合は、1試合を除いてすべて前半の早い時間帯に失点しています。後から頑張ってもなかなか追いつくのは難しく、昨年であればゲームが崩壊しています。

今回崩壊したゲームは、今のところ1試合だけ。OSA戦は、速い時間帯に相手のOWNゴールで得点したのですが、他のチャンスもあったのに決めきれなかった事で体力を消耗してしまい、逆に後半の早い時間帯に失点してしまいました。チャンスも作ったのですが、結局逆転されました。

結果を分析してみると、勝てそうな試合がもっとたくさんありました。本当にもったいなく思います。

いつも言っていますが、前半に失点するときついです。それは結果が物語っています。

試合の入り方をよくするにはどうすれば良いか、コンディションを保つにはどうしたら良いか。チーム全体として、間違いなく粘り強くなってきていますが、まだまだ習慣化しなくてはならないことがあります。いつもながら、週3回しかない練習にちゃんと来ましょう。

(高 勝竜)

## Junior Youth

こんにちは、いつもご声援ありがとうございます

ございます。今月からメインで指導することになりました、かながわクラブ TOP チーム OB の館洋介です。私は2011年10月に現役を引退してすぐに当クラブで指導者になりました。今シーズンより、ジュニアユースを指導することになり、中学生の可能性には日々驚かされています。特に白馬合宿では、多くの選手が遅くなり、真剣にサッカーに取り組む姿勢に胸を打たれました。8月は合宿、高円宮杯と多くの試合を経験し、残念ながら一度も勝ち星を挙げることはできませんでしたが、チームとしても個々としても成長できました。結果が付いてこないのは悔しいところですが、今の選手には勝敗の結果よりは内容にこだわってほしいと思っています。結果は指導者の責任です。選手は、「全力」でやってくれば十分です。私の求める「全力」にはまだまだ足りない状況ではありますが、引き続き、厳しく要求していこうと思います。選手たちの一生懸命な姿を見ていると「俺もまたやりたい」と思う日々ではありますが、選手たちの未来のために、私のできることを「全力」でやっていきたいと思っています。

(館 洋介)

## 小 6

技術やフィジカルの面で圧倒的な差があれば別ですが、同じような相手との試合においては、些細なことが勝敗の鍵となることが往々にしてあります。心理学の側面からスポーツ選手の心とパフォーマンスを分析した書籍があるので、紹介させていただきます。

■スポーツには「攻めの心理」と「守りの心理」があります。と言っても、攻撃のと

きが攻めの心理で、守備のときが守りの心理ということではありません。攻撃のときでも守りの心理になることもあれば、守備のときでも攻めの心理になることもあるのです。

攻めの心理とは、自分のもっている力を100%発揮することに意識を置いた積極的な心理です。勝敗やミスを考えず、ある意味で開き直った状態の時に生まれます。逆に守りの心理とは、勝敗やミスしないことに意識を置いた消極的な心理といえるでしょう。一般に、試合の流れのなかで、自分が相手を追っているときや相手に追いついたときには、攻めの心理になりやすいものです。しかし、勝ちが見えて自分が追われる立場になったときには、突然守りの心理になってしまいがちです。

また、生来の性格として、攻めの心理をもちやすいタイプと守りの心理をもちやすいタイプがありますが、仮に攻めの心理のタイプであっても、いざ勝利が目前になると、守りの心理に傾いてしまったりするものです。

この守りの心理は、じつはスポーツではマイナスに作用することが多いです。たとえば、勝利を意識するあまり、「ここでプレーにミスがでると負けてしまう」という思考が生じたとすると、人は「ここではミスのないプレーをしよう」という考えに陥ります。すると、攻めの心理のときには一歩踏み込めたプレーが、逆に一歩後退してしまうプレーになってしまうのです。また、攻めの心理のときには勢いのある大きなプレーができていたのに、それが弱々しい小じんまりとしたプレーになったりします。慎重にプレーをするつもりが、逆にミスする可能性

を高めているわけです。

ただし、過度に攻めの心理が強すぎるとよくありません。ここはどう考えても無理をするべきではないという状況で、「一か八かやってみよう」という無理なプレーに踏み切ってしまう危険性があるからです。これは「自分ももっとできるだろう」という過度な攻めの心理から生まれた「欲の心理」とも言えるでしょう。

攻めの心理と、欲の心理は似て非なるものです。攻めの心理は、自分ももっている力の範囲を冷静に受け止めたうえで、もてる力をすべて出し切ろうという心理です。一方、欲の心理は、もっている力を知りつつも、抑制をきかせられず「もっと、もっと」と突き進んでしまう心理をいいます。

以上のことから、試合時の最適な心理状態を総合的に考えると、攻めの心理と守りの心理が7対3の割合でミックスされた状態がベストであると私は考えます。このバランスを試合中に保ち続けるためにも、常に自分が今、どういった心理状態にあるのかを知っておくことが必要です。(勝ちに行くスポーツ心理学 高畑好秀) ■

このように、高畑氏は勝敗の行方を左右するファクターとして心理面の大切さを説いていますが、心技体のうち心だけを整えれば勝利に近づくといいものでもないでしょう。技術やフィジカルも底上げを図り、この3つの要素がより大きな三角形になるよう、選手たちにはこれからもレベルアップに努めてもらいたいと思っています。

(鈴木 章弘)

## 小 5

### 【白馬合宿】

7/28～7/30まで5年生は白馬合宿に参加しました。合宿に参加した選手はどんな事が思い出に残っていますか??

ちなみに、私が印象に残っている事は、初日の敗戦後に行った特別練習(内容は選手に聞いてください。..)2日目は初日の反省を生かし午前中の試合で2勝する事ができた事・3日目はU-12のチームに引き分けた事の3点です。

今回の合宿では、毎夜にミーティングを行い自分たちでよかった部分を見つけ伸ばすように心がけさせました。出来る事を個人個人一生懸命やる事で自然にチームとして結果がついてくるのを合宿を通して学んでもらう事が出来たと思います。また私もサッカーというスポーツは改めてメンタルが重要なスポーツである事を確信しました。

フィールド外では、用具の管理や洗濯も自分たちで行い中には「コーチのもついでに洗濯してあげるよ～」と言ってくれた選手もいました。今回の合宿に参加したメンバーは、技術的な部分に加えメンタル的にも成長したのが帰りの新横浜駅での挨拶に出ていたと思います。

### 【あらたな課題】

今回白馬合宿に参加し様々なチームを見て、基礎技術の大切さ・シュートを狙う意識の向上が今後更に必要であると感じました。特に芝生のグラウンドはいつも砂のグラウンドとは違い一個のミスで失点してしまう事を選手たちも試合を通して学んだと思います。

またU-12のとある選手は、遠い距離でもディフェンダーがいても必ずフィニッシュまでもっていく気持ちが前面に出ている選手も大会にいました。来年はかながわクラブの〇〇ってすごいと言われるようにがんばって練習に臨みましょう。

#### 【体調管理には、くれぐれも…】

最近、塾や他の習い事で疲れて練習に参加する選手が多く見受けられます。夏もそろそろ終わり季節の変わり目で体調を崩さない様に各自体調管理には十分気を付けてください。

(丸山 祐人)

## 小 4

### 【宮間あや選手(なでしこジャパン)】

皆さん、オリンピックの試合は見ていたでしょうか？日本代表は女子も男子も大活躍で僕自身も楽しく見させてもらってました。その中で非常に感動するシーンを見かけましたので紹介したいと思います。

なでしこジャパンの準決勝フランス戦の試合後に、なんだかデジャブ(同じようなシーンを見たことがあるな?)の感覚になりました。少し思い出してみると、それは女子ワールドカップ決勝直後と同じシーンだと気づきました。W杯では優勝した日本の選手誰もが勝利に歓喜する中、勝負に敗れ落胆するアメリカ選手に真っ先に駆け寄り、一人一人丁寧にハグをし、話しかける日本の選手が一人いました。それが宮間あや選手でした。その時の状況をアメリカ代表 GK ソロ選手はこう話したそうです。「試合後、彼女が歩み寄ってきた時、彼女は喜びをあらわにしていなかった。彼女はアメ

リカに敬意を表したかったのでしょう。なぜなら、私たちが負けてどれほど傷ついたか分かっていたから。その出来事は本当に日本が尊敬すべき国だということを表しています」

そして今回のオリンピック準決勝終了直後にも、宮間選手は落胆して座り込むフランス選手の前に同じ様に座り込み話しかけていました。話しかけられているフランスの選手が宮間選手に手を伸ばしているのがものすごく印象的で、この様な場で普通こんなことが出来るだろうか？とまたもや感動してしまいました。彼女がこれ迄サッカーを通して知り合った方々から、学び、育み、嬉しいことも、辛いことも乗り越えてサッカーを続けてきた結果なのかなとも感じました。

宮間選手には他にも数々の逸話があります。W杯で優勝し、なでしこチームが起こっていた時に、宮間選手はほとんどのメディアに登場していなかったことをご存知でしょうか？帰国後それらの出演オファーを全部断り、真っ先に所属チーム「岡山湯郷」へ戻り、地元の方々にこう報告をしたそうです。「私が今あるのは、岡山の皆さんのおかげです。それに、早く温泉につかりたいから(笑)」世界一になっても感謝の気持ちをお忘れな人格はとて素晴らしいと思います。

また、「下手な選手がいるなら、巧くなれるように助けてあげればいい。私は、試合には勝ちたいけれど、ただ強いだけのチームに入ってチャンピオンになりたいとは思わない。『一緒に戦いたい』と思える仲間がいるチームで、一番を目指したい」とも言ってます。こういった人格だからこそ、世界一を目指すチー

ムのキャプテンが務まるのだと感じました。かながわクラブの選手であるみんなにも常に感謝の気持ち、仲間の大切さを本当に感じながら、プレーしてもらいたいと思っています。

### 【秋季大会】

早ければ9月下旬から横浜市の秋季大会(国ちび)がはじまります。

今回も2チームエントリーとなりますが、春季大会とチームが変わらない人もいれば、変わる人もいます。

どちらのチームになっても、宮間選手のように、仲間を助け、共に戦える喜びを感じながら試合に望んでほしいと思います。チーム分けは別途メールにてご連絡致します。(益子 伸孝)

## 小 3

この夏3年生は初めての白馬遠征合宿に参加しました。はじめての外泊という子も少なくなく、行くまでは正直どうなることかと心配しておりましたが、実際に始まってみると予想以上に身の回りのことをしっかり出来ていたという印象でした。各部屋とも障子を破いたり備品を壊してしまったりと、テンションが上がりすぎてめちゃくちゃになってしまった場面もありましたが、基本的には身の回りのことは全て自分たちで行うことができました。決められた時間通りに予定をこなすことができ、ある程度自己生活ができていたと思います。サッカーの面でもスノーハーブをはじめ、全て天然芝のグラウンドで試合することができ、子どもたちは伸び伸びとプレーしていました。4年生を相手にしても臆することなく思いきりプレーすることができ、サッカー面においても生活面においても楽しい

思い出を作ることができ、合宿を通して一回り成長できたのではないかと思います。これをきっかけに普段の生活においても徐々に自分一人で行えることを増やしていつてもらいたいと思います。また、こういった親から離れて自分たちだけで身の回りのことをこなさなければならぬ遠征や合宿等を今後も企画していきたいと考えております。

少しずつ子どもたちのサッカーに対する姿勢や技術の差が目立ってきています。ここ最近の意欲のある子どもたちの上達ぶりは素晴らしいものがあります。すべての子どもたちに同じだけ意欲を持って取り組んでもらうことはなかなか難しい現実がありますが、上手い下手に関係なく参加者全員が一生懸命プレーできる雰囲気作りを心掛けていきたいと思っております。

また、一人でも多くの子がさらにサッカーを好きになり積極的に取り組んでいけるきっかけを作れるように、普段の練習を工夫したり色々な相手と練習試合を組んだりイベントへの参加などを企画していきたいと考えております。

(豊田 泰弘)

## 小 2

### 【練習について】

この暑い暑い夏休みの練習では、最初のウォーミングアップ、最後の全体の試合以外の練習をA、B2つに分けて行わせています。これは、試合になるとうまい子に頼ってしまい、あまり動かない子が増えてしまっているからです。試合でA、Bに分けて行うと必死にボールを奪いに行くのに、均等に分けると動かなくなってしまうことから、練習も分けて

行い子供たちにボールを取りに行く癖みたいなものを作ろうという考えのもと行っています。もちろん最後試合で頑張っていたり、練習試合の時に頑張っている子はどんどん評価したいと思っています。また、Aの子たちにはコートを広く使うこと、Bの子たちには1対1の強さをあげることを目標にしています。

### 【国際チビツ子サッカー大会について】

さて、9月の終わりから始まる大会ですが、2チームをエントリーし、選手たちをA(青)かS(白)に登録しました。まだ大会の日程は出ていないのですが、みなさんに注意していただきたいのは、『自分の子がどちらに入っているか』ということです。なぜなら、どちらかが試合でどちらかが練習ということも出てきますし、試合の会場が別の時もあります。そこで間違えてしまうと試合に出場することができなくなってしまいます。また、申し訳ありませんが家の都合で自分の子を違うチームで出してくれという要望にはこたえることができないので、この点だけは注意してください。

(近江 柔)

## 幼 児 ・ 小 1

### 【運動神経？】

運動神経が良いとか悪いとか言う言葉は耳にすることがあります。そもそも運動神経というのは何なのでしょう。筋肉と脊髄をつなぐ細い回路を神経と言います。数ある神経の中で主に運動するときによく使われる神経というものはあるかもしれませんが、特に運動のみを司る(運動に特化された)神経というものは存在しません。世間一般で言われている運動神経とは運動神経機構と

呼ばれるもので、自分の意志、または反射的に体を動かしたりするための脳と脊髄と筋肉の総合的な働きのことを言います。決してスポーツをするための神経という意味ではありません。

スキヤモンの発達・発育曲線を持ち出すまでもなく、人間は通常2歳から3歳の頃に脳の神経細胞が増える時期を迎えます。そして5歳ぐらいまでに約80%まで発育を遂げ、12歳ぐらいまでほぼ100%が完成されます。この神経系統の発達の著しい時期に様々な動作パターンを覚えることで、その動きが滑らかにできるようになります。

### 【子どもは遊びが好き！】

では、脳と筋肉とを結ぶ運動神経回路が活発にできるこの時期の子どもたちに、どのような運動をさせれば良いのでしょうか。全国の幼稚園に通う4歳から6歳のおよそ9,000人を対象にして行われた調査で、「幼稚園の保育時間で体育指導を受けている子どもたちと、指導を受けずに自由に遊んでいる子どもたちとの運動能力を比べたところ、自由に遊んでいる子どもたちの運動能力の方が高いという研究結果が得られた」というのです。

近年、声高に叫ばれている子供の運動能力の低下の原因は「遊び」の不足なのです。ですから幼い時期から体育指導をとというのは、実は効果の面で疑問が残るのです。幼い時期には遊びのかたちで楽しんで体を動かすことが大切なのです。そうすれば意欲も高まり自然と様々な運動を経験できるので、運動能力にも良い影響が出るのです。

### 【運動能力！】

東京学芸大学名誉教授の杉原隆先

生著(生涯スポーツの心理学)によると運動能力(運動神経ではありません)とは「運動コントロール能力」と「運動体力」とで構成されています。運動コントロール能力は「基礎的運動パターンとそのヴァリエーション」、運動体力は「筋力、持久力、瞬発力」です。運動コントロール能力の発達の急増期・敏感期は「幼児・児童期」であり、運動体力の発達の急増期・敏感期は「青年期」となります。では、「幼児・児童期」から「青年期」へ移行するのは何歳かというところ、10歳ぐらいだと言われています。ですから、10歳(小4)ぐらいまでは基礎的運動パターンとそのヴァリエーションを、それ以降は、筋力、持久力、瞬発力を育てていくのが科学的なスポーツ指導と言えるのです。

### 【個を尊重！】

さて、かながわクラブでは、神経系の発達の著しい小学生低学年に対しては、数多くボールに触れさせることを目的として練習メニューを考えています。数多くボールに触れ、様々な動きを経験し、神経回路を数多く開通させたいと考えているからです。必然的にボールタッチ、ドリブル、フェイントなどボールコントロールを中心としたトレーニングを課すこととなります。子どもたち一人一人の技術の向上が目標となります。

また、試合で必要な技術は試合の中でしか習得できないという考えから、ミニゲーム中心の活動になります。ミニゲームでは試合中の数多くの場面が出現します。人数が少ないので、一人のボールに触れる機会が多くなります。そして何よりも子どもたちは遊びの延長としてのゲームが大好きなのですから。

### 【最大限の自由を保障！】

かながわクラブでは子どもたちに100%の自由を保障します。グラウンドに来たら、好きなこと、やりたいこと、楽しいことをして良いのです。ボールを持ったら、ドリブルをし、シュートを打つまで放さない、人にはボールを渡したくないというのが子どもの本能です。その本能のままに好きなように(自由に)ボールと戯れて欲しいと思います。「運動神経」ではなく「遊びと自由」をキーワードにして…。保護者の皆様方には、こうしたことをご理解いただき、子どもたちのサポーターとして、見守っていただければと思います。

### 【サッカー小僧を…！】

サッカーが好きになれば長続きします。長続きすればいずれは上達します。しかも好きことなら集中して、積極的に取り組むことができます。更に上達が期待できることとなります。毎日、暇さえあれば、サッカーボールに触れ、夕方暗くなるまでサッカーボールを追いかけて、顔もユニフォームも真っ黒…そんなサッカー小僧になって欲しいというのが指導者としての私の個人的な夢でもあります。

(佐藤 敏明)

## Papas

### ☆Comp

前半が終了しました。6試合で1勝4敗1分けと苦しい状況です。何よりも、平均参加人数が14.17名とかなり低い状況です。過去最大の登録人数でスタートし、初戦は18名集まりましたが、以降が13.4人となっています。試合によってプレーの質や運び方に差が出てし

まいました。

後半戦は、相手も必死に來ますので、プレッシャーの中でも落ち着いてプレーできるようにしましょう。こちらも必死にいきましょう。その気持ちの差で勝敗は決まってしまうと思ひましょう。

まだ5試合あります。悔いなく今シーズンをやりきりましょう。

(中山 泰宏)

### ☆Rec

7月15日にシニアリーグ4部、12試合中7試合が終了しました。

戦績は1勝4敗2分で13チーム中12位です。

予想以上に厳しい戦績のなか、反省点と後半に向けた修正点を考えたいと思います。

### 【反省点】

#### ① 失点が多い(19失点)

3節から続けて3連戦、上位3チームとのゲームになり、その時の参加人数が12人、13人と非常に少ない状態でした。上位3チームはボール廻しが早く、MF、DFは体力的にもハードで中盤からのチェックも次第に甘くなり、自由にパスが廻り、結果3試合で15失点という大量失点になりました。

この3試合によりチームは自信を失いゲームに余裕がなくなり、サッカーを楽しむことが難しくなりました。かし、昨年の試合をふり返ってみても参加人数が13人以下のゲームは全て厳しい結果になっています。若いメンバーが増えていかない現状において、年々メンバーの平均年齢もあがり運動量が落ちてきているなか、交代メンバーによる運動量の維持は不可欠です。

#### ② 得点が少ない(4得点)

今年度の目標として、攻撃的なサッカーをめざし得点を増やすことを考えていましたが、予想外の失点の多さで中盤も引き気味になり、攻撃的な形はできませんでした。

#### 【今後に向けて】

後半戦の残り試合は 5 試合です。前半戦に比べ対戦相手は実力の拮抗したチームばかりです。このなかで、勝ち点を上げていくにはまず DF ラインを安定させ失点をなくす。そのなかで、全体にバランスをとって攻撃に参加する人数を増やす。前線からチェックボールを奪う。攻撃の連係を良くし、シュート数を増やす。前半戦の最後の 2 試合は完封していますし、攻撃もいい形でシュートまでいけています。そして、最後の試合は勝利とだんだん良くなってきています。

9、10 月は毎週連戦となり、スケジュール的にも厳しいですが、多数の参加で臨みチーム全員が自分の持てる力を発揮できれば、必ずいい試合ができ勝利に繋がると考えています。

(太田 敏昭)

## ヨーガ

### 「日本ヨーガ療法学会」

先月、日本ヨーガ療法学会に参加してきました。今回の学会のメインテーマは「自然治癒力を高めるヨーガ療法」というものでした。

これだけではピンと来ないかもしれませんが、副題を見るとわかりやすいです。その副題とは、「病は自分で作ったもの、病は自分で治すもの。」というもの。

これを見て、しばし考えました。病の元凶が自分の中にあるのだと自覚でき

ている方は一体どれくらいいるのでしょうか。医師に治してもらおうものだと思っ

ている方が大多数のように感じます。現代医学の治療技術はとても優れています。すばらしいものです。ですから、これを最優先に治療を進めていくことは基本だと思います。でも、近年では現代医学だけでは治らない病気が増えています。高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病をはじめ、癌、うつ病など、ある程度治療効果はあるものの、完全治癒は難しい病気が多く存在します。かつては医師のことを「お医者様」と呼んだものでしたが、最近はあまり聞かれません。逆に、医療関係者側が受診される方を「患者様」という場面も多くなってきています。このあたりにも関係しているのかもしれない。

では、そういった病気にどうやって対処すれば良いのか。それについてヨーガ療法の立場から色々な研究がなされています。とても勉強になりました。

ご興味のある方はかながわクラブ HP の「ヨーガ」から私のブログ「ヨーガのページ」をご覧ください。

(伊藤 玲子)

### たわごと 理事長の戯言

#### 【ロンドンオリンピック ちょっといい話】

白馬遠征でドタバタしている間に、あつという間に終わってしまった感のあるロンドンオリンピックですが、ネットでちょっといい話を見つけたので、勝手に披露しようと思います。

-----

■ “Because I am a Girl” …女の子だから

7月25日(日本時間26日午前1時)、ロンドンオリンピック、サッカー女子の予選リーグが始まった。日本代表「なでしこジャパン」は、初戦でカナダに 2 対 1 で勝利。寝不足になりながらも喜びでいっぱいサッカーファンも多いはず。

ところで、カナダの選手たちの髪を止める鮮やかな濃いピンクのヘアバンドに気付いた人はいるだろうか。このヘアバンドは「Because I am a Girl キャンペーン」のシンボル。Because I am a Girl は、教育や医療や十分な食事を与えられない女の子たちの支援に取り組む国際 NGO のプラン・ジャパンが展開するグローバルキャンペーンだ。

途上国では、「女の子・女性である」ために、社会の底辺に置かれ、差別されることも。また、13 歳や 14 歳といった年齢で結婚し、子どもを産み、重い家事労働をしなければならないなど困難な状況で生涯を送らなければならないことも珍しくない。

国際 NGO プランは、日本、イギリス、オーストラリア、オランダ、カナダなどで Because I am a Girl キャンペーンを展開し、次世代を生む女の子たちが十分な教育の機会を得て「生きていく力」を身に付けることができるように支援を行っている。

カナダの選手たちはこの活動に賛同し、ピンクのヘアバンドをつけてオリンピックの試合に臨んだ。日本選手の活躍も見事だったけれど、途上国の女の子たちの幸せを願ってグラウンドに立ったカナダの選手たちの思いにも拍手を送りたい。

■ “これぞ本当の大和撫子”  
米国「NBC ニュース」のマルチメディア



ア担当ナタリア・ジメニエズ氏が、6日行われたなでしこジャパンとフランスとの準決勝について触れ、米国のネット掲示板などで話題となっている。

この日、なでしこジャパンに2-1で敗れたフランスのカミーユ・アビリー選手は呆然としてグラウンドでへたり込み泣いていた。ブログには、アビリー選手を宮間あや選手が慰めている様子を取めた写真を掲載し、さらに「2人の間で交わされた言葉を知ることはできないし、言語の壁もあっただろうが、彼女らのボディ・ランゲージはちゃんと語っている」「このオリンピックたちは優れた選手でありながら、本当のスポーツ精神をも見せてくれた」と綴っている。

ブログコメント欄には、「美しい試合だ」「これは日本の文化的なもので勝利を相手に見せつけずに、心からなだめる傾向があると思う」など、宮間の行動を称える声が相次いだ。また、「宮間とアビリーはLos Angeles SOLっていうアメリカのチームと一緒に所属していた。お互い知り合いで言語の壁も薄いはず」と2人の関係を説明するユーザーも。  
(以上、坂本 洋さんのブログより転載)

実は、宮間選手にはもうひとつ似たような逸話があります。昨年ドイツで行われた女子W杯決勝のアメリカ戦。ご存知のように激戦の末にPK戦にもつれ込み、最後のキッカーで熊谷選手が決めた直後のことです。ほとんどの選手が熊谷選手の元に駆け寄り大騒ぎしていた時、彼女はただ一人、近くにいたアメリカの選手一人ひとりに歩み寄り、健闘をたたえ合っていました。

そんな彼女ですが、今回の決勝でアメリカに負けたあとに号泣していた姿が印象的です。

-----

#### ■サッカー男子3位決定戦 日本 VS 韓国の試合後

サッカー日韓戦の終了後のスタンド。グラウンド内ではいろんなことが行われていた間、日本人サポーターは自分たちのエリア周辺のゴミを黙々と清掃していた。この姿に外国人記者が感銘してこの写真が撮られたらしい。



負けたことの腹いせにイスを壊したりモノを投げたりの暴挙に出るやもしないのに、ただ冷静に清掃する日本人サポーターの姿こそ我々が誇るべき美德ではないだろうか。

(yumiusaさんのブログより転載)

この記事を読んで、1998年のフランスW杯でも同じ事で日本人が世界中から賞賛されたのを思い出しました。

日本人に生まれたことに、誇りを感じる今日この頃です。

(内田 佳彦)

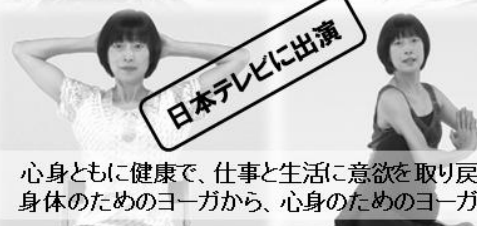
内田泰嗣税理士事務所  
有限会社トップガン (ワン・ストップサービス)

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



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

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		至横浜
いなげや	マクドナルド ザンクス	
交番	メインマート	
アンドウスポーツ 駐車場完備(20台) 至保土ヶ谷公園	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**



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

横浜テニスカレッジ・横浜ゴルフアカデミー<白楽校>



〒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**