

# Tricolor

## かながわフェスティバル 2016

来る3月21日(祝・月)、しんよこフットボールパークにおいて恒例の「かながわフェスティバル」を開催いたします。

近年、「かながわフェスティバル」を含むクラブイベントの多くはスポーツ振興くじ(toto)助成や文部科学省の委託事業により運営してまいりましたが、今年度からは経営の自立化と安定化を目指し助成金等に依存してきた体質を改善する選択をいたしました。したがって、「かながわフェスティバル」におきましても助成を受ける以前の運営方法に戻し、イベントの有料化を導入するとともに、以下の通り協賛していただける皆様を募集させていただきます。何卒ご理解、ご協力賜りますようお願い申し上げます。

### 【かながわフェスティバル開催概要】

- 日程:3月21日(祝・月)
- 時間:8:00-12:30
- 会場:しんよこフットボールパーク
- 参加費:大人 1,000 円  
小・中・高生 500 円  
(当日徴収)

※原則雨天決行

### 【協賛金募集内容】

- オフィシャルスポンサー(企業又は個人):5,000 円×10 社(名)以上  
→プログラム表紙に企業(個人)名のみバナーで掲載します。

### 【協賛金使途】

- ① 会場使用料:80,000 円
- ② 記念品・賞品:約 230,000 円  
に充当します。不足分は参加費で賄う予定です。

### 【協賛金申し込み】

メール又はお電話・FAXにて、事務局まで次のことをご連絡ください。

- ① 協賛金額
- ② バナー表示名(指定のバナー画像がある場合は画像ファイルもお願いいたします。)

### 【かながわクラブ事務局】

〒221-0076 横浜市神奈川区白幡町 2-11  
TEL:045-633-4567 FAX:045-633-4577  
E-mail:info@kanagawaclub.com

## 学年対抗大人のためフットサル

2/11(木)に行われました学年対抗大人のフットサルは、たくさんの保護者の方に参加して頂いたおかげで、大いに盛り上がり無事終わりました。

結果は、3年生の保護者チームの優勝となりました。各学年たくさんの好プレーや、お父さんだけでなくお母さんも活躍する試合もありました。1年に1回ですが、来年も楽しんでいただきたいと思います。



優勝した3年生保護者チーム

## 大会・公式戦結果

### TOP

- 〈社会人選手権〉  
vs FC 厚木 2-1 ○  
vs TUY 2-4 ●  
〈横浜市民大会〉  
vs 横浜ミラン 0-1 ●

### Junior Youth

〈U-15リーグ〉

vs 川崎チャンプ 0-12 ●

### 小5

〈市長杯〉

vs ライフネット 0-0(PK1-2) ●

### 小6

〈神奈川区大会〉

vs ゴレアドール 4-0 ○

## 今、グラウンドでは・・・

### Top

#### 【県社会人選手権】

トップチームは天皇杯予選を兼ねた県社会人選手権に出場しました。

2月14日に2回戦を行い2-1でFC厚木に勝利、2月21日に3回戦を行い2-4でTUYに敗れました。新監督を迎え結果ももちろんですが、県リーグへ向けて内容が問われる試合です。特にTUY戦では、序盤の失点から、後半に入りようやくかながわクラブのペースになったのですが、勝ちきれませんでした。昨年の県リーグ終盤からはだいぶ中盤でのパスもつながり、ボールを奪う意識も高くなってきたと感じられます。小さなことですが、ボールを受けた時の体の向きとか、ボールを受けるためのポジショニングなど、技術向上以前にできることがたくさんあると思います。そういう小さいことの積み重ねから、チーム力を高めていくことがこれからの課題です。

今年度の県リーグはサバイバルです。これからも応援よろしく願います。

TOP チーム HP

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

(中本 洋一)

### Youth

3年生が引退し新チームとなり約1ヶ月が経ちました。新チームでのミーティングを行い新キャプテン、副キャプテンも決定し、新年度の目標や方針も確認しました。新年度に向けて順調な滑り出しをすることができています、と言いたいところですが、皆どこか他人事で緊張感も足りず全体的にふわふわとした雰囲気は抜けません。今まで強気にチームを引っ張ってきた3年生の抜けた穴はピッチ外の面でも非常に大きいと改めて感じさせられています。皆どこか他人事で誰かがやってくれるだろうという雰囲気が漂い、自分がやってやるんだという自覚が足りません。練習が始まれば全力で取り組むことができおり雰囲気は決して悪くはありませんが、まだまだ選手間での自発的なコミュニケーションも不足しており、自分はどうしたいのか、チームとしてはどうしていきたいのかが全く伝わってきません。かながわクラブのユースに至るまでの所属チームもクラブチームであったり、中学校の部活であったり、またクラブチームや部活でもそれぞれ活動内容に差があったりということもあり、サッカーに対する取り組み方や思いにも選手個々に非常に差があります。今年には特に選手によってその差が大きいと感じています。引き続きミーティングや日々のコミュニケーションの中で、サッカーに対する取り組みの部分から改めて言及し、受け身ではなく自発的に関わること、チームとしての共通認識を構築していけるよう、引き続き働きかけていきたいと考えております。

す。

今月は東京横浜独逸学園主催による招待大会であるレコスカップに参加します。この大会はドイツ、フランス、イギリス、アメリカといった各国の学校法人やクラブチームが参加する国際色豊かな大会であり、かながわクラブユースは過去準優勝したこともある大会です。今月はこの大会を目標に掲げ、新年度に向けて個人としてもチームとしても準備を進めていきたいと思えます。(豊田 泰弘)

### Junior Youth

#### 【U-14.15】

最近では、「ゾーンディフェンス」についてトレーニングしています。まだ基本的な部分ですが、「ゾーンディフェンス」は味方の動きに「連動」し自分の動きが決まるので、常に「味方の動き」を気にしなければいけません。逆に攻撃時は、味方の動きとあわせて「相手の動き」を注視することが重要です。よって常に練習時から「観るものを増やす」習慣づけるよう、各自意識してください。今年の高円宮杯で一つでも多く勝利できるよう、練習試合やリーグ戦内で学ぶ努力をすること。それをしなければ、試合をする意味がありません。(高田 成典)

#### 【U-13】

2015年度も最後1ヶ月となりました。3月12日(土)にU13リーグの最終戦も決まりました。お時間ある方は是非、応援に来ていただけたら幸いです。

最近では練習試合でも1部のチーム(かながわクラブは2部)と相次いで試合ができる機会がありました。と

もに1本目はリードしていたものの、終わってみると逆転されてしまいました。選手たちに伝えたのが、皆の長所や特徴といったところで勝っているものは多い、しかし結果で負けるということには原因があるということです。あれ、勝っちゃったという不思議な勝利というものは何回かあるものの、敗戦には不思議はありません。必ず何かの原因があります。特に1部のチームには試合の流れを読む力、2部のチームには負けられないというプライドなどのところで勝敗が変わってくるものだと思います。勝っている部分も多くあり自信にしたいものです。しかし負けてしまっただけでは自信も残りにくいものです。負けて経験になることもあります。勝って学ぶものはそれ以上だと思っています。勝つことと成長すること、ここにこだわりをもって行けば自然と楽しくなってきます。残りの一試合を最高に楽しめるよう選手・スタッフともに良い準備をしていきます。

(斎藤 幸宏)

## 小6

### 【区大会3位】

2/28(日)に区大会の3位決定戦が本牧市民公園で行われました。

結果は、見事勝つことができました。全員が、個性を出しながらチームで戦えた良い試合でした。攻撃では全員でゴールを目指し、守備では体を張って守る場面もありました。全員のそんな姿を見ながら、このチームでまだまだ試合をしていきたいと思いましたが、卒業まで残りわずかになっています。平日の練習や招待杯、福岡遠

征を含めた全ての活動を大事にしていきましょう。

### 【福岡遠征】

6年生の卒業記念の福岡遠征は3/11-3/13の日程で行われます。夏に、横浜に遠征に来て頂いたわかばSCさんの協力のもと、福岡遠征が実現いたしました。去年の夏には、かながわクラブのこども達とわかばSCさんの子供たちの交流を深めたホームステイを、今回は福岡のわかばSCさんのもとでホームステイが行われます。横浜より離れた地でのホームステイで、精神的に大きく成長してもらいたいと思います。もちろんサッカーの面でも色々なものを吸収してもらえればと思います。出発前に風邪などひかないように体調管理はしっかりしてください。(堀内 慶太)

## 小5

### 【保護者の皆様】

あらためて言うまでもありませんが、かながわクラブでは長期的視野に基づいた選手の“育成”を第一に考えています。個のレベルアップを目指しながら気がつけばチームとしてのパフォーマンスが劇的に向上している、これが私の理想とするチームづくりです。小学生年代はまさに“育成”の真っ只中にあり、サッカーはもちろんのこと、子どもたちの心と身体の成長をサポートすることが、コーチとしての最大の使命であると認識しています。至らない点が多々あったことと思いますが、一年間ご支援いただきまして誠にありがとうございました。これからも、子どもたちを温かく見守っていただけますようお願い申し上げます。

### 【選手たちへ】

4月からいよいよ小学6年生となり、

日頃取り組んでいるサッカーも、ますます本格的な内容に移行していきます。時には、ジュニアユースと一緒に活動することもあると思います。スピードやパワーで勝てないときに何で勝負をするのか、足りない部分を何で補うのか。常に考えることが求められる状況の中で、自らの殻を破るきっかけにもなるのではないのでしょうか。ぜひ、楽しみにしててください。

一方で忘れないでください。学業をおろそかにしてはいけません。サッカーと学習の両方を頑張ることができて、はじめて“良い選手”になるのだと思います。どちらも、やる時はしっかりと全力で取り組みましょう。皆さんのさらなる頑張りを期待しています。

(鈴木 章弘)

## 小4

### 【パスって…?】

パスに対する意識が芽生えてきたことはとても良いことなのですが、現段階での子どもたちのパスは、あくまでも自分本位のパス(?)と言わざるを得ません。ボールをキープして、相手に囲まれ、困った挙句にボールを蹴ってしまうという場面が多く見られます。これでは凡そパスと呼べるものではないでしょう。パスには受ける仲間がいます。そして、受ける仲間がパスを欲しいタイミングがあります。マークされている相手から離れた瞬間とか、フリーのスペースに飛び出した瞬間とか…、ボールが来れば圧倒的に有利な展開になる場合です。そのときにパスが出せるかどうかなのです。こちら(出し手)の事情も勿論ありますが、こちらの事情よりも、仲間(受け手)の事

情が優先されるべきなのです。しかし、フリーの味方をおとりに使って、自らがドリブルで仕掛けるという選択肢もあります。瞬時に判断をして、プレーの選択をする頭の回転が必要になってくるのです。この頭の回転を速くするためには、多くの情報をインプットすることが不可欠です。多くの情報をインプットするには、周囲を見ること、ボールをどこの位置に停めるか、そして、身体の向きなどが大切になります。

#### 【ボールの置き所】

そこで、最近、始めたトレーニングが、パス交換しながら、左足でボールを止めて右足でパス、或いは、逆に右足で止めて左足でパスという練習です。タッチ数を少なくして(できれば2タッチで)、次のプレー(パス)をするためにボールの置き所を考え、実行するというトレーニングです。更に、これにパスを受ける前に、首を振って左右を見るという動作を加えます。試合の中で、周囲の状況を把握して右足で止めるか左足で止めるかを判断できるようにさせたいのです。

この練習には、更に相手の左足にパスを出すのか、右足にパスを出すのかを追加します。当初はどちらに出すのかを決めて練習させますが、試合中には、右側に相手がいれば左足の方に、左側に相手がいれば右足の方にパスを出せるようにさせたいのです。しかも、ある程度のスピードを持ったパスでないと、途中でインターセプトされてしまうこともあります。また、グラウンダーでないと、味方がパスを受けるに際して、コントロールに時間

がかかってしまい、相手に間合いを詰められる恐れもあります。

このようにパス一つを取り上げてみても、様々な要素が含まれているのです。それこそ、自らを犠牲にして、相手の立場に立ってのパスが生きてくるのです。

#### 【身体の向き】

次に取り入れているのが身体の向きを考えるトレーニングです。左右に味方がいて、真ん中にポジションを取る味方にパスを出しますが、真ん中でパスを受ける人は、バックステップをしたり、サイドに移動したりして、左右の味方を同時に視野に入れるようにポジションを取ります。パスを受ける前の動きとパスを受けるときの身体の向きがポイントです。これもタッチ数を少なくして、しかもパスを受ける前に首を左右に振って、味方の位置を確認してからパスを受けます。このトレーニングでは、ボールを左右に散らす感覚も養ってほしいところです。

#### 【1人対1人+フリーマン】

以前も書きましたが、一人で相手の選手全員を抜き去りゴールを決めることが理想です。しかし、どんなに上手な人でも一人で試合に勝つことはできません。やはり、仲間の助けを借りながらチームとして勝利を目指すわけです。では、どのタイミングで仲間に助けを求めるかを、1人対1人に一人フリーマンを入れて練習しています。フリーマンはパスをもらった人の味方になりますので、常に数的に優位な状況を作り出せます。

これもパスありきではなく、時にはドリブルで仕掛けることもあるでしょう。

逆にドリブルで突破すると見せかけて、相手を引きつけておいてフリーマンにパスを出すことも考えられるでしょう。フリーマンもパスコースをどのようにつくるのかを考えていなければなりません。時には自らが犠牲になって相手を引きつけることもしなければなりません。パスを受けたら、ドリブルなのか、あるいはワンタッチでリターンパスを出すのか、相手を引きつけてから、パスを返すのかなど多くの選択肢の中から最適な選択ができるように頭を働かせることが大切です。

#### 【パスって奥が深い】

一つのトレーニングにも複数の要素が詰まっていて、単純にパスと言っても奥が深いことが分かってもらえたでしょうか。自分本位で蹴ったボールがたまたま仲間に届いたとしても、それはパスとは言えないのです。パスとは、受け手が欲しいタイミングで、しかも、そのパスによって、チームに圧倒的に優位な状態が作り出されることが不可欠なのです。サッカーで大事なことは、安易にボールを離すことはせずに、ボールを大切にすることです。ボールを保持し続けられれば(相手にボールが渡らなければ)、試合に負けることはありませんから…。そして、もしボールを離すなら、ボールに心を込めて離し、仲間に確実にそのボールが渡るようにしましょう。

(佐藤 敏明)

### 小3

#### 【個人技術の向上】

個人技術を上げるためにボールタッチの練習を常に行っています。ボールタッチをする事によって足の感覚

が良くなっていきボールを自在に動かせるようになっていきます！相手を抜こうとしてもボールを自分の動かしたいように動かさなければ抜く事も大変になっていきます。相手を抜くためにもボールの触り方を少しでも早く出来るように毎週行っています。今後は1対1からさらに多くの人材での攻撃の部分も伝えていきながら守備についても伝えていきボールを奪う楽しさも伝えられたらいいと思っています。

(山本 岳明)

## 小2

### 【大人のフットサル大会】

お忙しいなか参加していただいた皆様、ありがとうございました。スーパープレーや笑いありでしたね。お楽しみいただけましたでしょうか。プレーすることでボールを扱う楽しみ、あるいは難しさを体感していただけたかと思えます。次回はより多くの皆様に参加いただけたらと思います。

### 【強い身体をつくるために】

暖かい日が増えてきましたが、2年生クラブ員にもインフルエンザが流行しています。大人に比べ、まだまだ免疫力が弱い子供たちには、発熱や風邪等は免疫力を高めるために必要なことです。ですが、「手洗い、うがいをする」、「しっかりごはんを食べて、歯を磨く、夜は夜更かしせず眠る」ことは、より丈夫な身体になるために必要です。みんな自分でできることで少し普段から習慣にしましょう。

### 【もうすぐ3年生】

先日、かながわクラブ6年生の卒業を祝う会に出席しました。約2年間アシスタントコーチとして関わった学年で

す。立派なスピーチ姿、成長を感じられる感動的なスライドショーを見ながら現2年生の数年後を想像しました。さて、3年生になると区リーグが始まり、全員が試合に参加できる機会を増やしたいと考えています。今後も暖かいサポートを宜しくお願いいたします。

(嘉手納 大輝)

## 幼児・小1

### 【リーグ開幕】

2月27日からJリーグが開幕しました。みなさんは開幕戦を見ましたか？それぞれ好きなチームがあると思いますが、色々なチームの試合から、色々な選手のプレーを見ましょう。できれば、実際にスタジアムで観戦できるといいです。試合の雰囲気や、試合全体の動き、サポーターの人たちの声援など、テレビ観戦とは違ったサッカーの面白さ・楽しさを感じることが出来ると思います。まだ1度も生でJリーグを見たことない人は、ぜひ今シーズンは見に行ってみてください。

リーグ開幕と言えば、4月から社会人神奈川県リーグ1部も開幕します。かながわクラブのTOPチームが在籍しているリーグです。昨シーズンは降格の危機に見舞われながらも運よく1部に残留することが出来ました。今シーズンは昨年よりも厳しい戦いになります。ぜひ時間がある人は見に来てください！！応援よろしくお願ひします。(宣伝でした！！)

(佐藤 伸一)

## Papas

### 【PapasOver50&40メンバー募集】

横浜市サッカー協会のシニア委員

会が主催するシニアマスターズと交歓試合に、かながわクラブから参加しているのが、PapasのOver50とOver40の2チームです。

平成27年度の年間試合数はRec&Compがリーグ戦で13試合、11試合に対して、Over50がマスターズ6試合、交歓試合3試合、Over40がマスターズ6試合でした。試合数は少ないですが、試合会場は日産フィールド小机、三ツ沢陸上競技場、玄海田公園、谷本公園など、往復の時間の短い市内の天然芝、人工芝の素晴らしいグラウンドです。という素晴らしい試合環境で楽しい壮年の試合が展開されています。そこで下記の要領で新年度のOver50&40メンバーを募集します。還暦過ぎの方も含め50歳以上の皆さん、奮ってご参加を！

かながわクラブ以外のチームから県シニアリーグの四十雀、五十雀に登録している方も、あるいは他の市協会チーム登録者も参加できます。4月に新年度登録が行われますので、それまでに、参加希望者は茅野または事務局にご連絡ください。

### 【Over50 募集要項】

・Rec&Compの50歳以上のメンバーは、追加負担なしで全員Over50に登録する。

・Rec&Comp以外のPapasメンバーから事務登録手数料年間4,000円でメンバーを募集する。

### 【Over40 募集要項】

・Rec&Compの40歳以上のメンバーは、追加負担なしで全員Over50&40に登録する。但し、試合出場機会の均衡を図るため、Over40に登録した

50歳以上のメンバーは、Over40がメンバー不足を生じない限り、試合出場を認めない(50歳以上の方は、スーパーサブとして登録のみを行うということです。昨年度も数回、Over50の応援を依頼しました。)

・Rec&Comp以外のPapasメンバーから事務登録手数料年間4,000円でメンバーを募集する。

・Rec&Compの県リーグ戦試合日程との重複調整は、市協会は兄弟チーム(Rec&Compのこと)の上位のチームとの調整しかしないので、Compと重複した場合は市協会に調整を依頼するが、Recと重複した場合は、日程調整が行われないので、Comp主体のOver40チームで参加する。

(茅野 英一)

## ヨーガ(水曜日クラス)

### 【ヨガ部が受賞！】

昨年の4月から神奈川県内の2校でヨガ部の活動を始めました。

なにをするにも新しいことばかりなので、ひとつずつ工夫を重ねながらここまで進んできて一年経とうとしています。これでいいのかと迷いもあるこのごろでした。でも、「頑張れ。」と背中を押してくれる出来事があったのです。なんと、そのうち1校のヨガ部が県から表彰されたのです。かながわ部活ドリーム大賞のアクティブ賞を受賞ということです。アクティブ賞は「活動実績が学校の特色に繋がる顕著な取組やその他表彰に値すると認められる部」に与えられる賞です。

受賞した厚木北高校は部活動がとても盛んな学校です。しかし、それでもなお部活動に参加することなく、自

分のやりたい活動が見つけれないでいる生徒達があります。その子達にも楽しくやりがいのある活動の場を提供しようと始められたのがヨガ部です。なので、この受賞は本当にうれしいものなのです。

3年生は、受賞式に参加して晴れの舞台に立つこともできました。

また、地元のタウン誌に取り上げられたり、活動の様子に取材が入ったりもしています。地道に行ってきた活動がここへ来て注目を浴び始めています。この追い風を上手に利用して新年度へと向かいたいです。一時的なブームではなく定着した活動となるように、さらに頑張りたいです。

(伊藤 玲子)

## ヨーガ(金曜日クラス)

### 【夜のヨーガ】

金曜の白幡ヨーガは19:20から始まります。白幡だけでなく、夜のレッスンでは日中お仕事をされている方が多いようです。お仕事の状況によっては、時間に間に合わなかったり、しばらく参加できなかったり。「今日は間に合った〜!」「やっと来れた」というような生徒さんの言葉を聞くと、私もとても嬉しく、そしてありがたい気持ちでいっぱいになります。かく言う私も、白幡ヨーガの生徒だった時は同じ状況でした。勤務先からは車で40分ほどかかるので、仕事が遅くなると間に合いません。その日によっては疲れを感じて、今日は休もうかなと一瞬思うのですが、参加する方がリラックスできる、元気になれると身体が覚えているので、もうひと頑張り!と車を走らせます。そして、伊藤先生が笑顔で

迎えて下さるとホッとして、やっぱり来て良かったと思うのです。お仕事だけでなく、日中はなかなか時間がないうという方もいらっしゃると思います。もう一歩足を伸ばして、お休み前のリラクゼーションを体感しにいらして下さい。

※白幡ヨーガは1回ずつでもご参加頂けます。

(中川 有香)

☆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  
リックしてご覧下さい。  
クラブの理念や指導方針、各種手続き方法、注意事情、  
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)



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](http://8610.teacup.com/kanagawaclub/bbs)





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** UV 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**

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/>

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

伊藤玲子先生のCD新発売！  
**聴く！グナヨーガ**



★お買い求め方法

- ①以下の薬局の店頭でご購入いただけます。
- 光和薬局 神奈川区片倉5-5-1  
 ※地下鉄片倉町駅前のARビル1階  
 TEL:045-482-2215
  - 飯田薬局 神奈川区三ツ沢中町7-9  
 ※地下鉄三ツ沢下町駅3番出口を右に出て、徒歩5分  
 TEL:045-321-3653
- ②以下のグナヨーガ公式サイトからご購入いただけます。  
<http://www.gunayoga.com>
- ③アマゾン(amazon)からご購入いただけます。
- ④アイチューン(ITunes)からご購入いただけます。

各1575円(税込)販売中



伊藤玲子先生  
 日本テレビに出演