

トリコロール

クリスマスフェスタ 2016

12月24日(土)25日(日)に、クリスマスフェスタ 2016 が、港北小・浦島小で行われる予定です。6年生は、招待杯の関係で12/17(土)に行われます。詳細は担当コーチより案内されます。

内容は、学年ごとに親子サッカーを行いますので皆さん奮ってご参加をお願いします。最後には、子供たちのプレゼント交換もごさいます。

今年最後の活動なので皆様一緒に楽しみましょう。

大会・公式戦結果

TOP

〈市リーグ〉

vs MAKS 7-1 ○

〈横浜市民大会〉

vs FC LAND`S 2-5 ●

YOUTH

〈クラブユースリーグ〉

vs ヴェルディ相模原 0-1 ●

JUNIOR YOUTH

〈U-15リーグ〉

vs PSCT LONDRINA 2nd 2-1 ○

vs SC 相模原 B 0-4 ●

〈U-14リーグ〉

vs 日野南中 6-0 ○

〈U-13リーグ〉

vs FC AIVANCE YOKOSUKA 0-0 △

小4

〈国際チビッ子サッカー大会〉

vs 三保小 3-0 ○

vs 菊名 SC 2-1 ○

※準決勝進出

PAPAS

〈Over40 市シニアリーグ〉

vs Y.S.C.C.

3-1 ○

今、グラウンドでは・・・

TOP

【猛練習！！】

例年だとこの時期にカップ戦が行われるのですが、今年度は夏場にカップ戦が行われたため公式戦は市リーグと市民大会のみです。市民大会3回戦は11月27日に行われ、2-5で敗れたため市民大会も終了してしまいました。

しかし、来期1年で1部に戻るという目標があるため、TOPチームの練習はかなり熱が入っています。現時点で来季の監督は決まっていなため、選手同士での練習になっていますが、松本選手を中心にかなりハードな練習になっています。今までなら、この時期は少し緩い練習になりがちでしたが、各選手たちが同じ方向を向きハードな練習にも全員くらいついてきています。きっとこの練習の成果が来期に出るものと信じています。

また、TOPチームでは現在選手の募集をしております。来期1部に戻るために戦力となる選手を募集しております。詳しくはHPをご覧ください。

今後ともTOPチームの応援よろしくお願いたします。

TOPチーム HP

<http://www.kanagawaclub.com/Topteam.html/>

(中本 洋一)

YOUTH

11月は神奈川県クラブユースの試合を行いました。2・3年生が進路の関係でなかなか揃わず1年生の新メンバーを主体としての戦いとなり、結果は3戦3敗となってしまいました。新しいメンバーを色々なポジションで起用しながら1戦1戦試行錯誤しながらの戦いが続きましたが、徐々に新メンバーも慣れてきてメンバー同士の連携も見られるようになってきました。3戦目のヴェルディ相模原戦では結果的に0-1と惜敗となってしまいましたが、チャンスも多く作り非常に良い戦いができました。12/23に決定した相模原FCとの最終戦では必ず勝利しようと選手たちの雰囲気は悪くありません。また、11/23に行ったINAC多摩川U-18とのTraining Matchでは、3年生も揃い東京都のクラブチームを相手に個人としてもチームとしても互角以上に戦い試合の主導権を握ることができ、結果も合計4-1と勝ち越すことができ、非常に収穫の多い試合となりました。

新メンバーはまだまだ取り組みに甘さがみられるものの、徐々に個性を發揮し他のメンバーとも慣れ連携も見られるようになってきました。何より今まではJUNIOR YOUTHの助っ人を借りて何とか試合をしていたという時期があったことを考えると、YOUTHのメンバーだけでコンスタントに人数が揃うようになったということで今後が非常に楽しみです。

12月から始まる関東クラブユース

リーグや年明けの寒川招待杯に向け、選手たちはモチベーションを上げて取り組んでいます。Training Matchも適宜組みながら個人としてもチームとしてもコンディションを上げて、良い戦いができるように引き続き取り組んでいきたいと思えます。

(豊田 泰弘)

JUNIOR YOUTH

【U-15】

11月29日の練習をもって、3年生は中学生年代の活動を一時休止となりました。

これからはサッカーにつぎ込んだ情熱を高校受験に注いでください。受験終了後は高校での活動に向け、ユースに帯同して練習・試合に参加してください。

また3年間支えてくださった保護者の皆様、お疲れ様でした。楽になるのか、抜け殻になってしまうのか……。次のお楽しみは高校生活が始まるまでお待ちください。

U-15リーグ最終戦は、気持ちが空回りしてか残念ながら勝利で終われませんでした。2年生を引っ張り、「観ている者に伝える試合」ができるようになったのはうれしく思います。きっと2年生が引き継いでくれるでしょう。高校での活動は今まで以上にハッピーで、メンタル的にもきつくなると思えます。希望のチームでプレーできるよう最後まで油断をしないで、体調管理に気を付け、受験に集中しましょう。もちろん、息

抜きでたまに参加するのは歓迎です。

(高田 成典)

【U-14】

先日のU-15の試合で3年生が活動終了となりました。3年生には昨年を引き続き今年も沢山の経験をさせてもらいました。学年が上の選手とプレーする機会というのはとても貴重なことで、その中でも2年生で参加しているチームもあり同学年のハイレベルも経験できました。

また今シーズンの最初に選手と共に目標をかかげていたのが6試合で勝ち点13、得点10、失点8というところでは勝ち点は15、得点25、失点11ということでした。勝ち点は目標を上回り、得点は倍以上達成することが出来ました。課題は失点を減らすということになります。夏の遠征の成果もあったのか、2ndラウンド現在は勝ち点10、得点20、失点6という状況です。ラスト1試合を残し、失点を少なく勝利をすることができれば勝ち点、得点、失点全てにおいて達成することが出来ます。残す1試合は前回負けた相手です。選手もきっとやってくれると信じています。またこの試合は私が不在です。ただそんなことは関係なく選手達自身が考えプレーに表現してくれば負けはないと思います。今シーズン最後の公式戦不在で申し訳ない気持ちでいっぱいですが選手たくましさを信じます。良い話とは別に今月は良くな

いこともありました。トラブルがあった両選手はもちろんのこと、周りにいた選手にも注意を与えました。見ているだけの傍観者であってはならない。仲間が度を越えそうな時には止める仲間が必要だと訴えかけました。良い時だけでなく、良くない時こそチームとして強さが確かめられます。ルールを守るのはもちろんモラルがある人になってほしいと伝えました。世の中にはゴミを捨てる人がいる、それを拾う人もいます。どちらの人を真似るかというのは最後は自分に判断が問われます。困っている時こそ助けなくてはいけないし、仲間の嫌な事言ったりすることしたはならない、相手の気持ちになるなどごく当たり前のことを大切にしてほしいです。

サッカーは仲間を繋げる、人を成長させる等無限の可能性をもっています。選手たちには良いサッカー選手はもちろん、良い人になってほしいと切に願います。日常生活を変える。毎回選手には口すっぱく言っていますが、プレーを良くしたければ日々を改めることを忘れずにしてほしいと思います。

(斎藤 幸宏)

【U-13】

今年も残りわずかとなりました。今月から U-13 リーグの後期が始まりました。後期では強豪クラブと同じグループになりました。強い相手と対戦ができるので貴重な経験ができると思っております。強い相

手に対して自分達がどこまで戦うことができるのか実力を測ることの出来るとても良い組み合わせになったと思います。U-13 リーグではまだ勝てていないのでまずは1勝出来るよう良い準備をしていきましょう。

最近の練習では選手達の意識が高くなってきているのを見て感じます。ランニングでは日産スタジアムの外周を4周するのですが、3周目までは1年生の選手が先頭を走っていたり、ランニング後のボールを使った練習では時間ギリギリになっても自分達がまだ練習をやりたいと言いに来たりなど小さなことですが最初の頃にはなかったような行動が増えてきて僕自身すごく嬉しいです。この状況を変えずに今後の練習でも意識高く行動してもらいたいと思います。また一つ上の学年の U-14 の選手達が良い結果を残しているので U-14 の選手達のサッカー面や普段の行動からの良いところを吸収して自分の物に出来る選手が増えると思います。

(青木 宏静)

小6

【ご協力ありがとうございます。】

保護者皆様には 10/29 のコスタ横浜での懇親フットサル&BBQ の企画、11/5 には港北小ふれあい広場でのお手伝いをいただき本当にありがとうございました。

【感じてもらえれば】

11/20 には都合のつく小6メンバーに幼児・小1の活動サポートに

入ってもらいました。最初は恥ずかしがりモジモジして何もできない「からだの大きな一年生」状態でしたが(笑)、徐々に慣れてくるとアドバイスをしたりお手本を見せたり、とお兄さんっぽい振舞いも見せてくれました。前日には他チームの選手も参加した JY の練習会も行われ、現在の「かながわクラブ・小6」だけではないサッカーを介したコミュニティがあることに気づき、個々人の視野が少しでも広がってくれることを期待しています。

【今後の予定】

12月はルーキーリーグ、親子サッカー、招待試合の予定が入ります。1月には県選手権、区選手権と公式戦も続きます。「元気に挨拶」「自分で体調管理」もキーワードに取り組んでいきます。

(小野 津春)

小5

少しずつ寒さが厳しくなってきたとともに、2016年が終わりに近づいています。年末年始という節目において、1年の振り返りや新たな目標設定などはできているでしょうか？日本代表の本田圭佑選手やメジャーリーガーのイチロー選手は、小学生の時点で将来の夢を明確に綴った作文を残していることで有名です。彼らのように将来的に世界を股にかけて活躍できる人間になれるとは限りませんが、人がスキルアップしていくために「目標を持つこと」や「その目標に対してどれくらい進めたか」ということを確認していくことは非常に大

切なことでされています。もちろん、小学生のうちからそれが当たり前のようにできることはありませんが、少しずつそういったことを習慣にすることが良いでしょう。例えば【2017年は、全ての試合で必ず1得点以上する】や【リフティングの連続回数を6月までに200回達成する】といったものを掲げて、それができたかどうかを確認するという簡単なことだけで変わっていくと思います。是非チャレンジしてみてください。

最後に…年度は残り4ヶ月程度残っておりますが、2016年に保護者の皆様からいただきましたご理解とご協力への感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。2017年もよろしくお願い致します。

(西井 純一)

小4

4年生は、今月Sチームは国チビ決勝トーナメント、Aチームは三浦招待杯がありました。どちらの大会も人工芝のグラウンドでの試合でした。普段は滅多にできない環境での試合だったのでどちらのチームも良い経験になったと思います。三浦招待杯のほうは、国チビ決勝トーナメントと日程が重なってしまい行けませんでした。担当してくれた嘉手納コーチと菊池コーチからはとても頑張っていたと話を聞きました。Sチームは、国チビ決勝トーナメントを戦いました。2回戦、準々決勝も勝つことができて準決勝に進出することが出来ました。これらの結果は選手たちが夏

以降、平日の活動や土日の活動を頑張り、サッカーに対して真面目に向き合ってきた結果だと思えます。12/4に準決勝が行われます。ここまでの結果に満足することなく最後まで頑張ってもらいたいと思います。

(堀内 慶太)

小3

【グラウンドでは、】

週末のトレーニングでは、ボールを止める、蹴ることに加えて「周りを観る」ことを意識してもらおうよう声をかけています。「ボールを奪ってもすぐに取り返されちゃうのは何でだろう?」、「パスを相手に取られるのは何でだろう?」、「シュートがゴールに届かないのは何でだろう?」などプレーを振り返ってもらうよう問いかけます。たいていの場合、選手は困った顔をします。それは、ボールだけに夢中になり、周りの状況を見えていないからです。周りを観ることができると「判断」することができます。少しずつですが、「相手が見えたけど、こうしたほうが良いと思った」とか「相手がこう動いたから、自分でシュートしたらゴールを決めれた!」と判断が伴った面白いプレーが少しずつ見られるようになりました。これから楽しみです。

【寒くなりました】

あつという間に寒い季節になりました。選手達には、うがい手洗いと、しっかり食べて夜は眠

るよう体調管理をして楽しくサッカーしよう、という話をしています。まだまだ体調を崩しやすい年代ですが、自分で良いコンディションをつくれる大人になれるよう、意識づけをしてもらいたいと思います。活動時にも、ベンチコートや手袋など、天候に合わせて選手自身で準備できるようサポートをお願い致します。

(嘉手納 大輝)

小2

【活動では】

先日の練習試合では日頃の練習から取り組んでいることが少し出来ているように感じました。相手の動きを見て、パスやドリブルの判断やどこでボールを受けられるか見極められるようになり、得点に繋がるシーンも多くありました。当然個人での差はありましたが、チーム全体が意識もって試合に臨めたのではないかと思います。結果も納得のいく結果を得ることができ、選手たちも満足できるシーンが多かったのではないのでしょうか。しかし、相手のレベルが上がっても同じようにプレーできるよう更に日々の練習から取り組んでいきましょう。

【体調管理】

11月にも関わらず雪が降りました。寒い日が続いていますが、体調管理はしっかりと行いましょう。手洗い・うがいはもちろんのこと、汗をかいたらそのままの状態にせず、着替えたり汗を拭いたりして体が冷えないようにすることも大切です。

何か調子が良くないな、変だなと感じたらすぐにお家の人や活動中であればコーチ達に伝えましょう。聞いた話によると川崎の方ではインフルエンザが既に出たところもあるようです。年末にかけてまたさらに寒くなるとは思いますが元気にサッカーできるよう風邪予防、体調管理を心がけましょう。

(佐藤 伸一)

幼児・小1

【上手くいかなかったことを整理しよう！】

23日(祝)の試合では、久しぶりに、勢いのある相手に対して、押しこまれることが多く、自分たちがやりたかった「相手をかかわして、ボールを運ぶこと」が十分にできなかったようです。それでも、個々に見れば、何とか相手をかかわそうとする意図が見える子もいて、あとは相手の勢いに負けないメンタルを持つことなのかなと思いました。一番残念だったのが、ボールを奪ってから、すぐに、ドリブルのスピードを上げてしまい、ドリブルが大きくなって、相手にとられるケースです。

一旦、相手を見て、落ち着いて飛び込んでくる相手を交わすことができるようになれば良いのですが…。ボールを保持している方が圧倒的に有利なはずですが。慌てることは何もありません。相手の足を見て、交わしてみよう。また、ドリブルのコースが、どうしても目の前の相手からの、逃げていく場面もありました。外から攻める気持ち

は大切ですが、目の前の相手を抜けば、シュートチャンスがある場合にはチャレンジするべきでしょう。ゴールから遠くに逃げていくドリブルでは、相手の脅威にはなりませんから。

また、ゴールキックも、相変わらずかながわクラブの子どもたちは馬鹿(?)正直に、キーパーに蹴らせたり、届かないにも関わらず、真っ直ぐ前に蹴ってしまったります。誰が蹴っても良いのですし、最悪相手に奪われてもすぐには、シュートが飛んでこないサイドに蹴るなどの工夫も必要になって来るでしょう。

【経験に優るアドバイスはない！】

さて、試合で、うまくいかなかったことを整理したら、次に、どうしたらうまくいくのかを考えることです。経験によって得た知識はとても、大切です。経験に優るアドバイスはないと思います。子どもたちのミス、感情にまかせて、頭ごなしに非難すると、ミスを恐れ、大人に叱られたくないと、子どもたちは二度と積極的にチャレンジすることがなくなるでしょう。ミスした子どもはミスしたことを重く心に受けとめていまずから。大人としては、ミスを次に生かすためには、では、どうしたら良いのかを子どもと一緒に考えることです。

勿論、サッカーに対する子どもたちの意識の差は大きいものでしょう。もうすでに大人のようなプレーをする子もいれば、メンタルでは絶対に負けない子もいます。指導

者としては、いずれ皆が、そうなって欲しいとは思いますが、焦るとろくなことになりません。試合中、安易に、大きな声で子どもたちの一挙手一投足に指示を出すことがあります。大人のイメージで試合を進めることを良しとしている場合です。ポジションをかつちりと決めて、野球の試合のように、バランスを崩さないように子どもたちの動きを制限し、大人顔負けのサイドチェンジやサイドからのセンターリングが入ってきます。こうした一つ一つのプレーを徹底するには、威圧的な指示を出すことが求められます。しかし、子どもは大人のミニチュアではありません。大人を真似したようなサッカーをすることが評価されるとは思えないのです。

それよりも、この年代では、試合には勝てないかもしれませんが、個々のドリブルの技術やフェイントの習得に注力したいと思います。

【成功体験を味わおう！】

大きな声で、威圧的な指示を出さずに、子どもたちを技術の習得に向かわせるにことは、非常に難しいことです。しかし、脅されることよりも、サッカーが楽しいと感じてくれれば、可能性は大きく広がります。それには、何よりも成功体験が重要です。試合中にうまくいったこと、相手をかかわしたこと、シュートを決めたこと、勝てなかったけれど頑張ったことなどを、タイムリーに褒めてあげましょう。相手に向う意識があればか、褒めてあげましょう。単純にボールを蹴らずに、

運ぼうとしている姿勢が見えたら、評価してあげましょう。上手くいった成功体験を一つ一つ積み重ねることで、子どもたちは前向きになれます。大人は子どもたちの成功体験を発見する達人でなければなりません。ミスには目をつぶり、良いプレーには最大の賛辞を惜しまないことが、子どもたちのモチベーションを上げます。

子どもたちには、試合に負けて悔しかったら、うまくいかなかったことを整理して、来週からの活動に向かいましょうと指導しています。最近子どもたちにはよく確認するのですが、「サッカーが上手になりたい人？」と問うと、ほとんど全員が「はいっ！」と答えます。サッカーの楽しさが、個人の喜びからチームとしての試合に勝つ喜びになるには、今しばらく時間がかかります。それまでは、子どもたちとの根比べと考えています。ぜひともご理解いただければと思います。

(佐藤 敏明)

PAPAS

【COMP 2016年度県シニアリーグを終えて】

2016年度の県シニアリーグ1部は11月6日で全日程を無事終了することができました。メンバーのご協力に感謝いたします。今シーズンの戦績ですが、0勝11敗 勝点0の最下位という残念な結果となりましたが、1部のチームと1年間ゲームができ、いい経験になったと思います。勝敗の結果ほど戦力、技術的に差がある

わけではないのですが、それぞれの局面でのチョットしたミスの差が失点につながったり、得点ができなかったりと、その積み重ねの結果が今シーズンのリーグ戦だったと思います。自分たちのミスの数を減らし、相手には数多くのミスを誘う動きをチームとして冷静にプレーすれば、1部のチームとも十分にやっています。今後のゲームに活かしていきましょう。リーグ戦は終了しましたが、議長杯のトーナメント戦がまだ残っています。トリコロールが配布される12月4日14:00 中井Gで2回戦 vs 赤羽根40との試合です。今シーズンは、まだまだ終わっていません。優勝目指して頑張っていきましょう。

【シニアリーグ登録締切】

REC/COMP 2017年度の登録ですが、12月31日が締切になります。新たに40代になる方、また新規で加入していただいた方たちのRec/Compへの登録をお待ちしています。また仕事の都合上、REC/COMPを休部する方、移籍を考えている方もいらっしゃると思います。パパス全体の登録を把握するため、茅野GMから2017年度に向けて登録意志確認のメールを配信いたします。REC/COMPのメンバーにつきましては、平澤/瀬長から発信いたします。Rec/Compメンバーは登録確認が重複しますが回答よろしくお願いたします。2017年度のREC/COMP運営も、メンバー皆様のご協力があるからこそです。よ

ろしくお願いたします。

(瀬長 義男)

ヨーガ（水曜日クラス）

【息子の結婚式】

先日、息子の結婚式を無事に行うことができました。皆様より、沢山のお祝いの言葉をいただきありがとうございました。小さなちいさな赤ちゃんだった息子が段々と大人になっていく。ずっとそばにいて、その成長の過程を見守ってここまで来ました。披露宴の最後には、「母親への花束贈呈」のセレモニーがありました。

よくあるパターン、いかにも涙を誘う演出が見えみえのものであるにもかかわらず、まんまと涙してしまった私でした。そのときにわかった気がしました。

一見、当たり前のことと思うことの中にも、とても貴重なことが隠れているのだと。

ヨガでも「真実を見抜くこと」の大切さを諭されます。これが、それなのだ。人生は悟りの連続です。わかっているつもりでも、まだまだ悟ることができていないことが埋もれているのです。謙虚に心の修養を積んでいかなければと再確認をしました。

(伊藤 玲子)

ヨーガ（金曜日クラス）

【10年ぶりの風邪】

ぐっと気温が下がった冬の日、友人と一緒に自然のパワーをもらいに城ヶ島海岸へ。

雨のあとで空気も澄み、キラキラと輝く海のなんと綺麗なこと。海岸の食堂でネギロト井を頂いた後で気分も良く、強い風にとどまることしばし。原因はこの日の寒さと寝不足しか考えられず。がっつりと熱を出してしまいました。久しぶりすぎて、熱が出ていることにも気づかず。普段レッスンの中で、自分の身体感覚を大切に、、、ってお伝えしているのに…。耳鼻科の先生(←ただの鼻炎だと思っていたので。)に、喉真っ赤だけど痛くないの？と若干笑われました。熱はあっさり下がりましたが、なんとなく鼻や喉がスッキリと治ってません。周りにもそんな人がチラホラ。今シーズンの風邪の特徴なのでしょう？みなさまもどうかお気をつけ下さいね。

さて、今年のレッスンはあと2回です。生徒さん方、伊藤先生、豊田コーチはじめスタッフの皆様のおかげで、今年も素敵な1年を過ごすことができたこと感謝いたします。来年も引き続きまして、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

(中川 有香)

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 マクドナルド サンクス
 交番 マインマート
 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:045-482-2216
 飯田薬局 神奈川区三ツ沢中町7-9
 ※地下鉄三ツ沢中町駅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



日本テレビに出演