

# TRICOLOR

## 大会・公式戦結果

### TOP

#### 【県社会人サッカー2部リーグ】

vs FC AIVANCE 横須賀 1-2●

### JUNIOR YOUTH

#### 【県U-15リーグ】

vs PANGEA FC 5-1○

### 小6

#### 【JFA U-12リーグ】

vs 平戸 FC 3-2○

### Papas

#### ☆Rec

#### 【県五十雀3部リーグ】

vs 茅ヶ崎ウエスト 1-4●

#### ☆Comp

#### 【県四十雀1部リーグ】

vs 緑ヶ丘 3-1○

vs 栄光 40 1-0○

#### ☆市リーグ

#### 【Over50】

vs 翠嵐 50 3-1○

## 今、グラウンドでは・・・

### TOP

#### 【県社会人リーグ】

5月26日にリーグ戦を行い、FC AIVANCE 横須賀シティに1-2で敗れました。これで通算2勝2敗となりました。試合は0-1で後半78分に追いつき、かながわクラブ優勢のまま終盤を迎えたのですが、ロスタイム5分の最後の最後の一瞬のスキを突かれて敗

戦となりました。

このところ重要視しているのは、試合の入り方です。この試合も試合序盤は積極的にボールを奪いに行くことができず、先制を許してようやく後半になってから、全体的に動けるようになりました。試合開始から積極的に行くことは、体力を消耗するリスクもありますが、ゲーム全体をトータルで考えると、その試合を優位に運べるかどうか、重要なポイントになります。今のTOPチームは練習量も多く、走れる選手も多く、コンディションもかなり上がってきています。次のリーグ戦は積極的な試合展開ができると思います。

次節はホームしんよこフットボールパークでの試合になります。夜の試合になりますが、ぜひ応援に来てください！よろしくお願いいたします。

#### 【次節】

6月23日(日)

しんよこフットボールパーク

19:05 キックオフ vs 横浜ミラン

#### 【オフィシャルサイト TOP チームページ】

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

(中本 洋一)

### YOUTH

現在のユースは6月中旬から始まるU-18リーグに向けて、一つひとつのトレーニングを大切に活動しています。公式戦がない週の土曜日には筋トレ、火曜日にはボールを使いながら体力向上と足に負荷がかかるトレーニングをやっています。サッカーはチームスポーツであり、全員で協力することが求められます。しかし助け合うことだけ

が全てではないです。どこかを助けにいくと必ず別のところが手薄になります。相手は必ず手薄になったところ狙ってきます。まずは一人でも戦える力を身につけてほしいと思っています。

とは言ってもサッカーは一人で戦えるスポーツではありません。味方と協力プレー、コミュニケーションを取らなくてはいけない場面もあります。まだまだかながわクラブ JY から上がった子たちと新しく加入した子たちが上手くコミュニケーションがとれていないので、改善していかなければいけないなどと思っています。

個人としても、チーム全体としても成長したと思えるような U-18 リーグにしていきたいです。

(今川 暉一朗)

## JUNIOR YOUTH

5月のU15リーグの2試合をもって、全日程が終了いたしました。この期間中、皆さまのご協力と応援が選手たちの大きな力となりました。心より感謝申し上げます。

最終順位は、1位や2位とは勝ち点差2の3位という非常に悔しい結果となりました。しかしながら、大会を通じて選手全員が一丸となり勝利に向かって戦う姿勢を見せ、「守備から攻撃」という意識が高まりました。特に複数失点が0であったことは、選手たちの成長を実感する要素でした。

ただし、上位チームとの試合では相手ディフェンス陣を思うように崩せず、苦しい展開が続きました。この課題を大会中に解決することができず、

惜しくも昇格を逃してしまいました。

昇格は果たせなかったものの、選手たちのサッカー人生は続きます。後期のU15リーグに向けて、6月は個人の技術向上に重点を置いて活動していく予定です。受験勉強やテストなどで忙しい時期かと思いますが、個々のレベルアップを図り、後期リーグやその後の高校生年代の舞台に繋がっていきましょう！ (古山 未来)

## 小6

保護者の皆様、まずはU-12リーグに関してご理解ご協力いただきありがとうございました。暖かいご声援とご協力もあり無事にU-12リーグを終えることができましたし、選手たちも本気でサッカー(貴重な公式戦)に全力で挑めたと思います。今後とも選手のサポートの程よろしく願いいたします。

U-12リーグの最終結果は10チーム中3位という結果で終わりました。1番目の目標でもあった1位を取ることはできませんでしたが2番目の目標の上位に入ることは達成する事ができました。今回のU-12リーグを通してチーム力はかなり上がったと思います。そして、一人ひとりが一生懸命プレーしてくれるようになったことが私としてはすごく嬉しいです。公式戦と公式戦の期間のトレーニングだけでなく公式戦がない期間のトレーニングや練習試合もひたむきに向上心をもって取り組んでほしいなと思っています。

今回のU-12リーグは成果もたくさんありましたが、課題もたくさん見つかりました。まだまだ積極性が足りない

などと思っています。積極的に俺がこのチームを勝たせてやるという気持ちと相手のコーナーキックで相手にフリーで触られてしまう事が多い=責任感が薄いなど感じています。自分から積極的に行動していくためには、誰かがやってくれるという甘い考え方ではいけないと思います。自分のことは自分でやる(自立していること)と普段の私生活から考えて行動することと自分の行動に責任を持って行動をすることを習慣にしていきたいです。

引き続き子供たちが人間としても、サッカー選手としても成長していけるように尽力していきます。

(今川 暉一朗)

## 小5

日頃から、小5の選手たちはひたむきに練習に取り組んでいる場面が多く、とても頼もしく感じています。しかし、少し気になる点もあります。それは、選手たちがやや受け身な姿勢を見せることが多いということです。サッカーにおいて、積極的に取り組む姿勢は非常に重要です。もっと自ら進んで挑戦し、積極的にプレーしてもらいたいと考えています。

サッカーは単に体を動かすだけのスポーツではなく、考えてプレーすることが大切です。そのため、練習では様々な設定や条件を加え、選手たちに考える力や判断力を養ってもらおうように心がけています。ただ指示されたことをそのままこなすのではなく、より有利にプレーするためにはどうすべきかを常に考え、工夫して取り組んでもらいたいと思います。

例えば、パスを出すときやドリブルをする場面で、どのようにすればより有利な状況になるのかを考えて選択したり、自分のポジションをどのように調整すればより次のプレーを有利に運ぶことができるかを常に意識できるように心がけてもらいたいです。

積極的に考え、工夫してプレーすることで、さらに楽しくプレーすることに繋がり、さらなる成長が期待できると考えております。 (豊田 泰弘)

#### 小4

日頃よりクラブの活動にご理解ご協力いただきありがとうございます。最近では気温が高い日も増えてきました。これから始まる本格的な夏の暑さへの準備を各ご家庭でもよろしく願います。少しずつ暑さに慣れていくためにも日中に太陽の下で活動することを意識してみてください。急な炎天下のもとでの練習は体調を崩してしまう原因の一つになりかねません。十分な水分補給と睡眠をとることもあわせてよろしく願います。また練習がある日に先に自主練習をしてから練習に来ることで練習に来た時には疲れてしまっている選手も見受けられます。過度の疲労は集中力の低下や体調を崩す原因となります。練習がある日は、練習が終わった後に足りない分を補うなどの方法をとっていただければと思います。 (青木 達也)

#### 小3

練習の中で、常に選手たちには「一つ一つのプレーにこだわっていきましょう！」と言い続けています。練習の際

にチャレンジし、ミスすることは成長のために非常に大事なことであり、必要な過程です。ミスを恐れずに全力で練習に取り組んでくれている選手たちに感謝しています。

サッカーにおける基本動作である止める、蹴る、ダイレクトパスやドリブルといったプレーにおいて、全選手が頭を使ってプレーできるよう意識を高めて練習に取り組んでほしいと思います。自分のプレーを細部までこだわり、どんな状況でも最善の判断ができるように心がけてみてください。

今後もチャレンジ精神を忘れず、一つ一つのプレーに対して真剣に取り組む、楽しみながら成長していただきたいと思います。

(栗城 聖也)

#### 小2

##### 【まずは感謝を…】

春の公式戦が終了しました。ゴールデンウィークのさなか、そして最終日は母の日にも関わらず、多くの保護者の方々に応援に駆けつけていただき、多くの温かい声援をいただきました。また、公式戦期間中は朝早くからお弁当の準備をしていただき、家族の予定を犠牲にして、春の公式戦を優先していただき、本当にありがとうございました。

子どもたちには、「一生懸命にプレーをすること」が相手のチームや審判、そして応援してくれたお父様、お母様に対して感謝の気持ちを表すことになると伝えて公式戦に臨みました。結果としては、0勝5敗1分けでグループリーグ7チーム中の7位で公式戦を

終えましたが、子どもたちは「一生懸命にプレーをすること」ができ、公式戦期間中のわずか10日程度の間でさえも、一人一人のプレーには、目に見える成長もありました。残念ながら保護者の方々のご期待に沿う形にはなりませんでした。子どもたちにとっては、公式戦の独特の緊張感や雰囲気を楽しむことで、少なからず心に残るものがあり、その刺激により成長することができたのではと確信しています。

##### 【公式戦を終えて…】

先にも述べましたが、公式戦に臨んでは「一生懸命にプレーをすること」を子どもたちに伝えました。更に、練習してきたプレーしか試合ではできませんので、普段港北小学校で練習していることを最大限発揮すること(ボールを止めること、蹴ること、運ぶこと)を掲げました。こうしたサッカーの基本的なスキルとしての「ボールを止めること、蹴ること、運ぶこと」については、他のチームの選手にそれほど劣る部分はないのですが、「戦う気持ち」や「プレーのスピード」に関しては、大敗した2チーム(0-9)に一日の長があると思われました。1点差で負けた2チームや引き分けたチームには「戦う気持ち」や「プレーのスピード」というよりは、ボールを大切に扱う「プレーの丁寧さ」に関して若干の差があったのではと思いました。

失点のほとんどが、逆襲のカウンターによるものやゴールキックやキックオフのボールにプレッシャーをかけられてのもです。これらの失点に関しては、技術の差というよりは、試合経

験の不足であったり、そうしたケースを想定しての練習不足であったりします。言い換えれば、普段の活動の中で何を大事にして練習してきたのかということだと思います。

### 【何が大事か？】

勝利という結果が得られなかった原因は明らかです。それは、この年代において、何を大事にして子どもたちに指導しているかということに尽きると思います。かながわクラブでは、これまでも何度となくお話しさせていただいていますが、この年代では、個人個人に技術を身につけさせる指導を実践しています。スキヤモンの成長・発達曲線を持ち出すまでもなく、子ども成長段階に応じて、「ボールを止める・蹴る・運ぶ」という基本技術の習得に活動時間の大半を割いています。ゴールデンエイジと呼ばれる脳の神経回路の発達の著しいこの時期は、ボールタッチ、ドリブル、フェイントなど、ボールに数多く触れさせながらの様々な技術の習得に最適な時期だからです。

かながわクラブでは、大人のミニチュア版のようなサッカー(小気味よくパスがつながるような)を子どもたちに押し付けたりしません。また、安易に試合に勝つために、大きくボールを蹴ったり、反則まがいのボディコンタクトを子どもたちにさせたりすることもしません。先にも述べましたが、かながわクラブでは、この時期に勝つための練習に時間を割くよりも、個人技術の向上のために活動時間を費やしているのです。試合でのプレーをご覧になった保護者の方々の評価は様々ある

でしょう。しかし、単に勝敗だけ、得点だけで子どもたちを評価するのではなく、前述のように、クラブとして、この時期の子どもたちに、個人の技術を重視した指導を行っていることをご理解いただければと思います。神経系の発達が著しいこの時期には、数多くボールに触れることで、繊細なボールコントロールやボールを止める技術、フェイントやドリブルの技術を養っています。なかなか試合に勝つための練習とは言えないものではありませんが…。子どもたちにとって、将来の財産となる技術を身につけさせたいのです。一生涯サッカーを楽しむために…。

### 【戦う気持ち！】

性格や成熟度により、子どもたち一人一人の「戦う気持ち」には差があります。優しさが故になかなか相手からボールを奪うようなプレーができないとか、相手が迫ってくると怖気づいてしまうといった場面も試合中にはまだまだ見られます。反面、生来の闘争心から、果敢に相手に向かっていく姿勢が身につけている子もいます。この差は現段階ではどうしようもないものです。

優しい性格の子どもたちに無理矢理荒々しいプレーやファウルすれすれのプレーを要求しても、よほどの強制力や精神的に恐怖感を与えなければ難しいでしょう(逆に、恐怖心から大人の言いなりに動いてしまう子もいるという事実も見逃せません)。

まず、子どもたちには、サッカーではルールで自分自身が守られていることを理解させなければなりません。

ルールで守られていることが理解できれば、いずれは安心して(?)相手にチャレンジしたり、ショルダーチャージをしたりするようになるのです。接触プレーにも怖さを感じなくなります。

やがて、成長し、サッカーとはある意味格闘技だということを頭で理解することができるようになります。1対1に負けることが即ち試合に負けることになるのです。チームの勝利のためには、激しく相手にチャレンジし、ボールを奪うことが求められます。ファウルすれすれのプレーを平然とやっつける大胆さも必要とされます。個人差はあれ、いずれ成長するに伴い、「戦う気持ち」がサッカーというスポーツを理解することで生まれるのです。

### 【最後に…】

公式戦を経験することで、子どもたちが感じたものは、一人一人異なります。しかし、子どもたちのサッカーが上手になりたいという気持ちは一つです。公式戦という経験から生まれた様々な心の動きによって、サッカーに対する取り組み姿勢にも変化が現れることを期待します。引き続き保護者の皆様には、温かい目で子どもたちを応援していただければと思います。(佐藤 敏明)

## 幼児・小1

5月の活動にも多くの選手が元気に参加し、新しい体験生もたくさん参加してくれました。

幼い頃から何かに夢中になる経験は、子どもたちの成長において非常に重要と考えております。サッカーはその一環として、集中力の向上や達

成感の体験、そして何より楽しむ心を育むことができます。ボールを追いかけて、ゴールを目指すことで自然と集中力が養われ、ゴールを決めたりうまくパスがつながったりすることで大きな達成感を感じることができます。この成功体験は、選手の自己肯定感を高め、次への挑戦意欲を引き出します。そして、何よりも大切なのはサッカーを楽しむことです。楽しむことで、自然と継続して取り組む意欲が湧き、長期的な成長につながると考えております。

一方で、幼児や小学1年生の選手たちにとって、集中力を持続させることは難しいことが多いです。これは自然なことであり、我々関わる大人としては長い目で温かく見守ることが大切です。練習や試合では短時間で集中できる活動を織り交ぜ、適度に休憩を挟むことで、選手たちが疲れずに楽しくサッカーに取り組むことができることを心がけております。また、ゲームや遊びを交えながら練習することで、飽きずに続けることも意識して取り組んでおります。

引き続きクラブの活動を通じて、楽しみながら成長していただきたいと思います。(豊田 泰弘)

## Papas

### 【KSSLについて】

かながわクラブは、KSSLのOver40・50に参加しています。今月はKSSLにちよっと触れてみたいと思います。

KSSL(Kanagawa Senior Soccer League)の前身は1984年に設立され

た神奈川県サッカー協会都市連盟になり、今年で40周年になります。ちなみにかながわクラブはKSSLより5年早い設立で今年で45周年です。

KSSLは今では、Over40が1200名以上、Over50が700名以上、Over60が480名以上、Over70が140名以上の大所帯となっています。

また、各チームからの年間登録費・退会参加費は1,300万を超えています。このため2020年に任意団体から一般社団法人化されました。

毎年6月には、各チームの代表と理事により前年の決算報告、今年度の予算報告が行われます。今年6月1日に実行委員会が開催され無事承認されました。その他、クーリングブレイク・熱中症について報告がありました。クーリングブレイクは今年度も7～9月に実施します。気候によっては実施時期を早めるなどの対応を行います。熱中症特別警戒アラートが発表された場合は、ゲームは行わないようにしてください。

今年も昨年同様に暑い夏が予想されますので、体調管理を行いサッカーを楽しんでください。

(瀬長 義男)

## ヨーガ

### 【生命の力】

野菜はもちろんですが植物を育てることがとても好きです。植物はなににも話しません。動きません。でも、「生きている」というメッセージをいつもこちらに伝えようとしています。そのメッセージが受け取れたと思えるときがとても幸せです。

3月に農協の販売所で山椒の木を買いました。丈が50cmほどの小さな木です。ミカン科の木を育てたことのある方はお分かりかと思いますが、山椒もその仲間とあって蝶の幼虫の大好物なのです。以前に買った木は幼虫に葉を全て食べられて枯れてしまいました。今度はそういうことにならないようにと室内で育てることにしたのです。

ところがこれなら安心と思っていたら、ある朝、虫がついているのを発見。2cm位の幼虫です。いったいどこから来たのでしょうか。下から数本の枝にある葉はすべて食べられてしまい丸坊主。あわてて幼虫はつまんで室外に出したのですが、大事に育てていた山椒ちゃんがかわいそうな姿に。仕方がないので上の方の枝だけでも育てようと思いながら毎日、水をあげていました。

すると、ダメになってしまったと思っていた枝から小さな葉がでてきたのです。その若葉はみるみる大きくなって、この6月には他の葉と同じくらいの大きさまで育ちました。

まるで私の気持ちが届いたかのようです。そして「ありがとう」というメッセージが山椒の木から帰ってきたように感じます。

インド哲学では、人、動物はもちろん植物にも石にさえも命のエネルギーが宿り意思があると考えます。何も言わない動かない植物からのメッセージが、インド哲学の真実を教えてくれたように思えた出来事でした。

(伊藤 玲子)

**伊藤玲子先生のCD 新発売！  
聴く！グナヨーガ**

聴く！  
**グナヨーガ**  
チェアー

収録時間：52分  
ポーズ写真入りブックレット  
8ページ

聴く！  
**グナヨーガ**  
フロアー

収録時間：59分  
ポーズ写真入りブックレット  
12ページ

**★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**



**YOKOHAMA  
ANDO  
SPORTS**

アンドウスポーツ

## 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

TEL/FAX 045-431-0408 〒221-0014 横浜市神奈川区入江 2-19-11 大口増田ビル 203号