

# TRICOLOR

## 大会・公式戦結果

### TOP

#### 【県社会人サッカー2部リーグ】

vs FC SC	1-2●
vs 横須賀マリン FC	3-0○

### YOUTH

#### 【県 U-15 リーグ】

vs 鶴見高校 A	0-3●
-----------	------

#### 【タウンクラブカップ関東予選】

vs ヴェルディ相模原	1-1△
vs 東京 23FC	0-3●

### JUNIOR YOUTH

#### 【県 U-15 リーグ】

vs P.S.T.C.LONDRINA セグンド	0-5●
vs VIENTO	3-0○

### 小 6

#### 【横浜国際チビっ子大会 U-12】

vs KAZU.SC-B	5-0○
vs FC 杉田	2-0○
vs 公田 SC	0-0△
vs 横浜 GS FC	2-0○
vs 菊名 SC	4-0○
vs 中沢 SS	2-0○
vs CFG-YOKOHAMA	0-1●
vs 山田若竹 SC	3-2○
vs 戸塚 FC	1-0○

\*予選リーグ 1位(決勝 T 進出)

### 小 4

#### 【横浜国際チビっ子大会 U-10】

vs 中和田 FC	4-1○
vs 3B SC	7-0○
vs 横浜すみれ SC	2-0○
vs 阿王ヶ台 SC	3-0○
vs FC 藤棚	4-0○

vs 三俣小 SC	4-0○
-----------	------

\*予選リーグ 1位(決勝 T 進出)

### 小 2

#### 【横浜国際チビっ子大会 U-8】

vs 横浜かもめ SC-V	1-5●
vs 阿王ヶ台 SC	1-4●
vs しらとり台 FC-O	1-2●
vs 元石川 SC	2-5●

### Papas

#### ☆Comp

#### 【県 40 雀 1 部リーグ】

vs 川崎シニア	2-1○
vs 厚木シニア	1-3●

#### 【市リーグ Over40】

vs あざみ野キッカーズ	2-2△
--------------	------

#### ☆Rec

#### 【県 50 雀 3 部リーグ】

vs dfb グランパ	1-0○
vs 中沢 50	3-0○

#### 【県 50 雀 3 部リーグ順位決定戦】

vs 中沢 50	2-0○
----------	------

#### 【市リーグ Over50】

vs いわさき 54	0-1●
------------	------

## 今、グラウンドでは・・・

### TOP

#### 【リーグ戦後半】

神奈川県社会人リーグは後半戦に入り、9月1日 FCSC と対戦し 1-2 で敗戦、9月15日には横須賀マリンと対戦し 3-0 で勝利しました。これでリーグ戦は 5 勝 4 敗 1 分けとなり、試合消化が早いと暫定ではありますが、3 位になっています。上位 2 チームとの勝ち点差が大きく、1 部昇格へはかな

り厳しい状況になりました。新たな目標としては、2 部上位チームは年明けから始まる天皇杯予選を兼ねた神奈川県社会人サッカー大会に出場できることです。来年の話をするには早いかもしれませんが、来年のチーム作りに最適な公式戦になると思います。

そのためにもリーグ戦残り 3 試合、上位チームとの対戦になりますが、全力で戦いたいと思います。引き続き TOP チームの応援よろしくお願いたします。

#### 【今後の試合予定】

■10月6日(日)19:05 キックオフ

しんよこフットボールパーク

vs 六浦 FC

■10月20日(日)19:05 キックオフ

しんよこフットボールパーク

vs SUPERIORE FC

(中本 洋一)

## YOUTH

9 月からタウンクラブカップの予選が始まりました。この大会は 90 分ゲームで行われました。

初戦も 2 試合目も勝つことはできませんでしたが、どちらの試合も勝ってもおかしくはない内容でした。決定的なシーンは相手よりも多く作れていましたし、特にクロスからの攻撃に関しては見違えるほど良くなっていました。クロスボールの精度と質、中の選手の入り方に関してかなりトレーニングしてきました。ハードなトレーニングも多く取り入れていたので、運動量も増えていたし、当たり負けしないような選手も増えてきました。

4 月～8 月まで苦しい試合が多かつ

たですが、このタウンクラブカップではかなりの成長が見られました。

引き続きトレーニングから向上心をもって頑張っていきましょう。

(今川 暉一朗)

## JUNIOR YOUTH

中 3 の高校受験が近づいてきたことから練習の参加率が低くなってきていますが、頑張っ勉強と両立をしながらやってくれている子もいます。

ユースと一緒にトレーニングをすることが多いですが、ユースの子たちにも負けじと頑張っている選手がほとんどです。

9 月に行われたユースの公式戦のタウンクラブカップではユース選手相手に素晴らしい戦いを見せてくれました。基本技術がユース選手よりもしっかりしている分、ビルドアップで大きく貢献してくれています。当たり負けはしてしましますが、その分相手よりも多く走り、次のプレーを予測して考えてサッカーしている選手がたくさんいます。

ジュニアユースのうちからユースの公式戦に出場することはとても貴重です。考えてプレーすることでかなり成長できると思っています。ぜひ、自分の成長のためにユースの公式戦も積極的に参加してみてください。

(今川 暉一朗)

## 小 6

9 月から U-12 リーグの後期が開幕。前期の結果から上位リーグで戦いました。既に全日程が終了し、7 勝 1 敗 1 分けの 1 位通過で決勝トーナメント進出を決めました。保護者の皆様の

ご協力と選手全員の頑張りによって勝ち取った 1 位です。

私が担当して 1 年半経ちますが、公式戦での出場時間が短い選手が日頃のトレーニングから頑張ってくれたおかげでチーム全体が切磋琢磨し合いここまで成長する事ができました。

試合内容に関しても、一人ひとりが攻守にわたってハードワークしていたし、特に攻撃に関しては相手の立ち位置とボール保持者の状況を見ながらサポートできていました。相手からボールを奪われる回数も減ってきたと思います。

国チビ決勝トーナメントや中央大会では、相手のレベルも上がり、プレッシャーも早くなるのでボールを持てる時間は短くなると思います。ハイレベルの中で、どれだけ良い準備をして、次のプレーを考えてプレーできるか・焦らず的確に判断してプレーできるかが鍵となります。

負けたら終わりの緊張感のあるトーナメントになるので、一戦一戦大切に戦っていきましょう。

(今川 暉一朗)

## 小 5

9 月に入ってからも暑い日が続きましたが、休憩を多くとりながら無理なく活動していきました。

引き続き、ボールを持っていない時の準備、ボールを持った時の判断を意識しながらトレーニングを行っていきました。だいた、慌てずに色々なところを見て、考えて判断できる場面が増えてきました。周囲の選手の準備が良くなることにより、ボールを持つ

ている選手の選択肢も増え、プレーが繋がり成功する場面も増えてきております。まだまだプレーの強度は物足りない部分はありますが、焦らず慌てず徐々に強度とスピードを上げていけるように引き続き取り組んでいきたいと思えます。

これから少しずつ涼しくなり、サッカーに適した季節になって来ますので、さらに思い切り楽しみながら成長していきましょう。

(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。

先日国際ちびっ子サッカー大会の予選が終了しました。多くの選手にご参加いただき、予選を1位で通過することができました。順位を意識しながら結果にこだわって試合を戦ういい経験になったと思えます。ただ、予選が終わっただけでもあるので選手たちにはサッカーの積み上げが必要なこと、グループの代表としての意識を持っていかなければならないことを伝えていきます。チーム全体で戦うためにも技術・意識ともに向上させていくことが必要だと感じています。決勝トーナメントも間違いなく選手にとっていい経験になると思えますので引き続き選手たちのサポートをよろしく願いいたします。

(青木 達也)

#### 小3

最近練習をする中で、今必要なことを考えて判断して率先して行動してくれる選手が増えてきています。選手たちの意識が少しずつではあります

が変わってきていることを感じ、チームとして良い事だと思えます。

TRM では点が取れたこと、ゴール前までの流れがスムーズに出来たことなど、選手の成長を一つ一つのプレーから感じる事ができました。試合中には選手どうしでコミュニケーションを取っている場面が増えて、もっと良いサッカーをしたい、もっと勝ちたいという意欲が強くなってきていることを感じる事ができました。また、試合中以外の場面でも、選手どうしで声をかけあったり、時には注意し合ったりする場面が徐々に増えてきており、活動に対する意識、意欲が徐々に高まってきていることが感じられます。ただコーチに言われたとおりに動くだけでなく、自分たちで今やるべきことを考えて判断して動くことは非常に重要です。選手同士でポジティブな声掛けをできるようになってきたことは、とても重要なことで嬉しく感じています。

引き続き皆で声をかけ合って盛り上げていきましょう。

(栗城 聖也)

#### 小2

##### 【一生懸命に】

秋の公式戦(横浜国際チビっ子サッカー大会)が始まり、この原稿を書いている段階では4試合を終えて、4敗という結果になっています。春の公式戦から数えて10試合、公式戦での勝利からは遠ざかっているといった状況です。スコア的には1-5、1-4、1-2、2-5という数字ですが、選手たちはどの試合も、保護者の方々の温かい声援を背に最後まで諦めることなく一生懸命に取り組んでいますし、結

果(勝利)も間もなく出るであろうと信じています。

かながわクラブでは「一生懸命にプレーをする」というのが、試合のみならず練習においても目標とするところです。一生懸命にプレーをすることが、対戦相手のチーム、審判、幹事チームや応援してくれる保護者の方々に対して、感謝の気持ちを表すことになります。最低限の礼儀と言ってもよいでしょう。グラウンドへ礼をすることよりも…。

試合では練習してきたことしかできません。ですから、練習してきたことを、「上手に」ではなく「一生懸命に」プレーすることを選手たちには絶えず求めています。あまり上手にプレーできない選手でも一生懸命にプレーをすることはできます。「一生懸命に」は自分の心の問題ですから。一生懸命にプレーをする姿勢は仲間からの信頼を生むばかりでなく、自分の達成感や充実感にもつながります。

##### 【自信を持って…】

勝敗的には0勝4敗ですが、内容について吟味していくと、どの試合も得点していることが注目されます。しかも、得点の5点は5人の選手によって記録されているのです。スーパースター(上手な選手あるいは頑張る選手)一人に頼るチームではなく、誰もが得点できる可能性を秘めていることを表しています。しかも、どんな相手に対しても、自分たちの練習してきたことを信じて、攻める(点を取ろうとする)気持ちを忘れない選手たちであるということです。現状では、グループ上位2チーム以外の4チームには得点でき

なかった試合がありますし、順位が上でも得点数が少ないチームもあります。

ですから、0勝4敗とはいえ、この4試合で5得点という結果には胸を張ってもよいと思います。先制点もありますし、劣勢から一旦追いつく得点や終了間際の得点もありました。これまでの4試合の結果は選手たちが最後まで諦めずに一生懸命に戦った結果なので、大いに自信を持ってよいと思います。自信を持って臨めば、勝利はすぐ手の届くところまで来ているのです。今まで練習してきたことを信じて、ボールを丁寧に扱いながら、ゴールを、そして、勝利を目指しましょう。

#### 【個の技術で対抗したい！】

最近の傾向として、多くのチームが大人のミニチュア版のサッカーを志向してきています。整然とポジショニングをして、一挙手一投足を指導者の指示通りに動き、まるで大人がプレーしているかのようなサッカーを目指しています。サッカーの基本である「蹴る・止める・運ぶ」という技術はさておき、大人の指示通りに動くことを選手たちに求めていると言えるでしょう。

しかし、かながわクラブでは、小学生低学年の時期は「蹴る・止める・運ぶ」という技術の向上を重視し、数多くボールに触れるトレーニングを積んでいます。お団子サッカーの時期を経て、やがて4年生になり6年生になると、サッカーに関する脳が発達してきます。すると、仲間と協力することや自己を犠牲にすることを学び、自然に大人のサッカーが身についていくもの

です。

これまでも何度も述べていますが、小学生低学年の時期は、何より個人の技術の向上に最適な時期です。選手一人一人が技術を習得することによって、何とか大人のミニチュア版のサッカーに対抗できればと思っていますが、なかなか現実には厳しいといった印象です。個々の技術の精度をもっと上げていかなければならないでしょう。

とはいえ、かながわクラブの小学生低学年では、今後もぶれずに「蹴る・止める・運ぶ」という技術の向上を重視し、そのなかで、試合に勝つための最善の策を考えたいと思います。経験という貴重な財産も選手たちに与えながら…。

#### 【最後に】

10月6日にはよいよ公式戦も最終日を迎えます。最後の2試合に勝ち星を期待しましょう。因みに同時期に開催されている4年生と6年生の公式戦では、4年生がグループリーグを全勝で1位通過、また、6年生も上位リーグ(春の公式戦の結果により秋は上位リーグと下位リーグとに分かれる)において、グループリーグ1位通過、ともに決勝トーナメントへの進出が決定しています。

2年生の段階では思うような結果が出なくとも、2年後、4年後に向けて努力を継続すれば、2年後、4年後には確実に結果が伴ってきます。低学年の今の時期には、きちんと「蹴る・止める・運ぶ」といった個人の技術の習得に励みましょう。そして、2年後、4年後には、身につけた技術を土台として、

更にサッカーの戦術を上乗せすることです。

公式戦中は、家族の予定よりも子ども(選手)たちの予定を優先していただき、本当にありがとうございました。応援に関しても、毎回メールでお願いしたように、自分のチームだけでなく相手チームに対しても、良いプレーは褒め、ミスには励ましの声をかけていただきました。

お陰様で、公式戦という独特の緊張感と雰囲気を感じた子どもたちが、そこから得たものは、少なからず今後の彼らの成長の糧となるはずです。秋以降の子どもたちの成長を楽しみにしたいと思います。

(佐藤 敏明)

#### 幼児・小1

9月に入ってからも連日暑い中での活動が続きました。休憩を多くにとり、休憩の際には散水して水を浴びながら無理なく活動を進めており、活動に参加してくれている選手たちは毎回元気に取り組んでくれております。

練習内容としては、引き続き体を思い通り動かせるようになること、ボールを思い通りにコントロールできること、パスをした方が良いのかドリブルで運んだ方が良いのか、運ぶならどの方向に運んだほうがよいのかといった、判断を伴うようなトレーニングを行っております。

自分なりに色々なところを見て、感じて、考えてプレーしている選手が増えてきております。皆それぞれに成長の速度に個人差はありますが、回数を重ねて活動に慣れてくるにつれて、

徐々にそれぞれの個性を発揮してくれていて、今後のさらなる成長が非常に楽しみです！引き続き無理なく自分のペースで楽しみながら成長してもらいたいと思います。

これから少しずつ涼しくなり、サッカーに適した季節になって来ますので、さらに思い切り楽しんでいきましょう！引き続きよろしく願いいたします。

(豊田 泰弘)

## Papas

### 【かながわクラブ50(県50)は5位以上が確定】

2年目の県リーグ五十雀に参戦している「かながわクラブ50」は、3部リーグ9チームの総当たり戦で、過去最高の4位と躍進しました。現在は順位決定戦(4-6位グループ)を戦っています。9月28日の初戦に勝利し、すでに5位以上を確定。4位をめぐって10月19日に最終戦を迎えます。

今季の戦いを振り返ります。総当たり戦は4勝1分3敗の勝点13。昨季の9を上回りました。得点と失点はともに10。いずれも昨季の得点8、失点11を上回りました。ただ3位との勝ち点差は6で上位3チームには全敗。なかなか「大物食い」ができません。

ただ実際の上位との差は、勝ち点差ほどにはないというのが実感です。押し込んでいた試合序盤に退場者を出し、数的不利を強いられた試合。立ち上がりで3点を決められ、いったんは追いついたものの突き放された試合もありました。試合の入りを改善できれば、もう少し戦えると自負しています。

というのも5戦目以降は、順位決定

戦の初戦まで含めると、5戦負けなしの4勝1分けです。特筆すべきはこの間、失点0です。最終ラインの組み合わせが変わっても、得点を奪われていないのは確かな力がついた証だと思います。

順位決定戦を1試合戦った後は、県議長杯(トーナメント戦)が始まります。初戦は2部の平塚。来季1部入りをうかがう強豪ですが、今の勢いでジャイキリといきましょう。そのためにも19日の最終戦は勝利あるのみ。クラブファミリーのみなさんの応援・サポートをお願いします。

(服部 利崇)

## ヨーガ

### 【라이어】

先日、とても懐かしい方にお会いしました。

偶然、私の勤める薬局の患者さんとして来られた H さんです。そこで久しぶりの再開となりました。H さんは私のヨーガクラスの生徒さんで、라이어という楽器の演奏者です。最後にお会いしたのはコロナ禍よりも前でしたので 5 年程の間お会いしていませんでした。

うれしいことにコロナ禍を乗り越えて今も音楽活動をされているそうです。そして最近5枚目のCDアルバムを出されたとのことでした。

もう 10 年以上も前の話になりますが、当時 H さんは라이어の CD を出したばかりでした。全然売れずにお家の中で段ボール箱に入ったまま山積みになっているとのこと、そのうちの1枚を私にくださいました。

初めて라이어の音色を耳にしたとき

は驚きでした。優しい音色と楽曲の感じは、まるでオルゴールを聞いているようにどこか懐かしく癒される心地よさがあります。ヨーガのレッスンにも使わせていただいたり、私のヨーガ DVD の BGM としても使わせていただいたりしました。「とても良いので売れるのではないですか。」と H さんにお声掛けをした覚えがあります。

その後、生協の宅配パンフレットに載ったのをきっかけに CD 制作会社に認められ 3 枚目の CD が Amazon のニューエイジ部門で 1 位に、4 枚目はヒーリング部門で 1 位にとりなげ上りに売上が上がったそうです。私のヨーガイイベントで生演奏をいただいたのもその頃だったと思います。

H さんは私に「3 枚目の CD に先生が監修や推薦をしてくださったお陰です。」といわれますが、私は H さんの才能と信念が実ったのだと思っています。

H さんは、5 枚目となる新しい라이어の CD を送ってきてくださいました。今、水曜ヨーガクラスでも使用しています。柔らかな音がリラックスを誘ってくれます。久しぶりに聞いて「やっぱり良いな。」と再確認する思いです。ヨーガのイベントも開催できる状況が戻ってきています。今度、また、H さんに生演奏をしていただきながらヨーガを楽しむイベントができれば良いなと夢が膨らむ再会でした。

(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

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

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: 045-482-2215  
 坂田薬局 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