

TRICOLOR

大会・公式戦結果

Top

【横浜市民大会 4 回戦】

vs MAKS 4-0 ○

【県社会人 1 部リーグカップ】

▼予選リーグ

vs 横浜 GSFC コブラ 1-1 △

vs Y.S.C.C.セカンド 3-1 ○

※3 チーム中 1 位で 1 位トーナメント進出

▼1 位トーナメント 1 回戦

vs VERDRERO 港北 2-3 ●

Youth

【県クラブユースサッカーリーグ】

vs フットワーククラブ 6-4 ○

Junior Youth

【県 U-15 サッカーリーグ】

vs 座間 FC J 4-5 ●

vs 横須賀シーガルズ FC 0-14 ●

小 6

【サザン杯】

▼準決勝

vs 横浜北 YMCA 0-3 ●

▼3 位決定戦

vs 一本松 SC 0-3 ●

小 5

【三ツ池公園サッカー大会】

vs FC 奈良 1-2 ●

vs FC オフサイド 3-1 ○

小 4

【A-LINE】

vs よりとも SC 4-0 ○

小 3

【区リーグ】

vs ビッツ 1-0 ○

小 2

【第 39 回公田カップ】

▼予選リーグ

vs 横浜栄 1-3 ●

vs 東汲沢 2-0 ○

※3 チーム中 2 位で準決勝進出

▼準決勝

vs 公田 SSS 3-0 ○

▼決勝

vs 横浜栄 1-3 ●

※6 チーム中準優勝

Papas

☆Over40

【市シニア交歓試合】

vs オフサイド 40 0-2 ●

※今月号の『かながわクラブと私』連載はお休みさせていただきます。

今、グラウンドでは・・・

Top

【新年スタート】

みなさま、明けましておめでとうございます。

TOP チームは、12 月も県リーグカップ



や市民大会の公式戦を行いました。昨年優勝した県リーグカップは、予選リーグで横浜 GSFC コブラに 1-1 の引き分け、YSCC セカンドに 3-1 と快勝し、1 勝 1 分けながら得失点差で 1 位トーナメントに進出しました。

1 位 4 チームで争うトーナメントは 12 月 24 日に VERDRERO 港北と準決勝を行いました。試合序盤に退場者を出し、温相手に 2 点先行される苦しいゲーム展開でしたが、後半に入り樋口選手を投入し、一人少ない状況から 2-2 に追いつき試合を振り出しに戻しました。しかし、最後は相手に決勝点を取られ 2-3 で敗れました。

公式戦での敗戦は 7 月の県リーグ戦以来でした。今の TOP チームの選手たちはこの敗戦を教訓に次のレベルにステップアップできる選手たちがそろっています。1 月には市民大会準々決勝、2 月からは天皇杯予選を兼ねた県社会人選手権も始まります。

今年のチームは今まで手にしていない県リーグ優勝も狙えるチームに成長してきています。今年も TOP チームの応援よろしくお願いたします。

【TOP チームホームページ】

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

(中本 洋一)

Youth

皆さんあけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします。

ユースは、昨年 11 月 23 日の神奈川県クラブユースサッカーリーグ綾瀬 FC 戦の勝利 (7-0) から次につながる試合内容で勝てるか、12 月 24 日対フットワークと戦いました。新しいメンバーが何

人か加わり日々トレーニングに励んでいます。今まで取り組んできたことを昨年最後の試合で出してもらいたいと思ひ臨みました。

日々言い続けてきたことは、攻守の切り替えの速さとボールのない所での良い関わり方、攻撃の時も守備の時も常ににかかわる課題です。攻守ともに、ボールから離れれば離れるほど、いい準備ができなことが多いです。しかしそこに勝つポイントが隠れています。当然運動量も必要なので、やはり自分に負けてしまうプレーヤーがまだ多いです。私から見て攻守の切り替えに関しては、以前に比べては良くなりましたが、まだまだです。

攻撃時のオフザボールに関しては、こちらはまだですが、以前に比べてパスコースを多く作れるようになりました。

守備時は、カバーリングの意識がまだ足りないし、アプローチした後などのポジションの修正が遅いし、意識も足りません。

しかし選手の意識は、確実に自信に変わってきてると思います。

なぜフットワーク戦で、4 失点してしまったのか。特に 3 点取った後になぜ 3 失点して同点にされてしまったのか。バランスよく最後まで集中して終わるためにはどうすればよいか。選手たちはみんなこの辺を考え、1 月 6 日にある次の公式戦に向けいい準備をしてきていると思いますので期待しています。

ともあれ練習試合などで負けていたフットワークに勝利 (6-4) できたことは、評価できますし、少なからず自信にはなっていると思います。みんなの努力の成

果です。

今年もみんなで頑張っ盛上げていきましょう。

(高 勝竜)

Junior Youth

あけましておめでとうございます。

年末年始はいかがお過ごしでしたか。私は父の実家のある三重県の四日市に行っ館家恒例の餅つきをしたり、温泉に行ったりと、充実した新年を過ごすことができました。

今年、中学校 2 年生の選手は本格的に進路を意識することになります。新たなステージへのチャレンジです。そうしたチャレンジャーへ参考になればと思ひ、私の選手時代の経験をお話させていただきます。

2010 年、タイで迎えた 2 シーズン目。シーズン序盤から、熊のような出で立ちのタイ人監督と、言葉の壁にぶつかり、具体的な指示も理解できないまま出場機会を失っていくという苦しい日々を送っていました。そんな中で、契約期間は残っていたものの、より良い環境を求めて他国や他チームへの移籍を真剣に悩んでいました。そこでタイに行くきっかけをくれた相原豊さん (元プロサッカー選手。タイ・ウガンダ・バングラディッシュにおける日本人初のプロサッカー選手。現在アンプティーサッカー日本代表) に相談しました。彼は私にこういきました。「どんな環境でも最後までやりきること、それが人間としての魅力に変わる」と。これまでタイ以上に過酷な環境であるウガンダ・バングラディッシュでプロサッカー選手として戦い抜いてきた彼の一言には、言葉以上の「重み」があり、私はチーム残留を決意しました。

精神的にも肉体的にも満身創痍にはなりながらも、シーズン終盤には監督の信頼も勝ち得、最後まで戦い抜くことができました。私はこの経験から「継続することの大切さ」を実感致しました。

ジュニアユースの選手たちはこれから進路選択をはじめ、大きな選択を迫られることがあると思います。自分の決めた道と真剣に向き合い一生懸命、取り組んでください。私もまだまだ色々なことに挑戦していきます。一緒に魅力のある人間になりましょう。

(館 洋介)

小 6

年末年始のオフをはさんで、1月6日から県少年選手権がスタートします。選手の皆さんは、休みの間もボールに触っていましたか。今大会は、負けたら終わりとなるトーナメント形式で行われます。一発勝負ということもあり、相手もスタートから我々に対して圧力をかけ、ボールを奪ったらシンプルにゴールに向かってくるはずです。特に、身体の大きさとスピードを武器とするチームに対しては、正しいポジションを取るために運動量で相手を上回り、ルーズボールへの出足と球際で負けないことがキーポイントになるでしょう。これらをやり続け、悪くても前半は最少得点差で折り返すこと。そして、後半 20 分間は相手の嫌がるプレーを繰り返し、早い時間帯で追いつくことが求められます。もちろん、先取点を奪えればベストですが。

11月以降のトレーニングでは、1チーム 4 人程度のミニゲームをたくさん取り入れてきました。徐々にではありますが、中盤でスピードを落として、相手の動きを見ながら良い判断ができるようになっ

てきています。本番でも、ワンタッチでボールをコントロールし、遠くを観るプレーがたくさん見られれば、内容の面でも良いゲームができると思っています。コーチも大会を楽しみにしています。

(鈴木 章弘)

小 5

【あけましておめでとうございます】

新年あけましておめでとうございます。今年度もよろしくお願ひ致します。

5年生での活動もあとわずかになってきました。6年生に上がる前にもうワンランクレベルアップする為、1回1回の練習を大切に6年生へ進級していきましょう。

【横浜市長杯】

1月より5年生は横浜市の市長杯に参加します。トーナメント戦という負けたら終わりのプレッシャーの中でのゲームになりますが、かながわクラブの選手たちならプレッシャーを跳ね除け良いゲームが出来る事を信じています。グラウンドも横浜スタジアムをはじめ素晴らしい会場でのゲームとなりますので保護者の方も是非応援に来てください。保護者の方の声援が選手たちの力になります。

【練習目標】

- 1月からも引き続き、
- ① 相手と相手の間で早く顔を出してボールをもらう
 - ② 顔を上げてその状況で1番良い判断をする
 - ③ 一つ一つのプレーの正確さの3点のレベルアップをめざして行く予定です。

三ツ池大会・区リーグ・練習試合等で上達した選手達の動きを見る事ができ

ましたが、更に質を上げるという意味で引き続き3点をテーマとしていきたいと思います。

継続は力なりです！がんばっていきましょう。

(丸山 祐人)

小 4

あけましておめでとうございます。

春秋の公式戦等をはじめ、旧年中は審判、引率、応援等で大変お世話になりました。本年も引き続きよろしくお願ひ致します。

話は変わりますが、昨年末に自分でサッカーがしたく、半ば無理矢理ですが(笑)、館コーチのサッカー蹴り納めに参加させてもらいました。そこで、今、君たちに伝えてることがサッカーをする上で本当に大切なことなんだと再確認出来ましたので、再度君たちに伝えたいと思います。

その蹴り納めの参加選手は有名高校サッカー部出身の20代中盤の選手ばかりで、自分にとって、館コーチ以外は殆どが初対面の選手でゲームを始める前はついて行けるかという不安もありました。(みんなすごく上手でついていけたと言えるかは「？」ですが・・・(笑))

しかし、ゲームが始まると「サッカーを楽しむ」自分が「不安」という気持ちを消しさってくれました。サッカーに言葉はいららず、初めてプレーする仲間でも仲間の支えのもと、自分の特徴を出して3得点をとることが出来ました。もちろん、スピード、キレ、持久力は到底敵わないので、自分が勝負出来ることに神経を注ぎました。

そして、「相手を騙す」

「ファーストタッチを思いの場所に置く」
「自分の思った場所・強さ・蹴り方で正確に蹴る」
「オン・ザ・ボールになる前にポジション、体の向き、動きを準備する」
「早く判断する」
をこころがけることで、パスがどんどん来る様になりました。

見かけはサッカーが上手そうではなかったり(笑)、スピードやキレが劣る分、その点での信頼は得られませんでした。ボールを失わない、チャンスになるパスが出せる、得点できるということが仲間に伝わった結果、次第に信頼を得られたんではないかな～と感じたのと同時に、小学生、中学生時代に自然と意識する様になれた賜物なんだな～と感謝しながら楽しむことができました。

足が早くなくても、体が強くなくても、技術を徹底的に磨き、常に考えることを意識し、判断力を磨くことで、サッカーをより楽しめる様になったり、良いプレイヤーになることが出来るのだと思います。ですので、みんなにも小学生や中学生のうちに技術と判断力を磨いてほしいと考えてます。今年もその点を意識して楽しんで頑張ってください！！

(益子 伸孝)

小 3

あけましておめでとうございます。
昨年中は色々大変お世話になりました。本年も宜しくお願いいたします。
昨年 12 月はイベントを通じ国内外の多くのプロサッカー選手と触れ合うことができました。多くの子がサイン入りのシューズやジャージ、バッグやボールを借しげもなく使っていてにこにこしながら練習しているところを見ると、サッカーに対してより楽しく、より積極的

に関わるきっかけになったのではないかと感じております。今後もこのようなイベントを企画したり参加していきたいと考えております。
最近の活動ではリフティングやドリブル練習、1対1や2対1といった個人技術の向上に主眼を置いた練習を中心に行っています。まずはボールを止める、ドリブルで運ぶといった足元の技術や、自分の得意な間合いや、相手・味方との距離感を掴むことや、目の前の相手としっかりと対峙できる個の力をこの時期につけていってほしいと考えております。

いよいよ4月からは4年生です。4年生では春の春季少年サッカー大会や秋の横浜国際チビッツサッカー大会など、3年生のときにはなかった大きな大会に出場することができます。少しでも良い状態でそれぞれの大会に臨めるよう、今から意識して準備していきましょう。

(豊田 泰弘)

小 2

【基本的なことを】

最近の練習で意識して取り組んできたことは、しっかりと強いボールをけるということです。普段の練習から気になっていたんですがどうしても強いキックをしようとする、足のつま先でける「トウキック」をしてしまう子が多いんですが、トウキックは当たる面積が狭く動いているボールを蹴るには全く適していませんし、子供のころからそれではボールを蹴らないと癖になってしまいます。なので、しっかりとボールを蹴れるように次のことをアドバイスしました。①蹴る瞬間はボールを見ること。②軸足の位置を注意すること。この2点を意識して練習し、どんどん強いキックができるようになって

いってほしいと思います。

【今後の取り組みについて】

サッカーとはボールを止める、蹴る、ドリブルするというのを繰り返してゴールを狙っていくものだと思います。もちろんダイレクトでシュートやパスをすることはありますが、ダイレクトプレーだけでは必ずミスが出てしまうことを考えると、サッカーにおいて最も大事なことの1つに「トラップ」が挙げられると思います。「トラップ」は自分が次に何をしたいか、相手がどこにいるか、味方はどこにいるのかをみて、瞬時にベストなところにボールを置かなければなりません。時にはトラップで相手をかわすのがベストな選択になるかもしれません。トラップはすべてのプレーの始まりで、例えば前をむきたいのに後ろに止めてしまうとプレーが遅くなり、相手のプレスがかかりやすくなってしまい簡単にとられてしまうかもしれません。そんなことが起きないようにトラップをしっかりと意識して練習して、プレーの幅を広げてほしいと思います。

(近江 柔)

幼児・小 1

【醜いサッカー?!】

子どもたちの試合や練習を見ていて、1個のボールに子どもたちが殺到して団子状態になり、ラグビーのモールではないかと思われる保護者の方も少なからずいらっしゃることでしょ。おおよそ私たち大人がイメージするサッカーとは異なり、格好の悪いサッカーと大人の目には映っているはず。グラウンド上に選手が散らばって、華麗なパスワークでボールを運び、豪快にシュートを決めるというサッカーとは全く異質のサ

ッカー(?)が子どもたちによって展開されています。鶏(子ども)が餌(ボール)に群がり、嘴(足)で突付き(蹴り)あつていといった風情のサッカーです(もしかすると大人の基準ではサッカーとは言えないのかもしれませんが…)

しかし、この「お団子サッカー」が子どもたちにはとても大切なのです。子どもは大人のミニチュアではありません。つまり、大人を小さなサイズにしたものが子どもではないということです。体の骨格や筋肉構造も、頭(頭)の精神構造も、全く大人のそれらとは異なります。大人がしているサッカーを子どもたちに強制することには何も意味がないのです。それよりも子どもたちの心身の成長に適したサッカーがあるのです。サッカーというスポーツに初めて触れた子どもたちにとって、ボールを蹴ることが本能の行動になります。理性ではなく本能のままにボールを追いかけ、ボールを蹴ります。そして、ここにゴールにシュートを決めるというルールが加わり、ボールを運ぶという意識が芽生えます。それでも、まだまだボールと自分といった1対1の関係でしかありません。

【本能のままに…が大切！】

ボールを持ったら、ドリブルを始め、シュートを打つまでは絶対にボールを離さないというのが本能のままのサッカーと言えます。子どもたちに本能のままに、好きなようにサッカーをさせると、自然的に子どもたち全員がボールに触りたくて、一つのボールに殺到し、その結果として「お団子サッカー」になります。「本能のままに」ということは言い換えれば「自由に、そして、好きなように」ということです。

では、なぜ子どもたちに本能のままのサッカーをさせる必要があるのでしょうか。実は、この自由が保障されていることが、子どもたちのサッカーの上達には不可欠なのです。大人にプレーを強制されて、自由にできなければ、サッカーが面白くありません。面白くなければ、積極的にプレーしようとは思いませんし、集中してサッカーに臨む気持ちも失せてしまいます。こうしたモチベーションでは、サッカーの技術の上達は、勿論、期待できませんし、不幸にもサッカーから離れてしまう結果にもなりかねません。子どもたちにとって、サッカーが少しも魅力的ではなくなってしまうのです。

子どもたちにサッカーの魅力を感じてもらおうことイコール子どもたちにサッカーを好きになってもらうことです。好きになるには子どもたちが自由にできることが大切です。誰も経験があるように、自分の意思を無視して、やりたいプレーと違うプレーを強制されることは苦痛以外の何者でもありませんから。『自由にできる→好きになる→積極的に取り組む→継続する→上達する』というサイクルがサッカー(もしかするとあらゆる生命活動においても)上達の最善策なのではないでしょうか。

【気づきを促す刺激を！】

しかし、いつまでも「お団子サッカー」では困ります。自分とボールという関係性から自分と相手とボール、そして、自分と味方と相手とボールという関係性を意識できるように成長してもらわなくてはなりません。子どもたちの成長度合いは個々に異なり、千差万別です。一様に全員が同じ速度で成長していくことは不可能です。それでも、指導者として

は気づきを促す刺激を与え続けなければなりません。成長の度合いと同じように指導者の言葉に対する理解の度合いも個々に異なることを踏まえて、刺激を与え続けます。最初の頃は「試合中にボールに触れることができるのは一人だけだよ！」とか「ボールを持った人から離れてみよう！」とか、最近ではより具体的に「ボールを持った人の前、後ろ、右、左に離れてみよう！」といった言葉掛けをしています。

今の段階で、もう、既に団子状態から離れてポジションをとることができる子もいます。ボールを奪い、運ぶといった部分を他人に任せて、ゴール前で常にシュートを狙っている子もいます。そうした子が成功体験を繰り返し、ボールから離れているという行動が強化され、いずれ、それが子どもたちの全員に影響を与え、チーム全体に広がっていきます。あるいは、ボールから離れていることのメリットに気づいた子が、チーム内で声を掛け、全員の意識を徐々に変えていくきっかけとなります。

【お団子サッカーにご理解を！】

子どもたちにとって、成長過程の一つとして「お団子サッカー」が不可欠であることがご理解いただけたでしょうか。決して格好の良いサッカーではありませんが、今、子どもたちにとって必要なものであること、サッカー好きになるためには避けては通れない必須条件であることをご理解ください。こうして、サッカーが大好きなサッカー小僧が生まれるのです。そして、その延長線上に、富沢清太郎選手のようなJリーガーがあるのです。

(佐藤 敏明)

Papas

【謹賀新年】

新年明けましておめでとうございます。

いい歳なのにサッカーに夢中になっている、サッカーを楽しんでいる壮年のいらっしゃるご家庭の皆様。今年も、怪我のないように、明日からの仕事に差し支えないように、そして、試合や活動のない日は家族のために過ごしますので、昨年同様、試合や活動に送り出してくださいませようよろしくお願いいたします。

Rec&Comp、県シニアリーグ加盟 2 チームの 25 年度チームの選手登録を昨年末にいたしました。四部の Rec が 17 名、三部の Comp が 21 名での選手登録です。Rec は四部中間グループから下がることなく、一つでも順位を繰り上げるべく、また、Comp は捲土重来を期し、三度目の 2 部昇格を自動昇格どころか首位通過を目標に、それぞれ 4 月からのリーグ戦を戦っていきます。

両チームともまだまだ選手を募集しておりますので、40 歳以上の皆さん、奮ってご参加ください。

そうした中で、「17 名、21 名では、また試合の人数が足りなくなるのではないかと、二つを一緒にしたらどうか」という声が聞こえてきました。Papas が初めてシニアリーグに登録した時は 1 チームでした。その年は、四部を首位通過したのですが、毎試合 20 名を超えるメンバーが参加し、参加メンバー全員を試合に出して、なおかつ勝利するというのはなかなか大変なことで、四部優勝をしたもののフラストレーションがたまるシーズンでした。そこで、翌年に「かながわクラブレック」を四部に新加盟して、2 チ-

ーム体制としました。当時は、グラウンド提供義務など今ほど厳しくなく、加盟を受け入れていただけました。

もし、今の両方合わせた 38 名で 1 チーム体制にすると、Over40 同様に、前後半で全員入れ替えるような形でしか、参加した選手の試合出場機会を維持することはできないでしょう。それでは不満はたまるし、それどころか、勝てる試合も勝てなくなる、四部にいるのがやっとというチームになってしまうことでしょう。しかも、現在では、グラウンド提供義務が果たせる担保のないチームの新規加盟は認められず、Papas はこの義務をほとんど果たせていないことから、Rec&Comp を統合して 1 チーム体制にすると、二度と 2 チーム体制を作ることには不可能であります。将来、Papas でシニアリーグ参加者が増えてきたときにどうにも対応できなくなってしまう。

そこで、Papas としては、60 歳代が抜けてなかなか新規メンバーが獲得できず、大変厳しい 2 チーム体制ですが、ここは何とか耐えて将来の Papas につなげていきたいと考えているところです。

どうか現行の厳しい状況下の Rec&Comp 体制にご理解とご協力、そして、登録選手の出席率アップ、何よりも新規メンバーの獲得に今一層のご協力を是非にもお願いする次第です。

(茅野 英一)

ヨーガ

【ヨーガの CD 販売開始】

明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

昨年末よりヨーガの CD の販売を開始しました。穏やかな BGM とともに、私の声で動きを誘導させていただく、癒しの

CD です。かながわクラブのヨーガ教室とともに、広がっていくことができれば幸いです。

CD は、「チェアー」(椅子に座って行うもの)と「フロアー」(床などに座って行うもの)の 2 種類があります。

両方とも 60 分程度の長さですが、それぞれ 10 本のチャプターに分かれています。ひとつのチャプターは 5 分程度の長さなので、思い立ったときに、ちょっとした合間に、気軽にヨーガを楽しむことができるように作ってあります。

「チェアー」は職場でも気軽に行っていただけたらと思います。あまりヨーガに馴染みのない方や、体が硬くて「ポーズなんてできない。」とヨーガを敬遠していた方、そして、膝や腰に痛みがあったり、床に座るのが辛い方にもオススメです。

「フロアー」はいつものヨーガのレッスンに近い内容ですが、お布団の中でできるものがあったり、お風呂の中でという想定のものもあって、生活の中に溶け込む感じでヨーガを楽しんでいただけます。

詳しくは、本トリコロール誌の宣伝欄をご参照ください。

今年も多くの方々にヨーガを楽しんでいただけますように。

(伊藤 玲子)

理事長の戯言

【クラブワールドカップ】

今年もお手伝いをさせていただきました。何をしていたのか?とひとこと言ってしまうと、「雑用」です。ありとあらゆることをやります。とは言え、主に競技運

営に関わる部分ですから、芝生の草むしりとか、ゴミ拾いとか、トイレ掃除などはやりません。

具体的な例を挙げると、

- (1) 試合用チームベンチの設置や移動
- (2) リハーサルのだミー集め
- (3) ボールクルーのコントロール
- (4) 担架搬送員のコントロール
- (5) 試合用ビブスの洗濯
- (6) 公式練習の準備
- (7) 試合前日に行なわれる「マッチコーディネーションミーティング」の会場準備
- (8) ピッチの照明のオペレーション
- (9) スタジアムとのもろもろ調整などなど…。

今回は、関わったすべての人が、「皆のために」という思いで動いていました。この部分は〇〇の仕事だから、我々に関わらない、といったスタンスがなく、「一緒にやりましょう」でした。FIFA も JFA も電通も、それぞれの所属組織にこだわることなく、その枠を越えて仕事をしました。やる以上、全員いっさい手を抜きません。結果、すばらしいチーム

ができあがりました。FIFA の会場責任者は、ガーナの選手出身ということで、プレーする側からの見方ができ、直接スタジアムの皆さんと良好な関係を築いていましたし、日本側の責任者の方々も「楽しく仕事しよう」「皆のために動こう」という気持ちにあふれていました。スタッフたちの雰囲気は最高でした。毎日、朝から深夜までスタジアムで仕事をしていても、楽しい日々でした。

そんな中、突然「内田コーチ」と呼びかけられました。クラブ OB の多田君でした。小5～6の2年間クラブに在籍し、中学生になる春に盛岡に引越して行きました。そんな彼も、ヴェルディの広報担当を経て、つい先日 JFA に入ったばかりだとか。この大会では、ピッチでメディアの対応をしていました。

そんな嬉しい出会いがあり、素晴らしい雰囲気、素晴らしい仲間と、素晴らしい舞台で仕事をさせていただきました。

忘れかけていたチームワークの大切さを、自ら味わうことができました。関わ

った全ての皆さんに感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

(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

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



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