

# TRICOLOR

## 大会・公式戦結果

### Top

#### 【県社会人リーグ 1 部】

##### ▼第 6 節

vs ブレッサ相模原 5-0 ○

##### ▼第 7 節

vs YOKOHAMA FIFTY CLUB 3-0 ○

#### 【横浜市リーグ】

vs Fuzzy 8-0 ○

### Youth

#### 【県 U-18 リーグ】

vs 瀬谷高校 1-7 ●

vs 横浜国際高校 3-0 ○

vs 県商工高校 3-2 ○

#### 【関東クラブユースリーグ】

vs INAC 多摩川 2-4 ●

vs 西多摩 SSS 1-3 ●

vs シュトルツ 2-4 ●

vs ジェファ FC 0-2 ●

### 小 6

#### 【フットワーク招待杯】

##### ▼予選 B ブロック

vs 鶴が台 1-1 △

vs フットワーク B 0-0 △

vs 神田 FC 2-1 ○

vs FC504 0-2 ●

※5 チーム中 3 位で決勝トーナメントへ

##### ▼決勝トーナメント

vs フットワーク A 0-1 ●

### 小 5

#### 【区リーグ】

vs Ahli 6-2 ○

vs 三ツ沢ダックス 5-3 ○

vs EMSC 9-0 ○

vs ビッツ 9-0 ○

vs 三ツ沢ダックス 5-1 ○

### 小 4

#### 【ポアソルチカップ】

##### ▼予選リーグ

vs Ling FC 3-5 ●

vs ポアソルチ青葉台 2-0 ○

vs 多摩川ジュニオール A 7-0 ○

※2 位で順位決定戦へ

vs 川崎青葉 FC 3-1 ○

※3 位

### 小 3

#### 【ポアソルチカップ】

##### ▼予選リーグ

vs スエルテ jrs 5-0 ○

vs ポアソルチ藤が丘 5-1 ○

vs 川崎青葉 FC 3-0 ○

※1 位で順位決定戦へ

vs J スポーツ FC 2-0 ○

※1 位

#### 【区リーグ】

vs EMSC 0-1 ●

vs Ahli 3-1 ○

### 小 1

#### 【四ツ谷カップ】

##### ▼予選リーグ

vs 入二 FC 2-4 ●

vs 四ツ谷 FC 1-2 ●

※予選 3 位で順位トーナメントへ

##### ▼1 回戦

vs 東門前ファイターズ 0-6 ●

##### ▼5 位決定戦

vs 清和イレブンサッカークラブ 4-0 ○



## Papas

### ☆Over40

#### 【市マスターズ】

vs 神奈川高麗 FC 0-1 ●

### ☆Rec

#### 【県四十雀 4 部リーグ】

vs 平塚シニア 1-1 △

vs ウィットモンスターズ 1-3 ●

vs Tsujiko FC 0-0 △

### ☆Comp

#### 【県四十雀 3 部リーグ】

vs 小田原シーガルズ 40 2-0 ○

vs 横須賀シニア 40 2-1 ○

## トリコロールオンズ

小学 3 年生ですすでに自らの将来像をはっきりと描くことができていた。プロに「なりたい」ではなく、「なる」。そのためにはどうすべきか。迷いなく歩き始めた富沢清太郎は、周囲からの手厚いサポートを受けながら、常に「勝ち負け」に拘り続け、いくつもの壁を乗り越えてきた。

サッカー専門誌 Weekly Soccer Digest の TURNING POINT～俺を変えた、あの言葉、あの出来事～に、横浜Fマリノスの富沢清太郎選手のインタビュー記事を見つけました。

一小学校時代のターニングポイントとなる出会いは？

「木村先生と古賀先生で、二人とも小学校の先生です。自分がプロになると決めた小 3 の頃、木村先生からかながわクラブというチームを紹介してもらいました。当時、所属していた駒林 SC はわりと強かったんですけど、かながわクラブではプロになるために必要なことを教えてくれると自分なりに感じて、向上心がさらに刺激されました。」

木村先生とは、2 歳年上の私の姉です。当時「とんでもなくサッカー大好きな子が私のクラスにいるんだけど、一度会ってくれない。

とにかく常にサッカーのことを考えているのよ！」の話がきっかけで、お母さんに連れられてきた小学 4 年生の清太郎くんに出会いました。

あれから 22 年。

—いくつものターニングポイントがあるように思います。

「たしかにそうですね。でも、なにかにぶち当たった時に、一度も逃げずにここまで来れたと思っています。ターニングポイントって勝ち負けじゃないけど、自分なりに強い気持ちで挑んで壁を乗り越えられてきているのは、今後の自信にもなりますね。(中略)

自分に越えられないものはない、と小学生のころから常に思っている。それは今も変わりません。」

中学生の時にお父様を亡くし、「その頃はやんちゃをして、練習もほとんど行ってなかったんです。」という時も含めて、いくつもの壁を、様々な指導者やチーム関係者、チームメイトとの出会いを通して乗り越え、19 歳で東京ヴェルディユースからプロデビュー。昨年からは、子どもの頃からの夢だった横浜Fマリノスで、自身初のJ1の優勝を目指してレギュラーとしてプレーしています。昨年末には天皇杯予選翌日にも関わらず、かながわクラブのクリスマス・フェスタに参加してくれました。そして、22 年ぶりに木村先生と再会。

小学生の清太郎くんは「サッカーができて楽しいよ。」としか言わなかったと記憶していますが、今回、彼がかながわクラブに対してどんな思いを持っていたのか、を知ることができました。祈J1優勝！

(理事長：浜野 正男)

## 今、グラウンドでは・・・

### Top

#### 【県社会人リーグ 1 部 第 6、7 節】

TOP チームは 8 月 4 日に県リーグを行い、ブレッサ相模原に 5-0 で勝利、また 9 月 1 日には YOKOHAMA FIFTY CLUB(YFC)相手に 3-0 で勝利しました。

どちらの試合も結果からすると快勝のように思われますが、内容的にはどちらも前半が 0-0 という試合で、後半にかながわクラブの決定力が勝り勝利した試合でした。特に YFC との試合は、後半早々にかながわクラブが退場者を出し、残りの 35 分間を 10 人で戦うと言う苦しい展開になりました。しかし、今の TOP チームにはそれを撥ね返すだけの気力と精神力の強さがあります。均衡を破ったのは今年のポイントゲッター松本選手、後半 20 分に相手のミスを逃さず確実にゴールし、33 分にも相川選手のピンポイントクロスは松本選手が頭で決めて 2 点目、43 分には中盤からのドリブルで相手を振り切った高原選手の見事なシュートで 3 点目、効果的な追加点の取り方で勝利することができました。

9 月 1 日終了時点で、2、3 位のチームより 1 試合多く残して勝ち点差をつけ首位を守りました。優勝争いという面では優位に立ってはいませんが、2009 年シーズンには最終戦に勝てば 2 位となり関東社会人の出場権を得れる試合で負けたという苦い経験があります。また、まだ上位 3 チーム同士の直接対決が残っています。あくまでも我々はチャレンジャーであり、残りの全ての試合を勝って、他チームの結果いかんによらず自力で優勝を勝ち取りたいと思っております。

今年は皆さんの熱い応援のおかげで勝った試合が多くあります、いつも応援ありがとう

ございます。残り4試合、下記の通りに日程が組まれていますので、ぜひ引き続き TOP チームの応援よろしく願いいたします。

■9月15日(日) vs 初声

19:05～ 平塚馬入ふれあい公園人工芝

■9月22日(日) vs VERDRERO 港北

19:05～ しんよこ FP

■9月29日(日) vs さがみ大沢 FC

14:00～ 県立体育センター球技場ローン

試合日程は変更になることがあります。最新の情報 TOP チーム HP にてご確認ください。

#### ☆今月の注目選手



#2 相川 真司

今月の注目選手は背番号 2 番 左サイドバックの相川真司選手です。昨シーズンはいろいろなポジションをこなしましたが、今シーズンは不動の左サイドバックです。もちろん守備では相手に嫌がられるような執拗な DF、また攻撃参加でも左サイドを駆け上がり正確なクロスからアシストできる選手です。強面な表情とは裏腹にチームメイトからも愛される愛嬌のある性格で、チームのムードメーカーでもあります。左サイドの壁、相川選手に注目してください！

【TOP チームホームページ】

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

(中本 洋一)

## Youth

この夏の異常な暑さの中、選手たちは二つのリーグ戦(神奈川県 U-18 リーグ、関東クラブユースリーグ)を戦いました。時には 11 人ぎりぎりだったり連戦だったり日中の炎天下の試合だったり大変だったと思います。ただ、勝てたであろう相手にも関わらず、決めなければならないところで決めきれず、守らねばならないところでこらえきれずに負けてしまった試合が何試合かあったのは非常に残念でした。原因は何だったのでしょうか。個人としての課題はそれぞれ違います。チーム全体としての課題もあります。選手それぞれが自分の課題と向き合い少しでも改善できるよう取り組んでいかなければいつまでも変わっていきません。当たり前ですがサッカーをするのは監督やコーチや保護者ではなく自分自身です。色々と言いつつして目の前の課題から逃げてしまっている選手が多いように感じます。進路のこと受験のこと、学校やバイトのこと等、それぞれに大変なことはたくさんあると思いますが、サッカーのこともそれ以外のことも含めて、まずは目の前の課題と向き合ってみてください。

チームとして進むべき方向は間違っていないし、試合中に良い形も多く作れるようになってきています。県 U-18 リーグはまだ続きますし、10 月からは県クラブユースリーグが始まります。少しでも良いサッカー、楽しいサッカーができるよう引き続き取り組んでいきましょう。

(豊田 泰弘)

## Junior Youth

4 月より、トップチームと同じようなパスサッカーを目指してトレーニングしています。しかし、技術制度がまだ高くないため、ミスパスが多くなります。そのため、ミス減らす

方法として、少しでも相手プレッシャーから逃れるよう、ボール保持者に対し、「深さ」と「幅」を使うようにしています。言い換えれば、「相手選手から離れる」となります。相手選手がそばにいるにもかかわらず、ボールを要求し、奪われることが多いため、離れる動きを意識付けしています。その成果が徐々に始め、直近の練習試合では、DF ラインでボールを回せるようになってきているので、中盤から前でもボールを正確に回せるようにしたいと思っています。そのためには技術力向上と一人一人の意識を高く持つことが必要になってきます。

「意識」についてですが、白馬遠征より、チームの為ににならないプレーをする選手に対しては、極端に試合の出場時間を減らしています。ピッチ内の特定のエリア以外では、自分よがりのプレーは必要ありません。チームが勝つために、チームの為にプレーを求めています。そのいい例として頭角を現してきたのが「河合 呂久」です。彼はチームへの献身的なプレーと真面目さで、スターティングメンバーの座を自分でつかみかけています。彼のような真面目さで、延びてくる選手を期待します。このチームの特徴として「真面目」な選手が多いですから。

(高田 成典)

## 小 6

### 【国チビに向けて】

今年の夏は厳しい暑さとなりました。その中で TRM・カップ戦・合宿等、様々な相手や状況で試合を行うことができました。

「皆は何を学ぶ事ができましたか？」上手くいった事ばかりではなかったと思います。慣れないポジションでの出場、暑さで体調を整える事が難しかった事、チームワークがみだれた事、いろいろと試練がありました。

その事を恥じる必要はありません。うまくいかなかったり失敗する事は大事です。成長する上で、そこから何を学びどうすべきか考える事が出来るからです。

国ちびが始まります。この大会は5年生との連携を取り試合に挑みます。今までの失敗から学んだ事をいかし、5年生を引っぱっていかねばなりません。一人一人が自分のパフォーマンスを発揮し、チームの為に何が出来るのかを考えて学年関係なくポジションを勝ち取ってください。

9月に三浦遠征があります。全員参加でのカップ戦です。その中で、皆の成長がみれる事を期待しています。

(伊藤 雅)

## 小5

### 【2つの大会に参加します!!】

9月の予定表にもあるように5年生として「第11回三ッ池公園ちびっ子少年少女サッカー大会」と「第21回原FCカップ」の2つの大会に招待されました。そこで、今回は以下の通り5年生を2チームに分けてそれぞれのチームで大会に参加することにしました。自分の出場する大会では日頃の成果を100%発揮してほしいと思います。

#### ■三ッ池公園大会:

新家、七瀧、石本、近藤、和泉、前川、平田、安東、竹内(琉)、宇田川、白石、角田、鈴木、田中、西川、竹内(颯)

#### ■原FCカップ:

藤本、三上、宮崎、升田、島田、岡村、大倉、矢澤、栗山、柴田、猪俣、堤、板井、清水、秋山、久郷

### 【自分達で考えるということ&こだわっていくということ】

最近メンバー決めから試合直前までの行動を選手達にまかせています。今はまだ

自分達でメンバーを決めているだけで、それ以上のことはしていないと感じます。「ただメンバーを決めてほしいから選手である君達に任せているのでしょうか?」もう一度、「何故、選手達である君達に任せているか?」を考えてみてください。例えば、「相手の特徴がこうだからこうしてみよう!」「1試合目はここが上手いかなかったから、2試合目はこうしないか!」「足の早い〇〇君をこのポジションにしたらどうか?」とか、チームとして「より良いサッカーをする為にはどうしたら良いか?」ということを自身で考えているでしょうか?相手チームを分析しているでしょうか?先ずこういったことを「気にする」「考える」ことが重要なのではないかと思います。

更に難しいことかもしれませんが、自分で考えたことをチームのみんなに知ってもらって、実践するところまでやって欲しいと考えています。その為には「自分の思いを伝えること」「相手にわかってもらうこと」が重要になってきます。テレパシーが使えればいいのですが、残念ながら僕達にはテレパシーは使えません。「まーいっか」とか、「恥ずかしいから」とか、「間違っているかも?」等の理由は様々にあるのかもしれませんが、「仲の良いチームメイトにですら、自分の思いを伝えられない選手が多いな～」と最近感じています。でも、より良いチームになるには、まずは伝えないと始まりません。ましてや自分の考えが「良いのか?」「悪いのか?」なんて到底わかりません。例え間違っていたとしても、『伝えて実践してみないとわからない』ということです。仮に上手いかなかったり、間違いだと気付いたりすれば、直ぐ(試合中)にでも言葉で伝え、修正したり、他の方法を試してみれば良いと思います。「悪い」ということを知って、修正することこそ「良いこと」な

のです。その為にトレーニングマッチを沢山やってきてるのです。是非、選手のみならずこの点をもう一度考えて欲しいと思います。

また、前日の荷物準備、会場での道具(荷物)の扱い、試合への体と心の準備等、一見サッカーのプレーには関係ないことであっても、細かいところまで自身でこだわる事が出来るようになるはずですよ。「味方にパスを出そう」というのと「味方の左足の30cm前にパスを出そう」というのでは明らかにプレーの質が違います。そういった細かいところにこだわってサッカーが出来るかどうかは、プレー外での観察力、思考力、想像力、行動力に通じます。まだまだ、小学生のうちは難しいかもしれませんが、プレー以外のことも、必ずプレーに繋がっていくこと想像しながら、徐々に意識してもらえればと思います。

(益子 伸孝)

## 小4

この夏はいかが過ごしたでしょうか。楽しい思い出がたくさんできたでしょうか。グラウンドでは子どもたちが口々に夏休みの出来事を楽しそうに話してくれています。遊びの天才であるかながわクラブの子たちにおいて、サッカーだけになってしまふということはない(良い意味で)とは思いますが、今後もサッカーだけに限らず色々なことに積極的にチャレンジし色々な経験をさせていってほしいと思います。様々な経験を通して養われる考える力や判断する力や行動する力は必ずサッカーにも良い影響を与えるはずですよ。かながわクラブの活動においても、ただサッカーのテクニックを指導するだけでなく、活動を通して周囲とコミュニケーションをとる力

や自分で考える習慣や積極的に行動する力をつけていってもらいたいと考えております。

9月の末から小4は公式戦である国チビに参加します。小4クラブ員を2チームに分けてAチーム、Sチームとして大会に臨みます。チーム編成につきましては、現時点での能力、普段の活動に取組む姿勢などを考慮し編成させていただきました。選手の間にはどちらのチームに入ろうと対戦相手や会場がどんな場所になろうとも、普段通り思いっきりサッカーを楽しんで思う存分力を発揮してみてください。

保護者の皆様には審判や引率や現地のサポート等で色々とお手数をおかけしてしまうとは思いますが、可能な範囲でご協力いただければ幸いです。子どもたちがいつも通り伸び伸びとプレーできるよう暖かく応援していただければと思います。

(豊田 泰弘)

## 小3

### 【白馬合宿】

7月の終わりに2泊3日の白馬合宿に行きました。ここでは、いろいろなチームと試合をさせていただき、時には4年生の相手とも試合をして、選手たちも多くのことを学べたと思います。ドリブルをしていって詰まった時にどうすればいいか、コートを広く使うこと、ドリブルはゴールに向かって仕掛けることなどです。また、私が一番感心したのは、選手たちがしっかりと自分たちで生活したことです。私が何をやるかを指示を出すと、室長を中心にしっかりとそのことをやってくれ、基本的には自分のことは自分でやってくれました。また、夜も大騒ぎせずにすんなりと寝てくれ、シーツや布団の片づけもしっかりとやってくれました。これも普段の保護者様の

指導のたまものだと感心しました。その中でも、やはり食事は食べるのが遅かったり、好き嫌いがあったりしました。来年には好き嫌いがなくなることを期待しています。

### 【夏の取り組み】

この夏の練習では、暑さに負けない体力づくりを基本にトレーニングしてきました。とは言いますが、ただただ走ること(スタミナ)を強化したわけではなく、どれだけ集中力を切らさないで、試合をできるかということです。やはり、暑さのせいもあり、選手たちは考えることをやめて、どうしても楽なプレーである、「むちゃげり」を多くしてしまっていました。「むちゃげり」というのは、きたボールを相手がいようがいまいがお構いなしに、前に蹴ることです。これがゴールに入ったらラッキーみたいな流れが選手たちの中でありました。これでは、実際の試合になったとき、ゴールキーパーがいるので、絶対に点が取れなくなってしまうと思い、選手たちには、暑いのは知っているが、楽をしないことを指導してきました。この結果が9月以降の秋に出ることを楽しみにしています。

(近江 柔)

## 小2

### 【公式戦も練習試合も同じ試合】

2年生以下の公式戦(小学生年代の公式戦)が横浜市には春と秋と2回あります。春の公式戦については、参加する他のチームの指導者や親御さんの意識の違いや短時間の試合出場のために貴重な週一回の活動を充てるのが、2年生になったばかりの子どもたちにとってプラスにならないという判断から、例年、参加を控えています。

公式戦では、いかめしい黒い審判服の大人がいて、ベンチからは指導者の大きな指示(?)の音が響き、グラウンドの周囲を埋

めた親御さんからも熱い視線が注がれ、主役であるべき子どもたち自身がサッカーを楽しむ雰囲気が全く感じられないことが多くあります。

以前からお伝えしているように、かながわクラブでは、公式戦に限らず試合に参加することの意味について、普段練習してきたことがどれくらい試合(ユニフォームの色の違う相手との関係)の中で発揮できるのかに主眼を置いています。また普段の練習も、この年代では、試合に勝つことを重視した指導方針で行っているわけではありません。子どもたちの成長や特性に合わせて、個人の技術の向上を主眼に置いた指導を行っています。

### 【機会均等と質的平等】

普段の練習で身につけた技術が、緊張感による多少のプレッシャーとグラウンドを取り巻く大人たちの独特な雰囲気も加わった試合場で、ユニフォームの色の違う相手との関係の中でどれくらい発揮できるのかをチェックする機会はこの子にも均等に与えなければなりません。

そこでかながわクラブでは、低学年の試合においては、参加した選手は必ず試合に出場させることにしています(機会均等)。ただし、その際に出場時間まで、皆が平等に〇分ずつということにはしていません。

今の段階でも、子どもたちの技術、意欲、体力には明らかに差があります。そうした差を考慮しつつ、多少の調整を加えながら、試合への出場時間を決めています(質的平等)。特に公式戦では、気後れしている子どもが無理やり試合に出されたことで得られるものは皆無です。また、力が著しく異なる環境に子どもを放り込むことは、プロであるJリーグの試合に子どもたちを参加させるくらい多くの危険をはらんでいます。何よりも、嫌な思い出が残ることや怪我をすることなどが、不幸にもその後の子どもたちとサッカーとの繋がりを絶つことになりかねません。

### 【一生懸命にプレーをする…】

SL というカテゴリーは 2 年生以下で、8 人制ということになっています。現在、2 年生は 25 名 (1 年生一人を含む) 在籍していますので、今回は、13 名と 12 名の 2 チームに分けてエントリーをしました。勿論チーム分けにあたっては、A チーム、B チームということではなく、チーム力が均等になるように分けられています。

せっかくの公式戦ですので、子どもたちには目標を持って臨んでほしいと思います。難しいことではありません。「一生懸命にプレーをする」ということです。勘違いされては困りますが、「上手なプレーをしろ」と言っているわけではありません。サッカーの上手い下手は個々の子どもたちで千差万別です。ですから、あまり上手ではない子に上手にプレーをすることを要求するのは無理があります。上手な子に手抜きのプレーをすることを奨励するわけにもいきません。

しかし、自分の最大限の力を発揮することは誰にでもできるはずで、それが一生懸命にプレーをすることになるのです。サッカーの上手い下手、あるいは試合の勝ち負けは全く関係ありません。試合に出たら自分の最大限の努力をして、一生懸命に頑張ることです。ミスをして一生懸命なプレーであれば問題ありません。逆にミスを恐れての中途半端なプレーは困ります。かながわクラブのユニフォームを着て、いい加減なプレーは絶対に許されません。

#### 【親御さんへのお願い】

重ね重ねのお願いで恐縮ですが、決して試合の勝ち負けだけで子どもたちを評価しないでください。ユニフォームの色の違う相手に対して、これまで練習してきたことがどれくらい発揮できるかという視点で見ることをお願いします。試合のなかでは、練習中にできたことが 100% できるとは思いません。また、練習でできないことは試合では絶対にできません。相手も必死ですし、緊張もあるでしょう。プレッシャーも少なからずあるはずですから…。

普段の活動では、ドリブルを中心に練習を組み立てています。また、ボールを奪われないように、あるいは逆にどうやってボール

を奪うのかという体の使い方については練習しています。ですから、それらの点について、どれくらいできているのか、あるいはできていなくてもやろうとしているのかどうかを確認しています。ボールを蹴ることに関しては、まだまだ手をつけ始めたところですので、ゴールキックやコーナーキックなど、今の段階では上手にできないことは止むを得ないと考えています。

最後に、応援についても一つお願いがあります。それは、自分の子だけでなく自分のチームの他の子どもたちと相手のチームの子どもたち全員に対して、応援して欲しいということです。具体的な声援の中身についても、「うまくできたら褒める。ミスしたら励ます。」というかながわクラブの基本的なスタンスをお願いします。目を血走らせて、罵詈雑言を子どもたちに浴びせかけることだけは決してしないようにお願い致します。

(佐藤 敏明)

### 幼児・小 1

『ボール遊びをいかに楽しむか』をテーマに、4 月から取り組んできました。ウォーミングアップを兼ねて練習の最初に行うことが多い鬼ごっこ遊び。遊びを通じて、周りを観ることや相手の逆をとることを学び、そして自然に敏捷性を高めることもできます。安全地帯を設けたり、グループ対抗とするなど、ルールをちょっと工夫するだけで、自然に頭を使うことも覚えていきます。足でしかボールに触れることができないようにすれば、より実戦に近づけることも可能です。5~7 歳の子どもたちの集中力は、まだまだ長続きしません。一人ひとりの様子を見ながら、このように意欲的に楽しく取り組める練習メニューを組んでいきたいと思えます。

その日の導入部で盛り上がるのができれば、次は子どもたちがお待ちかねの試合です。試合と言っても 11 人で行うものではなく、3 人対 3 人 または 4 人対 4 人程度のミニゲームです。それぞれのコートにコーチが一人ずつ入ってレフェリーを務めますが、プレーに関して細かな指示を出し続けることはありません。子どもたちが自分の判断で自

由にボールを蹴ることができるよう、アドバイスは最小限にとどめています。サッカーとはこうあるものというイメージを持ち合わせていない分、大人が思いもしないような(珍)プレーが飛び出すことも…。これからも、あれはダメ・これもダメというような制限を設けることなく、プレーそのものを心から楽しんでもらいたいと願っています。スタートからもうすぐ半年となりますが、幼児・小 1 クラスでは、“遊ぶこと”をもっともっと追求していきたいと思えます。

(鈴木 章弘)

### Papas

#### 【今、Rec&Comp は？】

Rec の所属する県シニアリーグ四十雀 4 部は、既に 9/1 から後半戦が始まり、好ライバルの Tsujiko と 0-0 でスタートしました。ここまでの戦績は、全 7 試合 2 勝 3 敗 2 分 8 得点 15 失点で得失点差  $\Delta 7$ 、勝点 8 で 13 チーム中 7 位。去年は 9 位でした。これからの残り 5 試合は、上位チームとの対戦が残っていますので、厳しい戦いが続くこととなりますが、是非怪我の無いよう激戦を楽しんでください。

四十雀 3 部の Comp は、前半 7 試合終わって 4 勝 1 敗 2 分 15 得点 6 失点で得失点差 9 の勝点 14 で現在 1 位。残り 4 試合を取りこぼしの無いよう戦って、2 部復帰を自動昇格で決めたいところです。ここで新規加入選手もあり、是非堂々と 2 部へ返り咲くべく、緊張感あふれる残り試合を楽しんでください。

#### 【今、Over50&Over40 は？】

今年、新結成で新規に横浜市シニア委員会加盟した Over50 ですが、シニアマスターズトーナメントの予選リーグを全勝で勝ち進んでいます。全 5 試合中既に 3 試合 3 勝 0 敗 6 得点 2 失点と快調です。残り 2 試合は 11/23 と 12/21 ですが、予選リーグを 1 位突破して、ニッパツ三ツ沢蹴球場での 2 月 1 日準決勝、2 月 2 日決勝を目指して大いに残り 2 試合を楽しみましょう。準決勝、決勝には、かながわクラブを挙げての応援をお願いしたいと思います。

Over40もOver50同様、市シニアの予選リーグに出場しています。全4試合中2試合終了して、1敗1分と苦戦していますが、9/15、12/1の残り2試合を善戦して、ニッパツ三ツ沢蹴球場での1月25日準決勝、2月2日決勝にOver50と共に出場したいと思います。応援をよろしく願います。

(茅野 英一)

## ヨーガ(水曜日クラス)

### 【癒しフェア無事終了です】

8月3日、4日に開催された「癒しフェア 2013inTokyo」に参加してきました。

ワークショップは4日(日)の12:30~13:30ヨーガの呼吸法をテーマにレクチャーをしながら、実際に皆様呼吸法の効果を体験していただきました。

最初は「ヨーガやったことないし。」とか、「体が硬いから。」などと言いながら参加してくださいました。ワークショップ終了後は、「ヨーガいいな。やってみようかな。」とつぶやいていらっしゃいました。「ポーズをとる」ことがヨーガだというイメージを払拭したいです。少しでもヨーガは「もっと身近なもの。」であることをわかっていただけたようで、うれしく思いました。

ブースでは私のオリジナルのCDやDVD、タオルに加え、3冊のブックレットの販売を行いました。参加いただいた方、参加したか

ったけれどできなかった方、皆様のお気持ちをうれしくいただきました。お蔭様で大役を務めあげることができました。本当にありがとうございました。

(伊藤 玲子)

## ヨーガ(金曜日クラス)

### 【暑さに耐えた体を癒しましょう】

すっかり高くなった空と吹く風にほんのりと秋の気配を感じ、やっと暑い日々から解放されるのかとホッとしたところにまた猛暑がぶり返し。今年の夏は本当に長く感じました。寒いのが大の苦手な私は冬よりも夏!8月も半ばを過ぎると夏の終わりを感じて何となく寂しくなってしまうのですが、今年はさすがに、「早く秋が来ないかしら」と思っていました。

今年は特にですが、近年の夏は昔に比べて日中も夜も暑く、湿度も高くなっていますよね。私たちの体はそんな厳しい状況に耐え続けるので、十分に回復する時間がないそうです。頑張る体を労って、これからの季節に不調としてあらわれないよう、メンテナンスにぜひヨーガをご利用下さい。

(中川 有香)

## 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



収録時間:52分  
ポーズ写真入りブックレット  
8ページ



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

◎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

◎以下のグナヨーガ公式サポーターからご購入いただけます。

http://www.gunayoga.com

◎アマゾン(amazon)からご購入いただけます。

◎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

**幼児・小学生クラブ員入退部**

**小 6**

**入部**

- ① 吉田 大(9月～)

**休部**

- ① 有田 勝海(8月～)

**小 4**

**退部**

- ① 陶山 瞭平(8月～)
- ② 宮尾 朔太郎(8月～)

**小 3**

**入部**

- ② 鈴木 真生(9月～)

※敬称略

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)



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  
 いなぎや マクドナルド サックス  
 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/>

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>

**GODAI** 〒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**