

TRICOLOR

大人のためのフットサル大会

今年度も幼児・小学生クラブ員の保護者による、学年対抗大人のためのフットサル大会を以下のとおり実施いたします。小学生の学年毎に保護者によるチームを編成し、学年対抗で楽しみながらフットサルを行います。年に一度の大人のためのイベントとなります。ぜひ皆さん奮ってご参加ください。

■主旨：

1. 幼児・小学生の保護者の親睦を深める
2. 見るだけでなく、実際にプレーする楽しさを味わう

■日時：2月11日(祝・火) 9:30-13:30

■会場：横浜市立港北小学校 校庭

フェスティバルご協賛について

来る3月20日(祝・金)しんよこフットボールパークにおいて恒例の「かながわフェスティバル」を開催いたします。かながわクラブの全クラブ員が集う一年に一度のイベントである「かながわフェスティバル」ですが、今年度はクラブ創設40周年ということもあり、例年とは内容を変更して開催する予定です。

開催にあたりご協賛していただける皆様を以下のとおり募集させていただきます。何卒ご協力賜りますようお願い申し上げます。

【フェスティバル協賛金募集要項】

■協賛金(個人又は企業)

1口 5,000円(1口以上)

■広告掲載

プログラム表紙に氏名(企業名)を掲載いたします。

■協賛金使途

会場使用料、記念品・賞品等に充当します。

■申込方法

メール又はお電話・FAXにて、事務局の豊田まで次のことをご連絡のうえ、下記の口座に所定の金額をお振込みください。①氏名(企業名) ②連絡先 ③協賛金額④バナー表示名(指定のバナー画像がある場合は画像ファイルもお願いいたします。)

■振込口座

横浜銀行 妙蓮寺支店

普通口座 1233042

特定非営利活動法人かながわクラブ

■クラブ事務局

E-mail: info@kanagawaclub.com

FAX: 045-633-4577

大会・公式戦結果

小4

【県少年サッカー選手権大会】

vs 開成町少年 SC 2-0○

vs FC Andro 厚木 Jr 2-3●

小5

【横浜少年サッカー大会(市長杯)】

vs FC80 洋光台 8-0○

小6

【県少年サッカー選手権大会】

vs 下曽我 TFW 1-2●

【区少年サッカー選手権大会】

vs EMSC 6-0○

JUNIOR YOUTH

【県 U-13 リーグ】

vs SCD 0-4●

【県 U-15 リーグ】

vs ALL Z 0-11●

YOUTH

【県クラブユース新人戦】

vs エスペランサ 1-5● (中本 洋一)

TOP

【横浜市民大会】

vs 六浦 FC 2-1○

vs SALVATORE 6-2○

【県社会人選手権】

vs Y.S.C.C.セカンド 1-2●

PAPAS

☆COMP

【議長杯】

vs 厚木シニア 0-9●

今、グラウンドでは・・・

TOP

【2月11日(祝・火)市民大会決勝戦】

TOP チームは1月19日に神奈川県社会人選手権が行われ、1-2でYSCC セカンドに敗れました。2020年度シーズン県リーグ1部で顔を合わせる相手だけに、今後対策と共に、チームのレベルアップが必要と感じさせる内容でした。

一方、市民大会は順調に勝ち上がり、1月12日に六浦FCと準々決勝を戦い2-1で勝ち、1月26日にはSALVATORE1991と準決勝を行い6-2で勝利し、決勝戦へコマを進める

ことになりました。過去2度優勝していますが、今回の決勝戦は神奈川サッカーの聖地、ニッパツ三ツ沢球技場で2月11日(祝)10:00キックオフ予定です。応援よろしくお願ひいたします。

【オフィシャルサイト TOP チームページ】

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

YOUTH

1月は神奈川県クラブユース新人戦が行われました。結果的には1回戦敗退となってしまいましたが、参加したメンバーは最後まであきらめず、良く戦うことができておりました。格上のチーム相手に諦めることなく取り組むことができ、一時は1点差まで詰め寄ることができておりました。モチベーションを落とさず、現時点で持っている力を試合にぶつけることができたことは素晴らしいことだと思います。

これで2019年度の大きな大会は全て終了となり、次の大きな大会は4月から始まる日本クラブユースサッカー選手権大会となります。大会までの2ヶ月でしっかりと準備を整えて、少しでも良い状態で大会に臨めるよう取り組んでまいります。

(豊田 泰弘)

JUNIOR YOUTH

1月より新年度入会予定の小学6年生たちが活動に参加しております。

クラブ内の小6年生の選手ならびに保護者の方々にはジュニアユースへの昇格を決めていただきましてこの

場をお借りして御礼を申し上げます。ありがとうございます。小6年生は2月以降もジュニアユースの活動に参加する機会が多くあると思います。引き続き、1名でも多くの選手が4月からも当クラブのトリコロールのユニフォームを着てサッカーをしてもらえるように努めてまいります。

現ジュニアユース選手たちは2月より新シーズン最初の公式戦になる2020年U-15リーグ1stステージが始まります。リーグ戦では積極的に、チャレンジすることを忘れずに、躍動感あるプレーが観れることを期待しております。

最高学年になる中学2年生の選手たちには、トリコロールのユニフォームを着てプレーする誇りをもって、自分を鼓舞し、中学1年生の選手たちと力をあわせて一つでも多く試合に勝てるように挑んでもらいたいと思います。

さらなる成長に期待し、引き続きよろしくお願ひいたします。

(新田 友和)

1月もたくさんのU-13リーグが行われました。いよいよ2月1日が最終戦となります。U-13リーグが終わると来年度からの新U-15チームに向けて競争が始まります。いつもU-13リーグなら試合に出られている選手も試合の出場時間が減ることがあると思います。今までは良き仲間として楽しくプレーしていた選手もいましたが、試合に出たいと思う選手は仲間をライバルと思わなくてはなりません。今のU-13の選手たちにはライバル意識が少し低い気がするので、この

機会にサッカーに対してもっと意欲的に取り組んでもらえたらと思います。

サッカーのプレーは普段の私生活と関係していると私は考えます。私生活がだらしない選手や挨拶をしっかりとしない選手、自立できていない選手は守備を平気でサボる、パスが雑、決められるところで決めきれない、攻守の切り替えが遅かったりと、ミスが目立っています。サッカー以外の私生活の面でも指導していきたくて、私だけではどうしても厳しいところがあるので保護者の皆様も私生活の面でもアプローチしていただくと助かります。今後よろしくお願い致します。

(今川 輝一郎)

小 6

1 月には神奈川県選手権の 1 回戦が行われました。9 月に試合をした際には負けってしまった相手に対し大勝することができ、非常に成長を感じることができる 1 戦となりました。この大会は 11 人制でジュニアユースと同じコートサイズ、ゴールサイズで行われる大会となりますが、ジュニアユース相手に 11 人制の練習試合を経験することができた成果もあり、終始優位に試合を進めることができました。引き続き、1 つでも多く勝利し、1 試合でも多く試合ができるように、1 戦 1 戦大切に組み込んでいきたいと考えております。

受験勉強、塾、体調不良、怪我等により、なかなか全員揃って活動できないという状態が続いてはおりますが、

活動に参加しているメンバーは、元気に良い雰囲気です。また、2 月からは受験で休部しているメンバーも復帰してくると思います。さらに賑やかになることを楽しみにしています。

6 年生としての活動もあと 2 ヶ月となりますが、引き続き今後サッカーを続けていくうえで身に付けておいてほしいことや、サッカー以外でも今後の生活で役に立つであろうこと等を、活動を通して少しでも多く伝えていきたいと考えております。一回一回の活動を大切に、今のメンバーでやれるサッカーを存分に楽しんでもらいたと思います。

(豊田 泰弘)

小 5

先日行ったあざみ野キッカーズとの TRM は、大変良い経験になったと思います。あれだけチームで徹底して繋いでくるチームはそう多くはないと思います。低い位置でも落ち着いてパスをつなぎながら、中盤の選手を上手く使いながら、相手を剥がしていくプレーには、相手ながらとても感心しました。また、チーム戦術としてはかなり高度なレベルだとも思いますが、パスの技術や動きの質がとても高いからこそ成せる戦術だとも思います。

かながわクラブの選手たちを過大評価する訳ではありませんが、あの相手に対して良く戦えていたと思います。

前半こそ、細かく繋いでくる相手に苦戦したものの、後半はプレッシャーがより早く、取り所が明確になったた

め、有利な試合運びができていたと思います。

ハーフタイムには、こちらから具体的な指示を出さなくても、相手の特徴を子ども達が理解した中で、自分達でプレスの仕方を変え、ゲーム状況を改善できていました。これはとても大きな収穫だと思います。以前から、自分達で考えながらプレーすることを課題にしてきましたが、少しずつできるようになってきていると思います。

今回見えた課題としては、『声』が少ない所だと感じました。相手選手たちは、ゴールキックの時のマーク、スローインの時のマークなど指示の声がかなり出ていました。決して、今回の相手のようにやれと言っている訳ではありません。ただ、マーク 1 つできているかできていないかで、ピンチになるかチャンスになるか決まってしまう。レベルが上がれば上がるほど、何気ない些細なプレー 1 つで勝敗を分けてしまいます。指示の出し方がわからないのか、わかっているけど出せないのか。声 1 つでもっとプレーの幅を広げたり、余裕を持ってプレーすることが出来ることを、少しずつ伝えていき、自然に声が出るようになるよう練習して行きたいと思います。

最後になりますが、先日の TRM の際、ゴールの移動やグラウンド設営にご協力頂いた保護者の皆様、誠にありがとうございました。またご協力いただく機会があるかと思いますが、よろしくお願い致します。

(菊地 健志郎)

小4

【県大会を終えて…】

1月13日(月・祝)に県大会が行われました。トーナメント戦ということもあり、メンバーを絞っての参加となりました。1回戦は、ノックアウト方式の緊張からか、やや表情も硬く、プレー自体にも硬さが見られる立ち上がりでした。開始早々にドリブルで攻め上がられ、あわやという場面もありましたが、キーパーのファインセーブで事なきを得ました。キックオフ直後に相手選手へのマークが曖昧で攻め込まれることがよく見られることは課題の一つと言えるでしょう。

前半のうちに、こぼれ球からのミドルシュートが決まりやや落ち着きが見られましたが、追加点を狙うシュートの精度が今一で、流れが相手側に傾きかけた時に前半が終了しました。当然後半の立ち上がりには相手の攻勢が予測されますので、立ち上がり5分間は相手の攻撃を受け止め、耐えることを指示し、その後2点目を速めに決めようということで、後半に臨みました。

後半も幾度か相手のサイドからの崩しにより、ディフェンスが混乱し、失点しても仕方がないと思える場面もありましたが、やはり、キーパーの頑張りで何とか無失点で終えることができました。攻撃面では、PKの失敗、単調なサイドチェンジの繰り返しやパスの精度の乱れなど、いくつかの課題も浮き彫りになりました。そこで、2試合目に向けて修正点を選手たちに指示して2回戦に臨みました。

2試合目は、いわゆるよく鍛えられ

たチームという印象で、ボールを速く前に動かしてくるチームでした。コーナーキックからのヘディングで1点、こぼれ球を拾われてのミドルシュートで1点、ゴールキックをカットされての1点という具合に、マークのずれ、詰めの甘さ、ゴールキックのキックミスなど自分たちのミスでの3失点で前半を終えました。

後半に向けては、まずは、落ち着いて、自分たちの強みを出すこと、相手をかかわして、ドリブルで進め、サイドチェンジのパスを通し、フィニッシュにつなげる流れを確認しました。同時に、詰めの速い相手には、ダイレクトでパスを回したり、落ち着いて相手を交わしたりすることを徹底し、ボール保持者には、ファーストディフェンダーがパスコースを限定するように対応することを指示しました。

サイドから中央に出たパスを混戦の中から押し込んで1点目が入るまで10分程かかりました。しかし、相手の選手たちが混乱し、かなりパフォーマンスが低下しているようでしたので、この勢いそのまま、更に得点を積み重ねることができればという淡い期待も抱かせました。シンプルにボールを動かし、後ろから、サイドに、そしてセンターリングからダイレクトシュートと2点目が決まると、さすがに相手チームも最後の力を振り絞って体を張った守りに入りました。その後も再三、チャンスを作りましたが、シュートの精度を欠き、タイムアップのホイッスル。結果的には2-3で2回戦敗退ということになりました。

【悔しい気持ちが…】

試合後は、珍しく、悔し涙を流す選手が多く見られました。やはり、県大会(公式戦)ということ、勝てた試合を自分たちのミスで落とすということが、ともすれば、普段はあまり感情を表に出さない選手たちの心に重くのしかかるものがあったのかもしれませんが、悔しいという気持ちはとても大事なことで考えます。悔しさが、不正をしてまで勝つことと結びついては困りますが、一生懸命に戦った結果として試合に負けて、自分の不甲斐なさや上手くできなかったことに対して悔しさがこみ上げるということであれば、未来につながります。一生懸命にプレーをした人でなければ、負けて悔しい気持ちは沸いてこないのですから…。

勝利の喜びを爆発させている相手チームの姿を見ながら、悔し涙を流したり、グラウンドコートを頭からかぶって雑音を遮断したりしながら、自分と向き合うことが貴重な体験なのです。こうした悔しさを決して忘れてはいけません。悔しい気持ちをサッカーの技術のステップアップのための原動力やモチベーションとするのです。

同時に忘れてはならないのは、立場が逆になった時のことです。自分たちが試合に勝って歓喜の輪の中にいるときであっても、負けた相手のチームの選手たちの悔しさに思いを寄せられる選手であってほしいと思います。サッカー選手である前に、一人の人間として、常に相手の立場を思い遣ることができる人間に育ってほしいと願っています。

【チーム全員で経験を共有すること】

県大会には選抜チームで臨みまし

たが、勿論、これはかながわクラブの4年生の代表として参加したわけです。チームの誰もが試合には出たいと願うものですし、選抜に選ばれたいと努力を続けているのも事実です。こうしたチーム全員の思いを背負って、選ばれた選手たちは、トリコロールカラーのユニフォームを身に纏って試合には臨みました。

残念ながら、2回戦敗退という結果でしたが、それはチーム全員で受け止めるべきことです。また、結果だけでなく、その日の試合後に選手たちが味わった悔しさも、チーム全員で感じてほしいと思います。選抜されなかったけれど、応援に駆けつけてくれた選手もいました。彼は試合会場で選手たちと時間を共にし、悔しさを共有することができました。しかし、試合に出る、出ないに関わらず、チームの全員が経験を共有することが大切で、それがワンチームということになるのだと考えます。

(佐藤 敏明)

小3

3年生は、2週連続で雨天の影響によりトレーニングマッチが中止となつてしまい残念でした。

ここ最近では、練習の雰囲気もどんどん良くなってきており、チームとしても選手個人としても成長を感じることができているこのタイミングで試合を行い、どのようなプレーを見せてくれるのか楽しみでもありました。

日々の練習では、少し頑張らないと出来ないような、あえて少し難しいことにチャレンジしてもらおうように心がけ

ております。簡単なことを繰り返し行い達成感を得ることも大切ではなりませんが、あえて初めての設定や多少難しい課題を与えることにより、考えながらプレーする習慣をつけてもらいたいと考えております。練習や試合において1つ1つのプレーをするなかで、どういったことがミスになってしまうのか、シュート、パス、ドリブルはどのような場面でもどのような判断をするのか効果的なのか等を、少しずつ意識して感じながらプレーしてもらいたいと考えております。

日頃の練習では常に選手に必ず伝えていることが2つあります。1つは、考えながらプレーすること。2つ目は、ミスを恐れずチャレンジしてもらいたい、同じミスを繰り返さないように意識してもらいたいということです。すぐにできるようになる選手は今後も根気よく伝えていきたいと思えます。

どの選手も伸びしろのある選手ばかりで、見ていてチームとしても個人としても、今後どのように成長してくれるのか、このチームでどのようなサッカーに変化していつてくれるのか、非常に楽しみにしております。

引き続き選手たちが伸び伸びとプレーできる環境を作っていきたいと考えております。

(栗城 聖也)

小2

先月に引き続き、1月19日(日)に神奈川区の交流戦に参加しました。野球場の外野部分とはいえ、天然芝でプレーする機会が初めての選手もいて、試合中や合間の時間も芝生の感触を楽し

んでいました。試合の内容としても、元氣よく「相手のボールを奪う」「相手ゴールを目指す」ことを多少の差はありながらも2チームとも表現してくれたと思います。

攻撃ではドリブルで仕掛けるだけでなく、味方にボールを渡し、ボールをもらえる場所も見つけながら仲間と一緒に攻撃する場面をいくつも作れるようになりました。少しずつではありますが、試合形式を主に練習してきたことの成果が表れていると確信しています。課題としては、パスを受ける時の身体の向き、ボールの持ち方、自分のエリアを守る、とあげればキリがありませんが、一歩ずつ練習と試合で積み重ねてもらいたいと考えております。

保護者の皆様にはいつも選手たちを温かくサポートしていただき感謝しております。自由奔放な姿に「勝たなきゃダメ」「ミスしちゃダメ」「ちゃんとやりなさい」と言いたくなる時もあるかと思いますが、試合になれば彼らなりにスイッチを切り換え、勝つために話し合っ試合に臨んでいます。選手の好プレーと勇気をもったトライに賞賛と拍手を送り、ミスを笑い飛ばして励ましてくれる、選手を支える応援をこれからも宜しく願ひ致します。

(嘉手納 大輝)

幼児・小1

1月中の活動は体験者を含めて平均32名の参加になりました。暖冬とはいえ、10度前後の気温の中、半そで・短パンで元氣一杯に動き回る子どもたちに毎回こちらが元氣をもらっています。

おかげさまで、幼稚園児、保育園児が増えてきて、4月からの新1年生クラスも、たくさん的人数で活動できることを楽しみにしています。

2月9日(日)は、2ヶ月ぶりのTRM(神奈川区内チームとの1年生の交流戦:三ツ沢補助グラウンド)が入ります。広いグラウンド、大きなゴール、そしてなによりもユニフォームの色の違うチームとの対戦では、緊張のあまりに思うようにプレーできないことがあります。相手チームの保護者の方々の熱い応援もプレッシャーに感じてください。

試合に臨む際には、全員が積極的にボールを奪い、何度もゴールを狙い、相手チームよりも多くのシュートを決めて勝つことを目指します。しかし、相手チームも同じ思いで臨んでくれます。そのための準備は当日急に行うのではなく、一人ひとりが、これまで身につけた3B(ボールコントロール、ボディバランス、ブレイン)をさまざまな状況で活用することが求められます。また、ボールを奪われても、ミスしても、失点しても「負けない気持ち」を維持することが勝利を引き寄せる重要な要素となります。

その意味で、今回のTRMでも、さらに成長した子どもたち一人ひとりのプレーを見るのが楽しみです。是非ともたくさんの応援をお願いいたします。

2月11日(祝)は、大人のためのフットサル:保護者の学年対抗戦が開催されます。是非ともご両親で参加していただき、子どもたちの熱い応援を受けて半日サッカーを楽しんでくださ

い。

2月23日(日)は、かながわクラブも所属する神奈川区総合型地域スポーツクラブ主催の「第6回スポーツ健康屋台村」が白幡小学校と白幡地区センターで開催されます。パラスポーツを含めたいろいろな競技の体験会、地域サークルのパフォーマンス発表会、手芸・工芸の体験会、食べ物屋台など、一日中楽しんでいただけるイベントです。この日はかながわクラブの活動はありませんので、是非ともご家族で参加して下さい。

(浜野 正男)

PAPAS

【Over40・Over50】

2019年度の県シニアリーグの公式戦は、1月26日Comp議長杯の大敗でRec、Compの公式戦は無事全て終了いたしました。

残すはOver40、50の公式戦、交歓試合は1月29日現在のところ以下になります。

Over40 交歓試合、順位決定戦

2月1日(土)vs dfb40 日産小机

3月21日(土)vs 神奈川 40 谷本公園

Over50 準決勝

2月1日(土)vs Yクラブ50 三ツ沢競技場

勝ったら決勝

2月11日(火祝)vs 未定 ニッパツ三ツ沢競技場

Over40、Over50は前年の2018年度では極度の人数不足に悩まされました。

特に Over50 は人数がそろわず不

戦敗で他のチームから選手を借りて練習試合にすることもありました。対戦相手には大変なご迷惑をお掛けした2018年度でした。

2019年度は、参加人数確保して対戦相手にご迷惑が掛からないようにOver40、Over50のONEチームで挑みました。要はOver50の試合でも数名のOver40の助っ人をお願いしました。今回準決勝まで進出しましたが、本当のOver50だけの実力ではないので来年度こそはOver50の出席率を高めOver50単独での良い実績を出したいものです。

同じくOver40も参加人数不足で悩んでいます。Over40の試合が土曜日に組まれ、仕事と重なるとか、翌日が県シニアリーグの試合であるとか、理由は色々あると思います。特に今年度はComp以外の参加者が非常に減少しました。

Over40もOver50も勝つのが目的ではなく、天然芝、人工芝の良いグラウンドで横浜市の同年代と楽しくサッカーを行うことが目的になります。Comp以外のOver40の皆様是非参加をよろしくお願いいたします。

Over40の皆様にはもう一つお願いがあります。出席確認メールに対して回答が遅い、回答がないが多すぎます。出席確認メールに対してはクイックレスポンスをお願いいたします。

では、2019年度も残り少なくなりましたがまだまだサッカーを楽しみましょう。

(瀬長 義男)

ヨーガ

【リンパを流しましょう】

今年の冬は暖冬といわれていますが、それでも一年で一番寒い時期ですので毎日寒いですね。寒さに弱い私です。そしてそれにさらに追い打ちをかけるのが確定申告です。毎年この時期は「早くやらなくちゃ。」と思いつつなかなかやろうという気持ちになれません。

しかも、机に向かってじっと座っているのも苦手です。だからインストラクターという仕事をしているというもあります。動かずにいると冷えるし、体のあちこちに何かが溜まってしまうような感覚があります。実際に座ったままでいるとときめんに脚が浮腫みます。

実はこの浮腫み。単に水が溜まっているというだけでは済まされないそうです。リンパの流れが悪くなった状態ではそこに脂肪まで付きやすくなってしまうそうです。デスクワークをしていたら脚が太くなっちゃったなんて悲惨すぎますよね。

こういうときこそヨーガです。デスクワークをしながら足首を動かしたり、休憩時間に足ほぐしをしたりする。ポーズは鷲のポーズや吉祥のポーズ。そしてダイヤモンドのポーズも。腹式呼吸を行うこともリンパの流れを改善するのにとても有効だそうです。

ヨーガに助けてもらいながら、なんとかこの季節を、確定申告の時期を乗り越えたいと思います。

(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

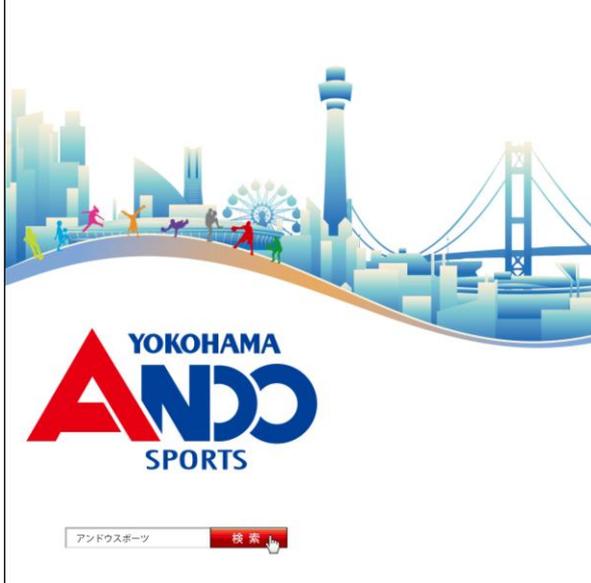
★お買い求め方法
 ①以下の薬局の店頭でご購入いただけます。
 光和薬局 神奈川区片倉5-5-1
 ※地下鉄片倉町駅前のARビル1階
 TEL: 045-482-2215
 坂田薬局 神奈川区三ツ沢中町7-9
 ※地下鉄三ツ沢下町駅3番出口を右に出て、
 徒歩5分
 TEL: 045-321-3653
 ②以下のグナヨーガ公式サイトからご購入いただけます。
<http://www.gunayoga.com>
 ③アマゾン (amazon) からご購入いただけます。
 ④アイチューン (iTunes) からご購入いただけます。

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