

Tricolor

大会・公式戦結果

小 2

【横浜市春季少年サッカー大会】

vs EMSC 0-6●

JUNIOR YOUTH

【県 U-13 リーグ】

vs 綾瀬 FC 2-2△

【県 U-14 リーグ】

vs FC 緑 4-0○

vs JFC FUTURO SAGAMI 4-2○

YOUTH

【県 U-18 リーグ】

vs 橘学苑 1-5●

【関東コラボレーションダイアゴナル杯】

vs プロメテウス EC 0-3●

TOP

【県社会人サッカーリーグ 1 部】

vs 品川 CC 横浜 0-3●

PAPAS

☆OVER50

【市シニアマスターズ】

vs 県庁フェニックス 3-0○

☆OVER40

【市シニアマスターズ】

vs 神奈川 40 0-1●

☆REC

【県四十雀 4 部リーグ】

vs 伊勢原シニア 40 0-3●

☆COMP

【県四十雀 2 部リーグ】

vs VERDRERO 港北 1-0○

今、グラウンドでは・・・

TOP

【県リーグ品川 CC 横浜戦】

TOP チームは 6 月 27 日(日)に品川 CC 横浜とリーグ戦を行い、0-3 で敗れました。現時点でリーグ戦、1 分 3 敗勝ち点 1 のままです。品川 CC 横浜、YOKOHAMA FIFTY CLUB など、近年県リーグで上位にいる強豪チームと戦い、実力の差はありましたが、かながわクラブ TOP チームも内容的には善戦しています。

今シーズンの監督の戦い方は、DF ラインを重要視しています。DF ラインの上げ下げによって、中盤で相手を自由にさせない、人数をかけたつとも、統率の取れたポジショニングやカバーリング、さらにボールを奪った後は、ボールを持っている選手を追い越す他の選手の動きなど、どこにボールがあっても人数をかけるという戦略をとっています。そのためには、今まで以上の運動量が必要となり、練習回数が少ない現状では、個人個人の自主トレーニングが重要になってきます。

練習を見ても、今年の練習に対する選手の目つきが今までとは違います。蔓延防止により、練習時間が 1 時間しか取れないときもありますが、練習の後は選手全員がへとへとになるくらい、集中して練習を行っています。

まだ、結果は出ていませんが、後半戦へ向け、必ず良い結果をもたらしてくれると信じています。

【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

短縮された練習時間の中で、100%でやり切っている選手もいれば、やっていない選手もいます。しかし、私の見ているユース、中3の選手達にはこの練習で成長したい、何か考えて目標をもってプレーしている選手が少ないと思います。全力でトレーニングをすることも大事ですが、目標を持って練習に来ることも大事なことだと私は思います。目標を持って練習に参加してほしいです。

6月からK4リーグとダイアゴナル杯がスタートしました。結果は良くありませんが、ビルドアップに関しては少しずつ良くなってきています。しかし、相手陣地に入った時からシュートまでなかなか行くことができません。7月、8月は相手陣地に入った時の連動した動き方、ボール、選手のスピードの変化、ゴール前での攻防などをトレーニングして行きたいと考えております。

今後ともよろしくお願い致します。

(今川 暉一朗)

JUNIOR YOUTH

中3は、U-15リーグの試合が雨天順延となってしまったこともあり、高校生年代の試合が続きました。高校生相手にも臆することなく、本

当によく戦うことができている選手が多いです。ただ一方で、高校生相手だから負けてもしょうがない、これくらいがんばれているのだから十分だとか、どこかで自分たちの限界を決めてしまっているような雰囲気を感じる場面も多く見受けられます。高校生相手に勝利という結果が出ないのは仕方がない部分もあるので、結果だけでモチベーションを落とすことなく、何が出来て何が出来ていないのかを整理して、引き続き向上心を持って取り組んでいってほしいと思います。高校生相手に練習、試合を繰り返している選手たちは確実に逞しく成長できております。

中2は6月に行われたU-14リーグの試合で2連勝することができました。特にJFC FUTURO SAGAMI戦では、雨の影響で大きな水溜まりのある悪コンディションの中で尚且つ先制点を許すという厳しい状況に追い込まれましたが、ひるむことなく得点を重ね逆転で勝利することができたことは、精神的な成長も感じることができました。トレーニングマッチでも相手を内容で圧倒することが出来ており、攻守の切り替えの速さ、運動量、思い切りの良さというこの学年のストロングポイントは、継続して伸ばしていけていると感じています。

中2・3どちらにも言えることですが、まだまだ判断せずに安易にロングボールを蹴ってしまうシーンが多いです。ただ安易に前線にロングボールを放り込むのではなく、相

手・味方の状況を見て判断し、もう少しボールを大切にし相手と駆け引きをしながらショートパスを正確に繋いでいけるように、引き続き取り組んでいってほしいと思います。

(豊田 泰弘)

U-13は6月12日(土)に綾瀬FCジュニアユースとU-13リーグの開幕戦を迎えました。結果は2-2の引き分けに終わりましたが、【前半先制される】→【後半逆転する】→【最後は追いつかれる】といったシーソーゲームでした。

選手達は、前半は緊張や先制された動揺もあり思うようなパフォーマンスは発揮できませんでしたが、後半は勇気を出して攻守ともに積極的プレーを見せてくれたと思います。

この日の相手はロングボールを多用していたため、【ボールへのアプローチ】【ヘディングの競り合い】【セカンドボールへの対応】【ラインコントロール】など、試合に必要なスキルを学ぶきっかけとなりました。

また、遠方の会場、暑さ、粗悪なグラウンドコンディションという条件でしたが、この悪条件こそがタフに成長するための絶好な環境だと思っておりますので、本当に良い機会となりました。

雨の影響により2節以降はまだ行えておりませんが、今後もリーグ戦を通して彼らの成長を楽しみに指導にあたりたいと思います。

(樋口 圭太)

小6

6月は公式戦がありませんでした。トレーニングでは「球際の強さ」「試合を通して走り切れる体力作り」を引き続き求めました。その2つの部分は少しずつ良くなってきています。

これからの課題は「ボールコントロール」「止める、蹴る」だと感じています。

練習試合やかながわクラブ Jr.youth との強化試合では、自分たちの技術不足から失点したり、ピンチになるシーンが散見されました。

試合で走り切る体力や球際の強さなど、戦える選手が多くなってきた中、その細かい技術を身につけて自分たちが試合を操れるようにしていきたいと思っています。

保護者の皆様、いつも選手のサポートありがとうございます。7月、8月から徐々に浦島丘中での Jr.youth との練習を行う予定です。

引き続き、選手のサポートをよろしくおねがいします。

(古山 未来)

小5

今月もトレーニングマッチを行いました。ボールに直接関わる部分のプレーでは、攻撃においても守備においても大分積極的にプレーできる場面が増えてきています。ただし、集中力がまだまだ続かずボールがないところでプレーをやめてしまうシーンが多く見受けられました。どうやったらボールを持っている味方を

助けることができるか、どうやったら良い形でパスを受けてチャンスを作ることができるか、ボールに直接関わっていない時に何ができるのかを、もう少し考えて判断してプレーできるようにしてしてもらいたいと思います。良い準備や予測をすることでボールが来てからのプレーが大きく変わってきます。

練習でも試合でも100%全力で取り組んでもらいたいと繰り返し伝えています。集中して取り組める時間が少しずつ伸びてきていますが、集中力もプレーの強度も、もっともっと高められると思います。こちらも練習メニューや設定など、選手たちが夢中になって取り組めるよう、より工夫して取り組んでいきます。

練習中やそれ以外の部分においても、ボールに触れる時間をもっと増やしてしてもらいたいと思います。ボールに触れる時間を長くすればするほど、必ずボールコントロールの技術は向上します。

梅雨ということもあり練習ができるかどうかの微妙な天候が多くなってきております。この状況で体を濡らして体調を崩してはいけませんので、普段よりも慎重に活動実施可否を判断しておりますことをご了承ください。活動できるときには貴重な活動時間をより有効にできるように100%全力で楽しんで取り組んでいきましょう。

(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。

最近気温も高く熱中症に気を付けながらの活動となっています。引き続き帽子や汗を拭くタオルの準備と飲料水の準備をよろしくお願いたします。

最近のトレーニングを見ていると積極的にプレーをする選手が増えてきたように感じます。自分が味方からパスを受けて、自分で何かをしようとする機会を増やすこと、トライ&エラーを繰り返すことも成長の一步だと考えています。初めから全てがうまくいくわけではないですが、たくさんの方にトライする子供たちを暖かく見守っていただければと思います。

(青木 達也)

小3

日頃より、クラブの活動にご理解ご協力をいただきありがとうございます。今月は少し判断の要素を入れたトレーニングを行ってきました。4月からパス&コントロールを実施してきましたが、少しずつ「止める」「蹴る」の技術が向上してきました。試合でも次のプレーにつながるが増えてきました。トレーニングではドリブルとパスとシュートを選んでプレーできるように、数的優位な状況を作り行いました。トレーニングをする前は何でもドリブルで進もうとする子が多かったですが、練習を重ねるごとに相手を見て広いスペースにいる味方を使う、パスをするふりをしてドリブルをするなど少しずつプレーの中でアイデアも出てきました。7月は

ドリブルに重きをおきより前にボールをはこべるようにトレーニングをしていきたいと思います。

生活面でも元気よく挨拶をする子が増えて、集合した時には「静かにしよう」「しっかり話を聞こう」と全体に声をかける選手も出てきました。そして片付けなども自主的に取り組めるようになってきています。

今月、対外試合はありませんでしたが4年生と試合を行い自分達よりも強い相手と試合をして改めて自分たちの課題に気づくなどとても良い経験を積むことができました。

1 歩ずつではありますが、子ども達の成長を感じることに喜びを感じております。今後とも子ども達へのサポートをよろしくお願いいたします。

(高山 貴紀)

小2

【初戦を終えて…】

春の公式戦がスタートしました。初戦は6月20日に行われ、結果は0-6の敗戦でした。その後の同じ相手との練習試合では、多少修正ができたのか？それとも相手が手を抜いてくれたのか？0-4まで差が縮まりました。いずれにしても、なかなかこちらの思う通りに進められないまま、タイムアップとなりました。

最近の傾向として、どのチームも組織的なサッカーを標榜し、徹底的に鍛え上げてきているという印象でした。具体的には、整然とポジションをとり、ボールを奪うために果敢に相手にチ

ャレンジし、奪ったボールは時間をかけずにスペースで待っている味方に渡し、ゴールを目指すといった意識が徹底されているようでした。ゴールキックもそつなく狙っていて、キーパーのキックミスをすかさずシュートに結びつける場面も何度か見られました。こうした大人びた試合運びには感心しましたが、やはり、今の時期は、個人の技術(ボールを止める、相手をかかわす、ドリブルで運ぶ)を身につけさせなければと再認識させられました。

【練習の成果を試す？】

相手の勢いに気圧されて、なかなか普段の練習の成果を発揮する場面は少なかったのですが、常に伝えているように、「試合では練習してきたことしかできない。逆に、練習していないことはできるはずがない」のですから、相手のプレッシャーを感じながらも、ボールを大切にコントロールし、相手をかかわし、ボールを運ぶということを少しでもやろうとしていたかどうかを、一人一人の選手には考えて欲しいところです。

試合の中で、何人かは、ボールをコントロールし、相手をかかわし、ボールをドリブルで運ぼうとする姿勢を見せてくれていました。しかし、大半の選手は苦し紛れに、あるいは闇雲にボールを蹴っ飛ばしていました。ボールを蹴ることがサッカーだと勘違いをしている選手もいたかもしれません。目の前に相手がいたら、ボールを蹴っても、相手に当たり跳ね返って、もっと苦しい状況になります。万が一相手にあたらなくても、ボールは相手チームの選手にわたってしまいます。

「蹴るな！」というベンチの声を不思議に思う保護者の方もいらっしゃるかとは思いますが、その意味するところを汲み取っていただければと思います。

当然、相手も真剣勝負ですから、必死にボールを奪いにきます。それでも、落ち着いて相手をかかわすことができるかどうか、ドリブルで運べるかどうかは個々の技術力にかかわってきます。ただ、0-6という結果だけを見ると、残念ながら、まだまだ技術的には未熟であったと言わざるを得ません。

【今後の活動に活かす！】

試合後の選手たちは、悔しさを表情に表したり、黙って悔しさをかみしめたりしていました。0-6で負けて悔しくない選手はいないと思いますが(思いたいですが)、その悔しさを単なる試合に負けた悔しさで終わらせないためには、次回の活動にどのような姿勢で取り組むのが大事になります。コントロール、フェイント、ドリブルの練習に対して、今までのようないい加減な考えで臨むのでは全く意味がありません。コントロール一つとっても、アウトサイドできちんとコントロールできているのか？苦手な左足ではどうなのか？相手の位置を考えてコントロールできているのか？などと、より実戦的に、相手をイメージしながら一つ一つのプレーの精度を上げていかなければなりません。

フェイントも試合で使えなければ意味がありません。スピードだけ、パワーだけでは通用しないことが分かったならば、一つ一つのフェイントの動き

の意味を理解し、何回仕掛けてもミスしないレベルまで仕上げなければなりません。ユニフォームの違う相手との試合のなかで通用するかどうかを常に意識して練習に取り組むことです。

【一人一人が上手くなれば…】

活動への取り組みという観点から言えば、もう一つ、「仲間を大切にすること」が挙げられます。勿論、サッカーは一人ではできませんが、それ以上に仲間のミスを全員で補ったり、仲間を生かすために自己を犠牲にしたりすることがサッカーでは求められます。「One for all. All for one」はラグビーだけのキャッチフレーズではないのです。

一人一人の技術が向上することでチームとしての力がアップします。一人一人の技術の向上には、遠慮や忖度のない競争や真剣に切磋琢磨する雰囲気也不可欠です。上手な選手に敗れてチャレンジすることや下手でも一生懸命にチャレンジすることは言うまでもありません。サッカーが上手になりたいという同じ目標に向かって、全員がお互いを仲間として認め合い、馬鹿にすることもなく、サッカーの技術を磨くようにならなければなりません。

三日間 5 試合の公式戦を経て、悔しさだけでなく様々な感情が生まれるはずですが、普段は体験できない公式戦という経験から、肌で感じることもいろいろあるでしょう。そうした様々な心の動きによって、サッカーに対する取り組み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

6月は雨のため活動が中止となる日程もありましたが、27日には15名が参加し、元気よく身体を動かすことができました。「久々にいい汗かいたよ〜！」と話す子どもの笑顔に癒されました。

私事ですが、6月21日に大手町で1回目のワクチン接種をしてきました。発症予防、重症化予防を期待しつつ、これまで同様に、手洗い、マスク着用の感染予防対策を継続していきます。

7月23日には東京オリンピックが開幕します。57年前に9歳だった私は、10月10日の開会式をテレビで見た記憶があります。競技に関しては、女子バレーボール「東洋の魔女」の金メダルと男子マラソンの優勝者アベベぐらいいしか覚えていません。4年後のメキシコオリンピックではサッカー小僧になっていた私ですが、この時点ではまったくサッカーとの接点はないため、テレビで見ることなく、日本が強豪アルゼンチンに3-2で勝利を収めたこともまったく知らない状態でした。

今回のオリンピックでは、自国開催の利を活かして、男女とも優勝を勝ち取って欲しいですね。子どもたちはスタジアムでの観戦はできなくとも、深夜に眠い目をこすりながらや翌日に録画で見るとはならず、自

宅でリアルタイム観戦ができます。ご家族で多めに盛り上がり、熱い応援を続けていきましょう。また、子どもたちにはサッカー以外の競技でも、世界のトッププレーヤーが繰り広げるさまざまなプレーを見て欲しいものです。

(浜野 正男)

Papas

【Comp2021年度】

昨年度のCompの活動は、通常開幕の4月から新型コロナ感染の影響で半年遅れの9月13日からのスタートになり、3か月で10試合を消化するタイトなスケジュールでした。

2021年度は例年通りの4月からスタートとなり、5月末までは順調に試合を消化してきましたが2部のチームにコロナ感染者発生により6月13日の試合が中止となり、またその翌週6月20日は雨天で中止となり2週連続で試合から遠ざかっています。

当初の予定通り試合が進むと9月19日でリーグ戦終了の予定でしたがこのままの状況では「かながわクラブ」が提供する10月31日大黒埠頭までリーグ戦が続く可能性があります。

グラウンド提供の担当は久しぶりになりますので皆さまご協力をお願いいたします。

6月26日時点での戦績は、敗戦はありませんが引分が多く3勝4分けの暫定3位につけています。1勝

2 敗も 3 分けも同じ勝ち点 3 なので勝ち切れるサッカーをしましょう。最後にこれからワクチン接種は進んでいくと思いますが、新型コロナウイルスが世の中からなくなったわけではありません。健康には十分に注意して毎日の検温は忘れず行ってください。一戦一戦勝利に向けて悔いのないようにまた、楽しんで最後までやり切りましょう。

(瀬長 義男)

ヨーガ

【無事に卒業しました】

オンラインでヨーガのワークショップを受け始めてから 3 か月がたち、最終の試験がありました。サンスクリット語をたくさん覚えて、インド哲学の理解を深めて、アーサナ(ヨーガのポーズ)もたくさん練習して頑張った甲斐があり無事に合格。卒業式を迎えることができました。

皆様にはお世話になり応援していただき本当にありがとうございました。

卒業式のときの、このワークショップを指導してくださった先生からの言葉がとても印象的でした。

その内容は「ヨーガのインストラクターはどのようにあるべきか」というものです。

まずひとつめは「自分が幸せであること」

日常にヨーガの知恵を生かすことは人生を変えます。それは「起きてくること」を変えるのではなく、「起きてきたことをどうとらえるか」が変わる

からです。ヨーガの教えは心を強くしてくれます。それにより起きてくる物事に心をとられることなく平静的な気持ちでいられるようになります。

困難とのつきあい方も変わります。困難から逃げている限り心は弱いまま。困難に立ち向かいどう対処するかを落ち着いて考え行動することにより人は強くなれます。その心の強さが自分自身を幸せにしてくれるのです。

ふたつめは「その幸せを他者に分け与えること」

お金を得たとして、それを人に分け与えると自分の持っているお金は減ってしまいます。ですが、自分の得た知恵を人に分け与えても知恵が減ることはありません。むしろ、人に教えるたびに自分も得るものがあります。知恵への理解が深まります。真実の知恵は人に渡せば渡すほど自分の中の真実も増えていくのです。

ヨーガの知恵は素晴らしいなど再認識しました。これを伝える仕事につくことができた幸せを感じるとともに、正しく伝えるためにもっと勉強する必要も感じました。なので、一安心して油断したくなる自分の気持ちを叱咤激励。さらに上級のワークショップも受けることに決めました。まだまだ、ヨーガの修行は続きます。

(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

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



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