

Tricolor

大会・公式戦結果

小 6

【JFA U-12 リーグ】

vs 城郷 SC	1-1△
vs 黒滝 SC	0-1●

JUNIOR YOUTH

【県 U-13 リーグ】

vs 足柄 FC セカンド	1-0○
---------------	------

【県 U-14 リーグ】

vs Y.S.C.C.	5-0○
vs FC ヴィンクロー	0-1●
vs JFC FUTURO SAGAMI	2-1○
vs 横浜ミラオーネ	3-1○

【県 U-15 リーグ】

vs フガーリオ川崎	2-0○
vs むげん JY	2-5●

【高円宮杯】

vs アルファブライト	2-3●
-------------	------

YOUTH

【県 U-18 リーグ】

vs 山北高校	0-1●
---------	------

【Town Club Cup 関東予選】

vs FC グラシア相模原	0-12●
---------------	-------

PAPAS

☆REC

【県四十雀 4 部リーグ】

vs 平塚シニア FC6540	1-2●
-----------------	------

☆COMP

【県四十雀 2 部リーグ】

vs dfb テヴェントス	2-0○
vs 秦野四十雀	1-0○

今、グラウンドでは・・・

TOP

【県社会人リーグ】

緊急事態宣言により中断していた県リーグ戦は 10 月より再開しました。かながわクラブ TOP チームは 10 月 10 日に再開初戦を予定しております。緊急事態宣言下もグラウンド確保や対戦相手探しが難しい中、コロナ対策を万全にしつつ TRM(トレーニングマッチ)を行ってきました。その対戦相手も、通常ならなかなかできない、大学相手の試合が多く、運動量豊富な大学生を相手に経験を積んできました。早い相手やうまい相手に対する対応も、それなりの手ごたえを感じており、リーグ戦再開が楽しみです。

ただ、今シーズンはけが人が多く、なかなかベストメンバーというわけにはいきませんが、いる選手たちでカバーしていくしかありません。誰が出場しても勝てるチームを目指し、残りの県リーグ 5 戦で勝ち点を積み重ね、年明けの天皇杯予選を兼ねた県社会人選手権の出場権を勝ち取りたいと思います。

現在も県リーグは無観客試合を継続中です。試合観戦はお控えいただき、結果はクラブ HP でご確認ください。

【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

緊急事態宣言が解除され浦島丘中での活動が再開しました。9月は中断していたU18リーグも再開し、新しくtown club cupも始まりました。

練習がまともに出ていない中でも選手たちは大会で勝つために努力し続けています。私も選手の気持ちに伝えられるように努力していきたいと思います。新しい選手もさらに加入してチームは間違いなく良い方向に進んでいると思います。辛抱強く頑張っていきましょう！保護者の皆さまも今後ともよろしく願い致します。

(今川 暉一朗)

JUNIOR YOUTH

9月には一発勝負のトーナメント形式で行われる高円宮杯 JFA 第33回全日本ユース(U-15)サッカー選手権がスタートしました。抽選の結果1回戦はシードとなり2回戦からのスタートとなりましたが、初戦の相手は1回戦で強豪を3-0で破って勝ち進んできた好チームでした。選手たちは非常に良い試合の入り方をして先制することができました。その後すぐに追いつかれ、逆転されるという難しい試合展開となりましたが、再度得点し追いつくことができました。試合終了間際に一瞬のスキをつかれ失点し惜しくも2-3で敗れてしまいましたが、非常に気持ちのこもった良いゲームでした。中3選手たちは涙を流し悔しがっていましたが、同時に自分た

ちはやれるんだ！もう少しこのメンバーで上を目指してみたい！といった手ごたえをつかんでいるようでした。

事実、高円宮杯が終了したら受験のためいったん休部すると決めていたメンバーも、引き続きU-15リーグに参加することを選択してくれたことは非常に嬉しかったです。

その後神奈川県 U-15 リーグセカンドステージが開幕し、初戦は勝利することができました。3年生が中心となり2年生たちを引っ張り、非常に良い雰囲気の中で危なげなく勝利することができました。

第二戦では格上相手に先制され追加点を許すものの、後半に2得点して同点とすることができました。個人としてもチームとしても本当に力をつけることができていたことを実感することができました。試合終盤に失点を重ねてしまいましたが、結果的には敗戦となってしまいましたが、同ブロックで首位争いをするであろう相手に対し互角以上に戦える時間帯もあり、非常に収穫の多い試合とすることができました。

夏休みが終わり約1カ月が経過して、受験のプレッシャーも強くなってきていると思いますが、最後まで可能な限りサッカーと両立していけるようトライしてみてください。そうすることでサッカー選手としても人間としても飛躍的に成長できるはずですよ。

中2はU-14リーグが9月に再開し、現在までに3試合を行い2勝1敗となりました。この学年の良

さである切り替えの早さや豊富な運動量に加え、足元の技術やプレーの選択肢を徐々に増やすことができきており、公式戦においても相手を圧倒する場面が多くなってきております。

唯一負けてしまった試合については、こちらも決定的なゴール前の場面をいくつもつくることができおり、どちらが勝ってもおかしくない非常に接戦の好ゲームとなりましたが、一瞬の集中が切れた場面で失点し0-1で敗れてしまいました。敗れはしたものの前回4点差をつけられてしまった相手を追い込むことができ、確実にこの1、2カ月でチームとしても個人としても成長することができていることを実感することができました。

緊急事態宣言が解除されて、浦島丘中での活動が再開となりました。まだしばらくは様々な制限下での活動となりますが、一回一回の活動を大切に、さらに上を目指して取り組んでいてもらいたいと思います。

(豊田 泰弘)

U-13は、9月5日(日)に行われたU-13リーグ1stステージ最終節の足柄FCセカンド戦にて、1-0で待望のリーグ初勝利を手にすることができました！

リーグが開幕してから苦しい試合が続く、この試合でも前半は防戦一方の戦いとなりましたが、後半はDF・MFの選手が相手のプレッシャーを受けながらも勇気を持っ

て前を向くことができるようになり、FW に縦パスが入る回数が増えてチャンスを作ることができるようになりました。得点は後半終了間際にクロスが直接ゴールに吸い込まれたというものでしたが、ケガをしているメンバーを含め全員で掴み取った素晴らしいゴールだったと思います。

選手たちは勇気を持って攻撃に転じた結果、「やればできる」という大きな成功体験を得ることができました。

この経験を生かし、11 月から始まる2ndステージはさらに良い結果と成長ができるよう、毎回のトレーニングを大切に組み組みたいと思います。

(樋口 圭太)

小 6

8 月に引き続き、技術にこだわって取り組みました。ただ、毎週の練習を見ていて持久力が落ちてきているように感じます。10 月は体力を戻しつつリーグ戦に挑んでいたいと思います。

前期リーグの結果、後期は1部リーグで戦います。8、9 月で積み上げてきた足元の技術を試合で発揮しながら結果を出していきたいと思っています。また、6 年生は人数の多い学年です。必ずしも試合に出られる環境ではないので1日1日の練習や練習試合、公式戦が競争だと思って取り組んでほしいと思います。お互いに切磋琢磨しながら取り

組んでいきましょう。

(古山 未来)

小 5

9 月も引き続き緊急事態宣言の影響により日頃使用している小学校の校庭が使用できず、活動場所・時間が通常と異なりご不便をおかけいたしました。このような状況下でも、子どもたちをクラブの活動に快く送り出していきたいと考えています。

トレーニング内容としては、限られた活動時間の中でなるべく多くボールに触れることを重視して行っています。まずは伸び伸びとプレーしてどんどんトライして、失敗や成功を繰り返しながら、自ら気づいて色々なことを吸収していつてもらいたいと考えております。だいぶ積極的に取り組めるようになってきていますが、まだまだ強度が低いです。より夢中にがむしゃらに取り組めるように、引き続きこちらも色々とアプローチしていきたいと思います。

10 月になり緊急事態宣言が解除されて小学校での活動が再開となっております。対外試合も増やしていきたいと考えております。

学校もほぼ通常登校となり塾やそのほかの予定も通常通りに戻りつつあり、色々と大変な部分もあるかと思いますが、体調に注意しながらクラブの活動に元気に参加してください。

(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。

緊急事態宣言があげ、港北小学校でのトレーニングも再開となりました。また、地域の大会等も徐々に始まりつつあります。先日、試合は普段のトレーニングの確認の場であるという話を子供達にはしました。良くも悪くも普段やっていることがそのまま出るのが試合です。これから大会等が始まっていく中で普段のトレーニングに対してどう取り組んでいくのか個人個人に考えてもらえたらと思います。目標は人それぞれですが、試合に出たい、活躍したい、ゴールを決めたいなどの目標をトレーニングへのモチベーションに繋げてもらいたいです。

まだまだ油断のできない状況ではありますが引き続き感染症対策に取り組みながらの活動にご協力をよろしくお願いたします。

(青木 達也)

小 3

9 月は緊急事態宣言の影響もあり、通常のトレーニングがあまり行えませんでした。そのため主にゲームを中心に守備や攻撃について伝えてきました。守備では相手とボールを同時に見られる場所にたつこと。ボールの移動中に相手のボールを奪いに行くこと。

攻撃ではボールを持ったときに顔を上げて周りを見ること。その上

で、ドリブル、パス、シュートを選んでもプレーをすること。ボールを持っていない選手は幅をとり、相手の背後を狙う、またはボールを取られない位置でボールをもらうことを伝えました。

守備のところでは、ボールのみを見てしまう選手がとて多く相手に背後を取られている選手がとて多かったです。最近では相手とボールを一緒に見られる場所に立つことは意識をしてプレーする選手が増えました。しかしボールを奪いに行くという点ではまだまだ物足りなさを感じているので、引き続きゲームのなかで伝えて行こうと思います。攻撃ではボールを持ってただスピードを上げてドリブルをする選手が多かったです。ドリブルのスピードをコントロールして周りを見ながらプレーをする瞬間が増えたように感じます。少しずつではありますが、ドリブルとパスの両方を使いスペースから攻撃ができるようになってきました。もう少しゴールへの意識があるとなお良くなると思うので、ゲームではゴールを意識するように働きかけて行こうと思います。

生活面では、前回話したメリハリをつけて行動するという点を話してきました。最近では、集まる順番を競争するなど楽しみながら子ども達自らが進んでやるようになってきました。ただまだ3年生ということもあり全てができるわけではありません。そこはトレーニング中に自らできるよう伝え続けていこうと思います。

今月は、また港北小が使えるよう

になり通常のトレーニングができるようになると思います。引き続き感染対策を行いながら、頑張っていきたいと思います。今後ともよろしくお願ひいたします。

(高山 貴紀)

小2

【国チビ延期】

先月号にて、10月16日(土)から秋の公式戦(横浜市国際チビサッカー大会)が始まる予定だとお知らせいたしました。緊急事態宣言が解除されたとはいえ、まだまだ新型コロナウイルスの感染症が猛威を振っている現状を踏まえ、横浜サッカー協会から来年の1月15日(土)以降に国チビを延期する旨の通達が来ました。

早速、公式戦のために予定を調整して下さったご家庭もあることと思います。子どもたちが何の心配もなくサッカーに取り組めるのはそうしたご家庭のご協力があってこそです。本当に感謝申し上げます。しかし、今回の延期につきましては、コロナ禍における感染予防対策を重視する対応ですので、ご理解をいただければと思います。

【全集中！】

緊急事態宣言が発令されてからのこの1か月は、港北小学校が使用できないという事情もあり、天然芝や人工芝のグラウンドでの活動になっています。幸いなことに芝のグラウンドは、土のグラウンドと違ってボールが不規則なバウンドをすることもなく、「止め

る、蹴る」といった基本的な技術のトレーニングには最適な環境と言えるでしょう。活動時間が短いこともあるかとは思いますが、集中してトレーニングに励みましょう。

この時期だからということではないのですが、指導者の説明はきちんと聞き、トレーニングの内容や意図を理解して臨むことが求められます。説明をろくに聞かずに、「意味が分からない…」というのは困ります。お友達の会話を楽しむのはグラウンド以外で十分にできます。せっかくの良い環境のグラウンドですから、一步グラウンドに足を踏み入れた時から、気持ちをサッカーモードに切り替えましょう。

【考える】

二人一組になったり、二つのグループに分かれたりする場面で、最後の最後までどうして良いか分からずに、戸惑っている子どもがいます。指導者の話を聞いていないので、自分で何をするのかわからないこともあるでしょうし、分かったとしても、主体的に行動ができないこともあるようです。誰かからの指示がないと動けないのはそういった子どもたちです。指導者が「余っている人同士で組になりなさい」とか「同じ人数になるようにグループに分かれなさい」という指示があつてようやくトレーニングを始める準備が整うという状況です。指示がなくても自分で考えて、何をすべきかを判断してほしいところです。

サッカーの試合では、監督やベンチの指示がピッチ上の選手になかなか伝わりません。子どものサッカーでも、よほどの大きな声でなければ試合

中の選手には伝わりません。必然的に、子どもたちにとって、自ら考え、決断し、実行するということが不可欠になります。

「考える」ことは習慣です。普段の些細なことでも、自分で考えて行動することが大切なのです。時間に余裕がなく、子どもがすべきことを先走って親が指示してやらせてしまうことがよくあります。できれば、時間に余裕をもって、子どもたちに考えさせることをしていただければと思います。そうした細かなことの積み重ねによって、子どもたちは「考える」ことを知らず知らず身につけていくことになります。

親が言いたいことをぐっと我慢して、少し子どもたちの様子を観察する余裕ができると良いですね。

【引き続き止める・蹴るを！】

良い環境のグラウンドで(港北小学校でも)、引き続き「止める、蹴る」と「個人での局面打開」というテーマを突き詰めていきたいと思っています。イレギュラーバウンドがなく、転んでも怪我をしないグラウンドで、思い切り個人技術の向上に取り組みましょう。

具体的には、周囲を確認して(首を振って)、次の動作につなげるボールの止め方をし、相手を確認して素早くかつグラウンダーのパスを心がけましょう。パスは相手にきちんと届くことで成立します。蹴る側の都合ばかりを優先して、相手の状況を確認しないでボールを蹴ってもパスとは言えません。受け手が欲しいタイミングで、しかも止めやすいパスを出せるように練習しましょう。

【引き続き個人で局面打開を！】

1対1のトレーニングでは、相手の逆をとることを常に考えて、ボールを運んだり、フェイントを仕掛けたりします。日常で誰かを騙すことはあまり褒められたことではありませんが、サッカーでは相手を騙すことは決して悪いことではありません。右に行くと思わせて左に行ったり、右にパスを出すと見せかけて左にパスを出したりしますし、シュートと思わせてドリブルで進んだりもします。

相手が思いもしないプレーや相手の予測の裏をかくプレーが、サッカーにおける良いプレーと言えるでしょう。相手の考えを上回る意外性のあるプレー、イマジネーション溢れるプレーをするためにも、普段から「考える」習慣を身につけられるようにしたいものです。

まだまだ新型コロナウイルス感染症の終息の兆しが見えませんが、クラブとしては、子どもたちにできる限りサッカーをする機会を与えられるように努力をしていきますので、保護者の皆様には、重ねてのご理解、ご協力をお願い致します。

(佐藤 敏明)

幼児・小1

9月は市内の有料施設での活動になりましたが、毎回ほぼ全員に参加していただき、保護者の皆様には改めて送迎のお礼を申し上げます。

小学校では、9月中の分散登校が終わり、10月4日より待ちに待った通常授業に戻りました。同時に港

北小での活動が再開しました。この1ヶ月で感染者の数は大幅に減少したものの、保護者の皆さまには、施設への立ち入りとグラウンドでの見学をもうしばらくの間お待ちいただきたくよろしくお願い致します。

限られた時間でのトレーニングですが、一人一人の成長ぶりには毎回目を見張るものがあります。前号でもお伝えしましたが、できるだけ早い時期にトレーニングマッチを組んで、子どもたちにさらなる経験を積ませたいと思います。そして、普段のトレーニング・ゲームでのプレーすべてが対外試合でのプレーに繋がっていくことを常に伝え、理解してもらいながら、その機会を楽しみに待ちたいと思います。

(浜野 正男)

Papas

【浦島丘中学校での活動再開】

10月になり緊急事態宣言が解除されて、浦島丘中学校での活動が再開となりました。港北小学校においては、未だ入場できるのはプレーする子ども本人のみで保護者の入場は認められず、大人であるPapasカテゴリーの校庭使用も自粛してもらいたいという学校側の意向を遵守し、引き続き浦島丘中学校での活動とさせていただきます。また、継続して活動中もマスク着用といった様々な感染拡大予防対策による制限下での活動となりますことをご了承ください。

港北小学校から浦島丘中学校へ

と変わったことで、時間帯が変わり参加が難しくなった、ナイターのためボールが見えにくい、といったご意見をいただく一方で、広いコートで思い切り走ることができる、スパイクで思い切りボールを蹴ることができる、といった前向きなご意見も数多くいただいております。

日頃より使用マナーを守っていただくだけでなく、グラウンド整備やゴールの撤収、消毒作業等も積極的にご協力いただき非常に感謝しております。

参加人数に関しましては、10名に満たない日もあれば、30名を超える日もあります。時期やシニアリーグ公式戦の有無といったことが大きく影響しているようです。

活動内容に関しましては、その日に集まったメンバーを2~3チームに分けてのゲームを中心に活動しております。参加人数に合わせてコートサイズやゴールの大きさを調整し、強度を適正に保ちながらの活動を行っております。

また、参加人数が少ないときには同じグラウンドで練習している中学生や高校生と一緒にトレーニングやゲームをすることも少なくありません。中高生たちと一緒にボールを蹴る際には、試合中のプレーに関するアドバイスだけでなく、それ以外の取り組み姿勢の部分等についても色々とお声かけいただき、中高生クラブ員にとっては非常に良い刺激となっております。また、中には街で見かけた小中高生クラブ員に声をかけてコミュニケーションを取ってい

ただいたり、地域の子どもたちをクラブの活動やクラブでの繋がりを通して見守り育てるといった、多世代クラブならではの非常に良い好循環も生まれております。経験豊富で懐の深い Papas メンバーの皆様の柔軟で寛大な対応には本当に感謝しております。

引き続き体調や怪我に留意しながらクラブの活動に元気にご参加いただけますと幸いです。

(豊田 泰弘)

ヨーガ

【最終試験を迎えます】

3月末から続けてきたオンラインでのヨーガワークショップもいよいよ大詰めです。先日行われた実技試験には無事合格。残すところは最終試験である筆記試験を含む8時間×3日間となりました。ライセンスをいただけるころまであと少しという今、この6か月余りを振り返ってみるととても感慨深いです。

このワークショップが始まった頃は、コロナ禍となってから1年が経ち、在宅時間の多い生活に慣れてはきたものの、このままで「良いのだろうか。」という思いが沸き始めてきたころでした。「何かをしなくてはいけないのでは。」と思いつつ、では「何をすれば良いのか。」が見つからず。でも「そのうちにコロナ禍がおさまるだろうからそのときに考えようか。」という楽な方に流される気持ちに負けそうになっていたときでした。

ご縁があり受講することができた

このワークショップでは久しぶりにインドの伝統的なヨーガの知識を深めることができました。やはりインドでなくてはダメなようです。なぜインドなのかと言われてもよくわからないのですが、とにかくインドでなければダメなのです。今まで漠然と抱いていた疑問や理解できていないままになんとか行っていたこと等、実際に講座を受けているうちに私の中から湧き上がってくる、今の私に不足しているものを沢山与えてくれる講座でした。

あと少しでひとつのゴールに到達できます。でも、さらに学びは続くのでしょうか。今は理解できたと思えていてもヨーガを実践していくうちに、またきつと新たな疑問や壁に突き当たるに違いありません。歩み始めたヨーガという長い旅路。焦らずに楽しんでさらにさらに進んで行きたいと思えます。ご協力いただいた皆様、本当にありがとうございました。

(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

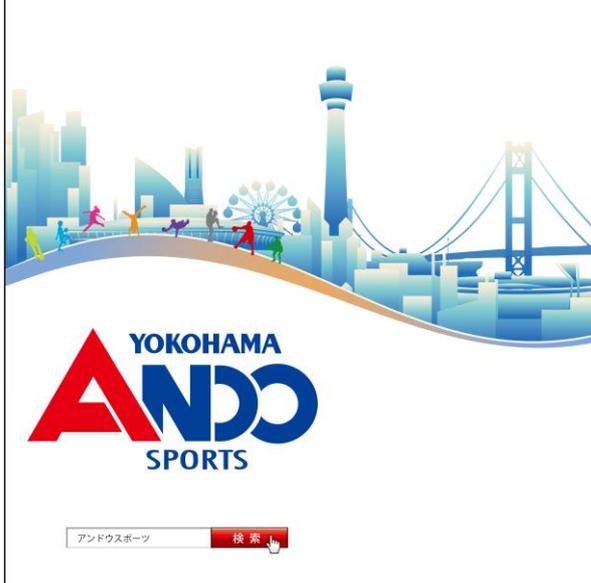
収録時間：59分
ポーズ写真入りブックレット
12ページ

★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



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