

TRICOLOR

大会・公式戦結果

小3

【神奈川区リーグ】

vs FC Corvos	3-0○
vs CFG-YUOKOHAMA	1-5●
vs EMSC	5-2○
vs 横浜かもめ SC	2-2△

小6

【神奈川区少年サッカー選手権大会】

vs ライフネット SC	0-1●
--------------	------

JUNIOR YOUTH

【県 U-13 リーグ】

vs FC T.BRUE	0-4●
--------------	------

今、グラウンドでは・・・

TOP

【トレーニングマッチ】

4月の県リーグ開幕を見据えて、トレーニングマッチ (TRM) を例年より多くこなしています。新しく加入した選手も期待通りの活躍を見せており、昨年度と一味違う戦い方ができそうです。

昨年度との違いは、大きな点としてはシステムの変更です。あまり詳しいことは書けませんが、今までより守備におけるポイントを明確にできるようになりました。守備重視の戦い方にも、攻撃的な戦い方にも、どちらにも対応できます。もちろん、その分選手たちの体力的な負担増加しますが、今までより積極的な戦いができると思います。

また、昨年度よりは、大幅な得点増が見込まれます。今までは毎年得点力不足に泣かされていましたが、今年はそれが解消できそうな戦い方をしています。新戦力加入ということもありますが、それによって今までの選手たちが生かされるようになり、今までにない得点パターンが生まれています。

もちろん、他のチームも戦力アップしてくると思われれます。我々は昨年度下位のチャレンジャーとして県リーグ開幕に臨みたいと思っております。

【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

今年度の活動も残り1ヶ月となりました。3年生は残り少ない活動となりますので、ぜひ参加してみてください。

1、2年生に関しては4月からクラブユース関東予選が始まります。大会に向けて、日々の練習を大切にしていきたいと思います。高校生の人数も少なく、強敵が多いクラブユース関東予選ですが、グループステージ突破を目指して頑張っていきたいと思います。攻撃が課題と言いましたが、練習の中の試合を見ていると、得点力不足であると感じています。アタッキングサードでの攻撃を特に重点的に練習して行くと同時にシュート練習も多めに取り入れていきたいと考えています。頑

張っていきましょう！

(今川 暉一朗)

JUNIOR YOUTH

2月には新型コロナウイルス感染症の影響により、代わる代わる誰かしらが活動を休んでいる状態が続きました。常に約1/3位の選手が休んでおり、多い時には半数以上の選手が活動に参加できないような状態でした。

その影響により2月に予定していたU-15リーグの試合は2試合全て延期となってしまいました。中には定期試験期間と重なり2-3週間活動に参加できなかった選手もいて、全体的にコンディションを非常に落としてしまいました。月の後半にはトレーニングマッチを行える程度にまで状態は回復しましたが、久々のトレーニングマッチでは予想以上にコンディションが悪く、強度も低く全く別チームになってしまったかのような状態となってしまいました。

いよいよ延期となっていた新年度のU-15リーグがスタートします。まだまだ活動場所に制限もあり一度切れた緊張の糸やコンディションを戻すのは大変ですが、悔いの残らないように一回一回の活動を大切にしながら取り組んでいきましょう。

(豊田 泰弘)

12月13日(日)にU-13リーグ2ndステージ最終節のFC

T.BRUE戦を行い、0-4で敗れました。当日は雨の影響でグラウンドがぬかるんでしまい、まともに走ることも難しい過酷なコンディションのなか挑みましたが、力の差を見せつけられての敗戦。この試合で全日程が終了となりました。チームの目標は1stステージより高く設定していたためとても残念ではありますが、成績を比較すると得点、失点、そして順位では1stステージの成績を上回ることができました。

・1stステージ 1勝2分4敗 勝点5 得点6 失点19

第7位(8チーム中)

・2ndステージ 1勝2分4敗 勝点5 得点10 失点18

第6位(8チーム中)

数字は微々たるものですが、これは選手たちが成長している証拠であると確信しています。年間14試合様々なチームとの対戦から得た経験を、これからのサッカー人生に活かしてほしいと願っております。

また、私事ですが仕事の都合により2月末をもってクラブを離れることになりました。コロナ禍もあり、担当学年以外のクラブ員の皆様と関わる機会をもてなかったことが残念ではありますが、約2年間、自分が育ったこのクラブで指導させていただいたことは私にとって貴重な財産となりました。これからもかながわクラブの発展と、クラブの活動を通じて皆様の毎日の充実を願い、応援しております。

す。

2年間、本当にありがとうございました。

(樋口 圭太)

小6

1月で6年生としての大きな大会は終了し、2-3月はJYを見据えたトレーニングをしていきます。8人→11人になるため、攻守の整理、個人戦術・技術をテーマに取り組みます。

繰り返し伝えていることですが、自分が上手くなること。その為に1回1回の活動をより高い意識で取り組みましょう。JY年代からはチームとしての連携が今まで以上に求められます。より頭を使いながらの技術を発揮していかないと戦うことができません。なので、自分が上手くなる意思を全員が持って質の高い活動にいきましょう。

(古山 未来)

小5

2月は学級閉鎖等の影響により、代わる代わる誰かしら活動を休んでいる状態が続き、なかなか全員揃わず少人数での活動となりました。2月前半は、5年生単独で活動を行って行きました。少人数での活動になったということもあり、止める・蹴るといった基本技術に改めて照準を当ててトレーニングを行って行きました。ボールの蹴り

方を改めて確認し何度も繰り返し蹴ることにより、劇的にロングパスの飛距離を伸ばすことができるようになった選手や、足のどの部分でボールのどの部分を蹴るのか改めて確認することで、パスやトラップの精度をかなり上げることができておりました。

月の後半では、4年生や6年生と合同でトレーニングを行っていました。やはり人数が多ければトレーニングメニューの選択肢も増えてきますし、別学年と一緒にトレーニングを行うことにより、良い緊張感が生まれお互いに刺激しあいながらトレーニングを行うことができていました。

5年生だけの少人数のトレーニングも、他学年と合同の大人数でのトレーニングもそれぞれにメリットがありますので、今後も両方織り交ぜながら活動を行っていきたいと考えております。

まだまだ寒い日がありますし、感染症も油断できない状態ですので、健康には十分注意して元気に活動に参加してください。

(豊田 泰弘)

小4

3月になり進級の時期になりました。まずは今年度1年間を通して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した。まだまだウイルスの流行が続く中でも無事1年間を通して活動することができました。子供たちもこの1年を通

して日に日にサッカーの技術も1サッカー選手としても成長していく姿を頼もしく感じています。次年度に向けての準備の期間でもあると思うのでぜひ4年生で過ごした1年間を子供達を振り返って、目標を持って次年度に臨んでいただけたらと思います。改めて1年間ありがとうございました。

(青木 達也)

小3

2月はRookie League、区リーグなど試合が行われました。ゲーム通じて感じたことは改めてサッカーを学ぶということです。

ゲームの中で伝えたことはポジションや役割と1vs1の勝負にこだわることを伝えていきました。攻撃でも守備でも意図を持たずにただボールに寄る選手がまだ多いと感じているためです。トレーニングの中でも攻撃では仲間との距離のこと、ボールを受ける位置について相手に取られないところや前を向けるところでボールを受けようということを話しました。また守備では役割を決めること、一番近い選手からボールを奪い行くこと、他の選手は次にボールがきそうなところを狙おうという話をしました。月初の試合ではボールによる選手が多かったですが、月末の試合や練習では、少しずつ役割を考えて、攻撃ではスペースから攻撃をする、守備では1人目がボールを取りに行ったら2人目は次を狙うなど試

合でも少しずつ出てきました。まだ個人の能力頼みのところが多いですが、少しずつチームとして試合をすることの中で個人の技術を活かしてプレーできるように成長していってこれればと思います。4月からはまた新学年になるのでこの1カ月は試合はもちろん基礎も大事に行っていければと思っています。

3年生の保護者の皆様、コロナ禍において多くの制約があるなかご協力をいただきありがとうございました。皆様のおかげでチームを運営できたことに感謝申し上げます。また、いたらない点もあつたと思いますが、皆様のご支援のおかげ毎回楽しく指導をさせていただきました。進級するにあたり環境が変わるため子ども達も不安定になる時期もあるかとは思いますが、今後とも子ども達へのサポートをよろしく願いいたします。1年間ありがとうございました。

(高山 貴紀)

小2

【考えてみよう！】

1月号で「ゴールキーパーに関する考え方」について述べさせていただきました。その際に、「失点は全てキーパーの責任なのか？」というお話をしました。もちろん答えは「No!」でした。シュートを打たれる場面に至るまでには、まず、相手に①ボールを奪われたフィールドプレイヤーがいた、②奪われたボールを奪い

返すことが出来なかったフィールドプレイヤーがいた、③シュートを打たれてしまったフィールドプレイヤーがいたという具合に遡っていくと、失点したことの責任はチーム全員にあるということが分かっていただけなことでしょう。

では、今回は A「シュートをミスした(シュートを決められなかった)選手」と B「シュートを入れられたキーパー」とでは、どちらのミスの責任が重いのでしょうか？をみんなで考えてみましょう。

シュートをミスしても、そのことが原因で試合に負けることはない(0-0の引き分けの可能性)が、シュートを決められるとそれにより試合に負ける可能性(0-1の敗戦)が高くなるので、Bのミスの責任が重いのでは…とか、何点シュートを入れられても、それよりも1点多くシュートを決めることが出来れば試合には勝つので、Aの方のミスの責任が重いのでは…など。理由を明確にして結論を導き出してみましょう。

また、逆のケースを考えてみましょう。C「シュートを決めた選手」と D「シュートを防いだキーパー」とでは、どちらのプレーの価値が高いのでしょうか？

サッカーでは、0点では試合に勝つことが出来ない(良くても0-0の引き分け)が、得点を1点でも決められれば、試合に勝つ可能性が出てくる(1-0の勝利)ので、Cのプレーの方が価値があるのでは…とか、相手より得点が1点でも上回れば試合には勝てることから、シュートを決められ

ないことがまず前提になるので、Dのプレーの方が価値があるのでは…など。こちらも理由を明確にして自分なりの結論を導き出してみましょう。

【正解は！？】

同じ結論でも理由が様々であったり、結論にしても二者択一でなかったり(中間的な意見があったり)します。特に今回の設問が大きな枠組みで問われているので、厳密に言えば、もう少し細部の条件を考慮したり、状況を限定したりする必要はあるとは思いますが、しかし、大事なものは十人十色、色々な意見や考え方があって良いということです。そして、子ども達にとっては、そういった様々な意見や考え方をきちんと自分の言葉で説明できること、更には、そうした自分とは異なる意見や考え方を認める姿勢が大事なのです。

恐らく、前者では、一点入ってしまうというキーパーの目立つミスと何本シュートミスをして一点失うことではないという目立たないミスという側面はありますが、AもBも同じ一点に関わるミスという観点からすると、同じくらい責任を重く受け止めないといけないのではと考えます。後者に関しても、1点決めても0点に抑える守備の力が無いと試合には勝てないので、CとDのプレーの価値の高さは全く同じなのではないでしょうか。

【コミュニケーション能力の欠如】

日本サッカー協会の若い世代に対する強化プログラムの一環として、コミュニケーション能力の強化が挙

げられていることはあまり知られていないようです。また、近年小学生年代での暴力事案が増えつつあることが顕在化した社会的背景もあります。子ども達のコミュニケーション能力の欠如がサッカーの技術向上の妨げになるばかりでなく、小学校での暴力事件多発の要因となっているのでしょ。

自分の考えや気持ちを上手く言葉で表現できない(伝わらない)と、イライラが募り思わず手を出してしまうといった短絡的な行動に走ることでトラブルが起こることは容易に想像できます。気質的に粗暴な側面を持たない普通の子どもでも、こうしたトラブルの原因となっている子どもは少なくありません。面倒臭がって腕力に頼るのではなく、きちんと言葉でコミュニケーションをとる習慣を身に付けさせなければなりません。

試合中に仲間が相手にボールを奪われたときに、思わず「何してんだよ？」と叫んでしまう選手をよく見かけます。勿論、一生懸命「サッカーをしている」のに間違いはないので、言われた選手の気持ちは穏やかではありません。ミスをしたことは確かですが、少しムツとする気持ちも十分理解できます。

【ぼくはこうしてほしかった！】

では、どのような声掛けをしたら良かったのでしょうか？冷静に考えれば、「何してんだよ？」という言葉の裏側には「こうしてほしかったのに…」というプレーがあったはずです。決して「〇〇してんだよ！」という答

えが欲しいのではなかったはずですから。それを言語化すべきでしょう。怒りや憤りに任せて思わず発する言葉では自分の本心は相手に伝わりません。一呼吸おいて「ぼくはこうしてほしかった！」とか「ぼくはこうすればよかったと思うよ」というだけで相手の受け取り方や相手への伝わり方が違ってきます。その際に、出来れば相手の気持ちまで思いやる余裕があればさらに良いと思います。相手の立場に立ったコミュニケーションが取れるようになれば、相手の立場に立ったパスを出せるようになるでしょうし、相手の立場に立ってプレーを要求できるようになるのです。

家庭においても、自分の考えや気持ちを整理して、家族に伝える訓練をしておきましょう。これまでも述べていますが、「嫌なこと」は何が嫌なのかを合理的な理由とともに説明することです。理由もなく「嫌なこと」など恐らくないはずですが、理不尽なことに対して理不尽な対応で答えるのではなく(駄々をこねたり不貞腐れたりするのではなく)、「ぼくは～だから…したい(したくない)」というように理路整然と伝えることです。

保護者の方々にもお願いします。2年生にもなれば、そろそろ一人前の人間として扱っていただき、きちんと話を聞く姿勢、話し合う態度を示していただければと思います。頭ごなしに力で押し付けるような「子ども見くびり」をすることの無いように…。

(佐藤 敏明)

幼児・小 1

3月になり、このカテゴリでの活動も残り1ヶ月となりました。残念ながら、2月20日の交流戦が雨天中止となってしまいましたので、近いうちにぜひとも実現したいと思います。

2月27日には体験者が多く参加し、総勢30名弱での活動となりました。1年生には4月からさらにレベルの高い技術を身につけていけるように今年度を締めくくりたいと思っています。幼児の皆さんとは4月からは小学生として、ちょっとお兄さんの行動を身につけてもらいながら、これまで同様、楽しくサッカーで遊んで行きましょう。

港北小での活動は1年間すべてを保護者見学なしで行うことになってしまいました。お子様の成長過程はサッカー以外の様々な場面で気付くことができますが、サッカーで楽しそうに遊んでいる様子を毎週見ていただけなかったことはとても残念なことでした。

4月以降にコロナが収束に近づき、港北小での保護者見学が可能となり、港北小での交流戦や、親子サッカーで盛り上がる日が来ることを願っています。

保護者の皆様には、1年間、ご理解、ご協力いただきありがとうございました。

(浜野 正男)

Papas

【Papas Over50&40】

横浜市サッカー協会シニア委員会が主管を務める横浜市民マスターズスポーツ大会(市リーグ)にPapasからOver50、Over40の2チームが参加しています。

例年の試合数はリーグ戦が5試合、順位決定戦が2試合、交歓試合が1~2試合となっています。試合会場は天然芝の三ツ沢陸上競技場、日産F小机、新横浜公園運動広場、人工芝のSFP、谷本公園、玄海田公園等になっています。また、リーグ戦各組2位以上で勝ち上がればニッパツ三ツ沢球技場でゲームができます。2020年度のOver40はニッパツ三ツ沢球技場で2試合のゲームをすることができとてもよい経験ができました。

Over50のメンバー構成はRec、Compに参加する今年50歳以上になる全員が追加負担金なしで全員がOver50に自動登録となります。Rec、Comp以外のPapasメンバーからは、事務登録手数料年間4,000円で参加が可能です。

Over40のメンバー構成は、Rec、Compに参加する40歳以上になる全員と同一クラブの年齢下のカテゴリに参加が可能なOver50も追加負担金なしで全員がOver40に自動登録となります。Over50同様にRec、Comp以外のPapasメンバーからは、事務登録手数料年間4,000円で参加が可能です。

試合日程ですが、以前からCompとOver40の重複調整を市

協会が行っていましたが、昨年よりRecとOver50の重複調整を行っていただいています。ただし土・日連載となることも多々ありますのでスケジュール調整を皆さまよろしくお願いたします。

2022年度の登録は3月10日に提出予定です。それでは2022年度ニッパツ三ツ沢球技場を目指して壮年サッカーを楽しみましょう。

(瀬長 義男)

ヨーガ

【春に想う】

寒くて雪が多い冬でしたが、3月を迎えてやっと少しずつ春らしい日差しを楽しむことのできる日が増えてきました。暖かさに誘われてふと我家のベランダに出てみると、一昨年買った寄せ植えの鉢に花が咲いています。寒い間は億劫でほとんど何も手入れをせずにいたというのに。

命がそこにあり芽吹くということ。それは美しく、かつ逞しさも感じます。でも、この命とは一体どんなものなのでしょう。石ころに水をあげても変化はありませんが、種に水をあげると芽が出てきますね。でも、種をどんなに良く見ても一体どこに命が隠れているのか全くわかりません。

ヨーガの教えでは体は3つの要素から成り立っていると言われて

- 1) 肉体
- 2) 心

3) 魂(意識)

の3つです。その教えによると、死によって1)の肉体は滅びるけれど2)と3)はペアとなってその後も残り、やがて新しい肉体に宿ることになるそうです。私達に馴染みの深い仏教にも通じる、輪廻転生の考え方ですね。

優しい表情で咲く花を見ながら、暖かな春の日差しを浴びつつ、ぼんやりと「命っていったい何なんだろう。」などと考えてみる。すると、当たり前を感じる「生きている」ということ、この世に自分が「存在している」ということが何か不思議に満ちていることのように感じ始めてしまいます。一生懸命に考えすぎると変なひとになりそうなので「このへんで考えるのをやめよう。」と顔をあげると、なんだか花に笑われているように感じました。

このところ身近な人が亡くなること続き、少し疲れているのかもしれない。

(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



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