

# Tricolor

## 大会・公式戦結果

### TOP

#### 【県社会人サッカー1部リーグ】

vs イトゥアーノ FC 横浜	0-5●
vs FIFTY CLUB	0-3●
vs 日本工学院 F・マリノス	1-0○

### YOUTH

#### 【クラブユース選手権 関東大会】

vs 横河武蔵野 FC	0-9●
vs RIO FC	1-2●
vs tonan 前橋	0-0△

### JUNIOR YOUTH

#### 【クラブユース選手権 神奈川県大会】

vs 神奈川湘北 FC	1-0○
vs バディー JY 横浜	0-8●

#### 【横浜市長旗杯】

vs FC 緑	3-1○
vs F スタジオ	0-2●

### 小6

#### 【JFA U-12 リーグ】

vs FC 藤棚	1-0○
vs FC80 洋光台	8-0○
vs FC YSA	7-0○
vs 若葉台 FC	5-0○
vs 大曾根 SC	2-0○
vs 菊名 SC	6-0○

### 小4

#### 【横浜市春季少年サッカー大会】

vs FC みたけ	1-1△
vs 藤塚キッカーズ	7-0○
vs 元石川 SC-G	8-0○
vs 瀬谷 FC	0-1●
vs FC コルヴェス	0-3●
vs 阿王ヶ台 FC	1-0○

### Papas

#### ☆県 50

#### 【県五十雀 3部リーグ】

vs 鎌倉 50	0-3●
----------	------

#### ☆Comp

#### 【県四十雀 1部リーグ】

vs 横浜 OB40	1-2●
vs 足上 40	1-2●

## 今、グラウンドでは・・・

### TOP

#### 【県社会人リーグ1部開幕】

県リーグが開幕し、4月に早くも4試合消化しました。4月2日(日)品川CC横浜との開幕戦は0-4で敗戦、4月9日(日)第2戦はイトゥアーノFC横浜に0-5で敗戦、4月16日(日)第3戦はYOKOHAMA FIFTY CLUBに0-3で敗戦し、開幕3連戦は昨年度の上位チーム相手とは言え、3連敗してしまいました。しかし、4月23日(日)日本工学院F・マリノスとの試合は、押し気味とはいえないかなかお互い点数が奪えず、このまま引き分けかと思われた89分に相手のオウンゴールで1-0で勝利することができました。記録はオウンゴールですが、かながわクラブの攻撃陣が最後まであきらめず、相手陣内でボールを追いかけ相手にプレッシャーをかけた結果だと思っています。

今年のTOPチームの特色は、昨年以上にハードワークをして“走る”ということです。もちろんただボールを追いかけて走るのではなく、相手の攻撃

に対して素早く守備の形を作り、ボール奪いに行く。あるいは、攻撃ではボールを持った選手を追い越し攻撃に人数をかける、といったようなことです。個人的な技術ではなく、組織として戦うことができてきたと思います。

まだまだ、厳しい戦いは続きますが、応援よろしくお願いたします。

### 【試合予定】

■5月14日(日) 19:05 Kickoff

vs 鎌倉インターナショナル FC  
しんよこフットボールパーク

■5月21日(日)

vs FC グラシア相模原 19:05 Kickoff  
しんよこフットボールパーク

■5月28日(日) 19:05 Kickoff

vs Y.S.C.C セカンド  
しんよこフットボールパーク

### 【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

日本クラブユース選手権(U-18)関東予選の予選リーグが終了いたしました。結果は2敗1分となりましたが、選手たちは本当によく戦うことができていました。大差がついた初戦を除いては、どちらが勝利してもおかしくない拮抗した試合展開となり、県外の強豪クラブチームを相手に堂々とした試合をすることができていました。

選手たちは通う学校も違い、これまでやってきたサッカー環境も異なり、サッカーに対する目標や考え方も違

い、中には国籍が違う選手もいる中で、何度もメンバー同士で衝突しチームが崩壊しかけるような場面も多々ありましたが、その度に議論を重ねて、徐々にお互いの理解を深めてチームとして機能し始め、この大事な公式戦本番で全員が持てる力を出し切って素晴らしい試合をすることができていました。

もちろんまだまだ課題は山積みですが、苦悩しながらもここまでたどり着いた選手たちは、本当によく取り組むことができており、このチームの今後の可能性を改めて感じる事ができました。

この大会に向けての準備期間を含め、この大会を通してチームとしても個人としても大きく成長することができたと実感しています。全国に繋がる一つの大きな大会が終了いたしました。これで終わりではなくシーズンはこれからです。

今後も KCY ダイアゴナル杯や神奈川県 U-18 リーグや神奈川県クラブユースリーグ等、大会が続きます。モチベーションを落とすことなく、さらに上を目指して引き続き取り組んでいてもらいたいと思います。

(豊田 泰弘)

## JUNIOR YOUTH

保護者の皆様、クラブユースと横浜市長旗杯の試合の観戦に現地までお越しいただきありがとうございました。クラブユース1回戦の神奈川湘北 FC は私が担当してから 3 回も公式戦で戦っている相手でした。毎試合、拮抗

した試合展開で、相手にボールを握られることが多い中で、一度も負けたことのない相手でした。一発トーナメントで、相手もかなり気合の入った状態で挑んできました。前半に1点先制し、有利に試合を進めることができ、相手の猛攻をしっかりと守り切り、見事勝利することができました。この大事な試合で、勝利できたことと、前回の試合同様、攻め込まれる時間が多いうちで3勝1分けの4戦負けなしという結果は、選手たちは大きな自信に繋がったと思います。

2回戦目のバディーJY 横浜は身体能力、個人技術、チーム力、全てにおいて相手の方が遥かに格上であり、いつも通りの試合をしたら勝てる可能性がかなり低いと思い、自陣でブロックを作り、カウンターで1点を取る、得点は取れなくても無失点で切り抜け PK に持ち込んで勝利する作戦で挑みました。しかし、前半に3失点、後半には、得点を取るために前線からプレッシャーをかけにいった結果5失点してしまいました。攻撃に関しては何も出来ないまま終わってしまいました。2回戦で敗退となってしまったがバディーJY 横浜と試合ができて身体能力や個人技術の差を肌で感じる事ができて、貴重な経験ができたと思います。

そして、横浜市長旗杯の一回戦の FC 緑戦は最初に失点してしまいましたが、前半のうちに逆転に成功し、後半にも1点を加え3-1で勝利しました。私が担当して2年目ですが、公式戦で逆転勝利をした試合はこの試合が初めてです。不利な状況からでも自

分たちが今までやってきたことを信じて戦うこと、精神的にも強くなったなと感じた試合でもありました。

2回戦目のFスタジオは、かながわクラブよりも2つ上の2部リーグで戦っている格上のチームでした。自分たちの力が発揮できなくて悔いが残ったバディー戦とは違って、フォーメーションを変えて、前線からプレッシャーをかけて70分間戦いました。結果はセットプレー(FK,PK)で失点し0-2で負けてしまいました。しかし、攻撃でも決定機を作り、自分たちのチャンスもかなり多く作ることができました。守備でもセットプレーでの失点は勿体なかったですが、崩された失点はなかったし、相手の決定機もセットプレー以外はほとんどなかったと思います。全員が全力を尽くした結果、2部リーグのチーム相手に素晴らしい戦いができたと思います。

市長旗杯はまだ続きます。残りひと枠の本戦出場の切符をかけた戦いがあります。U-15リーグも残り3試合あります。公式戦を通して更に成長して行ってほしいです。今後とも、よろしくお願いいたします。

(今川 暉一朗)

新シーズンが始まって1ヶ月が経ちました。中2メンバーに中1も加わり、練習の活気やチーム内でのポジション争いも出てきて、とても良い雰囲気です。

4月は、今まで取り組んできた守備だけではなく「ゴールを奪う」練習を行いました。ゴール前でシュートを決め切る力や、複数での崩しの連携を高

めながら5月から始まるリーグ戦に挑んでいきたいと思っています。

去年までとは違った試合展開を見せられるようにしていきたいと思っています。ご声援のほど、よろしくお願いいたします。

(古山 未来)

## 小6

4月は、公式戦であるJFA U-12リーグの試合を行っていききました。この原稿を作成している時点では6試合を消化し、無失点で6連勝という素晴らしい結果となっております。

出場時間に差はありますが、参加した選手は毎回全員出場しており、チーム一丸となって本当によく戦うことができいております。1戦1戦試合を経験する度に、個人としてもチームとしても成長することができていることを実感しております。

残すは最終日の2試合のみとなり、この原稿を読んでいるところには結果が出ていることと思います。無敗チーム同士の強度の高い首位決戦を経験した選手たちは、さらに成長できていることと思います。

試合結果につきましては、勝っても負けても、あまり目の前の試合結果だけに一喜一憂し過ぎずに、この経験を活かしさらに成長できるようにモチベーションを落とさずに、引き続き取り組んでいきましょう。

(豊田 泰弘)

## 小5

4月は試合がありませんでしたが、

平日練習の参加率も高く、上手になりたいと意識高く練習に取り組んで頑張っている子が増えてきました。私の話もしっかり聞くようになったし、すぐに実践できている子もいます。日頃のトレーニングを大切に1つずつ積み重ねていきましょう。

ようやく神奈川区リーグも始まりますが、この神奈川区リーグでは、全員に出場機会を与える予定でいます。トレーニングへの参加が少ない選手は出場時間が短くなりますが…。限られた出場時間の中で、自分の力を最大限出して、個人の成長から、チームの成長に繋げていきたいと思っています。

少しずつ前線からのプレッシャーに対して、ボールを奪われることを恐れず、ボールを丁寧に繋ぐできてきています。神奈川区リーグでも適度に蹴るのではなく、自陣から相手の状況をしっかり見てポジションを取り、ボール保持者は適切な判断で、正確にパスを出すこと。しっかりとビルドアップしていくことを目標に試合を行っていききたいと思います。

落ち着いてプレーするためにも相手のプレスをプレッシャーに感じずに落ち着いてプレーすることがとても大事になってきます。試合でも挑戦した末に相手にボールを奪われることが多くなってしまったり、失点してしまったりとミスが多くなってくると思います。そのミスから学び成功に繋げて成長して行ってほしいです。

観戦に来る保護者の皆様におかれましても、ミスを責めるのではなく、チャレンジしたことを尊重し、温かい目で見守ってあげてください。よろしくお

願いたします。

(今川 暉一朗)

#### 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。春季大会の予選リーグ全日程を終えました。結果としては3位となり惜しくも上位入賞は逃す結果となりました。今回の大会でリーグ戦の難しさやチームとして戦う上で必要なことを再度選手たちと確認することができました。またこの大会では出場時間が同じではない中、試合に出る責任や出ていない選手が考えてほしいことも伝えさせていただきました。最後の試合では選手たちの頑張りもあり、勝利で終わることができました。ぜひ各ご家庭でも子供たちが何を考えていたのか、どんなプレーがしたかったのかなどたくさんお話を聞いてあげていただけたらと思います。また自分自身最終日しか現地での活動に参加できなかったなか、動画撮影含めご協力くださった皆様、ありがとうございました。引き続き子供達と次の大会に向けて練習をしていきますのでどうか温かく見守っていただければと思います。

(青木 達也)

#### 小3

子ども達にはメリハリをつけるという事を現在伝えています。サッカーにおいてもメリハリをつけて取り組むことができるかどうか、試合中のプレーにも大きく影響を及ぼします。休む時には休む。遊ぶ時には遊ぶ。練習を

する時には練習をする。といったメリハリがなくこの事が混ざって行動してしまうと、一つ一つの質が悪くなってしまいます。そうならないようにも、活動中はメリハリをつけていき子ども達自信が成長していけるようにしていきたいと考えております。

サッカーの練習に関しては現在、基礎的なボールの触り方、ボールを身体から離さない、1対1をメインに指導させていただいております。ボールを触る楽しさ、ドリブルで相手を抜く楽しさを知っていただきサッカーをもっと楽しくプレーをしてもらいたいと思われらの練習を行なっています。

基礎の練習はプロの選手になっても常に行っています。プロの選手を見ていただけたら、ご理解していただけたらと思うのですが、上手い選手ほどミスをする事が少ないですし、ボールを常に側に置いている事が多いです。この練習は個人の意識で大きく差が開く事が多いので、自分からは楽しくかつマンネリしないで、技術が上がっていける様に引き続き指導していきたいと思われ。

(山本 岳明)

#### 小2

##### 【春季大会が始まります】

春の公式戦が5月14日(日)から始まります。公式戦ですから、かながわクラブの名誉をかけ、選抜されたベストメンバーで戦うべきだという考えもあります。かながわクラブの代表として試合に臨むということは否定しません。しかし、サッカーを始めてわずか2年足らずのこの時期に、異様な高まりを

見せる大人(保護者)たちの熱い視線のなか、指示通りに、そして思うように動かない子どもたちに、目くじらを立てる指導者の罵声を浴びて戸惑う子どもたちの姿を想像すると、勝負にこだわることはあまり意味が無いというのが正直なところでは。それよりも、この年代では、港北小学校での活動で、個々の技術向上のトレーニングをすることの方が意味のあることだと考えます。

とは言え、子どもたちが試合を経験して成長するという側面も見逃せませんし、勝敗にこだわるよりは公式戦に出場したという経験を大切にしたいという観点から、三日間の試合日程(計6試合)のうち、クラブ員全員が最低でも一回は試合に出場できるように計画します。子どもによってサッカーの技術や意欲に差があることも厳然とした事実です。ですから、全員の参加回数を揃えて、量的に平等に参加させるというよりは、技術や意欲に応じた質的な平等が図れるようにしたいと考えています。

##### 【サッカーはお稽古事ではない! …】

所謂、お稽古事であれば、発表会と称して全員が均等に、これまでのお稽古の成果をお披露目する機会が与えられます。しかし、サッカーはお稽古事ではありませんし、公式戦は発表会とも異なります。基本的にはチームの名誉をかけて(チームを代表して)戦う場ですので、チームとして最善を尽くして戦うことが求められます。そして、それが意味試合を運営してくれる幹事チームや対戦相手に対する最大限の礼儀とも言えるでしょう。

しかし、かながわクラブでは、技術も意欲もそれなりのレベルに達していない選手が公式戦に参加するリスクも考慮しながら、敢えて経験を積ませることを大事にしたいと思います。ぬるま湯につかっている状態のかながわクラブの子どもたちが、公式戦において、同じ年代のユニフォームの違う相手がどのような戦いを挑んでくるのかを肌で感じたら、何か心の中に芽生えるものがあるはずです。その何かに期待したいのです。

### 【一生懸命に…】

公式戦に出かけると目にする光景として、整列した子どもたちの大会本部への挨拶やグラウンド(の神様?)に向かって礼をするというものがあります。しかし、かながわクラブでは、そうしたことを子どもたちにさせることはありません。大会本部への挨拶はコーチがしますし、グラウンドに向かっての礼とは違った形で、子どもたちに礼を尽くすことをさせます。

具体的には、試合で一生懸命にプレーをすることです。一生懸命にプレーをすることはだれにでもできることです(上手なプレーをするものではありません)。グラウンドを提供してくれた大会本部のチームや相手のチームに対しては、勝っても、負けても、最後まで全力を尽くしてプレーをすることが最大の礼儀だと考えます。ということで、どんな試合に臨むにしても、「一生懸命に、最善を尽くしてプレーをする」という目標を、常に子どもたちには伝えています。

### 【練習してきたことがどれだけできるのか?…】

また、試合に臨んでは、これまで練習してきたことがどれくらいできるのかを試す場面でもあります。いつも言っているように、できないことをできるようにするのが練習です。その練習で磨いてきた技術が、ユニフォームの違う相手に対して、どれだけ通用するかを試してみましょう。気後れする必要はありませんし、恐れることもありません。

折角のチャンスですから、練習の成果を試すためにチャレンジしてみましょう。チャレンジしなければ、何も新しいものは生まれません。相手のペースに気圧されて、無闇にボールを蹴り返したり、戦う気持ちを忘れて腰の引けたプレーに終始したりすることでは意味がありません。試合というのは、練習で身につけたサッカーの技術を競う場ですから。

### 【温かい目で…】

ただ、個々の子どもたちのサッカーの技術や意欲、そして理解力に差があるのも事実です。試合に臨む心構えのできていない子どももいるかもしれません。それは、まだまだ、指導者の指導力不足と言わざるを得ません。指導者としては、様々な刺激を与えながら、子どもたちの意欲を引き出そうと努力をしています。しかし、根底にはサッカーが好きだということがないと、子どもたちはサッカーをしなくなります。サッカー嫌いにならないように、ゲーム的な楽しさであったり、競い合う面白さであったりという要素を普段のトレーニングでは加えています。子どもたちのサッカーに対する意識や取り組みを変えるためにも、こ

の三日間の公式戦において、子どもたちが自分の肌で感じたことが多少なりとも刺激となって、子どもたちの心に変化が芽生え、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するばかりです。保護者の皆様にも、温かい目で、そして長い目で見守っていただければと思います。

(佐藤 敏明)

## 幼児・小1

新年度が始まり早いもので1か月が経ちました。4月はこども達にとって初めて経験することが多かったのではなんでしょうか?こちらでは自立をテーマにして子ども達には主に3つのことを話してきました。(①自分ことは自分でやろう、②話をしっかり聞こう、行動を早くしよう、③全力でプレーをしよう)この1か月様子を見ておりましたが、意識をして活動をしている子は増えたように感じています。また試合を多めに行ってきましたがゴールを目指し一生懸命ボールを追いかけけている姿が可愛くとても印象的でした。

子ども達は毎回の練習頑張っております。ただし出来ることはまだ多くはありません。時にはできないことにつまづき心が下向きになってしまうことがあるかと思います。保護者の皆様には子ども達のベストサポーターになっていただきたいと思っております。チャレンジをしたこと、成功したことを全力で褒めていただき子ども達が前向きにサッカーに取り組めるようにサポートをしていただければと思います。また子ども達のことについて何かあればお気軽にスタッフまでお声がけください

い。保護者の皆様と一緒に子ども達がサッカーを楽しみ成長する環境を作っていきたいと思っておりますのでよろしくをお願いいたします。

(高山 貴紀)

## Papas

### 【県リーグ 2023 年度リーグ戦開幕】

当初人数不足が心配されていた五十雀は 23+1 名で、Comp も同じく 24 名で開幕を迎えることができました。2 チームとも 4 月初旬から過密スケジュールが組まれましたが雨天順延があり、4 月末現在で五十雀が 0 勝 1 敗、Comp が 1 勝 2 敗となっています。開幕したばかりですので五十雀は初勝利を Comp は上位目指してメンバー皆様のご協力により楽しいリーグ戦 1 年にしていきたいと思います。

### 【市リーグ 2023 年度】

昨年よりルール改定が行われ登録メンバー表との突き合わせにより助っ人が出場できなくなって 2 年目になります。

クラブ員皆さまのご協力により Over50 の登録数が 38 名、Over40 の登録数は 24 名+38 名 (Over50) になります。ちなみにオーバーエイジ枠のダブル登録は来年、再来年を目途に廃止が検討されています。

市リーグのスケジュールですが、県リーグのスケジュールの合間を縫って試合が組まれます。4 月に雨天がつぶきスケジュールがなかなか決定しませんでしたでしたが、4 月末現在で組まれている試合は以下になります。

### 【Over50】

■6 月 11 日(日) 12:00Kickoff

新横浜公園

vs チング倶楽部 ※前審なし

■6 月 25 日(日) 14:00Kickoff

しんよこフットボールパーク

vs 神工 50 ※前審なし

### 【Over40】

■5 月 28 日(日) 14:00Kickoff

しんよこフットボールパーク

vs 高麗 FC ※前審あり

■6 月 25 日(日) 15:00Kickoff

しんよこフットボールパーク

vs 緑ヶ丘 40 ※前審なし

最後にルール改正についてです。オフサイドでの「意図的なプレー」のガイドラインの明確化等、昨年と変更があります。JFA のサイトに動画が 3 本貼りついていますので審判以外の方も視聴してください。

<https://www.jfa.jp/laws/>

(瀬長 義男)

## ヨーガ

### 【やっぱりヨーガは深いです】

この GW 明けには新型コロナも感染症 5 類に分類されることになりそうです。以前のように自由に出掛けることができるようになる日も近づいてきているのでしょうか。それにしても、不要不急の外出をなるべく控えるようにしていた生活が長かったですね。体にもそのペースが染みついてしまっている感じがします。

最近始めたクラスには「以前より脚が弱ってしまっ」とか「体が凝ってしまっ動きにくい」といった方の参加が増えています。これは、その「感染

予防第一の生活スタイル」の影響に違いありません。感染予防を大切にしなければいけないのは勿論なのですが、だからといって体が弱ってしまっは元もこもありません。体が弱ると免疫力にも影響しますし色々な意味で改めて健康についての意識が高まってきているように感じます。そうなる「何か体に良い運動をしたい」と思う方も増えてきてヨーガが改めて関心と呼んでいるそうです。

うれしいことに私のヨーガクラスも参加者が増えています。初めてヨーガを行う方のためのクラスが増設されたところもありますし、高齢者の方々にも気軽に参加できるように設定したヨーガクラスは参加のための抽選が当たりにくく申し訳ない状態です。

そんな中、この状況だからこそその驚く発見がありました。初めてヨーガをされる方や高齢の方の体は明らかにヨーガを継続的にやっている方の体と違っているのです。それは単なる柔軟性や筋力だけでは言い表せない違いです。そのような状況での指導は今までの知識のフル活動となりやがも感じることもできますが、この体の違いこそがヨーガの色々な効果の源なのではないかとも思います。

これは一体何なのか。明らかにしたいという気持ちと、ヨーガの効果は数値化しにくいという事実。またしてもこのふたつの板挟みになっている私です。

(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**



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