

TRICOLOR

大会・公式戦結果

YOUTH

【県クラブユースリーグ】

vs 相模原みどり	0-4●
vs ヴェルディ相模原	0-8●

小6

【県少年少女サッカー選手権】

vs フェニクス FC	3-0○
vs SFAT ISEHARA SC	0-3●

*2 回戦敗退

小5

【区リーグ】

vs FC Corvos	2-1○
vs 三ツ沢ダックス	2-2△

小4

【くずはカップ】

vs 秦野西 FC	4-0○
vs 大門 FC	1-0○
vs くずは台キッカーズ	3-0○

■決勝戦

vs FC レガール	1-4●
------------	------

*準優勝

【県少年少女サッカー選手権】

vs CFFC	4-0○
vs 千代豊川	0-0 PK(3-4)●

*2 回戦敗退

Papas

☆Rec

【市リーグ順位決定戦 Over50】

vs K クラブ 50	4-0○
-------------	------

今、グラウンドでは・・・

TOP

【2024 年度 TOP チーム始動】

本年もよろしくお願いたします。

8 日より 2024 年度チームが始動しました。今年度も昨年に引き続き関森監督のもと活動していくことが決まりました。選手は毎年のことですが、社会人、大学生共に環境が変わったりして、半数近くの選手が入れ替わる予定です。近年、特に 1 部のチームはセミプロ化しており、純粋なクラブチームが 1 部に残れない状態が続いています。かながわクラブは引き続き、あくまでも普通の社会人として仕事をしながら、サッカーをする選手の集団です。

今季は 2 部リーグで戦うわけですが、今シーズン神奈川県社会人リーグは、ようやくコロナの影響による変則的な運営が終わり、今までのチーム割になりました。1 部 10 チーム、2 部は 30 チームで、15 チームずつ A、B ブロックに分かれて戦います。それぞれのブロックの優勝チームが 1 部自動昇格(2 チーム)、A、B それぞれのブロックの 2 位同士で順位決定戦を行い勝ったチームが、1 部 8 位と入れ替え戦を行います(関東リーグへの昇格、関東リーグからの降格が無い場合) 15 チーム総当たりで 1 位になるためには、ほぼ全勝でなければいけません。4 月の第一戦目から昇格へ向けた戦いが始まります。今シーズンも TOP チームの応援よろしくお願いたします。

【オフィシャルサイト TOP チームページ】

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

(中本 洋一)

YOUTH

昨年は大変お世話になりました。
本年もよろしくお願いいいたします。

12月には神奈川県クラブユースリーグの試合を2試合行いました。

また、年明けの1月4,5日は、寒川招待ユースサッカー大会に参加しました。この大会は、神奈川県内の強豪高校サッカー部およびクラブチームが参加する大会で、正月休み明けすぐに1日2~3試合を行う非常にタフな大会となります。

中学生の助っ人を借りての試合となり結果としてはなかなか勝利することができておりませんが、結果だけにとらわれてモチベーションを落とすことなく、自分ができたこと、できなかったことに焦点を当てて、1戦1戦少しずつでも成長して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。

1月は神奈川県クラブユース新人戦がスタートします。この大会は負けたら終わりのトーナメント形式の大会となります。勝ち続ければJ1クラブのユースと試合する機会があります。1つでも多く勝利できるようしっかりと準備していきましょう。

(豊田 泰弘)

JUNIOR YOUTH

本年もよろしくお願いいいたします。
受験勉強は順調でしょうか。受験ま

であと少し、ラストスパート頑張ってください。気分転換にサッカーしにきても構いません。遠慮なく来てください。受験が終わったら、またみんなでサッカーができることを楽しみにしています。

(今川 暉一朗)

昨年も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。本年もよろしくお願いいいたします。

12月はU-14リーグも終わり、ユース年代との試合を2試合行いました。高校生との試合では、相手の質(スピード、フィジカル、テクニック)が同年代よりも高く、判断の遅さや技術的ミスから一気にゴールまで向かわれてしまうことがありました。ポジティブな結果を残すことはできませんでしたが、自分たちに足りていない事を再認識することができました。

2月からはよいよU-15リーグがスタートします。高校年代との試合の基準を意識しながら公式戦に向けて活動していきたいと思っています。引き続き、選手へのサポートをよろしくおねがいします！

(古山 未来)

小6

昨年は大変お世話になりました。
本年もよろしくお願いいいたします。

年明け早々に県少年少女サッカー選手権の試合を行いました。年明け早々、遠方でのグラウンド、早朝キックオフ、大きな大会の1回戦、と緊張してしまってもおかしくない難しい状

況でしたが、選手たちはリラックスして非常に良い状態でキックオフすることができました。開始早々に得点を奪うことができたこともあり、選手たちは伸び伸びとプレーし、力を存分に発揮し公式戦の場で楽しんで相手を圧倒することができました。

改めて選手たちの精神的、技術的な成長を実感することができました。チームメイトとの連携、カバーリングもすばらしく、チームとしてもさらに一段成熟することができたと感じています。

2回戦は昨年度のチャンピオンチームとの試合となりましたが、全く臆することなく適度な緊張感をもって非常によい雰囲気の中で試合に臨むことができておりました。早い時間帯にセットプレーで2失点してしまい、その後は試合巧者である相手に優位に試合をコントロールされてしまい、自分たちの良さを出すことができずに不完全燃焼のまま敗戦となってしまいました。結果としては残念ではありますが、県内上位の強豪チームを相手に決定的な得点チャンスも数多く作り、堂々と臆することなく最後まで試合することができておりました。強豪チームとの真剣勝負を通して、自分たちの通用する部分、足りない部分を肌で感じることができ、たった2試合となりましたが、今後の成長に繋がる収穫の多い大会にすることができたと感じております。この経験を活かし、さらに成長できるように取り組んでいきましょう。

保護者の皆様、遠方にもかかわらず多数現地までお越しいただき、暖かい声援を送っていただきありがと

うございました。また、今回も審判や
動画撮影やその他のサポートもいた
だき誠にありがとうございました。

(豊田 泰弘)

小5

本年もよろしくお願いいたします。

21日に市長杯1回戦 vs ハッ橋 SC
戦が組まれました。この学年の子たち
は昨年度の国ちびでハッ橋 SC に負
けています。同じ相手に2回は負けら
れないと子どもたちも気合が入って
おります。負けたら終わりのトーナメント
ですので、チーム全員で勝利を目指
して1戦を大事に戦っていきます。5
年生は全員で20名います。試合展
開によっては全員を出場させることは
難しいですが、最近の5年生は出席
率も非常に高く、練習も集中し、向上
心を持って取り組んでいる選手が多く
いるということと、基本的には会場も近
場ですので、選抜メンバーではなく、
全員参加とさせていただきます。この
市長杯を通して、さらに全員が成長で
きるように尽力して参ります。

最近、今まで取り組んできた基
本技術(止める・蹴る、運ぶ)に加え、
ボールを持っている選手が前向きで
あればどんどん追い越して人数を増
やして連動した攻撃+速く攻めるトレ
ーニングをしています。自然とトレ
ーニング中や試合中でも全力でダッシ
ュする回数が増えてきていて、体力も
ついてきたなと感じています。

あとは、浮き球の処理(特にヘディ
ング)とセットプレーのトレーニングもし
ています。

今までトレーニングしたことを負け

たら終わりの緊張感のある市長杯で
どれくらい出していけるか、自信を持
って積極的なプレーをどんどん出して
いきましょう。(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。先日
は日産CUP争奪第50回神奈川県少
年少女サッカー選手権にご参加いた
だきありがとうございました。結果は、1
回戦は勝利したものの、2回戦でPK
戦の末敗退という悔しい結果になりま
した。こういう大会に出て感じるのは
日々の積み重ねの大切さを実感しま
す。PKというプレッシャーのかかる場
面で自信を持ってキックができるかは
やはり日頃どれだけキックの練習をし
てるかが自信につながると思います。
またチームの勝敗を背負って代表と
して自分からキッカーとして手を上げ
てくれた選手もいました。そう言ったチ
ームを引っ張ることができるメンタリ
ティもこの大会では感じる事ができま
した。

サッカーの技術の面では、特に攻
撃面でゴールを奪うためのプレーの
引き出しが足りず2回戦でもゴールを
奪うことができませんでした。どうや
たら自分や仲間がゴールを奪うこと
ができるのか、技術とアイデアの部分
でまだまだ学ぶことが多くあるよう
に感じました。

今年度も残り少なくなってきました
が5年生に向けて少しでも多くのこ
とを子供達に伝えていきます。ご協力
のほどよろしくお願いいたします。

(青木 達也)

小3

今年もよろしくお願いいたします。

年もあけて新たな気持ちでどんど
ん挑戦してってもらいたいと思いま
す。毎年どんなことでもいいので「目
標を決めてそれに向かって努力する」
というのが大切だと思います。

内容は個人的にはサッカー関係の
方が嬉しいですが、別にどんな内容
でもいいので目標を決めて今年の年
末には目標を達成できた!と言ってく
れる子が少しでも多くいたらと思い
ます。

もし早めに目標を達成してしまっ
ても、「達成したからもういいや」とはなら
ず、例えば、「今年はリフティングノー
バウンドで30回やる!」、それが達成
できたらそれを50回に変更する。そ
んな感じで高みを目指して行く気持
ちをもっていただき、よりよい選手や
人物になっていただけたらと思いま
す。

(山本 岳明)

小2

【サッカーが上手になりたいの?】

2024年最初の活動の際に、みん
なに次のように問いかけました。「サッ
カーが上手になりたいの?」と…。

毎週日曜日の港北小学校での活
動時間より前にグラウンドに来て、ボ
ールを蹴っている子が、どの学年(カ
テゴリー)にも数人見られます。また、
試合だけでなく練習に対しても取組
む姿勢が前向きで、いかにも楽しそ
うにボールを追いかけけている子がいま
す。そういう子は、日曜日以外もサッ
カー漬けの生活を送っていて、きっと

サッカーが上手くなるだろうなと感じます。

基本的には、ボールに触れる時間が長ければ長いほど上達しますし、誰に言われるでもなく、自ら進んでサッカーに取り組むことが上達への近道だと言えます。そして、常にボールに触れるには、サッカーが楽しいものでなければなりませんし、サッカーが上手くなりたいという向上心を持たなければなりません。サッカーが楽しいのは、他のスポーツよりもプレーの自由度が高いことにあります。手でボールを扱うこと以外は大抵のプレーが許されていますし、ポジショニングや動き方にもほとんど制約がありません。自分の好きなように動くことができます。こうした楽しさを実感し、前向きに取り組む姿勢がサッカーの技術の向上につながります。

【楽しさを伝える】

ですから、普段のグラウンドではサッカーの楽しさを子どもたちに伝えるべく活動をオーガナイズしていますし、個人の技術の向上を主眼とした技術習得のためのトレーニングに時間を割いています。サッカーが上手くなりたいという子どもたちの願いに応えることで、必然的にサッカーが楽しいものになります(全国高校選手権準優勝の近江高校のサッカーは、見ている私たちは勿論選手たちもいかにも楽しそうにプレーしていましたね)。

楽しいから前向きにサッカーに取り組む、サッカーが上手くなりたいから常にボールと一緒にいることでサッカーが上達するというサイクルが理想のスタイルなのです。しかし、まだまだ自

らの指導力の未熟さゆえに「サッカーの楽しさ」を子どもたちに伝えきれていないことが今後の課題なのです。

自由にプレーできるから楽しいし、ボールを自由自在に扱えるようになると更に楽しいということを、是非、子どもたちには伝えていきたいものです。

【主体的に！】

サッカーが上手くなるためには、何より主体性が求められます。ひとたびサッカーの試合が始まると、選手たちには、自ら考え、自ら判断し、自ら行動するということが何よりも求められます。ベンチの指導者からの指示を待ってからプレーをするのでは、局面が瞬時に変化し続けるサッカーの特性からして、後手を踏むこととなります。指示が選手に届いた段階ではもう手遅れなのです。必然的に選手は自分で考えて、判断し、プレーをしなければならぬのです。

「主体的に」というとやや具体性に欠けますが、自分から進んでサッカーに取り組むこと、上手くなりたい気持ちをもって一生懸命に取り組むことと言い換えてもよいでしょう。「サッカーを始めたきっかけは？」と聞かれ、最初は「親から勧められて…」ということはあると思いますが、指導者としては、やり始めたら「サッカーが楽しくて…」となってくれることが目標です。

楽しくなれば、自分から進んでサッカーに取り組むようになりますし、一生懸命にプレーをするようになります。こうして主体的にサッカーに取り組む姿勢が自然と身につくのです。

【皇帝死す！】

1月7日、フランツ・ベッケンバウア

一氏が亡くなりました。今を遡ること50数年前、私が中学生の頃、メキシコW杯の準決勝イタリア戦で激しいタックルに遭い、右肩を脱臼しながらも出場し続け、結果的には3-4で負けたものの、包帯をしながら戦う姿に強い感動を覚えました。ゲルマン魂の権化ともいえる姿でした。

当時、試合の中で最終ラインを統率しつつ、中盤を組み立て、前線にまで顔を出すプレースタイルは、新たなポジションとして「リベロ」と呼ばれました。まだまだ専門色の強かった当時のサッカーのポジションでしたが、今では珍しくないオールラウンドプレイヤーの先駆けだったのです。それと共に、その頃の中学生としては憧れのadidasのジャージ(値段が高すぎて、手の届きそうもないジャージ)の箱にプリントされた彼の姿を眩しく眺めたものでした。

選手としても監督としてもW杯の優勝を成し遂げたのは世界で3人しかいません。そういう意味でも、惜しい人を亡くしました。謹んでご冥福をお祈りしたいと思います。

(佐藤 敏明)

幼児・小1

本年もよろしくお願ひいたします。今年も既に活動が始まっておりますが、子どもたちには次の学年に向けてこの学年での残りの3カ月をしっかりと取り組んでいこうと話をしました。昨年の4月から担当をさせていただき、サッカーへ取り組む姿勢や生活面では非常に成長が観られました。そのため、ここからの3カ月はサッカー面で1

つでも多くできることを増やして、次の学年に行けるように努めていきたいと思いを。その中でもまずは攻守にわたり連続してプレーが出来るように伝えていきたいと思っております。技術に関してはこれからも成長は見込めますが、闘う気持ちやプレーを連続することをいま習得しておくことで、上の学年に行ったときにトレーニングがより効率的に実施することができて、子どもたちがより成長できる環境になると思うからです。今年も保護者の皆様と共に、子どもたちが成長できる環境を一緒に作ってあげたいと思います。子どもたちにとって良い時間や場所となるように全力を尽くしてまいりますのでよろしくお願いいたします。

(高山 貴紀)

Papas

本年もよろしくお願いいたします。

県シニアリーグの新年度チーム登録が昨年 12 月末となっていましたので、リーグ登録の内容を報告いたします。

かながわクラブ 50 は昨年より 4 人減・3 人新加入の 25 名での登録になります。昨年同様、監督は田近昌幸さん、連絡担当は服部利崇さん、審判担当は高橋信一さんが担当いたします。県リーグ 3 部の上位を目指して壮年サッカーを楽しみます。

Comp は昨年より 7 人減の 16 名登録になりますが、今年度新加入予定者が 3 名で 19 名でのスタートになります。Comp も昨年同様、監督は加藤洋平さん、連絡担当は大平潤さん、審

判担当は瀬長が担当いたします。3 年連続 1 部での上位を目指してのチャレンジになります。年末時点で登録未定の皆さま、登録年齢に達している皆さまリーグ戦開始までには 3 ヶ月ありますので、新規参加をお待ちしています。

横浜市の Over50・40 の参加確認は、別途行いますのでご協力をお願いいたします。今年は高校サッカーも声出し応援が解禁になり、またパリ五輪が開催予定になります。今年 1 年スポーツが盛り上がる年になることを祈ります。それでは本年もよろしくお願いいたします。

(瀬長 義男)

ヨーガ

【今年もよろしくお願いいたします。】

年明けから震災等の悲惨な出来事が起きてしまいました。この度の震災で被災されました方々に心よりお見舞い申し上げるとともに一日も早い復興をお祈り申し上げます。

現地のことが心配でニュース番組を見ることが多くなっていますが、悲しいニュースを繰り返し見聞きしていると震災にあっていないこちらまで暗い気持ちになってしまいます。ただ悲しんでいるだけでは何の役にも立たないのですがかといってどうして良いのかわからず年明けから悲しい想いで沈んでいました。

そんなときに金沢在住の友達から連絡がありました。被害は少なく元気とのこと。彼女とご家族の心配をしていたので、それはとてもうれしい知ら

せだったのですがそれだけではありませんでした。

彼女はマラソンランナーです。金沢マラソンでは参加走者のペース（伴走してタイムの目安となるペースを知らせる役目）も務める健脚の持ち主です。毎日走ってトレーニングをしている彼女は 10km を走るのなんて軽いものです。それを活かして足りない物資のある避難所から足りている避難所へと走って届け物をしているというのです。道路はヒビが入ったりしてポコポコの状態なので車は走ることができません。でも人は通ることができる道があるらしいのです。

驚きました。そして彼女の前向きな姿勢に感嘆するとともに被災してもいない自分がこんなふうにならば悲しい思いはいけないと思いました。

彼女から、地元の食堂が市議会議員からの依頼を受けてボランティアで暖かい食事を被災地に届ける活動をしていることを聞きました。いまは物資が届けられないので取り急ぎその食堂に支援金を送金しました。他にも今後の状況によっては私達にもできることが出てくるかもしれません。

何事にも振られずにいつもニュートラルでいること。これもヨーガの教えでした。忘れてしまいそうになっていたことを被災地の彼女が思い出させてくれました。何があっても前向きに生きていきたいと思います。

今年一年が良い年になりますように。どうぞよろしくお願いいたします。

(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

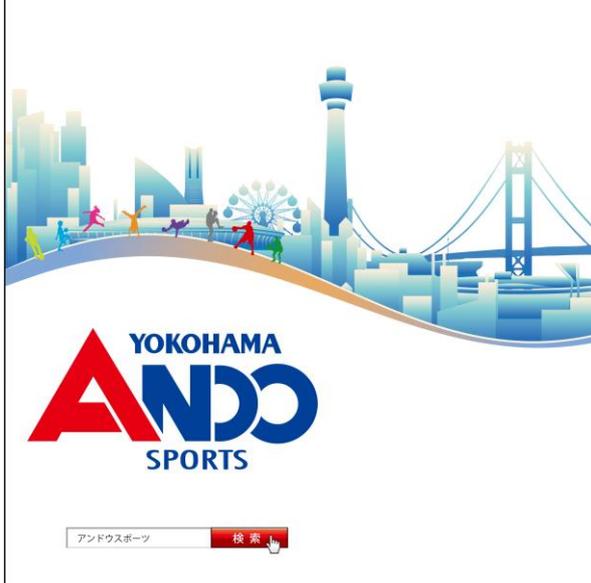
★お買い求め方法
 ①以下の薬局の店頭でご購入いただけます。
 光和薬局 神奈川区片倉5-5-1
 ※地下鉄片倉町駅前のARビル1階
 TEL: 045-482-2215
 坂田薬局 神奈川区三ツ沢中町7-9
 ※地下鉄三ツ沢下町駅3番出口を右に出て、
 徒歩5分
 TEL: 045-321-3653
 ②以下のグナヨーガ公式サイトからご購入いただけます。
<http://www.gunayoga.com>
 ③アマゾン (amazon) からご購入いただけます。
 ④アイチューン (iTunes) からご購入いただけます。

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