

大会・公式戦結果

TOP

【県社会人サッカー2部リーグ】

vs FC Girasole	6-1○
vs 横須賀高校 OB クラブ	3-2○
vs 江ノ島フリップパーズ	2-1○

YOUTH

【県 U-18 リーグ】

vs 逗子葉山高校 B	1-3●
vs 神奈川工業高校	1-1△

JUNIOR YOUTH

【県 U-15 リーグ】

vs エストレーラ FC	0-17●
vs 相模原みどり	0-4●
vs BANFF 横浜	0-5●

【県 U-13 リーグ】

vs FC ASAHI Jr.Youth1980	3-1○
--------------------------	------

小 6

【JFA U-12 リーグ】

vs クライムイレブン	1-1△
vs 横浜 SC つばさ	1-0○
vs 南舞岡 SC	4-0○
vs 富岡 SC	1-0○

小 4

【横浜市春季大会 U-10 決勝 T】

vs SCH.FC-W	0-4●
-------------	------

小 2

【横浜市春季大会 U-8】

vs 本牧少年	0-4●
vs 北方	5-0○
vs 黒滝-B	0-2●
vs 横浜港北	0-2●
vs KAZU SC-A	0-1●
vs MSN	2-0○

Papas

☆Comp

【O-40 神奈川 2 部リーグ】

vs FC 新横浜	2-0○
-----------	------

vs 神奈川キングス 40 0-1●

☆Rec

【県五十雀 3 部リーグ】

vs 神奈川県庁フェニックス 0-1●

今、グラウンドでは・・・

TOP

【県社会人リーグ 3 連勝！】

県リーグ 2 試合を行い 5 月 11 日に FC Girasole とは 6-1、5 月 25 日には横須賀高校 OB クラブとは 3-2 で勝利、また 6 月 8 日には江ノ島フリップパーズに 2-1 で勝利し 3 連勝、順位も 14 チーム中 4 位まで上げました。

得点力不足に苦しんでいましたが、この 3 試合は FW ではなく、中盤の選手たちの得点が目立ちました。かながわクラブ TOP チームの現在の強みは、何と言っても最後まで落ちない運動量です。どの社会人チームも練習不足が共通の課題ですが、かながわクラブ TOP チームの練習は、回数も時間も短いものの、中身が濃い練習が特色です。その練習に支えられ、どの試合も常にコンパクトな布陣、攻撃時には DF ラインが上がる、守備時には FW も戻る、J リーグの試合なら当たり前のことなのですが、社会人ではなかなか 90 分間できないことをやっています。

これから暑い季節になりますが、チーム力も緩めることなく戦い抜きたいと思います。応援よろしくお願いします！

【公式サイト TOP チームページ】

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

(中本 洋一)

YOUTH

6月からU-18リーグが始まりました。10月までと長期間で行われるリーグ戦です。すでに2試合行いました。

初戦はチャンスを多く作りながらも1-3で敗れてしまいました。2戦目もボール保持率や決定機は相手より上回っているのにも関わらず引き分けという結果になってしまいました。決めきることそうですが、カウンターからのピンチが多かったです。次の試合まで1ヶ月ありますので改善していきましょう。攻撃から守備の切り替え、ボールに近い人は前に蹴らせない、戻る場所と戻る速さ、相手の攻撃を遅らせることをチーム全員で再確認意識していきましょう。これに関してはやるか、やらないかの2択だと思っています。できる、できないではないのですぐに改善していきましょう。

選手たちはゲーム中でもダメなところをすぐに改善しようとしています。継続していきましょう。

(今川 暉一朗)

JUNIOR YOUTH

中3はU-15リーグでなかなか結果を出すことができていません。もっと中3にはやって欲しいなと思っています。ただ日々のトレーニングに向上心がなく、なんとなく参加している感じがあります。試合でいきなり良くなるわけがありません。日々のトレーニングから目の色を変えて取り組んでいって欲しいですね。

中1はU-13リーグが開幕しました。初戦は先に失点してしまいましたが、最後まで諦めず戦い3-1で勝利しま

した。もう少しコートを広く使って攻撃できると更に良くなると思います。引き続き頑張っていきましょう。

(今川 暉一朗)

小6

JFA U-12 リーグ前期が終了いたしました。最終結果は、全9チーム中3位という成績となりました。

体調不良や雨天による日程変更、さらには学校行事などが重なり、なかなか全員が揃って試合に臨むことができない難しい状況ではありましたが、参加した選手たちはそれぞれが“今できること”に全力で取り組み、チームのために懸命にプレーする姿を見せてくれました。

この大会を通じて、一人ひとりが確実にたくましく成長したと感じています。

一方で、力を出し切れたかといえ、まだまだ伸ばせる部分、やれることがあったとも感じています。試合の中で見つかった課題や改善点については、今後のトレーニングの中で丁寧に取り組んでいきましょう。

この学年の選手たちには、まだまだ大きな伸びしろがあると感じています。今後も、日々のトレーニングやトレーニングマッチ、そしてU-13リーグなどを通して、さらなる成長を目指していきたいと思っています。

保護者の皆さまには、急な予定変更へのご対応や送迎、そして現地での温かい応援とサポートなど、多大なご理解・ご協力をいただき、ありがとうございました。引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。(豊田 泰弘)

小5

今月は小6と一緒にトレーニングすることが多かったです。その中でも、一生懸命トレーニングに励んでいる姿をたくさん見ることができています。

特に最近では昨年あまり試合に出れていなかった選手たちが良くなってきています。お互い切磋琢磨しあい更にチームとしてもレベルアップしていきましょう。

(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。

6月になり気温の高い日も増えてきました。これから始まる本格的な夏に向けて暑さへの対策を各ご家庭でご準備いただければと思います。

この時期になると練習に来て体調不良になる選手が増えてきます。話を聞くと朝練をしてきた、午前中公園で遊んでいた、などの話を聞くことがよくあります。自主練の大切さは理解しつつもそれでチームの練習が頑張れないようになってしまうと目的が変わってきてしまうようにも感じます。1日の運動量の調整を保護者の皆様の方でも気にしていただけると幸いです。また日頃から太陽の日差しにあたる時間を作る、早寝早起き、食事をしっかり摂ることなど、普段の生活が元気に体を動かす上で1番大切なことです。ゲームやテレビ、携帯など誘惑が多い生活ですが規則正しい生活を心がけていただければと思います。

(青木 達也)

小 3

ここ最近の活動を通じて、少しずつではありますが、周囲の状況を見て判断できる場面が増えてきています。

たとえば、自分がドリブルで突破するよりも良い位置にいる味方にパスを出す判断ができるようになったり、仲間のミスを責めるのではなく、励ましの声をかけたりといった、前向きな変化が見られます。また、文句ではなく、建設的なアドバイスの声かけができるようになってきている点も成長の証だと感じています。

この学年の選手たちは、自己主張が強く、自分本位になってしまう場面が見られることもあります。そのため、自分のことを優先するあまり、相手に対して心ない言葉をかけてしまったり、チームの雰囲気を悪くしてしまうことも少なくありません。

しかし、自己主張できるということは、決して悪いことではありません。むしろ大切な個性の一つだと考えています。もちろん、良くない行動についてはしっかりと指摘していきますが、今後、この学年ならではの個性を否定することなく、良い部分をさらに伸ばしていけるよう、日々の活動に取り組んでいきたいと思っています。

(栗城 聖也)

小 2

【ありがとうございました！】

春の公式戦が終了しました。週末に雨が多く、たびたびの順延で、ご家族での予定も大幅に狂わされたことでしょう。それに関わらず、たくさんの方々の保護者の方々に応援に駆けつけていただき、多くの温かい声援や

励ましをいただきました。また、公式戦期間中は朝早くからお弁当の準備をしていただけて、家族での予定を犠牲にして、春の公式戦への参加を優先していただき、本当にありがとうございました。

子どもたちには、「一生懸命にプレーをすること」が相手のチームや審判、そして応援してくれたお父様、お母様に対して感謝の気持ちを表すことになる伝えて公式戦に臨みました。結果としては、2勝4敗でグループリーグ7チーム中の5位で公式戦を終えました。子どもたちは概ね「一生懸命にプレーをすること」ができ、公式戦期間中のわずか15日程度の間でさえも、一人一人のプレーには、目に見える成長もありました。残念ながら保護者の方々のご期待に沿うような結果にはなりませんでした。子どもたちにとっては、公式戦の独特の緊張感や雰囲気を体験することで、少なからず感じるものがあり、それらの刺激により精神的にも成長することができたと確信しています。

【Fair Go (フェア・ゴー)！】

先日、朝日新聞の天声人語にオーストラリアの「フェア・ゴー」についての興味深い記事が掲載されましたので、その一部を紹介します。

スポーツ大国のオーストラリアは、国の生い立ちを考えると、先住民のアボリジニをはじめとして、イギリス、中国、インド、フィリピンなどからの移民により構成される多民族国家で、多様な文化、価値観を持つ人々が一緒に暮らす国です。多くの移民を受け入れてきたこともあり、「どんなバ

ックグラウンドを持つ人でも平等に扱われなければならない」という平等主義が国是にもなっています。そんなオーストラリアのスポーツの場面でよく耳にするのが「フェア・ゴー」という言葉だそうです。

オーストラリアで一番の人気スポーツはフットボール(サッカー)競技なのですが、そのプロチームのジュニア育成担当の指導者が「フェア・ゴーで子どもを指導する難しさ」を次のように語っています。「同学年でも生まれた月で体格差があるし、成長の速さも違う。12歳で目立たなかった子が、16歳で最優秀選手になることもある。大切なのは将来の芽を摘まないことだ。遅咲きの子も経験を重ね、上手くなる楽しさが味わえる。こうした指導方針を、保護者にも丁寧に説明する」と…。

【出場機会を保证する質的平等】

前号で、公式戦に臨むにあたり「質的平等」の考え方を述べさせていただきました。公式戦とはいえ、試合を経験する機会を全員に与えることを目的とし、クラブ員全員を、最低でも3日間のうち2日間は試合に参加させるとともに1試合の中で必ず数分間でもピッチに立たせることをしました。毎回14人前後の参加者で公式戦に臨むので、1試合フル出場する選手から5～7分の出場時間にとどまる選手もいましたが、全員が試合に出場する目的は果たせました。出場時間の多寡に関しては、全員の出場時間数を均等に「量的平等」ではなく、「質的平等」の考え方をご理解いただければと思います。

結果的には、グループ1位のチームには0-1、2位のチームには0-2でしたので、仮にベストメンバーで1試合を戦えば、結果が変わることがあったかもしれません(し、変わらなかったかもしれません)。しかし、この年代で大切なのは、前述の「フェア・プレー」を持ち出すまでもなく、たくさんの経験から得られる様々な刺激により、子どもたちの考え方が変わり、サッカーに取り組む姿勢に変化が見られるようになることなのです。多くの貴重な経験をする権利はクラブ員全員に保障されていなければなりません。勝利のためにその権利を奪うことはできないのです。

クラブとしても、強いチームでなければ選手が集まらないという事情を抱え、しかし、勝つことよりも子どもたちのために今必要なこと(技術)を提供しなければならないというジレンマも感じつつ日々活動をしています。丁寧に保護者の方々に、今、子どもたちにとって必要なことを説明しながら…。

【サッカーを嫌いにならないで！】

更に記事は次のように続きます。日本ではどうでしょうか？昨年末に行われた小学生のサッカー全国大会で、選手登録した749人のうち139人(約20%)が試合に出場することなく大会を終えたということです。48チームが参加していますので、1チーム当たり15人前後の登録者になります。試合は、8人制で行われ、8人までの交代が認められることになっていますので、全員を試合に出場させることはルール上可能なのですが…。とはいえ、

出場チームは各都道府県の代表チームと前年度優勝チームですから勝利至上主義が背景にはあるのは止むを得ないのでしょう。また、6年生にもなれば、試合に出るためにはチーム内の競争に勝ち抜き心身ともに逞しさが求められたり、ベンチから試合を見ることが試合出場の疑似体験になったりすることがあるのかもしれませんが。そういった競争の厳しさを味わうことが次のステップへのモチベーションになってくれるとよいのです。

いずれにしても試合に出られなかった小学生の子どもたちの気持ちを思うととても胸が痛みます。そして、わずか12歳の彼らに、今後何十年と続く人生の中でサッカーとの関わりを絶たないでほしい、サッカーを嫌いにならないでほしいと強く願うばかりです。

【個々の技術を伸ばす】

かながわクラブでは、これまでも何度となくお話しさせていただいていますが、この年代では、個人個人に技術を身につけさせる指導を実践しています。スキヤモンの成長・発達曲線を持ち出すまでもなく、子ども成長段階に応じて、「ボールを止める・蹴る・運ぶ」という基本技術の習得に活動時間の大半を割いています。ゴールデンエイジと呼ばれる脳の神経回路の発達の著しいこの時期は、ボールタッチ、ドリブル、フェイントなど、ボールに数多く触れさせながらの様々な技術の習得に最適な時期だからです。

今回の公式戦においても、13～4

人のメンバーで参加していますので、3～4人は港北小学校に残って、練習をしてもらいました。それは、試合出場がかなわず、ベンチにただ座っているだけで一日が終わるなら、港北小学校に残って練習した方が意味のあることだと考えるからです。

こうしたクラブの方針に関して、最終日に0-1で負けた試合と2-0で勝った試合が象徴的であったと考えます。前者では、個々の技術でそれなりに鍛えられた組織的な戦い方には十分対応できましたが、後者のようにサッカーに未成熟でボールに殺到する戦い方には個々の技術があまり通用しないケースもありました。いずれの場合にも、今後の活動を通じて、もっと個々の技術の精度を上げていかなければならないという課題が明白になった試合でした。

(佐藤 敏明)

幼児・小1

5月の活動にも選手たちは元気に参加し、新しい体験生も参加してくれました。

幼い頃から何かに夢中になる経験は、子どもたちの成長において非常に重要と考えております。サッカーはその一環として、集中力の向上や達成感の体験、そして何より楽しむ心を育むことができます。ボールを追いかけたり、ゴールを目指すことで自然と集中力が養われ、ゴールを決めたりうまくパスが繋がったりすることで大きな達成感を感じることができます。この成功体験は、選手の自己肯定感を高め、次への挑戦意欲を引き出します。そして、何よりも大切なのはサッカ

一を楽しむことです。楽しむことで、自然と継続して取り組む意欲が湧き、長期的な成長につながると考えております。

一方で、幼児や小学1年生の選手たちにとって、集中力を持続させることは難しいことが多いです。これは自然なことであり、我々関わる大人としては長い目で温かく見守ることが大切です。練習や試合では短時間で集中できる活動を織り交ぜ、適度に休憩を挟むことで、選手たちが疲れずに楽しくサッカーに取り組むことができることを心がけております。また、ゲームや遊びを交えながら練習することで、飽きずに続けることも意識して取り組んでおります。

引き続きクラブの活動を通じて、楽しみながら成長していつてもらいたいと思います。

(豊田 泰弘)

Papas

【Over50】

KSSL(県リーグ)は週末の天候が悪く、この1か月で1試合のみの実施でした。終始押し気味の試合でしたが残念ながら敗戦し、通算1勝3敗1分けて暫定6位(全9チーム)です。どの試合も攻守共に引けを取っていないため、タイに持っていきけるように、先ずは次の勝利を目指しましょう。

横浜市リーグの方は5チームでのリーグ戦、順位決定戦、交歓試合で年間8~10試合を、近場の人工芝グラウンドで行える恵まれたリーグです。17名集まった初戦は残念ながら0-2で敗戦となりました。

KSSLでは熱中症対策として、引水

かクーリングブレイクを試合前に決められることになりました。運営だけでは万全の体制は整えられないため、自身の体調を十分に整え、夏場の試合に臨んでいきましょう。

(横塚 栄彦)

【Over40】

Over40神奈川リーグは1分1敗で迎えた第3節、終始自分たちのペースで試合を進めることができ、2-0で今季初勝利を飾ることができました。

続く第4節も勢いにのり連勝といたいたところでしたが前半に失点。その後は試合を優位に進めながらも、得点を奪うことができず、残念ながら敗戦となりました。

これからの試合は気温も湿度も高くなります。くれぐれも体調管理にケガには気をつけながらサッカーを楽しみましょう。

(角木 弘)

ヨーガ

【インドより師匠が来日！】

この5月にインドより私のヨーガの師匠であるナヴィン先生が来日されました。5月3日に福岡に到着し、そこから各地を巡ってヨーガのレッスンをしながら最後から二番目のレッスンが、5月25日に私が企画運営する横浜鶴見にある曹洞宗大本山總持寺でのレッスンでした。

お陰様で、總持寺でのレッスンは去年の12月末に参加者募集開始からわずか5日間で満席になり、キャンセル待ちの方が多数おられるという大人気イベントとなりました。

そんな大人気のイベントですから来られる方々の期待度も大きいです。

「すごく楽しみです。」「ワクワクです。」などの言葉お頂きとてもうれしい反面プレッシャーも感じていました。

それなのに、数々の日本でのレッスンやリトリート(宿泊での合宿)もこなす多忙なナヴィン先生との打ち合わせは前日のわずかな時間しかありません。しかも、主にLINEでのやりとりとなってしまう。日本語でもこの状態でのやりとりは難しいのに、さらに言葉は英語です。当日までは不安以外の何物でもありませんでした。

でも、イベント当日、2年ぶりにナヴィン先生にお会いしてハグしていただくと、そんな不安は吹き飛んでしました。そうした私の気持ちは先生にも皆様にも伝わったと思います。總持寺の綺麗なお庭の見える大広間でのナヴィン先生とのコラボレッスンは大好評。

レッスン後には先生のスーパーポーズも披露していただき皆様に大満足していただくことのできるイベントとなりました。

ナヴィン先生、通訳さん、参加者の皆様、運営、撮影に協力して下さった皆様、すべての皆様に感謝です。楽しく温かいイベントとすることができましたことを胸に、これからもヨーガの道を進んでいきたいと思っています。

(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