かんばった

R

おレインド

登録」と、「昇格」と

を務める戸田伊吹選手

柏U - 18のキャプテン

イデアで相手ゴールを ラインの間から豊富なア

配球する視野や戦術眼も ボールをシンプルに前へ

立っている。 F

W や

り、柏のアカデミーが多 SBを任される場面もあ

く輩出してきた「左利き MF」の系譜の中でも新

かつひろ) はサイズに恵

できたらと思う。

ここでは彼らの紹介が

相手チームの中盤と最終号 は「10」。 小柄だが、

在 U -

亏は「10」。 小 柄 だ が、仕U - 18チームでの背番

ッチとパス能力は特筆す

力が目を引く。ボールタんと)は底知れぬ潜在能

揖斐俊斗選手(いびしゅ

べきレベルにある上

きた選手のひとりで、現

選手、 共に柏レイソルトップチ MF揖斐俊斗選手、DF 柏U - 18所属のDF戸田 柏レイソルアカデミー・ 勝大選手の第2種登録を 田中隼人選手、GK近野 **寺とDF大嶽拓馬選手と** 発表した。 ているGK佐々木雅士選 6選手は既に登録され ムでの公式戦出場が可 F

W中島舜選手 MF田村蒼生 そうき) はジュニア年代 感覚で「違い」を見せて から鋭いドリブルと得点

に長け、 でいる。最終ラインから

トップチームは育成組織

旦

柏レイソル

MFでありながら現在

(とだいぶき) は本来は

CBでプレー経験を積ん

ドリブルを得意とする

しゅん) はサイド

-からの

中島舜選手(なかじま

巧みなボールタッチで攻 備面でも体を張れる選手 だプレー選択ができ、 撃の入口を作り出す能力 田村蒼生選手(たむら 試合展開を読ん

前での判断に迷いがない あるだけに、 おり、 緩急自在の突破からフィ トップでのプレー経験も ニッシュまで自信を見せて W。育成年代ではワン 相手ゴール

す選手である。 で最もゴールの予感を醸 唯一のMF登録である 現在U‐18チーム

中央、或いは左

SBにも適性を

を取り返すまたとない機

しみでならない。 を見せてくれるの

楽

大瀬 由生子

(写真・文=神宮克典)



近野勝大選手(こんの 攻撃陣とマッチ 何わせる大器。 アップすること トップチームの でさらなる開花 選手が出てくるかもしれ 会となるだろう。 首脳陣たちの目に止まる

種登録されながら昇格が 格を果たした選手も、 見送られながらトップ昇 これまで、2種登録を

2

柏レイソル

3 バックの左と 4 バックの左や で引く2 年生。 ショニングと配 球がひときわ目 ち、冷静なポジ フィジカルにチ と) は左利きの CB。 190t2 種と言えるだろ ピードを併せ持 に迫る圧倒的な (たなかはや ムトップのス 田中隼人選手 プ登録は、 中出場からトップ登録に 撃の第一歩ともなる。途 まれた本格派GK。今夏、 コロナ禍にあって本来積 選手だけあってクオリテ 至ったシンデレラボーイ。 正確なロングキックは攻 ちろん、「柏のGK」ら しい足下の技術を持ち、 緊急出場となった試合で ィーは折り紙付き。トッ は勇敢なセービングでチ 佐々木選手の負傷により ムの反撃を支えた。 レイソルアカデミーの 彼らにとって

めるはずであった経験 る。その変遷の中で切磋があり、アカデミーも新 もいくつかの体制の変化 逅することでどんな成長 らがネルシーニョ監督の 秘蔵っ子たち。そんな彼 はいわば、「柏の育成」 琢磨してきた彼らの世代る。その変遷の中で切磋 戦いでもある。 ップ昇格」を掴むための た選手もいる。これは叶わず、大粒の涙を流し 「Vitória」と邂 「トップ登録」から「ト 人工芝での年月の中に 0)

カボチャの栄養

▶βカロテン(ビタミン Α)、 一つで摂取できます。

●Bカロテンは体の中でビタミン A として 働くだけでなく、抗酸化作用による疲労回復効果や、 免疫力を強化する効果も期待できます。

●ビタミンEが100gあたり 4.9mgも含まれています。成 人が一日に必要とするビタミンEは6~7mgなので、カ ボチャ料理を一皿食卓に加えるだけでも、かなりの量 を補うことができます。

ビタミンEは老化防止や動脈硬化などの生活習慣病 に働くと言われています。また、身体の抹消血管を広 げることで血流を改善してくれるので、冷え症・肩こり・ 肌荒れなどの予防にも効果的。

●ナトリウムと結合して体外に排出してくれるカリウムも 豊富なので、むくみの改善にも効果的。その含有量は 野菜の中でもトップクラス! カリウムは生でも茹でても冷 凍でも、大きな差はなく摂取できます。同じウリ科キュ ウリの約2倍以上、スイカの3倍以上ものカリウムが含ま れています。

※状況により実施日時に変更がある場合がございます。

ららぽーと柏の葉 北館 3F まちの健康研究所「あ・し・た」



マルバ全校合同年生ミニサッカー大会

·ジュ柏×マルバ



3年生の部 試合の様子



3年生の部優勝 黄チーム



J2強化クラス優勝 オレンジチーム

| ジターの参加希望者小学 決勝はトーナメント方式 ームで予選はリーグ戦 3年生1人、3・4年生の J2強化クラス20人の全 強化クラス4チー 三年生3チーム、J2 の試合を繰り広げた。

われた。

FFCモラージュ柏で行

(1)、モラージュ柏屋上の

第2回マルバ全校合同ミ ニサッカー大会が9月27

モラージュ柏×マルバの

の部の試合では黄チーム 試合を開始。予選は6分で行われ、9時10分より 曇り空の下、大人顔負け と言うルール。気温2度 午前に行われた3年生 本、決勝は前後半5分

症対策で禁止されていた ものの、どのチームにも称 した展開に。声援は感染 はPK戦に突入する白熱 ンジと青チームの試合で 4チームでは、オレンジチ 強化クラス(3・4年生) 強化クラス決勝のオレ ムが優勝した。

malvaサッカースクール柏校 生徒募集

大津祐樹×酒井宏樹 サッカースクール(malva サッカースクール柏校) は、3歳~中学生を対

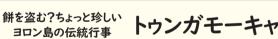


サッカースクール ホームページ

象としたサッカースクールで、レベルに合ったクラス設定。初心者でも楽しく気軽に 始められる。

子どもたち一人ひとりの成長を最優先に考え、個性を最大限に引き出すことを目指す。子どもだ けでなく、指導するコーチも、「子どもたちへの接し方」や「言葉がけ」などを追求しながら子どもと ともに成長し、サッカーの指導においては「1対1」を重要に考え、「相手を観ること」「選択肢を持つ 駆け引きすること」などを、コーチが子どもたちに答えを教えるのではなく、子どもと対話を 緒に考えながらレベルアップを目指している。

指導者は「子どもと真剣に向き合いながら、大切に育ててきた子どもたちの中から、『サッカー日本 代表』や『フットサル日本代表』など、日本を代表する選手達が卒業生から生まれ育ってきているこ とを誇りに思う」と語る。









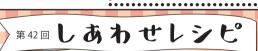


ヨロン島に「トゥンガモーキャ」という伝統行事がある。十五夜の 日に各家庭の軒先に置かれた餅や菓子を子どもが取って歩くとい う、都会では実施が難しそうな行事である。

この日に懸ける子どもたちの熱量は、それはもう凄まじい。沢山お 菓子を取るためにどのカバンで行こう、どの道を歩こうなど、気合の入れ方が尋常 ではない。家々を回っていると、おじいちゃんおばあちゃんが「こっちにあるよ」と満 面の笑みで手招きする。子どもたちの楽しそうな様子に、迎える方も嬉しそうだ。

ハロウィンと似ているが、断じて違う。与論の方言でトゥンガは「餅」、モーキャは 「もうけ」という意味で、本来は十五夜のお供え物(餅)をお月様の代わりに子ども たちがこっそり取るという風習なのだ。「トゥンガヌスドゥ(餅盗み)」とも呼ばれる。お 供え物が無くなると厄が払われると言われ、縁起が良いそうだ。

スタイルは昔と今で変化しているが、残していきたい与論の大切な風習である。 (写真・文 一般社団法人 ヨロン島観光協会 小高)



★カホチヤのクフタン★

カボチャ…1/4 個 (300g) 玉ねぎ…1/4 個 ベーコン…2枚 バター…20g 薄力粉…大2 水…大1 牛乳…300cc 味噌…小2 塩コショウ…少々 チーズ…適宜

作り方 ①カボチャの種を取って2ダ幅に切り、耐熱ボウ ルに入れ、水を大1入れラップをし電子レンジ600wで3分加熱してから皮 を剥く。※皮はとっておく。

②玉ねぎは薄切り、ベーコンは1引幅に切りフライパンにバターを熱し玉ね ぎを炒め、色づいたらベーコンを加えて炒める。次に薄力粉を入れ炒める。 ③ ②に少しずつ牛乳を入れて混ぜるを繰り返す。牛乳を混ぜ終わったら カボチャを加え、少し形が崩れるまで煮込む。

⑤ ④を耐熱容器に入れ、チーズをのせ、オーブントースターでチーズが 溶けるまで焼く。

⑥カボチャの皮をカットしてジャックオーランタンの顔にして飾る。

書籍「食べる米ぬか健康法」 著:大瀬中牛子



大瀬先生の食のミニ講座開催。 詳細はホームページで♪

