2025西日本遠征　選手サッカーノート

座間FC　3年　大竹快翔

7/19.午前 移動、

午後 試合vsアンフィニ、久御山高校30✖5

良かった点、インターセプトでボールを奪えた。ヘディングを積極的に競りに行っていた。

課題、インターセプトをした後のパスの質。

7/20.移動日

夜、コーチと面談　良かった点、センターバックが安定してできていた。ちくしょうを持ってプレーしていた。ヘディングがほぼ競り勝っている。

課題、左足のクリア。自分の頭を超えるボールの処理。

7/21.午前　試合vs日南学園30✖5

良かった点、ディフェンスラインが安定していた。ヘディングを競りに行っていた。

課題、5mのパスがズレることがあった。

午後　移動

7/22.午前　試合vsFクオーレ30✖3

良かった点、ボランチの時にスムーズに展開できる時があった。

課題、シュートを決め切る。もっとボールを受けに行く

午後　鹿児島県知覧特攻平和会館を見学。実際に残した手紙や、言葉を見てたくさんの人が特攻をして亡くなってしまったことを知って、当時の戦争のつらさがわかった。

7/23.午前　試合vs秀岳館高校30✖4

良かった点、ボランチの時にボールをたくさん受けに行ったこと。

課題、守備の時に相手のドリブルがうまくて足を出してかわされることがあった。

午後　長崎原爆資料館見学。被爆した物や人の画像をみて、本当にこんなことになるのかと疑うくらい悲惨なことがわかり、原子爆弾というものがどれだけのものなのかがわかった。

7/24.午前　試合vs長崎日大35✖4

良かった点、ボランチの時の守備で相手からボールを取りきってそのまま攻めに行ける場面があった。

課題、シュートをもっとロングでもいいからうっていく。

午後　太宰府天満宮拝観。

7/25.観光日

厳島神社拝観、広島平和公園、広島平和記念資料館見学。

厳島神社は写真で見るより迫力があって行って良かったと思った。広島平和記念資料館は、色々な展示品を見て、原子爆弾の怖さを知り、今の街まで復興するのにどれだけ努力したのかと考えると、本当にすごいなと思った。そして今の平和に感謝しないと思った。

7/26.練習試合vs高校生&中学生

良かった点、最後の2本は、自分たちのサッカーもできていて、自分は、奪ったボールを素早くはたいて繋げていた。

課題、1試合目のプレーが全体で酷かった。これはアップ不足が原因だと思った。これはチーム全体で改善しないといけないなと思った。

7/27.練習試合vs中学生

良かった点、全体に声をかけ続けることができていた。

課題、5m.10mのパスがチーム全体でずれていた。

◎この遠征を通してコーチに言われたこと、

・気くばり、目くばり、恥をかけ→これは普段の私生活から意識する。・手を広げろ→ボールキープの時やシュートを打つとき。・中盤で相手をつぶせ→とにかくきつく、足ごと刈るイメージ・逃げない→スライディング、ちゃんと競るなど、1人でも逃げたら終わり。・5m.10mのパスの質→これがずれている間はうまくいかない。・ファーストコントロールの質→これはセカンドコントロールも大事で特に中盤は六枚もいるのですぐに捌く。・点差は気にするな→点差は気にせず自分たちたちのプレをする。決められても落ち込まない、一喜一憂しない。・サッカーを楽しめ→サッカーは楽しまないと面白くないからやることをやって全力で楽しむ。このような遠征でコーチに言われたことは、自分も本当にその通りだと思った。そのためこれからの試合はこれを意識して試合をしていきたいと思った。

◎全体を通しての振り返り

良かった点　・ヘディングを積極的に競りにいっていた＋競り勝つことが多かった。・積極的にボールを受けるようになった。・中盤でボールを奪い切れる場面が増えた。・遠征前よりも声を出し続けることができるようになった。

改善点　・奪い取った後のボールをしっかり繋ぐ。・左足のキックの質。・ファーストコントロール、セカンドコントロールの質。・ロングシュートをもっとうつ。

これからに向けて

・普段のキックの練習などで左足をもっと使う、コントロールの足を引く意識をもっと強く持つ。・まずはゴールを目指す意識を増やす。・無駄なドリブルをせずすぐに叩くことを意識する

座間FC　3年の曽根心響です。

7/19 サッカー1日目　久御山高校

コーチに言3われたこと

もっとボールを受ける。仲間とコミュニケーションをもっととって連携すること。

プレーでできた事　コーナーフラッグにめがけて裏のパスを出すことができた。シュートを打つ意識を持てて点を取ることができたこと。改善点相手が後ろ向いているときにもっとプレスに行ってボールを刈り取ること。

7/20 2日目移動

7/21 サッカー3日目　日南高校

コーチに言われたこと　手を広げてドリブルする。

プレーでできた事　一発目からシュートを打って点を決められたこと。相手が後ろ向いているときにボールを刈り取りに行けたこと。

改善点　周りを見てパスを出すことに焦りすぎてパスがズレていた。

7/22 サッカー4日目　Fクオーレ

コーチに言われたこと　相手をフリーにしないこと

プレーでできた事　ロングシュートを打つことができた。的確なフリーキックがけれた。

改善点　守備のカバーをすること。相手に最後までついていく。ヘディングでクリアをする。

知覧特攻平和会館

思ったことは俺と同じくらいの年の子たちが家族や国を守るために命を捧げるという勇気がすごいと思いました。その人たちの平和への思いを大事にしてこれからも生きていこうと思いました。

7/23 サッカー5日目　秀岳館高校

コーチに言われたこと　潰しに行く　ボールを刈りに行く

プレーでできた事　フリーキックで点とアシストができた。ボールを積極的に受けに行くことができた。

改善点　ボールを完全に刈り取ること。

○○の話

相手をばかにするような発言行動を無くして人種差別を無くしていこうと思いました。

長崎平和公園

その当時の人達の悲惨さや苦しみを知ることができて命の大切さを学べた。

7/24 サッカー6日目　長崎日大

コーチに言われたこと　自分のマークを離さない潰しに行く。ボールを積極的に受ける。一人で二人見る。

プレーでできた事　積極的にボールを受けて周りにボールを回すことができた。

改善点　ボールを刈り取ること。マークについていくこと。

7/25 7日目　見学日

広島原爆ドーム　資料館

当時の人達の痛みや想いが自分に置き換えて考えさせられるような場所だった。

7/26 サッカー8日目　九嶺　フルタ　宮島工業高校

コーチに言われたこと　アップの準備が遅い　体が寝ている

プレー面　悪かったこと　みんな気持ちが入ってない。コミュニケーションを取りながらプレーすることができなくて一人一人のプレーがかみ合わなかった。

良かったこと　フルタとやったときにみんなで気持ちを入れ替えて点を取られてもあきらめないでみんな全力で声を出し合って連係しながらプレーをすることができたから逆転勝ちすることができたこと。

7/27 サッカー9日目　九嶺　KSC ピジョン

コーチに言われたこと　最後の試合全力を出してチームで頑張る。スライディングでチームを守る。転んでもクロスを上げきる。

プレー面　良かったこと　みんなで指示の声を出し合って連携してチームの士気を上げながらプレーすることができたこと。

悪かったこと　1本目から気持ちを入れてプレーすることができなくなって緩い試合になってしまったこと。

遠征を通して　今回の遠征で藤沢FCの仲間や新しいフォーメーションをやってきて最初は噛み合わないことも多かったけどみんなでオフの時間の時もコミュニケーションをとってみんなで連携、連動して遠征をすることができて、一つのチームになって試合、生活することができたのでこれからもみんなで協力していこうと思える遠征になりました。

ビエント3年　森本剛稀です

日付：7月19日（土）

場所：城南の丘グラウンド　相手：京都府立久御山高校　午前移動、午後試合

次の目標

•キックをしっかり蹴る（フォームとミートを意識する）•ミスしてもやり続ける•パスを何回ももらいに行く（失敗してもチャレンジ！）•センタリングをたくさん上げる（タイミングと精度を意識）

日付：7月21日（月）

場所：日南学園グラウンド相手：日南学園　午前試合

目標 　•キックをしっかり蹴る（フォームとミートを意識する）•ミスしてもやり続ける•パスを何回ももらいに行く（失敗してもチャレンジ！）•センタリングをたくさん上げる（タイミングと精度を意識）

できたこと：

•ミスしてもすぐに切り替えてプレーを続けられた•パスを何度ももらいに行って、自分から声を出せた

できなかったこと、

反省：キックが浮いてしまうことが多かった（体が後ろに残っていた）

•センタリングのタイミングが遅れてチャンスを逃した場面があった

次の目標：

•キックのときは足の甲でしっかりミート、体重を前に•パスが来なくても何回でも動いてアピール！

日付：7月22日（火）

場所：コトブキサッカーフィールド　相手：Fクオーレ　午前試合

目標：　•キックのときは足の甲でしっかりミート、

体重を前に•パスが来なくても何回でも動いてアピール！

よかったこと（できたこと）　•パスを受ける前に何回も動いて、フリーになる場面があった•1回、体重を前にかけて強いミートでシュートができた

できなかったこと　•キックがまだ浮いてしまうことがあった•アピールの声が小さくて気づかれなかった場面があった

次の目標：　•足の甲で強く正確なキックをもっと安定させる•声を大きく出して、もっと目立つアピールをする！

日付：7月23日（水）

場所：秀岳館高校グランド　相手：秀岳館高校　午前試合

目標：　•足の甲で強く正確なキックをもっと安定させる•声を大きく出して、もっと目立つアピールをする！

よかったこと

・ゴールキックでボールを受けて落として裏抜けができた

できなかったこと、反省：　・シュートのとき腕を大きく広げてなかった・ペナルティエリアまでドリブルをしてなかった

次の目標：　・腕を大きく広げる！・ペナルティエリアまでドリブルする！

日付：7月24日（木）

場所：長崎日大高校グランド　相手：長崎日大高校

目標：　・腕を大きく広げる！・ペナルティエリアまでドリブルをする！

よかったこと　・腕を少し大きく広げられた

できなかったこと　・もっと大きく腕を広げる・キーパーと1対1のシュートを外さない

次の目標　•ゴールキックの続き、絶対競る！•腕を大きく広げる！•キーパーと1対1のシュートを外さない

日付：7月26日（土）

場所：観音新町運動場会場　相手：高校生、中学生　午前試合

目標　•ゴールキックの続き、絶対競る！•腕を大きく広げる！•キーパーと1対1のシュートを外さない

よかったこと　•ゴールキックのとき、しっかりジャンプして体を当てて競り勝つ場面が何回もあった！

できなかったこと　•腕は広げていたけど、体のバランスが悪くて相手にすり抜けられそうになった。しっかり足も使ってステップすることが大事。

次の目標　•腕を大きく広げるドリブルの時2タッチ目が大きいからタッチを小さくする

日付：7月27日（日）

場所：焼山公園　相手：中学生　午前試合　午後バーベキュー

目標　•腕を大きく広げる、ドリブルの時2タッチ目が大きいからタッチを小さくする

できたこと　•前よりもドリブルのときにボールが足元におさまった場面があった

できなかったこと反省　•ドリブルの2タッチ目がまだ大きくなってしまうことがあった•ドリブル中に前を見れていないときがあった

社会見学で学んだこと

知覧特攻平和会館：

を見学して、戦争の重さや命の大切さを強く感じました。特攻隊として飛び立った若者たちの手紙や遺書には、家族への感謝や平和への願いが書かれていて、とても心に残りました。今、自分が平和な時代に生きていられるのは、そうした多くの犠牲の上にあるということを知りました。戦争を二度と繰り返さないように、私たち一人ひとりが平和の大切さを考えていくことが必要だと思いました。

長崎原爆資料館：

長崎原爆資料館を見学し、原爆の恐ろしさと平和の大切さを実感しました。被爆者の遺品や写真が心に残り、戦争の悲惨さを深く考えさせられました。

広島平和公園：

広島平和公園を訪れて、戦争の悲惨さと平和の大切さを改めて感じました。原爆ドームや資料館では、たくさんの命が奪われたことや、今を生きる私たちが過去を忘れず、未来に平和をつないでいく責任があることを学びました。命の尊さを心に刻み、これからも平和について考えていきたいです。

広島の平和記念資料館：

広島の平和記念資料館を見学して、戦争の恐ろしさと平和の大切さを深く感じました。展示されていた被爆者の写真や遺品、当時の町の様子を見て、原爆がどれほど多くの命をうばい、人々の生活をこわしたかがよく分かりました。特に印象に残ったのは、原爆で亡くなった子どもたちの話です。自分と同じくらいの年の子が、突然命をうばわれたことがとても心に残りました。戦争は二度と起こしてはいけないと強く思いました。これからも、平和を大切にしていきたいです。

◎コーチから言われたこと

腕を大きく広げる！目配り気配り！気を抜くな！○○の話！（みんなを守る）1人で2人みる！ヘディングを競るフリをしない！ちゃんと競る！恥をかく！中盤で相手をつぶせ！けずれ！5m.10mのパスをこだわれ！ファーストコントロール、セカンドコントロールまでこだわれ！FWはキープをして丁寧に落とす縦に行ける時はディフェンスを引き連れてもいけ！シュートを打つ時も手を広げろ！点差は気にせず自分のプレーをやれ！

サッカーを楽しめた！

3年 南 春輝

7月19日

AM移動　PM試合VSアンフィニ、久御山高校30✖5

・良かったこと　1本目から相手をみんなで潰しに行けた。

・課題点　チーム全体で声が少なかった。点を決められたら下を向いてしまった

・コーチに言われたこと　点差に一喜一憂するな。足ごと刈れ

7月20日

AM移動

夜 おきむねコーチと面談

・コーチに言われたこと、良かったこと キックが成長した。改善 相手にもっと強く

7月21日

AM 試合VS日南学園

・良かった事　相手が蹴ろうとした時にバックする

・課題点　インターセプトしたボールをそのまま前にクリアした事→トラップして繋ぐ

・コーチに言われたこと　インターセプトしたボールはトラップしろ、オフサイド取ろうとするな

7月22日

AM 試合vsFクオーレ30✖3

・良かった事　ラインコントロール出来た、転びながらクロスを上げた

・課題点　相手が蹴る時のフォームをしっかり見てなくて裏に蹴られた

・コーチに言われたこと　中盤の6枚で相手を潰せ、スリーバックで真ん中を開けるな

PM 知覧特攻平和会館

知覧では、自分と同じくらいの年の若い人たちが、家族や国のために特攻で命をかけていたことを知ってすごく驚きました。手紙の中には「お母さんありがとう」と書かれていたりして、とても悲しくなりました。講和では、5人の特攻隊員と1匹の犬の話をしていて、特攻する二時間前に犬と笑顔で戯れていてすごいなと思い自分だったらそんなことできないと思うし、今の平和な時代に生きていることにもっと感謝しなきゃいけないと思いました。

7月23日

AM 試合vs秀岳館高校30✖4

・良かった事　取ったボールを丁寧に繋げられた。一人で二人見られた

・課題点　数的優位の状態でもボールを取り切れなかった。

・コーチに言われたこと　ボールと足をそのまま刈り取れ、人種差別などの発言は絶対するな。

長崎原爆資料館

長崎の原爆はたった1つで僕の想像していた何倍もの多くの命を奪ったと知り本当に恐ろしいものが戦争で使われていたのだと思いました。また、遺品や被爆者の体にできた怪我などを見ると、やはり戦争はもう2度とやってはならないことだと思いました。

7月24日

AM 試合vs長崎日大35✖4

・良かった事　1人で2人を見てボールを取る、相手が蹴ろうとしたらバックして裏を取られないようにした。

・課題点　自分のゾーンが突破された時に体力がなくて全力で走って帰れなかった。

・コーチに言われたこと　5m、10mのパスをずらすな！

PM 太宰府天満宮観光

7月25日 観光日

厳島神社拝観、広島平和公園、広島平和記念資料館見学。

広島の資料館では、原爆のこわさがよく分かりました。町が全部こわれて、人がやけどだらけになって歩いていたことなどを見て、こんなことが本当にあったのかと思いました。戦争や原爆で苦しんだ人がたくさんいたことを知って、二度と同じことが起きないように、平和の大切さをちゃんと考えたいと思いました。

7月26日

一日中試合VS宮島工業高、九嶺、FURUTA

・良かった事　3.4.5本目は全員で声を出して自分たちのサッカーを出来た

・課題点　1.2本目はアップ不足で動けなくて、ミスを1回したら焦って何回もパスミスやトラップミスをしてしまった。

・コーチに言われたこと　ファーストタッチとセカンドタッチを集中しろ、パスを絶対ずらすな、楽しめ

7月27日

一日中試合VSピジョン、KSC、九嶺

・良かった事　2.3.4.5本目は全員が点差に一喜一憂せず団結して声を出しあっていた。

・課題点　1本目は最終日だからと気が緩んで今までやってきたことが出来ていなかった。

・コーチに言われたこと　とにかく楽しんでサッカーをしろ

今回の遠征でこれから自分に特に活かしていきたいと思ったことは、楽しんでサッカーをすることです。サッカーは好きでやっているし、戦争の時とかしたくても出来なかったと思うからです。楽しんでサッカーをやれば気持ちが楽になるし声も自然に出てみんなが前向きになれると思います。

3年　羽根蓮人

（サッカー）

7/19（土）PM　アンフィニ　　京都府立久御山高校

フォーメーション　3ー6ー1

プレスのコース限定がよかった。そのためボールをチームで奪えることが多かった。

（良かったこと）積極的にゴールにしかけて怖さを出すことができた。結果ゴール前でファールをもらえた。またボール保持者へのよせ方がよかった。視界から消えて寄せたり、トラップの瞬間によせた。

（課題、反省）パスの精度が悪かった→強弱や相手に当てる、ボールを動かす幅がせまい。相手との距離感が近い。

7/20（日）　移動日

7/21（月）　日南学園

フォーメーション　3ー6ー1

近くでボールをまわして引きつけたら縦にパスをだすっていう形がうまくできていた。

（良かったこと）いつも通りゴールに向かってしかけられて突破できた。たまにボールがとれた→そのときはチーム全員のマークとコースの限定がよかったと思う。

（課題、反省）パスコースの限定が悪い→角度、出してと受けてのコース（線）が見えてないと思う。ファーストポジションが悪い。その結果間にパスが通されたり。もっと自分の背後も確認しながら寄せる。パスを受ける前に周りが見えてないことがある→もっと瞬間瞬間周りを確認する。

7/22（火）　Fクオーレ

フォーメーション　3ー6ー1

チームのパステンポがよかった。そしてゴール前まで運べた。

（よかったこと）シュートが打てるポジションに移りシュートを打つことができた。もっと1試合をとうしてシュートを打つシーンを増やす。

（課題、反省）ラストパスの精度が悪い→強弱、相手に当たる。もっとはっきり蹴る。当たりそうならキャンセルする。シュートが弱い。ディフェンスがゆるい。動きながらのファーストタッチでスピードが減速している。

7/23（水）　秀岳館

フォーメーション　3ー6ー1

みんなの守備の強度が高かった。また活動量がみんなおおかった。

（よかったところ）相手の強さにビビらずにドリブルを自信もってできた→突破できたり、運べるときは運んだりできた。守備の寄せ方がいい時があった。

（課題、反省）ディフェンスがゆるい時がある→一発でいきすぎ。シュート精度が悪い。

7/24（木）　長崎日大

フォーメーション　5ー4ー1

最終ラインがむだに多くて中盤の守備がしにくかった。なのでディフェンスラインから中盤に1人出すほうがよかった。

（よかったこと）ドリブルが通じたこと。途中ぐらいからコーチングがよかった。サイドへの誘導やマークの指示など。もっとやる。

（課題、反省）ファーストポジション。相手を2枚以上見る。ボールを取り切る回数が少ないこと。ボールをとるためのコーチングを増やす。

7/25（金）　観光日

7/25（土）

フォーメーション　3ー6ー1

スイッチの入りが悪い。活動量が少ない。対人パスが多い。パス回しのテンポをはやめる、縦パス相手の背後にだすパスを増やす。

7/27（日）

フォーメーション　3ー6ー1

　　　　　　　　　4ー4ー2

1本目がゆるい、2本目から指示や盛り上げる声が多く雰囲気がよかった。中盤でゴチャゴチャすることが多かった。

コーナーのボールを流すことがチームで多い。

（コーチにいわれたこと）めくばり、きくばり。手をひろげる。削れ。2枚見すること。コーチングを増やす。もっといい意味で言いあう。準備（アップなど）数メートルのパスを正確に、楽しくやる　強度！ファーストコントロール、セカンドコントロールが大切

（社会見学）

知覧や長崎原爆資料館、広島原爆ドームで戦争や核兵器の恐ろしさを知り、平和の大切さについて深く考えさせられました。焼きこげた衣服や溶けたガラス、被爆後の人の状態などを知り胸が痛くなりました。この戦争で亡くなった人たちは生きたくても行きれなかったなか自分は五体満足で生きられているので、昔の人たちの思いを引き継ぎ、1日1日を大切に生きていきたいです。また太宰府天満宮や厳島神社に訪れそのまちの文化、風景についてよく感じることができてよかったです。

3年　井上真聡　イトゥアーノFC

7/19　pm vs京都府立久御山高校サッカー部 vsアンフィニ

・守備からの攻撃参加が遅れている

・意識的に左足を使ってセンタリング、シュートをすることができた

・相手ディフェンダーへのプレスが遅れてしまっていた

7/20　移動日

・何回失敗してもチャレンジする・縦に向かう選手は相手からしたら一番怖い

7/21　am vs日南学園

・縦に行く意識が弱い・腕を広げて相手をブロックする・一試合目半分から強引にでも縦を突破する意識を持てた

・守備の時の距離が遠く簡単にパスを出されてしまっている・守備の時のポジションが悪く裏を取られてしまう事が多かった

7/22　am vsFクオーレ　pm 鹿児島県知覧特攻平和館見学

・上下運動が少ない・パスを何本か上手くつないでゴールに迫れた・人数をかけた守備の時に取り切れていない・戦争の怖さもあるけど悲しさをより感じた。実際は死にたくないと思っている人が抱いただろうけどそれを押しのけて特攻する兵士を知って今ある平和をありがたく思いたいと思った

7/23am vs秀岳館高校　pm 長崎平和公園、長崎原爆資料館見学

・高校生相手に縦突破を挑めていた・足だけでなく体を当てて守備をする・体を当てて結果ファールをもらい得点に繋がった・仕掛けるタイミングが早く相手にボールを奪われてしまった

7/24am vs長崎日大高校

・一人で二人みて守備をする・セットプレで怖がらずに飛び込む・アウトサイドのトラップよりインサイドのトラップのほうが確実だからインサイドでトラップすることを意識する・縦に突破する意識を高く持てた・相手ディフェンダーへのプレスを強くかける事が出来た

7/25厳島神社観光、広島平和公園、広島平和記念資料館見学

・被爆者の当時の思いや行動、写真を見て「自分がもし被爆者だったら」「被爆者の家族だったら」と考えさせられる場所でそれらを思うとやっぱり戦争はしてはならないと改めて強く思った

7/26am vs宮島工業高pm vs九嶺 vsFURUTA

・アウトを使わない・滑ってでもクロスをあげる・試合の入りが悪い・後ろまで戻ってスライディングして攻撃を防げた・左でのシュートを1本打てた

7/27pm vsKSC vs九嶺 vsピジョン

・今までが良くても入りが悪くもとに戻ってしまっている・3m,5mのパスをずらさない・競る・サッカーを楽しく

・強引にでも縦に突破することができた・チームを盛り上げる声を出せた・ミスはしたけど積極的に左でトラップしようとした

10日間の振り返り

サッカーでは苦手なことから逃げず挑戦し続けることができた。結果高校生相手に縦突破することができたりして自信に繋がった。自信がついたことでチーム全体に盛り上げる声を出すことにもつながって、この遠征でプレー以外にも成長できた

座間FC3年　小野田純也

遠征１日目７時１９日　AM ティダスポーツパーク6：15集合出発　移動中はしっかり寝て足りない睡眠を補った。

PM 13：00KOvs京都府立久御山高校サッカー部と15：00KOvsアンフィニとやった。自分は最初中学生との試合に全然出られなかった。後半に少し出たが心と体の準備不足でミスが多かった。病気明けで体力が結構落ちていた。高校生とはたくさんやったが自分的には病気明けの割には頑張ったと思った。でも最後の試合などは体力がなくなってサボっていた部分があった。

遠征2日目　７月20日

PM 沖宗コーチにアドバイスをもらった。

俺に求めていることはダイナミックさと、ミスを恐れないことだった。意識したミスは怒らないと言われた。だが意識してないミスやファーストコントロールミスは叱ると言われた。叱られても次のプレーで取り返せばいいと前向きなことも言われた。

遠征3日目　７月２１日　AM 9：00KOvs日南学園　土

１日目あまり出来なかった分日南学園でまあまあできたと思った。スライディングや体を張るなどをやった。沖宗コーチに言われたダイナミックさを意識してプレーをした。上手く行った部分があったのでこれからもそれを忘れずにやろうと思う。反省点は5メートルや10メートルのパスがたくさんズレていたので繊細にやろうと思った。途中から入ってきた4人とあまりコミュニケーションを取れなかったので次そういう機会があったらコミュニケーションを積極的に取ろうと思った。

　私生活では風呂にテーピングを忘れて粗相をしてしまい、チームに迷惑をかけてしまった。次からはもう一度忘れ物がないか確認するなどの対策を行う。

　AM 11：30鹿児島県知覧特攻平和会　まず思ったのは、戦争って本当にむごいってこと。若い人たちが、自分の命をかけて特攻するなんとも言えない気持ちになったし、自分には出来ないなと思った。今の日本は平和でどれだけありがたいことなのか、あらためてわかった。また家族との時間も大切にしようと思った。

遠征4日目　７月２２日　AM10：00KOvsFクオーレ　人工芝

　この日はポジショニングが全くダメだった。視野がとにかく狭かった。またボールを取りきれなかった。入れ替わってしまった部分もあった。だが沖宗コーチから試合後にアドバイスをもらったので次からはそれを意識して試合に取り組もうと思う。

　私生活では対策を考えていたのに朝食中にトイレに行ってドアを閉め忘れ2日連続同じミスをしてしまいまたチームに迷惑をかけてしまった。これからは絶対にないようにして、粗相をカバーするような行動をとる。

遠征5日目　７月２３日　AM9：30KOvs秀岳館高校　人工芝

　相手はとにかく足元がうまかった。

結果は負けてしまったが先制点や声を出していて、チームの雰囲気がとても良かった気がした。初めて全部の試合をした。やりきったときは達成感があった。

良かったのはスライディングや声をしっかり出せたこと。また切り替えて試合で闘えたこと。だが相手の48番にたくさんやられてしまった。足を出してしまった時が多々あった。次からは我慢をする。

　PM15：00長崎平和公園、長崎原爆資料館。長崎平和公園と原爆資料館を見て、戦争のこわさをあらためて知った。今の平和が当たり前じゃないことを感じたし、これからも戦争をくり返さないようにしたいと思った。

遠征6日目　7月24日　AM9：00KOvs長崎日大高校　土

　長崎日大はたくさんボールを蹴ってきた。自分は浮いているボールが苦手なので練習にとてもなった。段々慣れて処理ができてきてとても楽しかった。出来たのは自分からボールを積極的に受けられたこと。沖宗コーチにずっと言われていたバックで受けることはできたが一回ファーストタッチのミスをしてしまいアウトサイドで出してしまった場面があった。なのでファーストタッチの大切さを知れたいい試合だった。また相手の右サイドバックのキックやフェイントを見習おうと思った。この試合で自分のレベルが1つ上がった気がした。

　PM太宰府天満宮。学問の神様として有名なで、自分もお参りして受験のお願いをした。神社は立派だった。参道では梅ヶ枝餅がうっていてとても食べたかった。お参りをして、もっと勉強をがんばろうと思った。

遠征7日目　7月25日　AM 8：30世界遺産厳島神社拝観

　広島県の厳島神社に初めて行った。海の中に立つ大きな鳥居を見て、写真よりもずっと迫力があった。海で近くには行けなかったが、遠くから見てもとてもきれいだった。

　PM広島原爆に移動。

初めての原爆はとても衝撃を受けた。長崎の原爆もみたが想像の3倍は絶望だった。即死ならまだ痛みも感じずに亡くなるけど後遺症などで亡くなった人は苦しみながら亡くなったと考えるだけで辛かった。今の広島を見たら物凄く都会だったから昔の人が復興を頑張ったと思った。

遠征8日目　7月26日　広島の人工芝

　この日は全然ダメだった。何もできなかった。アップがダメだったし、心と体の準備が全くできていなかった。ヘディングも変なところに当ててしまった。次からはしっかりアップをするようにする。

遠征9日目　7月27日　焼山公園会場　呉市

AM　この日は最後の試合の日だった。アップは少し足りなかった。その前の心の準備はある程度できていた。一本目はパスが結構ズレていたし、中盤のドリブルも多かった。でも2本目からはパスも少しずつ修正されていって声も出していた。みんなしっかり体を張る場面が多かった。でも仲間がやられたのに沖宗コーチの言っていることが出来なかった。「相手を刈る」。良かったのは最後までみんなで全力で闘えたところ。また余裕を持ってバックラインでボールを持てたこと。

PM　みんなでBBQをした。遠征のいい思い出など沢山語りながらいい時間を過ごした。でもこれがこのメンバーで食べる最後のご飯と考えると少し悲しい気持ちもあった。最後にミーティングをした。沖宗コーチは僕達のことを思って少しきつい言葉も使っていて沖宗コーチの優しさを改めて知った。また昔の話をたくさんしてくれたり走り方を教えてもらった。日本代表の凄さを改めて知った。いい経験だった。

まとめ

自分はこの遠征でプレーでも人としても成長した。バックラインで自信を持ってプレーをできるようになってきたし、スライディングなどをやってサッカー面も成長した。また人としてはチームを一つにすることや目配り気配りも少し出来た。また人の前で発言をする大切さも分かった。何事も恥をかくことが大切だと改めて分かった。これからも恥をかくという事は忘れずにやっていくし、他の人にもその大切さを伝えようと思った。

　残りの中学3年生での座間FCの活動を最大限に楽しみながら過ごそうと思ったし、この貴重な体験をこれからの人生に活かして生きていこうと思う。

座間FC２年　田沼宗敏

7月19日土曜日　午前移動　午後練習試合

アンフィニ、京都府立久御山高校

個人

良かったこと・コーナーを減らすために諦めずボールを飛びついた・積極的に声を出した

課題・反省・OKと言ってボールをこぼしてしまった・コーチで前に出られなかった・パントキックの精度

コーチからのアドバイス・OKと言ったら必ずやりきる

チーム3-6-1

良かったこと・3バックのスライドが上手くできた

課題・反省

7月20日日曜日　1日移動

コーチに言われたこと・恥をもっとかく（声、失敗）・失敗を恐れすぎている・前にでて失敗しても良い

7月21日月曜日　午前練習試合　日南学園

個人

良かったこと・スライドの声掛けをし続けた

課題、反省・バウンドしたボールの処理・1対1で中途半端に前に出たことコーチからのアドバイス・前でたならしっかりクリア・1対1で出て中途半端に止まらないで最後までつめる

チーム3-6-1

良かったこと・諦めずスライディングでブロックすることがあった・両サイドの選手が守備をサボらなかった

課題・反省・右CBにボールを持たせすぎ

コーチからのアドバイス・相手ごと刈り取れ

7月22日火曜日

午前練習試合　Fクオーレ

個人

良かったこと・ペナルティエリア内で裏に出されたボールにチャレンジしキャッチした

課題、反省・コーナーでのキーパー前の味方との連携、チャレンジする

チーム3-6-1

良かったこと・パスを回せた

課題・反省・ボールを取り切れない

コーチからのアドバイス・相手の3バックは自信もってボール持ってパスを回している。自分たちはどうか

午後移動

7月23日水曜日　午前練習試合　秀岳館

個人

良かったこと・裏に出たボールへのチャレンジ・少し浮いたクロスに対して飛び出し弾いたあとキャッチしたこと

課題、反省・シュートストップ・ゴロのローリングダウンが上から被さるようになったこと・ゴールキックの精度

コーチからのアドバイス・失点は気にしなくていい

チーム3-6-1

良かったこと・先制点を取れた・コーナーキックでせり勝てた

課題・反省・中盤の枚数が多いがボールを持たれかわされること・バイタルエリアでの守備

コーチからのアドバイス・相手はスクリーンを何回もしている参考にする・選手は絶対に守る・仲間がやられたら他のやつがやり返すそれがチーム

午後移動

7月25日木曜日　午前練習試合　長崎日大

良かったこと・2人で1人の声掛け・ペナルティエリア外に出でスライディングしたこと

課題、反省・強いシュートを1発でキャッチするとこ・高く上がりペナルティエリアの少し前で落ちたボールの処理が味方任せになったこと・1対1でボールまで出ないで中途半端に止まってしまうこと

チーム3-6-1.5-4-1.4-5-1

3-6-1・サイドに蹴られた時に両サイドの選手が後ろまで下がって守備をしていた

5-4-1・バックが多いから裏に蹴られたボールに対応出来た・バックが余ることがありマークの確認ができてなかった

4-5-1・スライド早くをしないと間に合わなかった

良かったこと・スライディングで守るシーンがあった

課題・反省・コーナーキックでフリーで打たれたこと・中盤で蹴らせすぎ

コーチからのアドバイス・もっと削れ・一人で2人みる

午後移動

7月26日金曜日　1日移動・観光

コーチに言われたこと

・ミスじゃなくて良い失敗をしよう・バックラインに嫌われるぐらい声をかける

7月27日土曜日

終日練習試合　宮島工業高校、九嶺、FURUTA

個人

良かったこと・声を出すことを辞めなかったこと

課題・反省・正面のボールをこぼして失点したこと・前に出て触れなかったこと、その後スライディングでクリアしたが相手に出してしまった。

コーチからのアドバイス・ポジティブに考える・失点は気にするな・前に出てダメだったらプレーを切る

チーム3-6-1

良かったこと・最後には立て直して良いゲームができた

課題・反省・1本目の入り方・答えを聞くか聞かないかの100か0しかない

コーチからのアドバイス・楽しくやろう

7月28日日曜日

終日練習試合　KSC、九嶺、ピジョン

個人

良かったこと・勇気をもって前にでた

課題・反省・前に出る時に声を出す・ゴールキックの精度・左足を使わない

コーチからのアドバイス・腹から声出せ・左足を使わないで右足で出す・ダメだったら蹴る

チーム3-6-1.4-4-1-1

4-4-1-1

・中盤が減っているので活動量を上げないといけない

良かったこと・諦めずスライディングでセンタリングしたこと、いつも以上に声が出ていた・戦った

課題・反省・ボールを落とす事が多かった

コーチからのアドバイス・楽しもう・倒れながらでもクロス上げろ

社会勉強

知覧特攻平和会館

未来の平和を願い特攻した隊員の希望を裏切らないように1日1日大切にしようと思う。

長崎、広島平和公園

原子爆弾の恐ろしさを改めて実感した。二度と治らない怪我を負った被爆者や命を失ってしまっているので二度と戦争がおこってはいけないと思った。

座間FC3年　太田　怜生

7月19日　1日目　（午前）アンフィニ　久御山高校

良かったこと　こぼれ球をゴールに押し込むことができた。

課題　落としを正確にする　とられたらとりかえす　（午後移動）

二日目　7月20日　移動日

7月21日　三日目　（午前）日南学園

良かったこと　サイドハーフをやっているときに守備をよくできた　縦運動がよくできた

課題　パスコースを限定しないでバックラインでボールをまわされてしまった。（午後移動）

7月22日　四日目　（午前）Ｆクオーレ

よかったこと　縦運動がよくできて守備も攻撃も両立することができた

課題　クレクレマンになる

（午後）知覧特攻平和館

感じたこと　平気で自殺という選択をしてしまうような心にさせる戦争に恐怖を感じた

7月23日　5日目　（午前）秀岳館

よかったこと　相手チームはみんなドリブルがうまかったが守備をしっかりし抜かれることが少なかった

課題　ボールをもらうことが少なかったからクレクレマンになる

（午後）長崎平和公園　原爆資料館　感じたこと　昔の人達の願いは未来の人たちに幸せに生きていってほしいことだと書かれていたのでその思いを受け継いで幸せに生きていきたいと思った

7月24日　6日目　（午前）長崎日大

よかったこと　縦運動をして守備をしっかりできた

課題　守備を意識しすぎて攻撃参加があまりできなかった

（午後）太宰府天満宮

みんなで受験が無事成功するように祈った

7月25日　7日目

観光日　厳島神社　広島原爆ドーム

感じたこと　あんなに大きい建物が一瞬にして消え去る原爆の強さに恐れを抱いた

7月26日　（午前）8日目　宮崎工業　九嶺　FURUTA

よかったこと　気持ちを落とさずに最後までみんなで協力して今までやったことをできた

課題　アップ不足で最初の試合がまったくうごくことができなかった

（午後）広島を散歩した

7月27日　九日目　（午前）KSC 九嶺　ピジョン

よかったこと　試合中にみんなで盛り上げたりプラスの声掛けができた試合中にいい話し合いができた

課題　恥をかかずに転んでクロスを上げきったりしない場面があった

（午後）宿

7月28日　十日目　1日移動

平和学習について

原爆は自分が思っている以上に怖いものだと写真や映像を見て実感した本当にこんな事が起きていたなんて思えなかった。昔の人達の思いを引き継いで幸せに生きていきたい

フォーメーションごとの違い

3-5-1-1…3バックなので逆サイドにボールがあるときに下がって守備をするのが難しかったサイドの選手の縦のピストン運動が大事になる中盤の選手が多いからパスを回しやすかった

4-4-2…一番オーソドックスなやり方でやりやすかった裏にボールを出されてもカバーがしやすい

遠征を通してコーチからのアドバイス　目配り気配りをする。アンテナ高く　おれさまになる。シュートを枠内に飛ばす。とられたらとりかえす。落としを正確に。なんでもヘディングするんじゃなくてトラップしてからパスする手を広げる

最後に

3チーム合同でやった遠征でしたが最後には一つのチームになって試合をやれていたとおもいました自分たちよりも強い相手でもあきらめずにボールを取り返したりプラスの発言をしたりして試合を盛り上げられたと思いますこのチームでやることはもうないかもしれないけれどこの経験を活かしてサッカーは楽しくやらないと面白くないと沖宗コーチから教わったのでみんなでこれからも楽しく時には苦しくサッカーをしていきたいとおもいました。

FC Fujisawa所属

3年宮﨑悠人

7月19日（土）久我山高校、アンフィニ

フォーメーション3-6-1

・成長内容　合宿で1番最初の試合でまだ話した事ない人ばかりで試合中の声かけなどがはっきりできない所はあったがパスの要求などがしっかりできて良かった

理由　一人一人が試合に集中して、良いゲームにしようとしてたから

・反省点　パスの要求をしてもズレが出たりパススピードが遅くインターセプトされてしまう事が良くあって何回かのチャンスを無くしてしまっているシーンがあった

理由　しっかりボールにミートしていない、しっかりボールを蹴れていないからバスが弱くなってしまい、

ズレているのは試合時の集中力の問題だと思う

・コーチからの言葉　自分が中心になってやって失敗して学べ

7月20日（日）移動日

7月21日（月）日南学園

フォーメーション3-6-1

・成長内容　19日よりチーム全体が声を出して一人一人がボールに関わりに行って勝ちに行こうとしてる試合だった

理由　前よりパスの要求の声が大きいし多い

ウイングハーフが上がってるときしっかり前に仕掛けに行く回数が増えたから

・反省点　チーム全体を通してトラップ場所がちょっと雑になって

パスが遅れてその数秒で選択肢が消えて潰されるシーンが多かった

理由　次のプレーを考えてないからトラップが雑になってミスが起きてしまうそれは指摘をくらっても個人がどれだけ意識するかで変わる所だと思った

・コーチからの言葉　ボールを持っている時、手を広げて相手をブロックする

7月22日（火）AM Fクオーレ

・成長内容　員がボールを要求するようになり、全員が得点に関わろうとしだした

理由　ボールを受けに行く事を怖がらず繋ごうとし始めたから

・反省点　バテてしまう選手が多くなり走り負けやディフェンスに戻らないと行けない場面なのに戻らないシーンがあった

理由　選手一人ひとりの体力不足が原因で、もっと走ることを止めずにできる心も必要

・コーチからの言葉　削ってかってこい

PM 知覧特攻隊平和会館

感想

映画や遺書で行きたくても生きられない辛さが良く分かる場所で今の現状が当たり前じゃないと感じながら生きていこうと思った

7月23日(水)　AM秀岳館高校

フォーメーション3-5-1-1

・成長内容　ボランチを中心にボールを受け、ゴールにだんだん近づいていくようなバスを全員が続けるようになった

理由　ボランチにボールを渡すことで、サイドに展開や、うまく崩すことができるから

・反省点　全員手を広げて、プレイをしていないからブロックできずにとられてしまう

理由　一人ひとりの意識が薄れてきて、やるべきことをやれていないから

・コーチからの言葉　もっと両手を使って相手を抑えろ、スクリーンに注意しながら自分も使う

PM 長崎原爆資料館

長崎に落ちた核兵器がどれだけ強くて広範囲に行き渡ったかがよく分かって被爆者の人たちは普通の日常を知らなく生活してきて自分はこの普通の生活が出来なかった人たちがいる事を思いながら生活して行かないと行けないと思った

AM 7月24日(木）長崎日大高校

フォーメーション5-4-1 3-5-1-1

・成長内容　ランチにかかわらず、サイドバックの選手がボールを受けに来た

理由　ボランチだけが、ずっとボールを持っていると、限度があるため、サイドバックの選手もボールを受けに来た

・反省点　チーム全体でダイレクトパスがずれている

理由　パスコースをしっかり見ていないのと、集中力が足りていないから

・コーチからの言葉　一人で二人見ろ

PM 観光　太宰府天満宮

7月25日（金）観光、宮島、広島平和記念資料館見学

感想　広島に核兵器が落ちてどれだけの人が命を落としたり、れだけの威力があるかが分かった

7月26日(土）FURUTA 九嶺　宮島工業高

フォーメーション3-5-1-1

・成長内容　選手全員が他の選手に要求するようになり、試合中にしゃべる回数が増えた

理由　選手一人一人が自立しようとしているから

・反省点　試合目の入りが悪く、ひどい試合内容になってしまった

理由　気持ちの切り替えが悪く、サッカーをやるときのスイッチを自分で切り替えれらないから

・コーチからの言葉　1人の選手がやられたら、他の選手がやりに行く。それがチーム

7月27日（日）九嶺　KSC ビジョン

フォーメーション3-5-1-1 4-4-1-1

・成長内容　めったにならないポジションをみんながやったりしたけど、しっかり戦うことができた

理由　いつも通りにボールを持つことを怖がらず、選手一人ひとりが勝ちに行ったから

・反省点　昨日と同じように1試合目の入りがすごく悪かった

理由　アップをしっかりやれていなかったのと、気持ちの切り替えが悪かった

・コーチからの言葉　試合内容はだんだん良くなったけど、ファーストタッチが悪すぎる

7月28日（月）移動日

FC Fujisawa所属　3年菅野生杜

7月19日　am移動 PM試合VS立久御山高校

課題になったところ　声が出ていない。キックが飛ばなかった。セービングの時体が動いていなかった。

良かったところ　試合数を重ねるごとにコミュニケーションを取れていた

7月20日 AM 移動 PM 移動

コーチからのアドバイス　裏のケアをして欲しい。もっとブレイクアウェイ練習したほうがいい。ゴニョゴニョ喋るのじゃ聞こえないから腹から声を出してはっきりとコーチングを自信を持ってしたほうがいいし間違えてもいいから声は出したほうがいい。

7月21日 AM試合VS日南学園PM 移動　知覧特攻平和資料館

課題なったところ　ゴールキックが全然飛んでいない。1対1の時にびびって相手に飛び込むことができなかった。声は自分が出していると思っていたけどみんなに聞いてみたら聞こえてないみたいだったから、もっと声出す。ブレイクアウトには、1回も行けなかった何回か行こうとした場面もあったが、ワンテンポ遅れて行けなかったり、ビビっていけなかったりした。1回パントキックをアウト回転で外に出してしまった。

よかったところ　クロスが入ってきて、1川地下で飛ぶところでボールは来なかったけど、前やった時には飛べなかったのが飛べるようになっている。

社会科見学

知覧特攻平和会館

7月22日AM試合VS　FクオーレPM移動

課題になったところ　ボールが上に来たときに、飛ぶタイミングが早かったのと逆手でボールに行くことができなかった。声があまり出ていない。

よかったところ　裏のケアができていた。ゴールキックの時にしっかりと飛ばしていた。

7月23日AM試合VS秀岳館PM移動 長崎原爆資料館

課題になったところ　ブレイクアウトに行こうとして行ったけど、簡単に交わされてしまった。次は、もっと慎重に行く

良かったところ　キックをしっかりと飛ばせていた。

平和学習長崎で穴に大きな原子力爆弾が落とされていることがすごく怖いと思った。さらに長崎の方が爆弾の威力が強いことに驚いた。

7月24日 AM試合VS長崎日大PM移動　太宰府天満宮

課題になったところ　ロングキックが飛ばない。パントキックの精度が低い。裏のケアができていなかった。

良かったところ　クロスボールの処理ができた。

7月25日　AM 宮島 PM広島平和記念公園 is

広島の平和記念公園に行ったのは2回目だったが、何回見ても苦しみが感じられるような写真などの展示物があり、平和の事についてとても感じることができた。

コーチからのアドバイスバイ　失敗を恐れすぎて、慎重になっているからもっと積極的にやって欲しいのともっと強気でバックに指示をして欲しい。

7月26日AM試合PM試合

課題になったところ　バックにコーチングができなかった。何回か失敗を恐れて躊躇してしまった。入りが悪い。パスが雑。足が動いていない

良かったところ　声が出ていた

7月27日AM試合PM試合

課題になったところ　入りが悪い。飛ぶことが出来なかった。パスが全体的に雑。躊躇してしまってワンテンポ遅れてしまった。

良かったところ　チーム全体で声を出して、周りをこぶしながら試合ができていた

7月28日移動日

座間FC2年　林煌己

サッカー面

・19日（午後）久御山高校、アンフィニ

　ユニフォームを忘れてしまったため粗相で試合出場なし

　成長した所…試合の雑用の内容を覚える事ができた

・20日終日移動のため試合出場なし

・21日（午前）日南学園

　良かった事…中盤のときに勇気を持ってキーパーからボールを受

　けることができた事

　課題…ボールを受ける回数が少なかった事

　成長した所…中盤でボールを周りに散らせた所

　　コーチに言われた事…手を広げろ、躱されるな。

・22日（午前）Fクオーレ

　良かった事…中盤のときにCBからのくさびのパスをワンタッチでSBに繋げた事

　課題…スライドが遅い、球ばなれが悪い。

　成長した所…自分のマークマンをフリーにさせなかった所

・23日（午前）秀岳館高校

　良かった事…左ハーフのときに上下のピストンを繰り返せた事

課題…足元のコントロールが悪い　ボールを止めてから周りを見ていた。

　成長した所…スローインでミスする事が減った

　コーチから言われた事…相手の足ごと刈れ‼

・24日（午前）長崎日大高校

　良かった事…左ハーフのときにSBからの縦パスをトラップするフェイントをしてボールを流して突破出来た事

　課題…積極的に縦に行けなかったこと

　成長した所…活動量が増えた所

・25日（午前）終日観光

・26日（午前午後）宮島工業高校、

　九嶺、FURUTA

　良かった事…上下のピストンを繰り返せた事

　課題…ボールを触る回数が少なかった事

　成長した所…周りを見て相手の逆をついてファーストタッチした所

・27日（午後）KSC、九嶺、ピジョン

　良かった事…クロスを何回か上げられた事、縦突破も何回かできた事

　課題…後半バテてしまった事、

裏への抜け出しが少なかった事

　成長した所…ボールを受ける回数が格段に増えた所

　　コーチから言われた事…手を広げろ！1人で2人見ろ！目配り気配り、ヘディングは当たらなくても競れ‼、発言は腹から声を出せ！アンテナを高く、コミュニケーションを取れ、単純に話すのではなく詳細まで細かく話す…等

観光面

・３日目（午後）知覧特攻平和会館

・5日目（午後）長崎平和公園、長崎原爆資料館

・6日目（午前）太宰府天満宮

・７日目（午前）厳島神社

　　　　（午後）広島平和記念公園、広島平和記念資料　　　　　　　館

フォーメーションの感想

3-5-1-1…中盤の枚数が多いから攻撃も守備も切り替えやすかった、3バックだからロングボール1発が来ると苦しかった。

4-4-2…ロングボールが来ても守備の枚数が足りていたから苦しくなかった、スライドしやすかった。バックどうし、中盤どうしのコミュニケーションが取りやすい。

感想…今ある平和が当たり前と思わずに、今自分たちが過ごしている日常を1日1日大切に噛み締めて

亡くなった人たちの意思、想いを後世に伝えていくために絶対に忘れないで生きていこうと思った。

その他の出来事…○○の話、スリッパ、サービスエリアでの要らない行動、バス移動中の話し声がうるさい、グループでの指示共有がされていない所があった、靴の砂を落としていなかった、バス移動中に寝過ぎ、かいと（はま）がチームのためにヘディングで競って怪我をした…等

座間FC2年　細淵英汰です。

7月19日　座間FCVSアンフィニ、久御山高校　PM13時～

良かったこと　対人パスばかりではなく、スペースにパスをするという意識を持ってプレーできた。マークにしっかりつけた。

課題　活動量が少ない。パスの要求が少なかった。

7月20日　移動日

沖宗コーチからのアドバイス　・動きにかんきゅうをつける。・相手の足を狩るくらいプレスにいく。

7月21日　座間FCVS日南学園　AM9時～

良かったこと　マークマンをはやく見つけてインターセプトできた

課題　活動量が少ない。パスの要求が少なかった。少し守備を人任せにしてしまった。

7月22日

座間FCVSFクオーレ AM10時～

良かったことなし

課題　活動量が少ない。パスの要求は増えたが少ない。

平和学習　知覧特攻平和会館

7月23日　座間FCVS秀岳館　AM9時半～

良かったこと　狩るくらいプレスにいけた。マークにしっかりつけた。

課題　カバーの距離が少し遠かった。パスの要求が少ない。

7月24日　座間FCVS長崎日大　AM9時～

良かったこと　少しパスの要求が増えた。

課題　活動量が少ない。

7月25日　観光日

沖宗コーチからのアドバイス　積極的なミスはいい。消極的なミスはだめ。ミスはいいが全力でもどる。少しずつでいいから成長する。

平和学習

広島や長崎の資料館では当時の人たちの苦しみなどが感じられた。宮島では、目配り気配りをして行動できた。

7月26日　AM11時～座間FCVS宮島工業高、九嶺、FURUTA　AM11時～

良かったこと　クレクレマンになれた。ミスを恐れずにプレーできた。サイドバックで縦のピストン運動を増やした。

課題　パスをどっち足に出すなど意識できなかった。

コーチからのアドバイス　縦の運動をもっと増やす。

7月27日　座間FCVSKSC、九嶺、ピジョン　PM12時～

良かったこと　クレクレマンになれた。インターセプトできた。

課題　活動量が少ない。ヘディングがよわい。

遠征の振り返り

今回の遠征で、コーチに言われたことを忘れずに日頃の練習などから意識していきたい。

サッカー以外でも生活面などで学べることが多かったので活かす。

2年　荒井和斗

7月19日 PM　相手：京都府立久御山高校3本　アンフィニ2本　会場：城南の丘グランド

⚪良かったところ　・いつもより体を強くあてて前よりボールを奪えた・パスなどをするときに、シンプルなプレー（ワンタッチプレー）を増やしたことでボールが相手にとられにくくなった

⚪課題　・疲れたとき、トラップがずれたりすることで相手にボールを奪われる。・頭が回っていなくて、視野の確保ができていない→頭を休めないようにする

⚪コーチの言葉　中盤が多いから中盤で相手をつぶせ

7月20日　移動日

面談内容

・体が小さくてもそういうの関係なしで頑張ることが大事・今のプレースタイルは変えなくていい

7月21日　AM 相手：日南学園：5本　会場：日南学園グランド

⚪良かったところ　・フィジカルでは負けていたが、それでも最後まで足を出したりして、相手に抜かれないように頑張ることができた

⚪課題　・急にボールがきたときボールを持ち過ぎたり、トラップがずれて味方に正確なパスができていなかった

→いつボールがきてもいいように常に視野の確保をし、次のプレーをイメージしておく

⚪コーチの言葉　・手を広げてドリブルしろ

7月22日 AM 相手：Fクオーレ：3本　場所：コトブキサッカーフィールド吹上

⚪良かったところ・ボールをしっかりと繋げていた

⚪課題・ボールを取りきれていなかった・ボールを持ちすぎていた（無駄なドリブルが多かった）→緊張感を持ってもっと頭を回らせる、プレーに迷いがあるので迷わないようにする

⚪コーチの言葉　・相手を常にマークしておけ

PM 知覧特攻平和会館

平和会館に訪れて、昔に起きた悲劇を詳しく知ることができました。平和館には昔の戦闘機などの記録や遺書があり、平和の大切について深く考えされました。この体験を通して、これからも戦争の悲劇さを忘れないようにし、今の平和な日常に感謝しようと思いました。そして、僕はこういうところに来たことがなかったので、すごく貴重な体験になりました。

7月23日 AM　相手：秀岳館高校：4本　会場：秀岳館高校グランド

⚪良かったところ・チームの勢いがつくようなパスを出すことができ、パスを出した後もすぐ受けたにいったりして、いい流れを作ることができた・相手はスクリーンが多かったので、常に相　　手の位置を見ながら、ディフェンスできた

⚪課題・ボールをこねすぎて相手にボールを奪われたて、チームに迷惑をかれていた→ボールを受ける前に味方を見る人数を一人ではなく必ず2人以上にしてもっと判断を早くする

⚪コーチの言葉　・相手を狩にいけ

PM長崎原爆資料館　見学

7月24日 AM 相手：長崎日大高校：4本　場所：長崎日大高校グランド

⚪良かったところ・浮き球の処理をできるときはしたことで、次のプレーを落ち着いて、いいパスをすることができた

・ドリブルをしすぎないようにしたことで相手にボールを奪われることが少なくなったことでチームの勢いを止めないようにすることができた

⚪課題・疲れたときに視野が狭くなり、早く味方にパスを出せばいいのを出さなくなったりしている→ボールだけを見るのではなく、回りを見ながらドリブルする

⚪コーチの言葉・1人で2人見ろ・浮き球の処理をしろ

PM 太宰府天満宮　観光

7月25日観光日　厳島神社、広島平和資料館

・広島平和資料館と長崎原爆資料館を通して

平和資料館に訪れて、原爆ドームや記念資料館があり平和の大切さについて深く感じることができました。特に印象に残ったのは、原子爆弾の影響を受けた人の写真でした。その写真を見て僕はすごく辛く、原子爆弾がどれだけ危険な核兵器だとよく知ることができ、生き残った人の言葉を見て、悲劇さをすごく感じました。このことがあったから日本は核兵器を持たないようにし、今の平和な日本に感謝して生きていこうと思いました

7月26日 AM ミーティング

・サッカーノートは自分のことだけを書くのではなく、チームのことも書く（フォーメーションによってどうなったなど）・チームを1つにするには、気配り、目配りをしたり、恥をかけ・1つにするために差別をしないが区別をする・声は腹から出す・大事な事は文章化して忘れないようにし、自信を持って説明できるようにする→自律・自信は高校にもつながる

PM 相手：FURUTA、九嶺 、宮島工業高 会場：観音新町運動場

⚪良かったところ・スペースにだすパスを出して勢いをつけられた

⚪課題・5m、10mのパスがずれて相手にボールを奪われる

・早くパスを出せるタイミングでパスを出していないからボールを奪われる→ボールだけではなく、回りを見ながらボールを持つ

⚪コーチの言葉・ボールを持っているときは手を広げろ・5m、10mのパスをずらすな

PM ミーティング内容（試合の振り返り）

・1試合目は準備不足で、今までのベースがゼロになった・楽しくやらないとやりたくなくなる→満足度が大事・最後のほうは、みんな競り合ったりスライディングをしたことで強度があった・やればできるが準備がない・ファーストコントロールがずれるのと、5メートル、10メートルのパスがずれて、相手にボールを奪われるが、この2つのことをちゃんとやれば、もっとうまくなれる・自分たちがどれだけできたか満足度が大事

7月27日　AM

相手：KSC、九嶺、ピジョン　会場：燒山公園

⚪良かったところ・積極的にボールをもらいに行った・転んでも中にボールをあげるようにした

⚪課題・トラップが悪くてボールを持ちすぎてしまった

⚪コーチの言葉・楽しくサッカーしろ・枠にシュートを打て

7月28日　移動日

⚪フォーメーションによるチームの変化　3.6.1、3.5.1.1･･･

・良かったところ　中盤が多くなり前線でボールが奪えて、前のほうからオフェンスができていた。枚数が多いからパスで相手を崩せたりしていた。

・悪かったところ　ディフェンスが3枚だからカバーが遅れていた。中盤が多いのにドリブルしていて、中盤が多いのを活かせていない。

442･･･

・良かったところ　ディフェンスが安定したり、サイドバックが前線でプレーできたりしていた。3バックと比べてサイドハーフが最終ラインまで下がる必要がないから攻撃や守備のときに遅れにくい。

・悪いところ　中盤から相手に抜かれていたので前線でボールを奪うことができていなかった。

生活面でコーチに言われたこと　・宿舎ではスリッパを揃えることなどのことをしっかりとやる

理由：それは当たり前のことであり、来年使えなくなる可能性があるから

・人格否定は絶対にしない

理由：そういうことをすると罰金があり出場停止があるから

・バスでうるさい・気配り、目配りをしろ

⚪全体を通して　サッカー面では成長することができたことが多くあったので良かった。しかしまだ課題もたくさんあるので、その課題はこれからの練習や試合で改善していく。生活面では平和の大切さについて改めて知り、今の平和な日大に感謝して生きていこうと思った。

FC Fujisawa所属 3年濵 海音

7月19日(土)〜7月28日(月)　西日本遠征　サッカー(個人)、平和学習

7月19日(土)1日目

出来事

A.Mアンフィニと久御山高校と試合をしました。

試合の良かったところ　・ピンチの場面でスライディングで止めている・裏でボールを貰えている・インターセプトできている

課題　・球際に行けている場面と行けていない場面の差が大きい・中盤で迷子になっている・中盤でボールを貰えていない・バテて走れていない・ボール持った時の判断が悪い・対人にしかパスを出していない

コーチからの言葉　もっとボールをもらおうとしないとダメ。それと、対人パスしか出してないから、スペースにもパスを出す。

7月20日(日)2日目

出来事

宮崎県に移動時しました。(移動日)そして、沖宗コーチからアドバイスを貰いました。

沖宗コーチからのアドバイス　慣れていないボランチというポジションで迷子になっているのは良いこと。どうしたらボールを貰えるのかなどを常に考えてとにかくやってみることが大切。

7月21日(月)3日目

出来事

A.M宮崎県の日南学園と試合をしました。P.M鹿児島県へ移動

良かったところ　・1日目よりもボランチでボールを持つ回数が増えている。・1回だったけどドリブルを仕掛けられている・球際のところなどで1日目よりも強度を上げられている

課題　・インターセプトする時に足だけでいってしまっている・対人のパスが多い・ドリブルする時に手を使う・パスが弱い

コーチからの言葉　ボランチでのボールの受け方と、守備が良くなっている。あとは、ドリブルの時に手を使ったり、スペースにボールを出すことを意識する。

7月22日(火)4日目

出来事

A.M鹿児島県1部リーグのFクオーレと試合をしました。P.M知覧の特攻平和会館に行き平和学習をしました。

試合での良かったところ　・スライディングで止めれている・マークの受け渡しができている・球際に行けている・スリーバックの時のポジションが良い

課題　・ボールを持った時に慌ててしまっている・無理にスペースに出そうとしている→足元に正確なパスをつける・簡単に入れ替わっている場面がある・サイドバックでボールを貰えていない・パスの質が悪い

コーチからの言葉　無理にスペースにパスを出そうとしているから、人にパスをつける。ボールを持った時にもう少し落ち着く。

知覧特攻平和会館

今回の遠征で初めて知覧特攻平和会館に足を運びました。自分は、少し授業で特攻隊のことについて触れていたので少しだけ知識がある状態で知覧特攻平和会館に行けました。自分と歳の近い人達が特攻して命を落としたり、特攻することが親孝行と言っている人が多くいて衝撃を受けました。当時は、特攻することでしか親孝行ができなかったのかなと、特攻した人の遺言などを見て疑問に思ったし、当時の人達が特攻することが親孝行と考えるくらい国に命をかけていたと感じました。

7月23日(水)5日目

出来事

A.M熊本県の秀岳館高等学校と試合をしました。P.M長崎県の平和公園、原爆資料館に行きました。

試合での良かったところ　・インターセプトできている・マークの受け渡しができている。・シュートを1本だけど撃った

課題　・マークの選手をハッキリする・球際軽い・パスがズレている・もっとボールを受ける・無理にドリブルしているときがある

長崎平和公園、原爆資料館

長崎の平和公園、原爆資料館も知覧特攻平和会館と同様に今回の遠征で初めて行きました。

自分は、修学旅行で広島の原爆資料館、原爆ドームに行くということもあり広島のことについてしか深く学んでいませんでした。ですが、今回の遠征を通して長崎に起こった被害などについても考えることが出来ました。広島の原爆資料館とはまた違った資料が展示してあり、長崎に起こったことについても深く知ることが出来ました。

長崎の資料館には、広島の資料館にはなかった、原爆で曲がった橋のプレートに触れることが出来て、色々な体験をすることが出来て良かったです。

7月24日(木)6日目

出来事

A.M長崎日大高校と試合をしました。P.M福岡の太宰府天満宮に行きました。

試合での良かったところ　・インターセプトを狙えている・少しずつインターセプトした時のボールを足元に収めて、次のプレーに繋げられている・ボールを昨日よりも受けている(オーバーラップできている)・昨日よりも走れている

課題　・球際軽い→もっと削るくらいガッツリ行く・マークをしっかりつく・守備の時に距離感が遠い場面がある・もっとボールを要求する・クロス上げられる場面で上げきっていない・クロスが中途半端

太宰府天満宮

修学旅行の際に訪れた北野天満宮で見た牛が太宰府天満宮にいて驚きました。

7月25日(金)7日目

出来事

宮島、広島の原爆資料館、原爆ドームに行きました。それと、沖宗コーチからアドバイスを貰いました。

アドバイス　チームの為に走ってくれるところが良いところ。裏へのパスを出す時に、中央寄りに出しすぎているから、サイドが走っていなくてもコーナーフラッグ目掛けて出す。インターセプトをよく狙っているのは良いけど、クリアみたいになっているからビタ止めして味方にパスを出す。味方から折り返しのパスが来たらコーナーフラッグ目掛けて放り込んでも良い。

宮島、広島の平和公園、原爆資料館、原爆ドーム

自負分は修学旅行で今日行ったところは全て行きました。ですが、修学旅行の時は雨だったので、今回の遠征では晴れている時に宮島に行けて良かったです。広島の原爆ドーム、原爆資料館については、改めて核兵器の恐ろしさを感じることが出来たし、食べたくても食べられなかったお弁当などを見て平和について改めて考えさせられました。

7月26日(土)8日目

出来事

P.M宮島工業高校、九嶺、FURUTA

試合での良かったところ　・ヘディング競れている・スライディングしている・球際に行けている・インターセプト足元に収められている・マークの受け渡しができている・シュート打てている

課題　・アウトサイドを使っている(癖になっている)・DFラインを揃える・ボールを繋げる場面で蹴っている・パスが弱い

コーチからの言葉　ゴロでパスを出す利点1.味方が足りやすい2.相手と駆け引きができる、少しずつインターセプトの時に足元に残してパスを出そうとしているのが見えている。戦う気持ちが見えてきている。

7月27日(日)9日目

出来事

P.M九嶺、KSC、ピジョンバーベキュー

試合での良かったところ　・相手と競れている・ドリブル仕掛けられている

課題　・寄せるのが遅い・球際もっと強く行く

7月28日(月)10日目

出来事

広島から神奈川に帰りました。

チーム全体　・日が経つにつれて試合で声が出るようになった・楽しくサッカーできている・チームが1つになった

・アップまでにかかる時間が遅い・試合の入りが悪い時がある・良いミスを沢山している・5m、10ｍのパスがズレている

・日常生活での課題が多く見つかった

↑5分前行動や、同じことを繰り返したりしている・オンザピッチとオフザピッチの切り替えを早くする

この遠征で成長したところと課題

成長したところ　・ヘディングで競れるようになった・球際強く行けるようになった・インターセプトを足元に残して次に繋げられている・スライディングできている

課題　・パスの強弱・パスがズレている・ボールを持ちすぎている・判断が遅い・ドリブルの時などに手を使う

10日間の簡単な振り返り

この10日間で自分は、サッカーの面で特に守備の部分について成長出来たと思います。守備の部分を改善することを今回の自分の大きな目標としていたので達成できたのではないのかなと思います。

逆に、攻撃面などで新たに課題が沢山出てきたので、そこの課題を克服してより上手くなれるように努力します。

平和学習や施設見学で、当時の人の気持ちなどを知ることが出来たりしたので良い経験になったなと思います。

自分は、FC Fujisawaという別のチームから参加したけど、みんなが仲良くしてくれてとても楽しく、濃い10日間でした。この10日間で学んだことや成長したところをより良くし、課題となった部分を改善できるようにこれからも頑張ります。

座間FC3年　曾根彪牙です

日付：7月19日（土）相手: 京都府立久御山高校サッカー部アンフィニ　AM.移動、PM.試合

コーチからのアドバイス↪相手に遠慮している。熱さに負けていて活動量が少なくなってスライディング、競り合いなどができなかった。

成長内容　準備の準備をできるようになった。

日付:7月20日（日）1日移動

コーチからのアドバイス↪ガツガツ行くのはいいけど、コントロールが悪い

日付：7月21日（月）相手：日南学園　AM.試合、PM.移動

コーチからのアドバイス↪仲間の位置を見てない、守備だけになっている、1試合目は、遠慮をしてしまっていて守備も攻撃もできてなかったけど、2試合目からは遠慮しないでガツガツ行けた。

成長内容　遠慮しないようになった

日付：7月22日（火）相手：Fクオーレ　AM.試合、PM移動

コーチからのアドバイス↪5メートルのパスが悪い、スライディングなどをしていなかった。オフサイドコントロールや仲間のカバーができた。

スリッパが汚い、トイレのドワを開けっぱなしなどの粗相しまいました。

成長内容　設営やアップの準備が早くなった。

日付：7月23日（水）相手：秀岳館高校　AM.試合、PM.移動

コーチからのアドバイス↪点差はいいから良い試合をしろ、

　仲間がやられたら他の選手がやり返せ

沖宗コーチの言ったことをしなくて、スクリーンなどでやられることがあった。一発で抜かれることがあったから、一発で行くなら削りに行く感覚でする。点差関係なく良い試合ができた。

成長内容　点差関係なく良い試合をできるようになった。

日付：7月24日（木）相手：長崎日大高校　AM.試合、PM.移動

コーチからのアドバイス↪1人で2人見る

蹴ってくる相手だから5.4.1というポジションをしてなれなかったけど1人で2人を見たことによってボールを取りやすくなったし、味方のカバーがしやすくなった。

成長内容　1人で2人を見られるようになった

日付:7月25日(金)1日、移動.観光

日付:7月26日（土）

コーチからのアドバイス↪良い試合をしているけどコントロール、パスがズレている。アップ不足で1本目の試合がグダグダ過ぎた。2試合目からはみんな必死こいてスライディングや競り合いをしていて良かった。

成長内容　みんなで盛り上げることができた

日付:7月27日（日）

コーチからのアドバイス↪点差はいいから楽しんでサッカーしよう、1試合目のアップ不足で相手に失礼だった。

みんなで声を出して楽しむことができた

社会見学で学んだこと

知覧特攻平和会館を見学して、戦争の重さや命の大切さを強く感じました。特攻隊として飛び立った若者たちの手紙や遺書には、家族への感謝や平和への願いが書かれていて、とても心に残りました。今、自分が平和な時代に生きていられるのは、そうした多くの犠牲の上にあるということを知りました。

長崎原爆資料館を見学し、原爆の恐ろしさを実感しました。被爆者の遺品や写真が心に残り、戦争の悲惨さを深く考えさせられました。

広島の平和記念資料館を見学して、戦争の恐ろしさと平和の大切さを深く感じました。特に印象に残ったのは、原爆で亡くなった子どもたちの話です。自分と同じくらいの年の子が、突然命をうばわれたことがとても心に残りました。戦争は二度と起こしてはいけないと強く思いました。これからも、平和を大切にしていきたいです。

コーチから言われたこと

・腕を大きく広げる・目配り気配り・差別はしないが区別はする・1人で2人みる・ヘディングを競るフリをしない

・点差はいいから下向くな