

KYOTO SANGA F.C. FREE PAPER

SANGA TIMES

MONTHLY REPORT

悪い流れを引きずらず、上位をキープ!

COACHING STAFF

単なる調整ではない
本当の意味でのコンディショニング

トップチームコンディショニングコーチ 水口涼太

SPECIAL FEATURE

祥洲/墨翔会 京都サンガF.C.

一筆入魂 × 一蹴入魂

OTHERS

ホームタウン活動記
サンガスクール
サンガつながり隊
サンガインフォメーション
レイザーラモンRGコラム



第16節・東京ヴェルディ戦の終盤、今季サンガに復帰した安藤淳がシーズン初ゴールを挙げた。頼れるベテランのゴールに、チームメイト、ファン・サポーター、全員で喜びをかみしめた。さあ、後半戦。更なる高みへ!

■2019明治安田生命J2リーグ ホームゲーム■

【第21節】創刊140年京都新聞スペシャルデー
7. 7(日) 18:00 vs V・ファーレン長崎

【第23節】auスペシャルデー
7.20(土) 19:00 vs 大宮アルディージャ

【第24節】J・COMスペシャルデー
7.27(土) 19:00 vs FC 岐阜



チケット購入は便利なJリーグチケットで
会場/西京極スタジアム
(阪急「西京極」駅▶徒歩約10分)

VOL. 75
2019. JULY
FREE

闘争を胸に、
感動を共に。

<https://www.sanga-fc.jp>



2019 MONTHLY REPORT

悪い流れを引きずらず
5戦3勝で上位をキープ!



無敗で乗り切った5月にJ1参入プレーオフ圏進出を果たし、さらなる躍進をもくろんだ6月の京都サンガF.C.。今号では2019明治安田生命J2リーグ第15節から第19節まで、サンガの5試合の戦いぶりをプレーバックします。

まず第15節は、気温が34℃を超える季

節外れの猛暑に見舞われた西京極での山口戦でした。序盤から優勢に試合を進めたサンガは34分に一美和成のゴールで先制するも、直後の37分に庄司悦大が退場処分を受け、50分以上を一人少ない状態で戦う逆境に立たされます。それでも、後半に小屋松知哉が価値ある追加点を挙げ、

2-0の完封勝利を収めました。

数的不利をものともしないたくましい姿で山口を撃破したサンガは、続く東京Vとのアウェイゲームでも力強さを発揮。「攻守にわたってコントロールできていた」(中田一三監督)。前半からゴールを重ねると、試合終了間際には安藤淳のサンガ復帰後初ゴールも生まれ、4-1で大勝しました。

しかし第16節まで6戦無敗と好調を続けたサンガに、その上をいく12戦無敗の大宮が立ち上がり、相手のプレッシャーが良かった」と仙頭啓矢が振り返ったように、サンガは思うような攻撃をさせてもらえず、逆に一瞬のスキを逃さない大宮の攻撃の前に今季最多の3失点。1-3で7試合ぶりの黒星を喫することになりました。

仕切り直しを期して臨んだ第18節・琉球戦も、スッパリとしないゲームとなってしまいます。序盤からボールを圧倒的に支配し、決定機を何度も作っていくも、攻守ともに歯車が噛み合いません。小屋松、一美のゴールで2度リードしながらも、前後半の終盤に2度の同点弾を許してしまい、ドロー決着とな

ります。前節・大宮戦から断ち切れなかった悪い流れに、試合後の中田監督は「非常に残念」と不満の色をにじませていました。

しかし、良くないムードを長く引きずらない点も、今季のサンガの強み。敵地・愛媛に乗り込んだ第19節では、黒木恭平の見事な直接FKと一美の今季7点目のゴールで2-0と快勝。複数失点が続いていた中でクリーンシート(無失点試合)が達成できたことも好材料で、「全員がハードワークしてくれたおかげ」とGKの清水圭介も明るい表情を見せていました。

第19節を終え、首位の山形が頭一つ抜け出したJ2ですが、2位以下は混戦模様となっています。5位のサンガと2位・大宮とはわずかに勝点2差。J1自動昇格ラインを射程圏内にとらえています。7月からはシーズン後半戦に突入します。いよいよ激しさ、熱さを増していく、J1復帰を目指すサンガの戦いに、ぜひ注目してください。

サッカー専門紙エルゴラッソ京都担当
川瀬 太輔

※第19節終了時点

5月のMVP

23FW
一美 和成

KAZUNARI ICHIMI



先発が続く6試合で計5得点と、ゴール量産態勢に入ってきた若き点取り屋。ボールを離さずPKキッカーを譲らなかった第18節・琉球戦のように、ハートの強さを見せ始めている点も心強い。今後、J2得点王争いにどこまで絡んでいけるかも楽しみなポイント。

注目選手

41MF
金久保 順

JUN KANAKUBO



第19節・愛媛戦は9試合ぶりの公式戦となったが、プランクを感じさせないプレーぶりで攻撃を活性化。2点目のゴールにも絡み、勝利に貢献した。平日開催の天皇杯が日程に組み込まれる7月以降は、これまで以上にその経験値でチームを助ける機会が増えそうだ。

第15節	5/25(土) 14:03 @西京極 vs レノファ山口FC	2-0	[得点] 一美和成, 小屋松知哉
第16節	6/2(日) 14:03 @味スタ vs 東京ヴェルディ	4-1	[得点] 一美和成, 福岡平, 小屋松知哉, 安藤淳
第17節	6/8(土) 18:03 @NACK vs 大宮アルディージャ	1-3	[得点] 仙頭啓矢
第18節	6/15(土) 19:03 @西京極 vs FC琉球	2-2	[得点] 小屋松知哉, 一美和成
第19節	6/22(土) 19:03 @ニスタ vs 愛媛FC	2-0	[得点] 黒木恭平, 一美和成

ココン烏丸 地下

地下鉄四条駅
25番出口
2番出口

京都経済センター (SUINA 室町)

多彩な一品料理からフルコースまで
本流を行く中国料理をお楽しみください

出来立て点心を香港式ワゴンサービスで
実際に見て選ぶ楽しさを堪能ください

ご予約・お問い合わせ TEL.075-341-1800

営業時間 ランチ 11:30-15:30 (L.O.15:00)
ディナー 17:00-22:00 (L.O.21:00)

<http://oldhongkong-kyoto.net>

COCON KARASUMA

古 今 烏 丸

地下鉄烏丸線「四条駅」2番出口すぐ
阪急京都線「烏丸駅」23番出口25番出口すぐ
市バス「四条烏丸」徒歩すぐ

老香港酒家京都
OLD HONGKONG RESTAURANT KYOTO

COACHING STAFF

最新の理論を取り入れて、 選手のパフォーマンスを引き出す

昨年まではアスレティックトレーナーとして活動していて、今年からトップチームのコンディショニングコーチを担当することになりました。これまでは選手が怪我をしてからの仕事が大きかったんですが、今は選手たちを見る中で怪我する前の段階で何ができるのかということに、よりアプローチしています。具体的には、練習の冒頭で行うウォーミングアップを担当しています。それとリハビリから復帰過程にある選手に関わったり、監督やコーチと一緒にトレーニング内容について話すこともあります。育成でもトップチームでも、アスレティックトレーナーでもコンディショニングコーチでも方向性は変わりません。選手のパフォーマンスを上げること、怪我を予防することですね。

“コンディショニング”という言葉は調整といった意味合いで取られがちですが、本当はパフォーマンスやフィットネスを上げることも含めてのコンディショニングなんです。単に負荷を落とせばいいわけではありません。強化も意識する中で、どれだけ良いトレーニングを選手に提供できるのか。例えば筋力トレ



ニングを行うことで怪我のリスクは大きく抑えられますし、スタティック(静的)ストレッチよりもダイナミック(動的)ストレッチが有効なこともわかっています。そうしたトレーニング科学で証明されたものに、少し自分なりのアレンジも加えています。

育成年代でも個人差はありましたが、トップチームには10代の選手もいれば、30代の選手もいます。フィットネスの差は考慮しつつも、一つのグループとして扱わなければいけない難しさはあるのですが、その中で人の動きを機能的にしていく。それが怪我の予防やパフォーマンスの向上につながります。

怪我人の少なさは、 さまざまなスタッフの総力

今年はこちらまで「怪我人が少ないね」、「フィットネスが上がってるんじゃないか」という声をいただくこともあります。何か一つの理由ではなく、いろんな要素があるはずです。例えばボールを持って主導権を握る今年のスタイルだと相手に走らされるのが少なくなるので、筋肉系のトラブルを抑えられているという側面はあると思います。メディカルスタッフがいい仕事をしていることや、グラウンドキーパーによってサンガタウンのピッチが常にいい状態であることも、怪我の発生率を下けている要因になっていると思います。そこに僕の関わっているトレーニング科学の要素も加わって、結果につながっているのかもしれない。

とはいえ怪我人はゼロではないですし、「防げたんじゃないか」という反省点もあります。夏になって暑くなる中で、適切な負荷を与えることと回復する時間のバランスなども大切になってきます。これからも選手の能力を引き出しながら、怪我を予防できるように取り組んでいきます。

単なる調整ではない 本当の意味でのコンディショニング

J2リーグは、試合数が多い上に中断期間もない、過酷なリーグ。特に暑さが厳しくなるこれからのシーズンは、選手層の厚さやコンディショニングの成否がチームの戦績に大きな影響を与えます。

サンガでは今季よりコンディショニングのエキスパートである水口涼太が長年積み重ねてきたノウハウや、最新の理論を駆使して、日々の体調管理やケガや故障の予防、疲労回復、故障からの復帰に至るまで幅広くサポートし、選手たちのベストパフォーマンスを支えています。

TEXT: サッカーライター 雨堤 俊祐



⚽ コンディショニングコーチ
水口 涼太

RYOTA MIZUGUCHI

1979年12月13日生まれ。京都府出身。2001年から京都サンガF.C.でアカデミーやトップチームのトレーナーとして、選手たちをサポート。2018年は、アカデミー専任のアスレティックトレーナーとして、より幅広く専門的に選手たちの身体づくりに関わり、2019年よりトップチームのコンディショニングコーチを務める。日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、鍼灸師、あん摩マッサージ指圧師

—がんばれ、サンガサポーター—
応援で熱く、ガスで涼しく。



大阪ガス株式会社 広域エネルギー第1営業 〒541-0045 大阪市中央区道修町3丁目5番11号 電話 06(6205)4164

SPECIAL COLLABORATION

祥洲／墨翔会 京都サンガF.C.
一筆入魂 × 一蹴入魂

伝統に裏打ちされた確かな技に新しい感性を取り込みながら、京都から世界に「書」や「美」の文化を発信する書家・祥洲先生率いる墨翔会。2014年からイベントやオフィシャル媒体、グッズなど、さまざまな形で京都サンガF.C.へのサポートをいただいています。去る6月19日、祥洲先生と墨翔会の精鋭メンバーがサンガタウンを訪問。上位争いを繰り広げるサンガに「書」による熱いエールを送るとともに、サンガの選手たちに「書」の手ほどきをさせていただきました。

この日、サンガタウンを訪れたのは、祥洲先生と、墨翔会の五十棲環先生、HILOKI先生、福田匠吾先生、奥田百恵先生。上位争いを繰り広げるサンガが厳しい夏の戦いを乗り越え、J1昇格に向けて突き進むよう、「書」による激励を送っていただきました。

普段は選手とスタッフが使用するミーティングルームが、急きょアトリエに様変わり。まずは五十棲先生、HILOKI先生、匠吾先生、奥田先生によるパフォーマンスが行われました。テーマはサンガの2019スローガンである「闘紫を胸に、感動を共に。」から「闘」「紫」「感」「動」を一字ずつしたためるというもの。床一面に広げられた紙の前に先生方が正座すると、会場の空気は一気に張り詰めま

す。そして、見る者が息をすることも忘れるほどの雰囲気の中、奥田先生、匠吾先生、五十棲先生、HILOKI先生の順で、書き進められました。それぞれ異なる作風を持つ先生方による作品から感じさせられる調和に、チームワークの素晴らしさを再認識。この作品はミーティングルームに展示され、これからもチームに熱いメッセージを送り続けます。

先生方のパフォーマンスに続いて、選手たちが「書」に挑戦。「書道もサッカーも、やり直しがきかない世界。また、大きい紙であろうと短冊であろうと一度きりである紙の命の重さは同じなので、試合に臨むような覚悟で取り組んでください」という祥洲先生の言葉の後、仙頭啓矢選手と小屋松知哉選手は大筆を



使った「書」を、宮吉拓実選手と清水圭介選手は細筆を使って七夕用の短冊を書きました。4選手とも、書道は学校の授業で習った程度の超初心者です。それでも先生方の指導を受けると、プロサッカー選手ならではの高

い集中力を発揮。一筆ごとに今シーズンにかける思いを込め、それぞれの作品を書き上げました。これらの作品は8月10日の栃木戦でのイベントで展示しますので、ぜひチェックしてみてください。



運営：株式会社グラフィック

京都の**観光**情報なら

京都**いい**ところマップ



京都いいところマップ



<https://kyoto.graphic.co.jp/>

旬の観光情報を発信する「京都いいところマップ」の7・8月号では、今春開業した「梅小路京都西」駅周辺エリアを特集しています。新スポットも多い中、懐かしい風景やグルメなどを地図付きでご紹介。京都観光にご活用ください。



京都の**地域**情報なら

Kyoto**e**books



京都ebooks



<https://www.kyoto-ebooks.jp/>

京都府の各地域の広報誌やフリーペーパーが、電子書籍で読めるポータルサイトです。いつでもスマホでご覧いただけます！





22MF 小屋松 知哉「志」

好きな字であり、大切にしている言葉として「志」を選びました。匠吾先生からは集中するようアドバイスをいただき、それだけを意識して書きました。これからも「志」を持ってサッカーに取り組んでいきたいと思ひます。



14MF 仙頭 啓矢「京」

大好きな街の一字ですし、字体のバランスが良い「京」にしました。文字を書くのに、こんなに緊張したのは初めて。紙に向かってからは、とにかく無心で書き上げました。最後にドンと書いた点はHILOKIイズムを意識しました(笑)



宮吉、仙頭、清水、小屋松選手が一筆入魂!!



13FW 宮吉 拓実「絶対勝利」

先に先生方が書かれるのを見た時に、想像していたものよりはるかに集中されていたことと、一字に向き合う姿勢に圧倒されました。僕もそれを見習い、チームの目標であるこの言葉を書きました。

21GK 清水 圭介「リーグ優勝」

リーグ戦ではいろいろなことがあります。チームとして最終的に目指しているのが「リーグ優勝」。それだけを一心に思って筆を入れ、そこからは自然に任せながら最後まで書き進めました。



今回の様子はJ:COM「FootStyle京都」で放送予定!!

このイベントの様子はJ:COMチャンネル「FootStyle京都」7月後半号で放送予定。先生方から「お墨付き」をいただいたトイちゃんの作品とは?



INFORMATION

祥洲/墨翔会×京都サンガF.C.

8/10 vs 栃木 SC
ゲーフラ祭り
開催決定!!
[SATURDAY] @西京極スタジアム

2014年から毎年さまざまな形でコラボを続け、6年目の今年もスタジアムイベントの開催が決定。あなたの熱い思いを墨翔会の先生方が一筆入魂!恒例のゲーフラ祭りをはじめ、その他「書」に関するコラボイベントを開催します。



NEXT SANGA TIMES

[スペシャル対談]

祥洲先生 × 中田 一三監督

京都にサンガが存在する意義、そして京都のクラブとして発信すべきものとは? 書家・祥洲先生と中田一三監督が熱く語り合う対談企画。次号サンガタイムズ(8月発行予定)をお楽しみに!



7/27(土)は「バーチャル」×「リアル」サッカーを楽しもう!

全国都道府県対抗eスポーツ選手権 2019 IBARAKI
ウイニングイレブン京都府代表決定戦

7/27(土) 11:00~15:30(予定) 観覧無料
会場:京都ファミリー(京都市右京区) ※座席数制限あり

10月に茨城県で開催される「全国都道府県対抗eスポーツ選手権 2019 IBARAKI」への出場権をかけて開催される本大会。話題のeスポーツ京都府代表決定戦を見逃すな!

※イベントは急きょ変更となる可能性があります。



明治安田生命J2リーグ 第24節 京都サンガF.C. × FC岐阜
J:COMスペシャルデー

7/27(土) 19:00キックオフ ※別途入場料が必要となります。
会場:京都市西京極総合運動公園 陸上競技場兼球技場

今年で5回目となるJ:COMスペシャルデーは産学一体で京都サンガF.C.を全力応援!地元の高校ダンス部によるハーフタイムショーや、人気キャラクター「ざっくう」の登場で会場を盛り上げます!

©2006 KYOTO PURPLE SANGA CO.,LTD. ©2006 KYOTO.F.S.



ジモトサッカー応援番組!
FootStyle京都

1・16日更新

J:COMチャンネル(地デジ11ch)
月・金午後10:00~ / 土・日午前9:00~

京都のさまざまな年代のFootBallerを応援するサッカー情報番組。京都サンガF.C.をはじめ、みなさんのFootStyle をご紹介します!



※テレビ本体のチューナーでご視聴いただく場合、テレビのスクリーンが必要となる場合があります。

HOMETOWN ACTIVITY

6月

1日 [**かめおかスポーツ体験教室**
@亀岡運動公園体育館(亀岡市)]

亀岡市内の小学生に運動の楽しさと、仲間同士で協力することの大切さを学んでもらうために亀岡市スポーツ協会が毎年主催する「かめおかスポーツ体験教室」が開催され、サンガ普及部のコーチ3名が参加しました。サンガが担当したサッカー教室には未経験者も多く含んだ小学1年生から5年生の約90人が参加してくれました。



9日 [**八幡市健康フェスタ2019**
@八幡市民スポーツ公園(八幡市)]

サッカーを通じて親子の絆を高めるとともに、八幡市民の健康意識の向上を図り、病気疾病の予防や健康づくりのきっかけづくりを目的とするサッカー教室を、親子向けのプログラムで実施。この日は天候にも恵まれ、25組50名の親子の皆様にご参加いただきました。



16日 [**第19回バスまつり**
@岡崎公園(京都市)]

日頃からバスを利用されている方への感謝の気持ちを込めスルッとKANSAI協議会が主催する「バスまつり」に参加。パーサクんのステージPRやサイン入り公式球などが当たる「サンガくじ」を実施した他、サンガバスの紹介など、約26,000人の来場者の方にサンガをもっと知っていただく機会となりました。



11・18日 [**小学校を選手が訪問**
スポーツアカデミースペシャル]

一緒に身体を動かしたり、サッカーをしたりして、スポーツの楽しさや素晴らしさを伝えたいとの思いから、地域の小学校15校をトップチームの選手、普及部コーチが授業時間に訪問する「スポーツアカデミースペシャル」を実施しました。



**今回訪問した小学校と
つながった児童の数**

大住小学校(京田辺市)	4年生	39人
宇治小学校(宇治市)	3年生	132人
第4向陽小学校(向日市)	4年生	106人
長岡第五小学校(長岡京市)	4年生	153人
園部小学校(南丹市)	3年生	104人
山階小学校(京都市)	3・4年生	94人
鷹峯小学校(京都市)	3・4年生	52人
寺田西小学校(城陽市)	3・4年生	107人
木津小学校(木津川市)	5年生	112人
新林小学校(京都市)	4年生	55人
京極小学校(京都市)	3・4年生	54人
詳徳小学校(亀岡市)	3・4年生	68人
竹田小学校(京都市)	6年生	67人
御所東小学校(京都市)	3・4年生	82人
三上小学校(野洲市)	3・4年生	68人

合計 **1,293人**

16日 [**6月29日 水戸戦
城陽市応援デーのPR活動**
@アルプラザ城陽(城陽市)]

サンガの練習拠点であるサンガタウン城陽があるまち、城陽市の奥田市長と職員の方々、さらには京都パープルサンガ後援会の皆様、サポーターの皆様と共に、サンガから伊藤社長とトップチームの選手6名(本多選手、庄司選手、仙頭選手、清水選手、小屋松選手、石櫃選手)が参加して城陽市応援デーのPR活動を行いました。



THE NEW VALUE FRONTIER

KYOCERA



URBANO v04
アルバーノ



品格をまとう。

大人のためのスマートフォン

au

SCHOOL & SANGA TSUNAGARI-TAI

▶ SCHOOL

サンガのレジェンド

斉藤大介コーチの ワンポイントアドバイス★



テーマ
ボールの扱い方

サッカーを始めたばかりのお子さんは、まずはボールを足で触ることに慣れることがサッカー上達の第一歩です。ボールタッチを反復練習して自由自在にボールを扱えるようになるだけで、試合で活躍できる可能性は高まります。

☆うまくなるための2ステップ☆



① ボールを両足の内側でたくさんタッチ。この時、ボールばかりを見ず顔を上げて視野を広げよう。



② ボールタッチに慣れてきたら、ボールをまたいだり、足の外側を使ってのボールタッチにチャレンジ。

ボールを自由自在にコントロールできれば、ドリブルやプレーの幅が広がるよ!



ボールに慣れることがサッカー上達の第一歩! 1人でも、狭いところでもできるので、たくさんボールに触れてボールと友達になろう。

斉藤コーチが動画でもポイントを紹介しているのでチェックしてみてくださいね!

スクールミコがイチオシ!!

キッズチアスクール



紹介してくれるのは、
つげ かなこ
柘植 可奈子コーチ

キッズチアの
詳細は
こちら!!



サンガチアリーダーのメンバー(幼稚園・保育園年中~中学生)は、総勢110人を超え、ホームゲームでは1万人以上のファン・サポーター、地域のイベントでは幅広い方々の前でパフォーマンスを披露するなど、活躍の場はますます拡大中です。西京極・太陽が丘の練習会場ではスタンツ(組体操的な演技)に取り組むなど、日々、仲間と協力しながらレベルアップを目指しています。また、今シーズンは7月27日のホームゲーム(岐阜戦)で親子チア、9月には新曲披露を行いますので楽しみに! 8月には体験会を実施予定。スタジアムでのパフォーマンスを見て興味を持ったお子さまは、ぜひご参加ください。詳細はオフィシャルHP



「元気」「笑顔」「心」を
みんなに届けよう!!



▶ サンガつながり隊

よっしいコーチの

みんな♡つながり隊っ!

今月の子どもからのQuestion?

「難しいこと」から避けてもいいですか?

● よっしいコーチからのSuggestion ●

スポーツや勉強に取り組んでいる時はもちろん、友達と遊んでいる時でさえ、たびたび困難なことに会います。そんな時、「ムリ」と思って途中で投げ出したり、避けて通りたい気持ちになる人も多いのではないのでしょうか? でも、困難は決して悪いことばかりではありません。

発明王エジソンは、「失敗したわけではない。それを誤りだと言っただけでいい。勉強したのだと言いまえ」「私は失敗したことがない。ただ、1万通りの、うまく行かない方法を見つけただけだ」「困るということは、次の新しい世界を発見する扉である」というように、困難や失敗に関する多くの名言を残しています。つまり、エジソンは「難しい」と感じたことに会ったことを、学びや成長のチャンスだと捉えているのです。

「サンガつながり隊」では、自分たちでチームをついたり、ルールをついたりするプログラムを実施し、仲間と相談しながら課題を克服したり、問題を解決していくよう、促しています。その過程では、うまくいかないことや、相手のことを「ずるい」「せこい」と思うこともたびたびあります。しかし、最終的には「難しかったけど、楽しかった」という感想を持つ子どもが多いのです。それは、子ども自身が困難を乗り越えた達成感や、学びができたという実感を得たからではないでしょうか。

最近、子どもが取り組むことに対して、「子どもが困らないように」「トラブルがないように」と、大人がお膳立てしすぎだと、私は感じています。しかし、四六時中子どもを管理すること



は絶対に不可能です。子どもたちだけで過ごしている時、成長し社会に出た時は、自分自身で問題を解決していくしかありません。ですから、問題に直面している子どもを見た時は、「あしなさい、こうしなさい」「〇〇が悪いんだから、あやまりなさい」と強引に解決に導くのではなく、「どうしたの?」「何が問題なの?」と声をかけるよう、心がけてください。大人の真の役割は、子どもたちが自分で考えたり、相手と相談したりしながら、不測の事態に対応し、問題を解決していく力を育てあげることなのです。そういった意味で、不測の事態の連続であるスポーツにはたくさんの学びと成長のチャンスがありますし、スポーツを通して、問題を解決しながら生きていく力を子どもたちに伝えていきたいと、私は考えています。



サンガつながり隊 隊長
福中 善久 よっしいコーチ
YOSHIHISA FUKUNAKA

1981年5月14日生 奈良県出身
日本サッカー協会公認B級ライセンス
JFA小学校体育サカキートンストラクター
JFAスポーツマネージャー登録Grade2

大阪体育大学を卒業後、大阪YMCAで幼児から小学生を中心にさまざまなスポーツやキャンプの指導にあたった。2013年京都サンガ普及部コーチ。2014年からはサンガつながり隊のコーチとして、京都府下の幼稚園、保育園、小学校において、年間1万人の子どもたちを指導。子どもに寄り添う姿勢を大切にさまざまな運動プログラムを実践している。



2012年の発足から
つながった人【累計】

1,525授業 115,037名

2019
6.30現在

自動昇格圏と勝ち点差2
ここからが絶対面白い。

力の限り闘って
選手に力を
+加してください。

2019 HALF SEASON PASS
絶賛販売中!!



飲めば、わかる。
世界が、変わる。

Asahi

キレイな
麦100%



◎麦100%※高発酵・冷涼ホップ等により当社最高レベルのキレを実現しました。※麦芽・大麦・スピリッツ(大麦)を使用。ホップ使用量を除く。
①純粋に醸造された。ストップ! 20歳未満飲酒・飲酒運転。妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に悪影響を与えるおそれがあります。ほどよく、楽しく、いいお酒。のんだあとはリサイクル。② すべては、お客さまの「うまい!」のために。アサヒビール株式会社

SANGA INFORMATION

COLUMN

SANGA ARU-ARU
サンガあるある
レイザーラモンRG



時々サンガのスタジアムであるあるを歌わせていただくのですが、毎回あるあると曲のチョイスでめちゃくちゃ悩みがち。

「セットプレーの時コーチ前に出がち♪」などあるあるは選手が教えくれがち♪ですが、曲のチョイスはスタッフも選手もサポーターもそれぞれ好きな曲が違う。次に歌わせていただく時はどうしよう…老若男女が知ってて明るく楽しい曲…それでいて「さすがRG! ナイス選曲!」と思われたい…そんな中こないだ動画サイトをいろいろ見てたら、とあるロックフェスで大合唱&大声援となっている動画を発見!

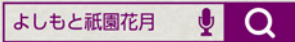
「これだ…次にサンガのスタジアムで歌う曲はこれしかない…」と鳥肌がたちました。

その曲とは、関西の老若男女は全て知っていると言っても過言ではなく、そのイントロ聴いただけで全員たちあがる! そう! 探偵ナイトスクープのオープニングテーマ、円広志さんの「ハートスランプふたりぼっち!」これ聴きたいでしょ!? 練習とききます!

よしもと祇園花月は6/3(月)~7/23(火)までの平日日本公演限定で京都府にお住まい、お勤め、ご通学の方がお安くなる「京都梅雨割キャンペーン」を実施します。

また7/15(月)は「よしもと祇園花月 8周年 3Days Night! RGが 120分あるあるを歌いつづけ、それを浅越ゴエが 120分実況解説する会」を開催します。

詳しくはよしもと祇園花月HPでチェック!
<http://www.yoshimoto.co.jp/gion/>



EVENT

7月7日(日) 18:00kickoff vs V・ファーレン長崎 @西京極スタジアム



サンガールズフェスタ2019inSUMMER開催!!
15:30~ @フレンズスクエア

年齢やファン歴、観戦回数問わず、サンガを応援してくださる女性にスタジアムで笑顔になっていただくための恒例イベント「サンガールズフェスタ」。今シーズンは、夏と秋の2回開催します!!

au KYOTO 1周年記念!
京都サンガを応援しよう!
キャンペーン2019
7.20(土) 大宮アルディージャ戦 19:00 KICK OFF
7.20(土) auスペシャルデー 16:30~イベントSTART 場外サンガフレンドスクエア
スペシャルイベント
ミニキックターゲット
ミニキックターゲット成功で、選手直筆サイン入り京都サンガ・auオリジナルグッズなどをプレゼント!
Instagram 京都サンガ・au KYOTO キャンペーン
ミニキックターゲット参加の方に配布の「京都サンガ・auオリジナルフェイスシール」を当日顔に貼って、Instagramに「#auKYOTO」をつけて投稿したとくと、抽選で選手直筆サイン入り京都サンガ・auオリジナルグッズなどをプレゼント!
※抽選日には毎日DMにてご連絡いたします。
※商品はau KYOTO店舗でお渡しとなります。

7.27 SAT 19:00kickoff vs FC岐阜 @西京極スタジアム

SOU・SOU × 京都サンガF.C. ムラサキスタジアムプロジェクト



スタジアムを紫で染めよう!

先着10,000名様に コラボTシャツプレゼント!!



京都サンガF.C.×京都市図書館
コラボイベント
2019年7月12日(金)開始
※なくなり次第終了
去年からスタートした「京都サンガF.C.×京都市図書館」のコラボイベントを好評につき今年も実施します! 猛暑が続きますが、この機会に冷房が効いた快適空間でじっくり読書を楽しんでみてはいかがでしょうか?

図書館を利用して、サンガ観戦優待券をゲット!

図書館を1回ご利用につき7月27日(土)vsFC岐阜戦の優待券(ホーム自由席/1枚)をお渡しします。真夏の暑い時期「クールスポット」として図書館をご利用いただき、読書とサンガ観戦をお楽しみください! また、今回は「選手直筆サイン入りの優待券」が合計48名様に当たるチャンス!

【イベント対象図書館】

- 中央図書館/右京中央図書館
- 伏見中央図書館/醍醐中央図書館
- 北図書館/左京図書館
- 岩倉図書館/東山図書館
- 山科図書館/下京図書館
- 南図書館/吉祥院図書館
- 久世ふれあいセンター図書館
- 西京図書館/洛西図書館
- 向島図書館/醍醐図書館
- 久我のもり図書館
- こどもみらい館子育て図書館
- コミュニティプラザ深草図書館

※コミュニティプラザ深草図書館は、深草中学校区・藤森中学校区にお住まいの方のみご利用可能

17 DF 牟田 雄祐

社員をサーフィンに行かせよう
~パタゴニア経営のすべて~



環境問題についての本です。「完璧とは付け加えるべきものが無くなった状態ではなく、取り去るべきものが無くなった状態」という部分が印象に残っています。環境問題について、小さなことから始めていきましょう!

22 MF 小屋松 知哉

君を成功に導く49の言葉



普段からよく本を読むので、どの本を紹介しようか迷いました。この本は自分の考えの幅が広がる本だと思います!

28 DF 富田 康平

流星ワゴン



どんなに苦しい状況でも自分の心の持ち方や物事への捉え方次第で人生や物の見方が変わるということを強く感じた作品です。

31 MF 福岡 慎平

予祝のススメ 前祝いの法則



この本は今まさに読んでいて、練習場にも持ってきています。みなさんも「予祝」をしてみてください!!

サンガの読書家
4選手と愛読書を紹介!!

