

## 1. ご挨拶

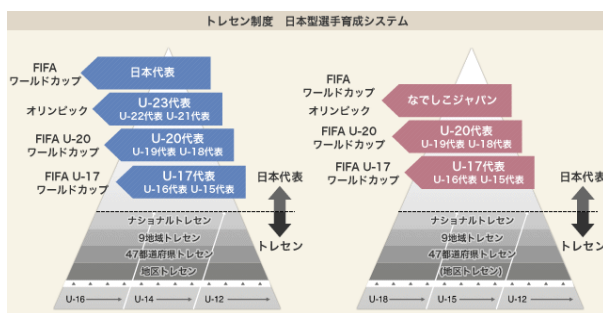
稲城市サッカー連盟少年部 部長 吉村俊夫(よしむらとしお)  
 稲城トレーニングシステム トレーニングマネージャー 内山崇(うちやまたかし)

### ◆トレセン制度とは

#### 概要

日本のユース育成の中心的役割を果たしているのが「トレセン制度：ナショナルトレーニングセンター制度」です。

「日本サッカーの強化、発展のため、将来日本代表選手となる優秀な素材を発掘し、良い環境、良い指導を与えること」を目的に始まったこの制度は、男子ではすでに25年を経て（女子は2005年度より本格的整備が開始）、さまざまな変革を行いながら、組織的にも活動内容においても充実したものとなり、トレセンを経験した選手から各年代の日本代表選手の多くが選出されるようになりました。



#### トレセン選手として



トレセンでは、チーム強化ではなく、あくまでも「個」を高めることが目標です。世界で闘うためには、やはり「個」をもっともっと高めていかなければなりません。レベルの高い「個」が自分のチームで楽にプレーができてしまっ、ぬるま湯のような環境の中で刺激なく悪い習慣をつけてしまうことを避けるために、レベルの高い「個」同士を集めて、良い環境、良い指導を与えること、レベルの高い者同士が互いに刺激となる状況をつくるのがトレセンの目的です。テクニックやフィジカルの面から、その「個」のレベルに合ったトレーニング環境を提供することは、育成年代において非常に重要な考え方で。

※上記は日本サッカー協会webサイトから抜粋して掲載しています  
[http://www.jfa.or.jp/training/training\\_center/index.html](http://www.jfa.or.jp/training/training_center/index.html)

### 東京都トレセン【U12】 第7地域トレセン【U12】【U11】 東京第11ブロックトレセン【U12】【U11】【U10】

稲城市（東京ヴェルディJr.含む）は多摩市・町田市を合わせて第11ブロックを構成しており、更に、狛江市を加えて第7地域を構成しています。それぞれのセレクションに合格した選手は11ブロックトレセンで40名弱の、第七地域トレセンで40名弱の、東京都トレセンでは80名弱の中で、年間に月1回のペースで活動が行われています。

上記の活動選手の中から、下記の大会に選手を派遣しております。  
 TOMAS CUP（東京都選抜少年サッカー大会）【U12】、東京都選抜5年生大会【U11】、キッズエリートプログラム東京【U10】

## 2. 稲トレの目的

### 稲城トレーニングシステム(略称：稲トレ)【U12】【U11】【U10】【女子】

トレセン制度(選手育成システム)の稲城市版です。稲トレは、女子（4年生以上）とU-10（4年生以下）、U-11（5年生以下）、U-12（6年生以下）の4つのカテゴリがあります。U12,U11は各チームから推薦された選手にて毎年3月(もしくはその前後)にセレクション（選考会）を実施の上30名前後を選抜し、U10は各チームから推薦された24名前後の選手、女子は各チームから推薦された4年生以上の選手で、毎月1～2回のトレーニング、トレーニングマッチ（練習試合）を行っております。稲トレで活動する事で、高いレベルの選手とのトレーニングを行うことにより、選手「＝個」の更なるレベルアップが期待されます。また、稲城市内の他チームの選手との交流の場としても非常に大きな役割があります。稲トレでの活動で習得した技術や練習方法、人間形成を自チームに持ち帰って伝えることも目的にしております。

2016年度より、他地域の選抜招待大会への派遣は稲城セレクトU12（稲トレ内で選抜した選手）で参加を致します。  
 稲トレの活動内容については、以下のHPに掲載しています。  
<http://ifa.tokyo/trcen>



#### 4. スタッフの体制について

スタッフ一覧		
所属	氏名	資格
青葉FC	小作祐史 おざくゆうじ	C
	佐々木寿文 ささきとしのり	D
稲城SSS	石原建 いしはらたける	D
	本間正一 ほんままさかず	C・GKC
FC平尾	喜田寿一 きだとしかず	C
坂浜SC	瀬尾 充弘 せおみちひろ	D
長峰FC	渡辺 克己 わたなべかつみ	D
プログレッソTCF	内山崇 うちやまたかし	C
南山EFC	長田公秀 おさだきみひで	C・K
梨花FC	高延勇一 こうのべゆういち	C
若葉台FC	佐藤格史 さとうのりふみ	C・K
	大石宜伸 おおishiよしのぶ	C
	伊藤隆 いとうたかし	C・K
フリー	高延大河 こうのべたいが	-

※C=JFA公認C級コーチ、D=同D級コーチ、GKC=同GKC級コーチ  
K=同キッズリーダー

稲城トレーニングシステム	
トレーニングマネージャー	内山崇

運営委員会	
委員長	喜田寿一
実行委員	長田公秀
	伊藤隆

技術委員会		
委員長	佐藤格史	
ヘッドコーチ	内山崇	
	チーフコーチ	サブコーチ
U12	大石宜伸	高延勇一、渡辺克己
U11	小作祐史	瀬尾充弘、石原建
U10	長田公秀	佐藤格史、喜田寿一、佐々木寿文
GK	高延大河	本間正一
女子	内山崇	佐藤格史、伊藤隆

#### 5. ウェア、用具について

##### ●以下のものをご用意願います

ピブス	トレセンから貸与予定
白シャツ、白パンツ	各自でご用意ください。
白ストッキング線なし	
シンガード	既存のものをお使いください。
ボール(4号球)	

※パンツ、ストッキングはマークやワンポイントが無いものをご用意ください

##### ①トレーニング時

特に指定はありませんが、FPは白、GKはGKとしての練習ができる服装を推奨します。ピブスの着用は必須です。忘れると参加できません。

##### ②試合時

稲城セレクトU12では赤色長袖、白色長袖、赤色半袖、白色半袖のユニフォーム(上着)とGK用緑色、黄色の上下・ストッキングを保有していて、試合の都度貸与しています。使用後は洗濯の後、返却ください。白パンツ、白ストッキング、赤ストッキングは毎試合必要となります。ユニフォームの回収は一括して行いますのでスタッフの指示に従ってください。

#### 6. スポーツ保険について

- スポーツ保険の加入について  
別途説明致します。

#### 7. 運営費用について

##### ①稲城市サッカー連盟や少年部からの補助金

別途説明致します。

##### ②選手個人からのご負担

年度開始前に徴収させていただきます。  
ご負担金の内訳は以下の通り

	U12	U11	U10	女子
ナイター費	500円	500円	-	-
雑費	500円	500円	500円	500円
合計	1,000円	1,000円	500円	500円

#### 8. 運営ご協力をお願い

##### ●保護者ネットワーク

保護者ネットワークの構築をお願いします。  
各チームの保護者代表の選出と、代表保護者の中からの代表も選出ください。

##### ●連絡網、稲トレ情報について

メールによる情報配信を行っております。  
メールリストの登録にご協力ください。  
※前年度に登録済みの方は対応不要です  
※基本的には迷惑メール設定は解除ください

- 登録先アドレス [toroku@ifaf.tokyo](mailto:toroku@ifaf.tokyo)  
本文に学年、氏名、誰のアドレスかを  
入力してお送りください。

例 6年 山田 太郎  
母携帯



#### 9. 卒業後の進路

##### ●2017年度稲城トレセン卒業生のサッカー進路

FC多摩	1人
FC府中	1人
FCヴィーダ	1人
コンフィアール町田	1人
トッカーノ	1人
府ロク	3人
調布FC	3人
ヴェルディアジュント	2人
INAC多摩川	2人
プログレッソTCF	12人
中学校サッカー部	5人
未定	人
合計	32人

※クラブチームは50音順