

## 1. ご挨拶

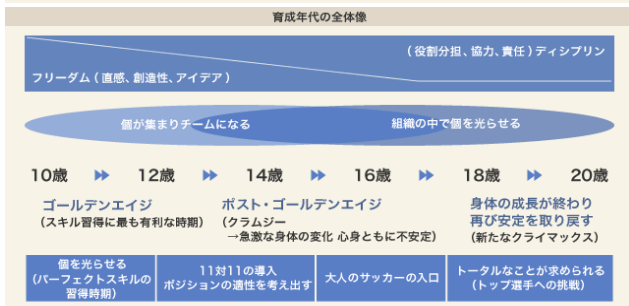
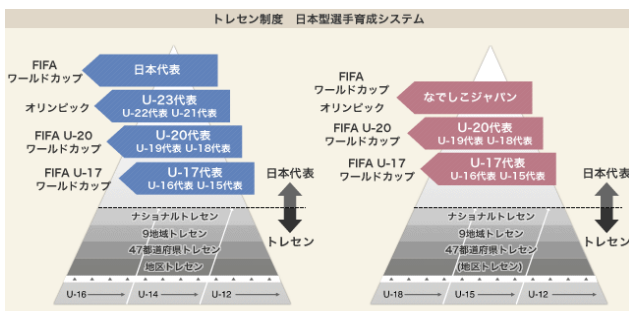
稲城市サッカー連盟少年部 部長 一戸瑞人(いちのへみずと)  
 稲城トレーニングシステム トレーニングマネージャー 内山崇(うちやまたかし)

### ◆トレセン制度とは

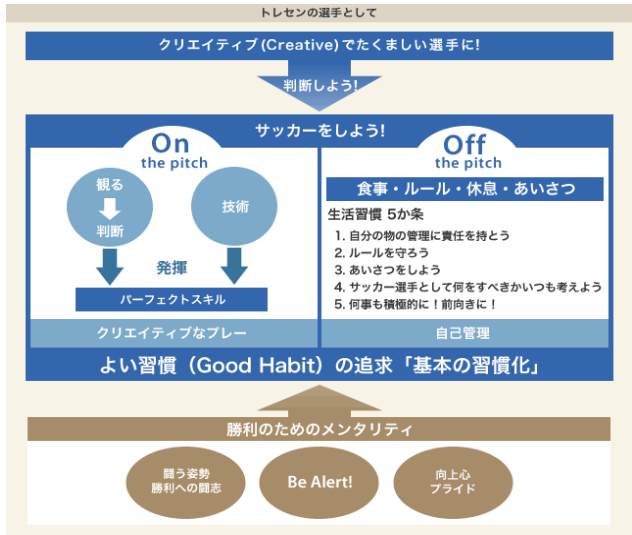
#### 概要

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くてはなりません。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す。

※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

### 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、八王子市・日野市を加えて第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月に選考会を実施の上、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を行っております。稲トレで活動することで、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(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

(チーム名/資格※)

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

(チーム名/資格)

技術委員会				
委員長	佐藤 格史(若葉台FC/C・K)※東京トレセンスタッフ			
ヘッドコーチ	内山 崇(坂浜SC/C)※11Bトレセンスタッフ			
	ダイレクター	チーフコーチ	サブコーチ	
U12	内山 崇	小作 祐史※ (青葉FC/C)	坂井 憲介 (稲城SSS/D)	
U11		瀬尾 充弘 (坂浜SC/D)	本間 正一※ (稲城SSS/B・GK2)	
GK		高延 大河	高延 勇一※ (梨花FC/C)	本間 正一※ (稲城SSS/B・GK2)
U10	佐藤格史	高延 勇一※ (梨花FC/C)	渡辺 克己 (長峰FC/D)	佐々木 寿文 (青葉FC/D)
女子		長田 公秀 (南山EFC/C・K)	喜田 寿一 (FC平尾/C)	
サポート		浅倉 栄仁 (ブロッコリーFC稲城/D)		

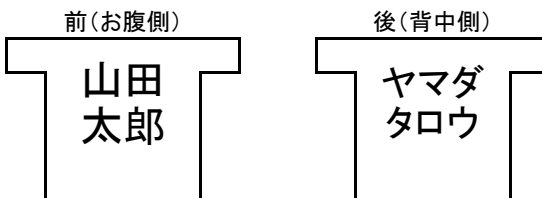
☆B=JFA公認B級コーチ、C=同C級コーチ、D=同D級コーチ  
GK2=同GKレベル2コーチ  
K=同キッカーリーダー  
※ 東京トレセン、地域トレセン、ブロックトレセンスタッフ

#### 5. ウェア、用具

##### ●以下のものをご用意願います

名前Tシャツ	各自でご用意ください。
白パンツ	各自でご用意ください。
白ストッキング	
シンガード	既存のものをお使いください。
ボール(4号球)	

※もしこの機会に購入する場合は、パンツ、ストッキングは白色で、マークやワンポイントが無いものをご用意ください



##### ●試合時

稲トレは赤色長袖、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. 運営費用

- 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
活動費	2,000円	2,000円	1,000円	1,000円

#### 7. 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。

- 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 000-1234-5678



※前年度に登録済みの方は対応不要です。  
※ML登録において、キャリア(docomo, au, softbank)アドレスの方は迷惑メール設定を解除、出来ない方はYAHOO又はgmailを利用してください。  
※ML登録時の本文に携帯電話番号を記入してください。  
こちらからのメールが届かない場合に、ショートメールで連絡します。

#### 8. 卒業後の進路

- 2020年度の進路は、後日HPにアップします。