



ひと・まち・サンガが近づく、つながる  
京都サンガF.C.フリーペーパー [サンガタイムズ]

KYOTO SANGA F.C.

FREE 無料

vol.

16

2013年 8月号

# SANGA TIMES

www.sanga-fc.jp



## The STRIKER

オレのゴールで勝利を決める!

**CONTENTS**

4p ▶ **パーサクン、オリジナルドリンク 開発!**

5p **子どもの生活リズムを整えてあげる**  
池上正一コーチのスポーツ子育て 10のなるほど

7 **レイザーラモンRG サンガ応援団**  
すこやか栄養学園  
コトノスイーツ etc

8p **祖母井GMコラム**  
海外留学を通じて、異文化を冷静に見る目を。

### 目覚める 得点力

**暑** さがピークになるこの時期、京都サンガF.C.の戦いもますますヒートアップ! Jリーグディビジョン2が後半戦に突入して1カ月、サンガは東京ヴェルディ、FC岐阜に連勝するなど、J1自動昇格圏である2位以内を狙える順位をキープしている。その要因はリ-

グ戦折り返し地点から採用した新システム「4-3-3」が機能しているところにある。新システムによってサンガが得意としている素早いパス回しや、前線に次から次へと人がわき出る分厚い攻撃がよみがえった。ここに来て、内容も結果も伴った試合ができるようになってきたと言えるだろう。そこで

今回クローズアップするのは「ストライカー」。6月末に若きゴールハンター・久保裕也のスイスのBSCヤングボイズへの移籍で得点力ダウンが懸念された。しかし、そんな不安を一気に払拭するようにフォワード陣が奮起。また、4-3-3の新布陣採用により、原一樹や三平和司がセンターフォウ-

ドの定位置を争う形となった。そこへさらに、ケガのために戦線離脱していた宮吉拓実が復帰。これに个性的なプレーが特徴のサヌが加わり、フォワードのポジション争いがますます熾烈になっている。今シーズン、最も多くのゴールを挙げてサンガのエースとなるのは誰だ!?

### 中位クラブを引き離すための重要な戦いが続く!!



**今** 月は第27節・モンテディオ山形戦をはじめ、J1昇格プレーオフ出場権を得られる6位以内を狙うクラブとの戦いが続く。サンガとしてはここで確実に勝利を重ね、J1昇格に向けての地盤固めをしたいところだ。また、前半戦で勝利を挙げられなかった横浜FC、徳島ヴォルティスとのリベンジマッチにも注目後半戦に入ってより攻撃的なチームへと成長したサンガの破壊力をピッチの上で示したい。今月は夏休みの真ただ中。家族や友達同士誘い合ってスタジアムに足を運び、全力で戦い続ける紫の戦士たちに熱い声援を送ろう!

第27節 ANAスペシャルデー  
vs モンテディオ山形  
8.4日  
HOME 19:00 @ 西京極

第28節  
vs 愛媛FC  
8.11日  
AWAY 19:00 @ ニンスタ

第29節  
vs 横浜FC  
8.18日  
AWAY 18:00 @ ニッパ球

第30節  
vs ファジアーノ岡山  
8.21日 水  
HOME 19:00 @ 西京極

第31節  
vs 徳島ヴォルティス  
8.25日  
AWAY 18:30 @ 鳴門大塚

第32節  
vs ロアッソ熊本  
9.1日  
HOME 19:00 @ 西京極



# SPECIAL FEATURE ARTICLE [ サンガのエースはオレだ!! ]

## フォワード戦国時代

久保裕也がスイスのBSCヤングボーイズに移籍し、サンガのフォワード登録選手は4人となった。それとほぼ同時期にサンガは4-3-3の新布陣を採用し、ゴールに最も近いところでプレーできるセンターポジションはひとつとなった。これによってフォワードのポジション争いが激化!奮起したストライカーたちがサンガの攻撃力アップをさらに加速させる!!



### 9 FW 三平 和司 インタビュー



— ポジションはずっとフォワードだったのですか?

三平) 中学生の時に少しサイドハーフをやったことはありますが、ほとんどフォワードかトップ下としてプレーしていました。

— プレースタイルは今のよう感じだったんですか?

三平) 小学生の時は小柄ですばっこいタイプの選手でした。ドリブルが得意で相手をかわしてゴールを決めるのが僕の得点パターン。周りからもうまいといわれるようになりましたし、何よりも相手選手をかわしてゴールを決めるのが楽しくて仕方ありませんでした。高校に入るとスループスを出せるようになり、プレーの幅が増えました。ところが大学に入ると、周りのレベルが上がってきて今までできていたドリブルやパスがなかなか通用しなくなりました。そこで裏へ抜け出したり、ヘディングで合わせたりと、今につながるプレースタイルへと変わりましたね。

— J初ゴールを覚えていますか?

三平) 2008年のロアッソ熊本戦です。まだ僕は大学3年生でした。左サイドからいいクロスボールが入って来たので、ダイレクトで合わせようと思ったら相手ディフェンダーに体を当てられて、スネに当たってしまいました。それがうまくループシュートのようにゴールに入ったんです。思い通りではありませんでしたが、運があるなと(笑)。

— 2011年からプレーした大分トリニータでは右サイドハーフにコンバートされましたね。

三平) 最初は4-4-2だったので、センターフォワードでした。でも、3-4-3になった時、運動量がある方だったので、コンバートされました。3-4-3の時の大分は「5人で守って5人で攻める」というスタイルだったので、サイドハーフは攻守両方に参加しなければならなくてハードでしたね。

— しかし昨シーズン、サイドハーフのポジションでありながら、自己最高の14得点を挙げました。点が取れるようになった要因は?

三平) ゴールから遠い分、前線の3人がゴール前に詰めた後から僕が入ってくるので、相手ディフェンダーがマークにくかったからだと思います。また、逆サイドからいいクロスボールが入ってくるので、飛び込んで合わせることができたのも、大きな要因でした。

— そしてサンガでは主にセンターフォワードとしてプレーしています。加入当初、どのような活躍ができるかイメージしていましたか?

三平) あれだけパスを回せるチームですから、コウヘイさん(工藤浩平)たちからいいパスがどんどん出てくでしょうし、周りの選手がボールを持った時にどう動き出したらいいかなど、イメージはつくりやすかったですね。大分で長い間サイドをやっていたので、感覚を取り戻すのに少し時間がかかりましたが、今はだいぶいい感じでプレーできていると思います。

— 自分のプレースタイルを周りに理解してもらうためにどんな努力をしましたか?

三平) 練習試合からずっと自分らしさを出していこうと決めていました。みんなパス回しに入っていきますが、自分は顔を出すべきところは出して、ワンタッチでさばいてからシュートに持っていきけるポジションに入っていくことを意識していましたね。また、クロスボールのトレーニングの時に100%でプレーしたことで、ヘディングが強いことをみんなにわかってもらおうとしました。その甲斐あって僕が出ている時はクロスボールを入れよう意識してくれるようになりました。

— リーグ戦を折り返したところで5ゴール(第25節終了時点)。この数字に関してはどう感じていますか?

三平) 直近の試合の中で言えば、僕がゴールを決めたシーン以外でも、何度か決定的な場面がありました。そこで決められなかったことが響いてチームが負けたり引き分けたりすると厳しいので、やはりああいう場面ですっきり決めたいです。そういう意味で、5ゴールはまだ物足りないと思います。

— 三平選手はクロスボールに頭で合わせてゴールを決めるというイメージがありますが、好みのクロスボールを蹴ってくれる選手は?

三平) 実はテソン(黄大城)のクロスボールなんです。多くの人が蹴るクロスボールはそのまま伸びていったり、巻いてきたりするんですけど、テソンのクロスボールは相手ディフェンダー頭上を越えて落ちてくるんですね。そこに頭で合わせるのが得意なので。でも、フクちゃん(福村貴幸)、アンちゃん(安藤淳)もいいボールを入れてくれますし、最近ではヨシアキ(駒井善成)もクロスボールを意識してくれているので、だいぶ得点に絡むチャンスは増えてきていると思います。

— 三平選手がゴールを決めた後のパフォーマンスが、スタジアムの名物となりつつありますが?

三平) 実は今年までゴールパフォーマンスはやったことなかったんですよ。試合の2日前にはいつもヨシアキとスーパー銭湯に行くんですが、第3節・アビスパ福岡戦でヨシアキと僕がゴールを決めた後、ふたりで「オレたちこれからいけるんじゃないか?」と盛り上がり、これからはどちらかがゴールを決めたらふたりでパフォーマンスをしようと思ったんです。

— 三平選手はサンガで唯一、J1昇格プレーオフを勝ち抜いた経験を持つ選手です。一方のサンガは三平選手が所属していた大分との対戦で敗れ、敗退してしまいました。あのような大一番で勝ち抜く要因は何だったと考えますか?

三平) まず、大分は引き分けは許されず勝たなければいけなかったという違いがありますね。勝つためには攻めなければならない。やるのがハッキリしていたし、プレーオフに至るまでのリーグ終盤戦では全然負けていなかったの、勢いがありました。ですから負けるイメージはまったくありませんでした。勢いや勝ち癖がつけば、よいイメージを持ちながら試合に臨めると思います。

— これからリーグ終盤戦に向けての意気込みを聞かせてください。

三平) リーグ戦折り返し前後で4-3-3に変更してから、攻めに人数をかけやすく、しっかり攻められる手応えを感じています。点も取れる気がしますし、全員が自信を持ってプレーできているので、これからも一つひとつ勝ち勝ちっていききたいです。

— 最後にファン、サポーターにメッセージをお願いします。

三平) J1に上がるためにはまず、ファン、サポーターとひとつになって戦う必要があります。これからもたくさんゴールを決めて、たくさん新しいパフォーマンスを皆さんに見せたいので、一緒に戦ってください!



9 | FW

### 三平 和司 Kazushi MITSUHIRA

1988年1月13日生まれ。神奈川県出身。神奈川大学3年生の時にJリーグ特別指定選手として湘南ベルマーレに登録。2010年からプロとしてのキャリアをスタートした。2011年からは大分トリニータに期限付き移籍。昨シーズンはチーム最多の14ゴールを挙げ、大分のJ1昇格に貢献した。サンガに加入した今シーズン序盤はセンターフォワードやサイドハーフとしてプレー。システムを4-3-3に変更してからはセンターフォワードとして活躍中。クロスボールに対して逆サイドから飛び込んでのダイビングヘッドを得意とする。ニックネームは「さんべい」。

#### Strong Point ストロングポイント

ヘディング ★★★★★

スタミナ ★★★★★☆

ゴールの嗅覚 ★★★★★☆



# さんべい 三平 和司が語る サンガのストライカーたち

4-3-3のシステムを採用してから、センターフォワード争いはさらにヒートアップ！それぞれが持つプレースタイルやストロングポイントを「さんべい」が解説する。

11 | FW

## 原 一樹

Kazuki HARA

1985年1月5日生まれ。千葉県出身。市立船橋高校卒業後、清水エスパルスに加入。浦和レッズを経て2012年にサンガに期限付き移籍、今シーズンからはサンガに完全移籍となった。得点感覚に優れ、ワンチャンスをもにできるストライカー。昨シーズンは試合終了間際の出場でゴールを挙げる勝負強さを発揮し、幾度となくサンガを勝利に導いた。今年はシーズン半ばにして自己最高のリーグ戦7ゴールをマーク。この数字をどこまで伸ばせるかがサンガの勝利に大きく関わるとは言うまでもない。



### さんべい's EYE

フィジカルは強いし、シュートもうまいトレーニングでもめったにシュートを外すことはありません。これだけ褒めると「じゃあ自分はどうなんだ?」となりますが(笑)、原さんは生粋のストライカーですね。

### Strong Point

ストロングポイント

#### シュート精度

★★★★★

#### フィジカル

★★★★☆

#### 強運度

★★★★☆

13 | FW

## 宮吉 拓実

Takumi MIYAYOSHI

1992年8月7日生まれ。滋賀県出身。京都サンガF.C.U-18所属時代の2008年にトップチームに登録。16歳にしてJリーグデビューを果たし、絶妙なスルーパスと決定機に絡む積極的な動きでスタジアムを沸かせた。3シーズンにわたってサンガのエースを務めていた柳沢敦(現:ベガルタ仙台)から背番号13を受け継いだ2011年からはサンガのエースとして成長した。相手ディフェンスラインの裏への抜け出しは一級品。今シーズンは負傷のため3カ月戦列を離れたが、7月に復活を果たし、巻き返しを狙う!



### さんべい's EYE

とにかく動きが止まらない! 動き出しをしてボールをもらえなくても、あきらめず何度も繰り返すことができる選手ですね。左右両足の技術も高い。パスもできるし、戻って守備もできる万能型選手です。

### Strong Point

ストロングポイント

#### 裏への飛び出し

★★★★★

#### 技術力

★★★★☆

#### 守備への貢献

★★★★☆

23 | FW

## サヌ

Wilfried SANOU

1984年3月16日生まれ。ブルキナファソ出身。オーストリアやスイスのクラブを渡り歩いた後、ドイツの名門1.FCケルンでプレー。2010年には浦和レッズにも所属した。センターフォワードや中盤、サイドバックなどさまざまなポジションをこなすことができる。昨シーズン途中からサンガに加入。9試合に出場し2得点を挙げた。日本人とは別次元の身体能力の高さやボールコントロールはサンガの攻撃において効果的なアクセントとなる。現在サンガに所属する選手の中では唯一、ナショナルチームの現役代表だ。



### さんべい's EYE

経験が豊富な選手なので、サッカーがわかっていますよね。そしてうまい! 足が速い! 第7節のFC岐阜戦では自分でもシュートを打てるのに、あえて確実なパスを選択し、原さんのゴールをアシストしました。

### Strong Point

ストロングポイント

#### スピード

★★★★★

#### 経験値

★★★★☆

#### 創造力

★★★★☆

# ゴールをお膳立てする 仕事人たち

ゴールはひとりの力では生まれない。誰かが汗をかき、チャンスを見極め、ゴール前の選手にメッセージのこもったボールを託さなければならない。ここではアシストを量産するチャンスメーカーを紹介する。

## 7 | MF 駒井 善成

### 闘争心全開のアタッカー

鋭いドリブルで相手ディフェンダーを切り裂くアタッカー。第16節・モンテディオ山形戦ではあきらめずにボールを追い、工藤浩平のゴールをお膳立てした。



## 14 | MF 山瀬 功治

### ハイレベルな攻撃を牽引

ドリブルやパスで前へボールを運ぶ力はチーム屈指。キックの精度も高く、アシストだけでなく、自らも積極的にシュートを打ち、コンスタントにゴールを挙げている。コーナーのキッカーを担当。

## 10 | MF 工藤 浩平

### チーム随一の戦術眼

技術、戦術眼、運動量を駆使し、攻撃を組み立てる。オフ・ザ・ボールの動きは秀逸で、機を見てスペースへの走り込みや相手選手を引きつける動きで好機を演出。

## 16 | DF 福村 貴幸

### 左足でアシストを量産

今シーズン、アシストを量産中の左サイドバック。フリーキックの精度は抜群で今シーズンは多くのゴールを生んだ。今後はクロスボールにも期待。

## 8 | DF 安藤 淳

### 攻守に大きな存在感

攻守の切り替えが素早いサンガのスタイルを体現し続ける右サイドバック。クロスボールでチャンスメイクをするだけでなく、自らもゴールを狙う。

## 17 | MF 横谷 繁

### 攻撃に新たなリズムを生む

前線でのボールキープで攻撃にタメをつくれる選手。キックも正確で裏へのスルーパスで好機を演出する。リーグ前半戦はフォワードとしてもプレーし、得点力を発揮した。



中国の料理人たちが作り出す本格的な広東料理を香港スタイルで。

老香港酒家京都  
OLD HONGKONG RESTAURANT KYOTO

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://www.oldhongkong-kyoto.com

四季折々の食材で、  
寿司と一品を  
お愉しみ下さい。

にぎり一貫120円から  
旨い本格にぎりをお気軽に楽しむ寿司店。  
セットメニューやコース料理もご用意しています。

ご予約・お問い合わせ TEL.075-342-0107  
営業時間 昼 11:30-15:00 (L.O.14:30)  
夜 17:00-22:30 (L.O.22:00)  
http://www.sushiina.com

COCON KARASUMA  
古 今 烏 丸



京都市下京区烏丸通四条下ル  
水銀屋町620番地



# HOMETOWN GUIDE [タウン情報]

## パーサクん、HUB四条烏丸店で オリジナルドリンクを開発!!

8月4日(日)、J1 経験を持つ難敵、モンテディオ山形との直接対決を迎えるサンガ。  
HUB四条烏丸店とコラボし、パーサクんはこの重要な一戦をより盛り上げる!



パーサクんの赤い魂注入!  
パーサチャージ  
500円

パーサクんの熱いソウルが込められたレッドカラーが独創的! 爽やかな飲み口のビールと、カシスシロップのほのかな甘味が利いた、真夏のナイトゲームにピッタリなビアカクテル。



山形を飲み込め!  
のんでおい山形  
500円

モンテディオ山形のアウェイユニフォームのカラーであるイエローをモチーフにしたソフトドリンク。グレープフルーツとオレンジの爽やかな風味なので、イッキに飲み干しちゃえ!

「来るべき山形戦で、サポーターにさらなる力をチャージする方法はないだろうか?」と真剣に悩むパーサクん。

山形に勝利するには、サポーターの力が不可欠だ。絶対に勝つ...勝つ...勝つ...

パーサクんの悩みを聞く小泉店長。

パーサクん、オリジナルドリンクの開発がスタート。熱いソウルを注入して欲しい」とあれこれ注文をつけるパーサクん。

それなら、ドリンクを一緒に作ることにしよう。

パーサクんの悩みが完成!

山形戦1試合限定で西京極スタジアムでの販売も交渉成立! これまでサポーターのメンションもMAXに上がるはず!

店長はサッカーがお好きですか? — 私自身、小中学校時代はサッカーをやっていました。自分のせいで大事な試合を落としてしまい、サッカーをやめてしまったんですが(苦笑)。

HUB 四条烏丸店の  
特徴を教えてください。 —

全面的にサンガをサポートしていますが、全国のHUBの中でもここまでひとつのクラブのカラーを色濃く出している店舗はありません。そのためサンガのアウェイ戦を放映するときは、たくさんのサンガファン、サポーターの方にご利用いただいています。

サンガのアウェイ戦放映時の  
楽しみもあるんですね? —

ハーフタイムには次回ホームゲームのチケットが当たる抽選会を実施しています。また、サンガが勝った後はハッピーアワーとしてカクテルとソフトドリンクが30~50%オフになります。

サンガファン、サポーターに  
一言お願いします。 —

アウェイ戦放映時はもちろん、シーズン前の決起会、シーズン後の打ち上げなどにもたくさんの方にご利用いただき、ありがとうございます。これからサポーターの方々がつくられたオリジナルグッズの展示を増やすなど、ますますサンガカラーが強いお店にしていきたいので、よろしくお祈りします。そして、山形戦のホームゲームではたくさんの方にオリジナルドリンクを楽しんでいただきたいと思っておりますので、よろしくお祈りします!



HUB 四条烏丸店  
小泉 拓也 店長

緊急告知!!

モンテディオ山形戦限定!  
8月4日(日)HUB×パーサクん オリジナルドリンクの  
スタジアム販売が決定!!

※数に限りあり

## ホームタウン活動だより

au presents フレンドリーマッチ  
7月7日@西京極スタジアム

チアスクール生のパフォーマンス  
7月6日@東城陽グラウンド

キャンプin網野~網野でサッカー教室&ビーチサッカー~  
6月29・30日@京丹後市網野町

「京都サンガF.C.スポーツアカデミースペシャル」を開催!  
6月19日(水)@ホームタウンの各小学校

サンガのスクール生とFC岐阜のサッカースクール生で、前座イベント「au presentsフレンドリーマッチ」を開催しました。サンガのコーチ指導のもと、ボールを使ったトレーニングや、FC岐阜のスクール生とフレンドリーマッチを行いました。普段は触れ合うことのない他会場の仲間や、FC岐阜のスクール生と、交流を深めることができました。

FC岐阜戦を翌日に控えた日、チーム練習前にサンガキッズチアスクール生がトップチームの選手&スタッフへエールの気持ちを込めて、パフォーマンスを披露してくれました。途中、選手たちが飛び入り参加するシーンもあり、選手たちはチアスクール生から大きな力を与えてもらいました。

サッカースクールのコーチとスクール生47名で京丹後市網野町(1泊2日)へ行ってきました!天然芝グラウンドでサッカー教室(「京のスポーツ夢バンク」の対象事業)の開催や、八丁浜海岸でビーチサッカーを行いました。サッカーを通じて、地元の子たちと交流を深めたり、きれいな海や、転んでも痛くない天然芝や砂浜で自然と触れ合うことができ、とても思い出に残るキャンプになりました。

選手・コーチが地域の小学校に訪問し、子どもたちにスポーツの楽しさや素晴らしさをお届けする、「京都サンガF.C.スポーツアカデミースペシャル」を今年も実施。アカデミースペシャルは2002年から始まり、延べ214校の小学校に選手たちが訪問しています。今年も25校に訪問予定です。今シーズン2回目のアカデミースペシャルは以下のとおり開催しました。

- 開催校・参加選手
- 嵯峨野小: 杉本選手、原川選手
- 南太秦小: 児玉選手、久保選手 ※現BSCヤングボーイズ
- 北醍醐小: 黄選手、酒井選手
- 菟道第二小: 下島選手、中山選手、高橋選手
- 草内小: 内野選手、宮吉選手
- 第二回陽小: 中村選手、姜選手、山田選手



サンガアイテムで彩られた店内!

歴代ユニフォームや選手サイン入りグッズ、写真など、サンガゆかりのアイテムを多数展示!

京都サンガF.C.全試合放映!

ハーフタイムの抽選会や、勝利後のハッピーアワーも実施!

サンガ×HUB  
メンバーズカードを発行!

HUB 四条烏丸店限定。お得な割引特典やポイント制度あり!

HUB 四条烏丸店は京都サンガF.C.を応援しています!



HUB 四条烏丸店  
http://www.pub-hub.com/shop/karasuma/  
京都府京都市下京区烏丸通四條下ル 水銀屋町620  
COCON烏丸 B1F 【最寄駅:地下鉄四條駅 直結】  
TEL:075-353-4858 営業時間:12:00~0:00(年中無休)

京都サンガF.C.  
「応援のほりスポンサー」募集

あなたのお名前・会社名入りの「応援のほり」を作ってサンガを応援しよう!

■仕様

- のほりサイズ: 縦150cm×横45cm
- 掲出広告サイズ: 縦20cm×横40cmの枠内(黒1色、文字のみ)

■掲出条件

2013年度Jリーグ 京都サンガF.C. ホームゲーム時(西京極スタジアム開催時のみ)  
※ご自宅・会社・店舗等に掲出していただくことも可能です。

■広告料金

※お申込みは宛先でもお受けいたします。

広告料金(1本)  
5,250円(税込)

※名入れ広告料金のみでのほり本体の代金はサービスさせていただきます。  
※ボールは含まれていません。

【応援のほり】  
▲弊社広告イメージ下の枠の部分にお名前を掲出

「応援のほり」スポンサー係 「サポートショップ」係

【お問い合わせ先】 株式会社 京都パーフルサンガ TEL:075-212-0635 FAX:075-212-0628

サポートショップ  
加盟店募集中!!

【京都サンガF.C. オフィシャルカード】会員の方に、限定的特別サービスをご提供いただけるのが唯一の条件。加盟したとくと、観戦チケットや情報誌・応援ツールプレゼント等の特典があります。詳しくはオフィシャルホームページをご覧ください。

加盟店  
増加中!!  
ファンクラブ会員の皆さん来店お待ちしております!

和食 炭焼 浪漫家 四条烏丸店  
昭和三堂 炭焼 浪漫家 四条烏丸店  
クリーム デラ クリーム



# SPECIAL COLUMN [ 池上コーチ コラム ]



## No.06 生活リズム

子どもの生活リズムを整えてあげると心身の成長と、自立が促されます。

**朝** 起きたらきちんとあいさつをして顔を洗う、夕食は18時、就寝は20時というように、昔は家の中でいろいろ決まりごとがあったものです。皆さんの家庭では、朝ご飯を食べない日があったり、夜遅くまでテレビを見たりと、子どもの生活が不規則になっていませんか? 身体の成長を促す「成長ホルモン」は、21時から24時の間に最も多く分泌されます。しかし、生活のリズムが乱れると十分に成長ホルモンが分泌されず、健全な成長が妨げられてしまうのです。また、生活のリズムが狂ってしまうと、心も不安定になり、脳がストレスを抱えてしまいます。そうすると余計に夜に眠れない、朝は起きられないという悪循環に陥ってしまうので、気をつけましょう。

最近では、子どもの事情ではなく、大人の都合で子どもの生活リズムが乱れている場合も少なくありません。親が疲れているので外食にしたらついつい夜が遅くなってしまいがちです。また、親が寝たために子どもも寝坊をしたり、朝ご飯を食べられなかったりする話をたまに耳にします。それでは子どもの脳には「いつ食べられるの?」「いつ寝られるの?」というストレスを抱え、心が不安定になってしまいます。ひいては人間、特に大人を信用しない子どもになってしまいます。言い換えると、親が子どもの心身の成長を妨げているようなものです。決して楽なことではないかもしれませんが、中学生になる頃までは「18時に晩ごはんを食べる」、「遅くても21時までは就寝する」など、できるだけ子どもにとって理想的な生活リズムに親が合わせてあげるようにしましょう。

仕事の都合もあるので、18時や19時に晩ごはんを家族全員が揃って食べるのは難しいで

しょう。池上家では朝ご飯だけは必ず家族全員で一緒に食べるようにしていました。当時私は平日が休みだったので、必ず早起きして子どもに合わせていました。子どもが学校に行った後で二度寝することはありましたが(笑)。また、そういった家族独自のルールをつくった場合、「友達の家はこうだよ」と子どもが言う場合があります。そんな時には最初にルールありきではありませんが、「友達の家とは違うかもしれないけど、うちではそう決まっているんだよ。なぜなら早く寝ることで身体が成長するから。あなたに健康的な大人になってほしいからそうしていることをわかってね」と、ちゃんとした理由とともに説明してあげてください。今ならインターネットでそれぐらいの知識は簡単に身につけられるはずですよ。そうやって家庭で定めたルールを受け入れ、守るようになった子どもは、やがて社会の仕組みも自然に受け入れられるようになります。また、身体が成長するだけでなく心も安定するので、自分で考えて正しく判断できる、自立した大人へと成長してくれることでしょう。



ホームタウンアカデミー  
ダイレクター  
**池上 正**  
いけがみ ただし  
大阪 YMCA で幼年代や小学生を指導、ジェフユナイテッド千葉で育成コーチなどを務めた後、2012年より京都サンガ F.C. ホームタウンアカデミーダイレクターに就任。

あなたのお悩みに池上コーチがオフィシャル携帯サイト「池上コーチのお悩み相談室」でお答えします! お気軽にメールをお寄せください!  
free-paper@kyotosanga.jp **募集中!**

## VOICE from ACADEMY CENTER アカデミーセンター スタッフ紹介



現役時代はボランティアやセンターバックでプレーしていました。テクニックではなかったのですが、相手の攻撃の芽を潰したりなど、守備でチームに貢献しようと、とにかく守備面で一生懸命頑張る選手でした。

これまで、指導者として小学生年代から高校生年代まで、幅広い年代の指導で様々な経験を積んできました。それぞれのカテゴリーで指導してきた経験は、指導者の道を歩み続けている上で生きていくと感じます。しかし、経験だけではダメだなとも思いますね。どのカテゴリーでも言えますが、指導は「これをやっていたら正解」というものはありません。時代も、選手も、環境も変わっていきます。そんな変化に対応するために、常に自分の指導方法を見直し、変化に対応していかなければ進化していきません。

中学生世代には、ピッチの中でも外でも「自ら考

えて行動する」習慣をすることが大切だと、私は考えています。サッカーだけでなく、学校や家庭など日常生活でも、自分自身で考えて、解決法を見出し、実行できる力を発揮することを習慣づけていて欲しいです。

選手たちと関われる時間は限られています。通常の練習や試合だけでなく、夏休みには宿泊を伴った遠征や活動を利用して、更に選手たちにその大切さを伝えていければと思っています。そういった環境から育った選手がトップチームに昇格し、活躍することで、京都の人たちはサンガを身近に感じ、応援してもらえるようになるかと信じています。



U-15 コーチ  
**本田 将也**  
Masaya HONDA  
1973年11月20日生 大阪府出身  
日本サッカー協会公認  
A級ライセンス

近畿大学卒業後、1996年から99年までサンガでプレー。各年代のコーチ・監督を経て、2010年はU-18監督を務めた。今季からU-15コーチに就任。



## RYOUMA 寮栄養士 木下さんの

# すこやか栄養学

## ネバネバ食材で食欲増進!!

長芋 オクラ



暑い日が続き、夏バテから食欲が落ちやすい季節です。食欲がないからと食べずにいると体に必要な栄養素が不足し、ますます夏バテがすすんでしまいます。

そこで食欲を増進させるために料理に香辛料を使うことや、柑橘類などの酸味を使うことがおすすめですが、更に長芋、オクラ、納豆、モロヘイヤなどのネバネバ食材を使うことをおすすめします。このネバネバの成分には唾液の分泌を促す働きや胃の粘膜を保護する働きがあり、夏バテで弱った胃や腸での消化吸収を助けてくれます。ただし、このネバネバ成分は熱に弱い成分のため、生で食べるか加熱しすぎないように注意しましょう。

今回はこれらのネバネバ食材を使って、食欲のない時でも食べやすい丼ぶり料理を紹介します。

## RYOUMA ミニレシピ

【材料4人分】

- ・オクラ…10本
- ・長芋…200g
- ・納豆…150g
- ・温泉卵…4個
- ・ご飯…丼ぶり軽く1杯程度
- ・キムチ…適宜
- ・刻みのり…適宜
- ・白だし又はしょうゆ…適宜

## スタミナねばねば丼

- ①長芋は皮を剥きすりおろす。オクラは熱湯で2分ほど茹で食べやすい大きさに切る。納豆はタレをかけずに混ぜる。
- ②温かいご飯を丼ぶりに盛り、その上に①と、温泉卵、刻みのり、キムチをお好みでのせて白だし又は醤油をかけて出来上がり。

— がんばれ、サンガサポーター —  
応援で熱く、ガスで涼しく。

CO<sub>2</sub>削減&節電の切り札  
ガス冷暖房システム



ビル用マルチエアコンで業界最高の省エネを達成!!  
スマート&超高効率 ヒートポンプ

**GHP X AIR**  
GHP エグゼア



# HOME GAME INFORMATION [ 今月のホームゲーム情報 ]

## 今後のHOME GAME

真夏の連戦に勝利を重ね、より上位へ駆け上がれ!

**8月21日(水) 19:00 第30節**  
vs ファジアーノ岡山

前回の対戦では一進一退の戦いを繰り広げた末、1-1のドローで終えた。組織力と献身的なプレーが特徴の岡山に対し、サンガはどれだけハードに戦えるかが勝利の鍵。今回も好ゲームになること必至!

ANAスペシャルデー  
**8月4日(日) 19:00 第27節**  
vs モンテディオ山形

前半戦の対戦では相手にリードを許すも、試合終盤とアディショナルタイムのゴールで劇的逆転勝利を挙げた。サンガにとっては相手を引き離し、より上位を狙うための重要な一戦となる。

**9月1日(日) 19:00 第32節**  
vs ロアッソ熊本

前半戦では相手にシュート数を上回られながらも、久保裕也のハットトリックで快勝。久保が抜けた後の4-3-3の新布陣でどれだけ良い試合ができるか、サンガの成長度を測るには絶好の試合だ。

## 2013ホームゲームチケット発売中!!

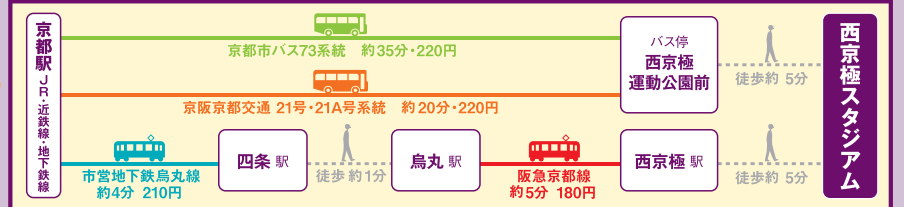
今シーズンからシニア価格、障がい者価格も登場。ますますエキサイティングに進化したサンガに熱い声援を!!

価格表	前売			当日			シーズンパス 前売 21試合分	ファンクラブ 前売 21試合分	お得額	シーズン シート	一般 前売 21試合分	お得額
	ファンクラブ	一般	車いす券	ファンクラブ	一般	障がい者券 介添者券						
指定席												
スペシャルシート	5,500	6,000	-	-	-	-	72,000	115,500	43,500	84,000	126,000	42,000
エキサイティングシートA・B	大人 3,500	4,000	-	4,000	4,500	-	48,000	73,500	25,500	56,000	84,000	28,000
SS指定席	シニア 3,000	3,500	-	3,500	4,000	1,750	40,000	63,000	23,000	49,000	73,500	24,500
	小中高 1,750	2,000	-	2,000	2,250	-	22,000	36,750	14,750	28,000	42,000	14,000
SM自由席	大人 2,000	2,300	-	2,300	2,800	-	27,000	42,000	15,000	32,000	48,300	16,300
	シニア 1,700	2,000	800	2,000	2,500	800	23,000	35,700	12,700	27,000	42,000	15,000
	小中高 800	1,150	-	1,150	1,400	-	13,000	16,800	3,800	16,000	24,150	8,150
SB自由席	大人 1,700	2,000	-	2,000	2,500	-	24,000	35,700	11,700	28,000	42,000	14,000
	シニア 1,500	1,800	-	1,800	2,300	700	21,000	31,500	10,500	25,000	37,800	12,800
	小中高 700	1,000	-	1,000	1,250	-	11,000	14,700	3,700	14,000	21,000	7,000
サンガサポーター席	大人 1,200	1,500	-	1,500	2,000	-	18,000	25,200	7,200	21,000	31,500	10,500
ホーム自由席	シニア 1,000	1,300	-	1,300	1,800	500	15,000	21,000	6,000	18,000	27,300	9,300
	小中高 500	750	-	750	1,000	-	8,000	10,500	2,500	10,000	15,750	5,750
ビジター自由席	大人 -	1,500	-	-	2,000	-	-	-	-	-	-	-
	シニア -	1,300	-	-	1,800	500	-	-	-	-	-	-
	小中高 -	750	-	-	1,000	-	-	-	-	-	-	-

## チケット購入方法

店舗・ブレイガイド

お問い合わせ  
京都サンガF.C.インフォメーションセンター  
TEL.075-212-9911



### 勝利の女神・サンガール SANGirl

夏休みの夜は西京極で盛り上がりましょー!

かみばら 神原 あゆみさん(21歳)学生

Q1: サンガのサポーター歴は?  
3年

Q2: サンガを好きになったきっかけは?  
もともとは香川県出身でしたが、大学で京都に来たことがきっかけです。

Q3: 応援している選手  
中村祐哉選手

Q4: あなたにとってサンガとは?  
見ているだけで元気になります!

Q5: 応援メッセージをお願いします。  
私が京都にいる間に、J1昇格する瞬間を目の前で見たい!

## ガンバ大阪戦のチケットは今のうちに確保!

販売期間 7月16日(火)~9月29日(日)

### 「ファンクラブ会員限定・4試合パックチケット」販売中!

前売完売が予想される11月10日(日)・ガンバ大阪戦のチケットを含む4試合を対象とした「4試合パックチケット」を、ファンクラブ会員限定で販売中です。自由席のみ100席の限定販売! J1昇格争いを懸けたサンガの貴重な試合を生で観戦するチャンスです!!

価格表	単価	1試合あたり	FC前売価格
SM自由席	大人 6,400	1,600	2,000
	シニア 5,600	1,400	1,700
	小中高 3,200	800	800
SB自由席	大人 5,600	1,400	1,700
	シニア 4,800	1,200	1,500
	小中高 2,800	700	700
サンガサポーター席	大人 4,000	1,000	1,200
	シニア 3,200	800	1,000
	小中高 2,000	500	500
ホーム自由席	大人 4,000	1,000	1,200
	シニア 3,200	800	1,000
	小中高 2,000	500	500

対象試合

- 9月29日(日) 第35節 長崎戦
- 10月27日(日) 第38節 札幌戦
- 11月10日(日) 第40節 G大阪戦
- 11月24日(日) 第42節 栃木戦

購入方法はふたつ

- ①下記期間のホームゲーム 西京極ファンクラブカウンター 7月27日(土) 第26節福岡戦 ~ 9月29日(日) 第35節長崎戦
- ②オフィシャルホームページからお申込み [http://www.sanga-fc.jp/news/fanclub\\_detail/21791/](http://www.sanga-fc.jp/news/fanclub_detail/21791/)

### オフィシャル携帯サイト (月額315円)

#### インタビューやブログなどここだけのコンテンツ満載!!

- 選手インタビュー 注目の戦士が本音を激白!!
- ミニレポ 日々の練習を密着マーク
- 試合速報 リアルタイムテキスト速報&試合直前監督・選手コメント
- 祖母井GMの仕事
- 池上正コーチのお悩み相談室
- 広報の「ココだけの話」
- 特別待ち受け画像 など、お楽しみがいっぱい!

スマホでサンガ

# EXPRESS便 × eco

## Co<sup>2</sup>削減で、地球環境にやさしい輸送サービス!

# e<sup>2</sup>便 (イーツー)

# 西武航空

## 西武運輸株式会社



# Cheer Up SANGA! [ サンガ応援団インタビュー ]

お笑い芸人

レイザーラモンRG

京都に住み、サンガでプレーする選手の皆さんには「使命」がある。だから「京都から日本のサッカーを変えてやろう」という気持ちで戦ってほしい!

— RGさんと言えば「あるあるネタ」ですが、どのように誕生したのですか?

RG) 2008年、ダウンタウンさんの番組で「あるあるネタ」をテーマにした企画をやるという話を聞いてオーディションを受けたんです。でも当時、あるあるネタは何もありませんでした。でも、ほぼ同時期にケンドーコバヤンさんに「市川海老蔵さんに似てるな」と言われたことから海老蔵さんが出演していたお茶のCMをネタにしようと思いつき、石井明美さんの歌「CHA CHA CHA」を合体させてあるあるネタをひとつだけひねり出したんです。今思えば、ブラジル代表に小学生選抜が挑むようなものですね。ひとつしかネタがないのに1分の時間が与えられていたので、無理やり「早く言いたい〜♪」と歌って引き延ばしてやったところ、面白いと書いていただいて本番に出演することになりました。まさにごっつあんゴールですね。

— その後、あるあるネタをメインに勝負することになったのですか?

RG) いえ、しばらくは親交のある芸人さんの結婚式や飲み会で披露したり、芸人さんがたくさん控えている楽屋で見てもらったりしていました。時には5〜6時間も楽屋でやっていたことがありましたね。あれでだいぶ鍛えられました。その後、少しずつラジオやテレビでやるようになり、皆さんの間で広がっていった感じです。

— 他人にお題を与えられて即興でやってみせるあるあるネタも人気ですね。

RG) 芸人さんたちに楽屋や番組で鍛えていただいたのもありますし、Twitterでもあるあるネタをやっているんです。Twitter上でフォローの方にお題を出していただいて、それに即興で返すんですよ。多いときは一晩で100〜200のあるあるを返したことがありましたね。Twitterのあるあるには自分なりのルールを設けていて、常に「○○しがち」という表現を使うようにしているんですよ。それを見た歌人の俵万智さんに「言葉を大切にしている」とお褒めの言葉をいただいたことをキッカケに、より言葉や、言葉が持つリズム感を大切にするようになりました。

— サッカーやサンガに興味をお持ちですか?

RG) サッカーは大好きですよ。サッカー解説者のセルジオ越後さんをもじった「アルジオ越後のサッカー川柳」というネタがあります。また、僕は立命館大学に通っている間、ずっと京都に住んでいたんで、京都に対する思い入れは強いんです。サンガがJFLからJリーグに昇格した時、ちょうど京都に住んでいたんですよ。ですから常にサンガのことは気にかけています。今も「パープルサンガ♪」っていう当時の応援歌を覚えてますよ(笑)。

— 最後に、サンガに対するエールをお願いします。

RG) 京都は僕が一番多感な時期を過ごした特別な場所。そして、日本を代表する古都ですし、いろんな文化が発祥した街です。他の土地から来ている選手も多いでしょうが、そんな特別な街のクラブでプレーしていることに誇りを持ってほしいです。そして、古都が持つパワーを味方につけて、「京都から日本を変えてやろう」という気持ちでプレーしてほしいですね。



## 「京都の力」を味方につける!

サポーター、観客で盛り上げがち

— 他人にお題を与えられて即興でやってみせるあるあるネタも人気ですね。

RG) 芸人さんたちに楽屋や番組で鍛えていただいたのもありますし、Twitterでもあるあるネタをやっているんです。Twitter上でフォローの方にお題を出していただいて、それに即興で返すんですよ。多いときは一晩で100〜200のあるあるを返したことがありましたね。Twitterのあるあるには自分なりのルールを設けていて、常に「○○しがち」という表現を使うようにしているんですよ。それを見た歌人の俵万智さんに「言葉を大切にしている」とお褒めの言葉をいただいたことをキッカケに、より言葉や、言葉が持つリズム感を大切にするようになりました。

**速報!**

9月1日(日) ロアッソ熊本戦に  
レイザーラモンRGが来場!

RGの祇園花月での  
大人気イベント、8月に開催あり!

8/11(日)「RGが120分あるある歌いつづけ、それを浅越ゴエが120分実況解説する会」  
開場18:30、開演19:00 前売2,000円、当日2,500円  
【出演】レイザーラモンRG / 浅越ゴエ(ザ・プラン9)  
Pコード 597-132 / Lコード 59411  
◎お問い合わせ 0570-036-912 (8/5まで)  
(10:00〜19:00) 0570-550-100 (8/6以降)

### 8月はよしもと祇園花月2周年大感謝キャンペーンが目白押し!!

<b>お子様キャンペーン</b> ~8月30日 平日の本公演のみ小学生以下のお子様は前売2,000円、当日2,500円でご入場いただけます。	<b>京都夏割キャンペーン</b> ~8月30日 平日の本公演のみ京都府民の方、京都府下に通勤・通学されている方は前売3,000円、当日3,500円でご入場いただけます。*要証明
<b>浴衣で行っ得キャンペーン</b> ~8月30日 本公演に浴衣or着物でご来場のお客様は当日券500円引き+プレゼントの特典あり!	<b>夏の京都 東へ西へ あっちこっちキャンペーンZ</b> ~9月8日 東映太秦映画村とよしもと祇園花月にあるレイザーラモンHGデザインのスタンプを両方揃えると素敵なグッズプレゼント!
<b>新喜劇ズッコケキャンペーン</b> 8月6日~8月13日 入場時にご希望の方の中から抽選で5名様に、芸人と一緒に新喜劇のエンディング時のズッコケに参加いただけます。	<b>太秦新喜劇</b> ~8月5日 昨年に引き続き、新喜劇に東映太秦映画村の俳優さんが出演! 今回のテーマは「忍者」です。
<b>茂造じゃんけん大会</b> 8月14日~8月19日 新喜劇のエンディング時に新喜劇グッズがもらえるお子様対象のじゃんけん大会を開催!	<b>感謝感謝プレゼントキャンペーン</b> 8月20日~8月30日 本公演にご来場の方を対象に、抽選で素敵なプレゼントをご用意!

詳しくはこちら [よしもと祇園花月](#) [検索](#)

### 古都の人気スイーツをコトノちゃんが大紹介!!

# Kotono Sweets

コトノスイーツ

**ほろほろ食感×濃厚ジャム ベストバランスの名物クッキー**

女性店主が手づくりするカトリーヌの名物クッキー。ヘーゼルナッツとアーモンドの粉をたっぷり配合することで、口に入れた途端にほろほろと崩れていく! ロトけと共にシナモンとナツメグがふわっと香り、サンドされたねっとり濃厚なラズベリージャムの甘酸っぱさが絶妙のアクセントに。思わずポイポイと口に運んでしまうのは、食感と風味のベストバランスが考え尽くされているってコト♪

カトリーヌのヘーゼルナッツジャムサンドクッキー(50g)220円

カトリーヌ  
京都市中京区油小路通丸太町下大文字町45-1 ひじり荘1F  
TEL.075-231-8058  
9:00~19:00 / 月休

THE NEW VALUE FRONTIER

# KYOCERA

京セラは、技術力でエネルギーを変える。

**発電効率を保てる太陽電池は、意外と少ない。**

太陽電池は長く使い続けるもの。変わらない発電効率が求められます。少し意外ですが、効率が下がっていく太陽電池が多いのも事実。京セラの太陽電池は、この耐久性でNo.1、日本最大級のメガソーラーに採用される決め手にもなりました。

私たちは、長年の実績と耐久性という名の「品質」で太陽電池からすべてのエネルギー製品まで「創」「蓄」「省」エネルギーのあるべきカタチを常に考え、提供してまいります。

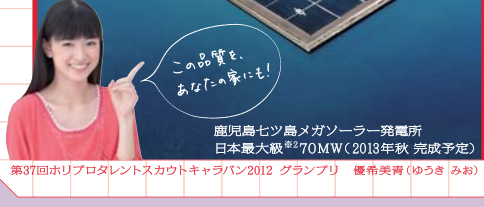
**創** エネルギー 太陽光発電システム

**蓄** エネルギー リチウムイオン蓄電システム

**省** エネルギー ホームエネルギーマネジメントシステム

※1 フラウンホーファー研究機構が、世界の主要13製品に対し実施した耐PID試験による。  
※2 2013年7月現在、当社調べ。

京セラ株式会社





# SPECIAL COLUMN [ 祖母井GMコラム ]

## 祖母井秀隆ゼネラルマネージャーのMy ホームタウン活動記

### 海外留学を通じて、異文化を冷静に見る目を養ってほしいと考えています。

京都サンガF.C.アカデミーセンターでは毎年、U-15の海外遠征や、U-18の海外留学を実施しています。昨年、U-15はスペインのバルセロナに10日間の遠征を行いました。また、U-18はオランダのSBVフィテッセ・アーネムとFCトゥウェンテ、ドイツの1.FCケルンに3名ずつ選手に海外留学を経験してもらいました。そして今年も8月5日から約1週間、U-18の選手10名とアカデミーセンターのスタッフ2名を2グループに分け、オランダのSBVフィテッセ・アーネムと、ADOデン・ハーグに派遣することが決まりました。どちらも現地のユースチームのトレーニングに参加させていただくのですが、フィテッセ組は新しい育成センターやドーム開閉式スタジアムの視察をしてもらいます。一方のデン・ハーグ組はトレーニングマッチへの出場や、オランダリーグの公式戦の観戦を経験してもらう予定です。

このU-18海外留学の特徴は、チーム単位で

はなく、個人で派遣先クラブのユースチームの練習に参加してもらうところにあります。チームで参加するとどうしても仲間で固まってしまうがちですが、個人で参加すれば自分から異国のチームの中に入っていかねばなりません。U-18の選手は全員、普段から英会話の家庭教師から英語を学んでいます。その成果を試す良い機会になるでしょう。また、ともに練習をしたり、トレーニングマッチで対戦したりすることによって、海外の同世代の選手の実力を肌で感じることもできます。短期間ではありますが、異国で生活したり、街でいろんなものを見聞きしながら異文化に触れたり、サッカーがその国でどのような位置づけにあるかを知ったりすることもできるでしょう。去年FCトゥウェンテに留学した山田元気が「自らコミュニケーションをとる必要性を感じる良い機会になった」と話したように、これからも若い選手はもちろ



※写真は昨年のU-18海外留学の様子

ん、指導者もどんどん海外に出てさまざまな経験を積むことで、異文化を冷静に見る目を養い、自分が成長するキッカケをみつけてくれたらと思います。



京都サンガF.C.ゼネラルマネージャー 祖母井 秀隆  
うばがい ひでたか

ジェフユナイテッド市原(現千葉)で育成部長、ゼネラルマネージャーを、グループ・フット38ではゼネラルマネージャー(会長代行業務)を兼任。2011年より京都サンガF.C.のゼネラルマネージャーに就任。



## 京都サンガF.C. サッカースクール 一般の方も参加できます

### 2013夏休みサッカー教室参加者大募集!

#### 夏期特別スクール

3日間の短期集中型スクール。全5会場7コースで開催します。

- 対象: 年長、小学1~6年生
- 時間: 年長60分、小学生90分
- 金額: 一般) 城陽会場 7,000円 / その他会場 6,000円  
スクール生) 城陽会場 6,000円 / その他会場 5,000円
- 申込締切: 参加コース開始日の3日前必着

城陽会場① / 8月5日(月)~7日(水) 16:00~17:30  
城陽会場② / 8月10日(土)~12日(月) 9:00~10:30  
城陽会場③ / 8月16日(金)~18日(日) 9:00~10:30  
長岡京会場 / 8月6日(火)~8日(木) 9:00~10:30  
嵐山会場 / 8月7日(水)~9日(金) 9:00~10:30  
坂本会場 / 8月21日(水)~23日(金) 9:00~10:30  
MK上賀茂会場 / 8月21日(水)~23日(金) 9:00~12:15

#### 短期 大人のサッカー教室

リピート率が高い、人気カリキュラム。性別・サッカー経験の有無にかかわらず、楽しくご参加いただけます。

- 対象: 20歳~55歳までの健康な男女
- 時間: 朝7:00~8:30(90分)
- 場所: サンガタウン城陽人工芝グラウンド
- クラス: エンジョイクラス、ステップアップクラス
- 申込締切: 8/7(水) 必着

8月10日、17日、24日、31日(土曜日・全4回)

## パフォーマンスで「元気」を届ける、サンガキッズチアリーダー大募集!

募集クラス: リトルクラス: 年中・年長児 キッズクラス: 小学校1年生~3年生

西京極ホームゲームでのチアパフォーマンスやクラブのホームタウン活動、各種イベントなど、幅広く地域貢献活動にも参加して、サンガと一緒に京都を盛り上げませんか?

レッスン日程: ①7月(本スクール) リトルクラス: 毎週月曜日 16:15~17:15 キッズクラス: 毎週月曜日 17:30~18:30 / 毎週水曜日 17:00~18:00(キッズクラスの曜日選択は、先着順となります。)

開催会場: 西京極総合運動公園陸上競技場兼球技場内

お問い合わせ先: cheer@kyotosanga.jp まで、メールにてお問い合わせください

京都サンガF.C. ホームタウンアカデミー TEL. 0774-55-7603

## NEW GOODS [新着グッズ情報]

### 今シーズン、手に入れるラストチャンス! レプリカユニフォーム最終入荷!!

スタジアムを紫に染めよう!

#### 2013 レプリカユニフォーム1st(半袖)

一般価格: 10,500円 ファンクラブ価格: 9,450円

#### 2013 レプリカユニフォーム2nd(半袖)も好評発売中!

一般価格: 10,500円 ファンクラブ価格: 9,450円

【お買い求めは...】 ※数に限りがございます

- クラブハウスグッズショップ ●西京極スタジアム※ホームゲーム開催時のみ
- サッカーショップKAMO 京都店 ●スーパースポーツゼビオ イオンモールKYOTO店
- 城陽市観光協会 ショップ五里五里の里

ONLINE SHOP [PC] <http://sanga-onlineshop.com> [モバイル] <http://m.sanga-onlineshop.com>  
【お問い合わせ】 京都サンガF.C. [グッズ担当] TEL: 0774-55-7605 Mail: shop@kyotosanga.jp

## Victory Horoscope

2013. 8. 1 - 8. 31

十二星座運気鑑定

おひつじ座 3.21~4.19  
おうし座 4.20~5.20  
ふたご座 5.21~6.21  
かに座 6.22~7.22  
しし座 7.23~8.22  
おとめ座 8.23~9.22  
てんびん座 9.23~10.23  
さそり座 10.24~11.22  
いて座 11.23~12.21  
やぎ座 12.22~1.19  
みずがめ座 1.20~2.18  
うお座 2.19~3.20

### 今月の運気急上昇選手

10 MF 工藤 浩平

自らが中心となってピッチ内外で発信することが、チーム全体に良い影響を及ぼします。

### メンタルチューナー タ・ヴィンチ タロットリーダー TΦSHI

[ホームページ] <http://mentaltuner.com/>

- ・四条新栄楼 cafe MATSUONTOKO (毎週月曜)
- ・鳥丸五葉 KITTEN COMPANY (毎月第1土曜)
- ・伏見藤森 Vegans cafe & restaurant (祝祭日曜)
- ・五葉西院 イオンモール京都五葉 タロット初級・中級講座受講生募集中。

### 広告募集

サンガタイムズでは、広告掲載企業を募集しています。お問い合わせはこちらまでお願い致します。

株式会社 京都パープルサンガ 営業部営業課 〒600-8009 京都市下京区四條通室町東入 函谷鐘町87 ケイアイ興産京都ビル TEL.075-212-0635

次号は 9月1日 発行予定

発行: 京都サンガF.C. / 後援: 京都市