TFC

TSUKUBA FOOTBALL CLUB OFFICIAL GUIDE BOOK

すべての人が生涯、素晴らしい環境で スポーツを楽しめるようにすること

つくばフットボールクラブは「人」はかけがえのない「財産」であるという認識から、「人材」を「人財」と表現。一流の人間になるために、子どもたちには本物を知ってもらいたい。その想いから、人工芝グラウンド『Tフィールド』や、天然芝グラウンドである『つくばFC万博グラウンド』を中心に活動しています。トップチームは『Jリーグ』、『なでしこリーグ』を目指し活動。育成部門では『サッカーだけでない総合的な人財の育成』を目指し活動。子どもたちが憧れるサッカーチームが「つくば」にはある。つくばFCが、Visionを実現することで、より多くの人がこの地に魅力を感じ、地域活性化に繋がると私たちは考えています。

つくば FC クラブ Vision Statement

❶子どもたちが憧れる存在になる

つくば FC は
Jリーグ・なでしこリーグ
を目指します。

❷本物の芝生をすべての人に。

サッカーは、欧米や南米では芝生の上で行うのが当たり前。日本でもJリーグが創設され、その試合は全て常緑の天然芝で行われるようになりました。そのような夢の舞台を目指す子どもたちに、Jリーグと同じような緑の芝生の上でサッカーをプレーしてもらいたいと、つくばFCは考えます。

❸人財の育成が第一。

子どもたちの個性を尊重する。個々の思考や能力を育むために、物事の本質にこだわった様々な取組みを行っています。プロの選手になることが全てではない。論理的に思考し、自らの発想で責任を持って行動できる一流の人間に育ってほしい。つくばFCでは、サッカーだけでなく様々な分野で活躍できる人財の輩出を目指しています。

❹引退のないクラブを。

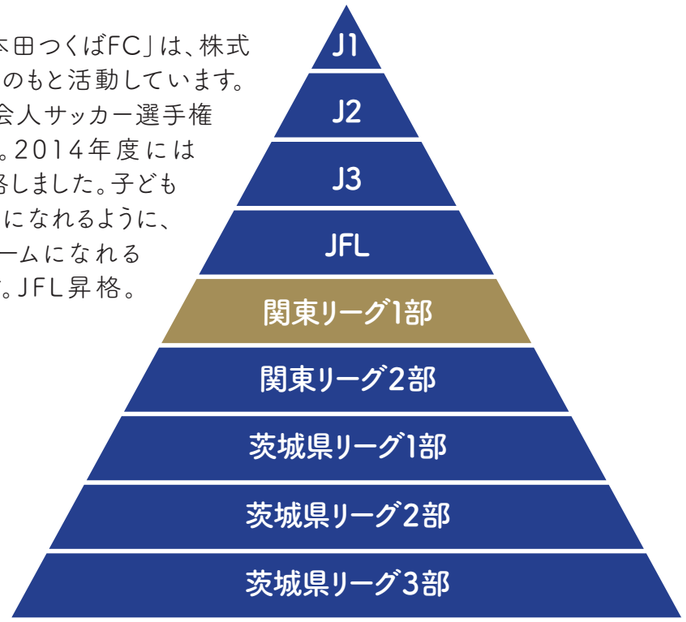
サッカーの主役は子どもたちだけではない。つくばFCでは、全ての人が楽しめるように、子どもから社会人までサッカースクールを開催しています。社会人クラスは、昔サッカーをしていた人から初心者の方、男性から女性まで、サッカーを純粋に楽しみたいという方たちが参加できるクラスです。つくばFCでは、サッカーを生涯スポーツとして地域の皆様に提案していきます。

ジョイフル本田つくば FC

つくばFCの男子トップチーム「ジョイフル本田つくばFC」は、株式会社ジョイフル本田とつくばFCの業務提携のもと活動しています。2013年度に関東2部リーグ昇格、全国社会人サッカー選手権大会で4位、地域リーグ決勝大会出場。2014年度には関東2部リーグで優勝し、1部リーグに昇格しました。子どもたちに夢を与えられるように、憧れの存在になれるように、そして、つくばの皆様に応援してもらえるチームになれるように、一戦一戦全力で戦っていきます。JFL昇格。そして、Jリーグ入りを目指して!

JOYFUL HONDA
株式会社ジョイフル本田

×



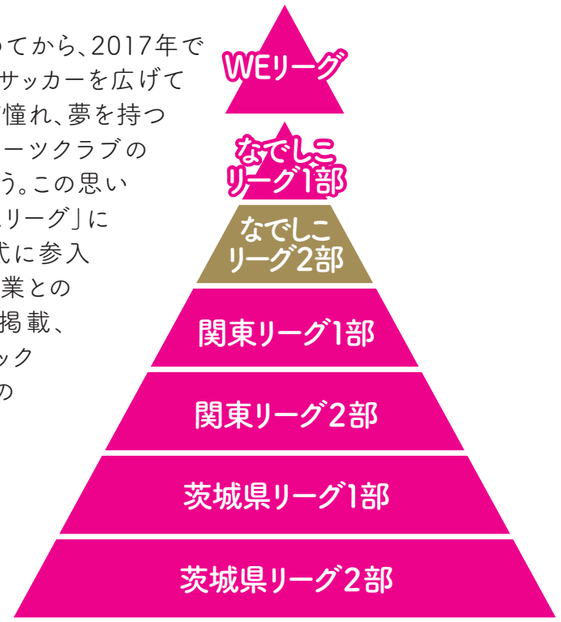
男子サッカーリーグの構造

Make a Dream

～子どもたちに夢を～

つくば FC レディース

つくばFCの発足は女子チームから。活動を始めてから、2017年で25周年を迎えました。活動の第一目標は「女子サッカーを広げていくこと」です。しかし同時に、地域の女性たちが憧れ、夢を持つことのできるクラブとなっていこう。単なるスポーツクラブの域を超えて、地域活性化の原動力になっていこう。この思いから、女子サッカーリーグの頂点である「なでしこリーグ」に参入する決意を固めました。2009年には、正式に参入表明を行い、つくば市とも連携。また、地元企業とのパートナー提携も進み、ユニフォーム広告の掲載、ユニフォームの提供、選手雇用など、強力なバックアップを得ることができました。2014年には、念願の「チャレンジリーグ」昇格。2021年より「なでしこリーグ2部」に所属。さらに上の「なでしこリーグ1部」を目指しています。



女子サッカーリーグの構造

Give a Dream

～茨城県の女性に『夢』を与えられるように～

つくばFCアカデミー

●アカデミーのコンセプト

Mission

「志・夢をもった人を育てる」

「選手が成人したときに、成功できるような育成をする」

Vision

「日本サッカー界で活躍できる人財を輩出する」

Value

「自らの責任で行動する」「強烈な努力」「自分で時間管理」「学業との両立」

つくば FC では、「人」はかけがえのない「財産」であるという認識から「人材」を「人財」と表現します。強いチームを作ることだけが目標ではありません。サッカーを通じての人間形成を進めていくことが重要だと考えています。自己実現するための目標設定を明確にし、自立を促し、自己判断できるような働きかけをしていく。そして、その決定に責任を持てるような人財の育成を目指しています。

学生の本分はあくまで学業です。サッカーとの両立に最大限努力することができる選手の育成を目指します。

勉強は嫌いだからやらないでは、苦手なものの克服を避けていることに他なりません。たとえ結果が出なかったとしても、最大限努力する。その努力をできる人間が、サッカーでも社会でも成功を収めることができると思います。

もちろん、成功できるかどうかはその時の運にもよるかもしれません。しかし、努力できなければ、その運を掴むチャンスすら、手に入れることはできないでしょう。

大事なことは、結果だけではなく、その過程にもあります。

サッカーも勉強も、常に全力で努力する！つくば FC アカデミーの合言葉です。

サッカーを通じての「人財」の育成

サッカーも勉強も、常に全力で努力する！ つくばFCアカデミーの合言葉です。

●ユース

トップチームとの連携

ユースチームに所属しながら、トップチーム（ジョイフル本田つくば FC、つくば FC ネクスト）の練習や公式戦に参加することができます。元 J リーガーや大学リーグで活躍していた選手が揃うトップチームで自分の実力を試すことも可能です。

悔いの残らない活動を

大学受験、就職活動など大きなチャレンジが待ち受ける高校 3 年間ですが、勉強だけ、サッカーだけとならないような両立できる選手の育成を目指します。大事なことは、結果ではなくその過程。「つくば FC」でサッカーをやるからには、悔いの残らない活動を！

●ジュニアユース

自らの意志でプレーする

ジュニアユースでは、サッカーを競技として勝負にこだわることを前提に、技術の追求と相手を尊重して意図的にプレーしていくことを目指してトレーニングしていきます。サッカーは自由なスポーツです。どうやってゴールにシュートを決めるのか。そのボールにどんな魂を吹き込むのかは、子どもの創造性が鍵になってきます。そのためにも、サッカーの原理原則を理解し、自ら考え、自分の意志でプレーすることが大事になってきます。

J リーガーを輩出

2016 年にはジュニアユース出身で初の J リーガーが誕生するなど、チーム成績（関東大会 9 回出場）だけでなく人財の輩出でも結果を残している。

セレクションを開始

2020年度の新入団生より、セレクションを行うことにしました。育成部のVisionである「日本サッカー界で活躍できる人財を輩出する」ために、夢を持って、自らで成長し、努力の出来る人財の発掘を目的としています。

●レディースユース

中学生・高校生年代で活動

県内でも数少ない女子チームとして、中学生・高校生が合同で活動しています。サッカーを競技として楽しみながら、リーグ戦・カップ戦を通して、技術の追求とピッチ外も含めた状況判断と行動（アクション）ができる選手の育成を目指してトレーニングしています。

サッカー以外の活動の充実

地域のイベントやホームゲームのボランティアにも積極的に参加しています。このような環境を作り出し、チームとして様々な活動を共有する中で、主体性や仲間同士の絆等を育んでいくことができると考えています。

●スペトレ

中学 3 年生、小学 6 年生を対象としたサッカースクールを開設しています。中学生であれば高校生と、小学生であれば中学生と、ひとつ上のカテゴリーで練習することによって、更なる個のレベルアップを促し、天井効果（上のレベルで練習をできずに伸び悩んでしまうこと）の排除を目的としています。（ユース・ジュニアユース・レディースユースの練習に混ざって練習します。）

また、この学年の特徴として、中学校部活動引退後の活動場所がないことが挙げられ、中学生から高校生への選手の移行をスムーズにすることも目的としています。

●専用練習場

つくば FC アカデミーでは、全てのカテゴリーで夜間照明付きの人工芝グラウンドの専用の練習場で活動しています。素晴らしい環境で JFA 公認の指導者が指導を行います。

ス　ク　ー　ル

“本物”を知る子どもたちを育てたい

つくばFCでは、子どもから社会人、初心者から上級者まですべての人が楽しめるようなサッカースクールを展開しています。日本サッカー協会公認ライセンスを持ったコーチが、年齢や発達段階に合わせた一貫指導を行っています。また、芝生のグラウンドでプレーすることを基本として、選手・コーチが共に成長出来るような活動を目指しています。現在では、会員も1000人近くとなり、多くの人たちとサッカーの楽しさを共有することができています。

特　　徴

❶チームに所属しながら入れる

日本サッカー協会に選手登録を行わない練習会形式です。地域の少年団やクラブに所属しながらも参加することが出来ます。練習回数を増やしたい、サッカーを始めたい、そういった声に応えられる形です。

❷個人に焦点を当てた指導

練習会形式なのでチームでの勝利を求めるのではなく、個人のレベルアップ、成長に焦点を当てた指導を行います。担当コーチは各クラスの人数や技術レベルに合わせてトレーニングメニューを作成しています。また、参加している子どもたちの発達段階に応じて、各年代に合う指導の提供を心掛けています。

❸コーチの適正人数

子どもとコーチの適正人数に配慮しています。コーチを適正な人数で配置し、子どもたち一人一人により多く声をかけられることが出来、充実した指導につながります。

❹児童から小学生、子どもから大人まで参加できる

様々な年代が参加できるクラスがあります。「女の子だけ」、「大人の女性だけ」のクラスもあり、新しい仲間と共に楽しくサッカーできます。

「本物」を知るために

男女トップチーム選手も直接指導

現役で活躍する選手たちが身近にいることで、
目標を持って練習に取り組めます！

天然芝・人工芝でのプレー

ケガをしにくい芝生の上だからこそ、全力で楽しめます！
良い環境での全力プレーが子どもたちを育てます！

自分に合ったクラスが見つかる

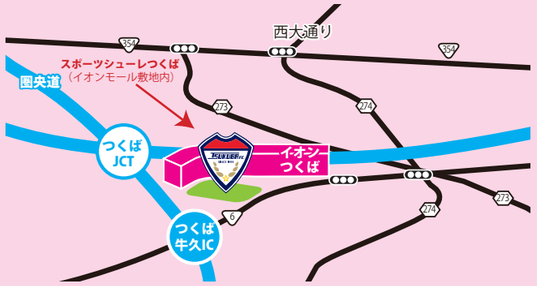
未就学児から社会人まで、自分に合ったクラスでプレーができ、
楽しみながら上達できます！

開催カテゴリー

U6／未就学児
U8／1～2年生
U10／3～4年生
U12／5～6年生
ガールズ／小学生女子

イオンクラス

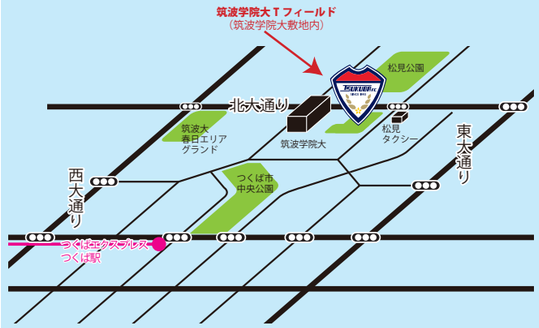
月	U8～U12
火	U6～U12
水	U6～U12、ガールズ、社会人（女）
木	U6～U12
金	U6～U12
土	ガールズ



会場／**スポーツシューレつくば**
（イオンモールつくば敷地内）
茨城県つくば市稲岡６６－１ A区画

学院大クラス

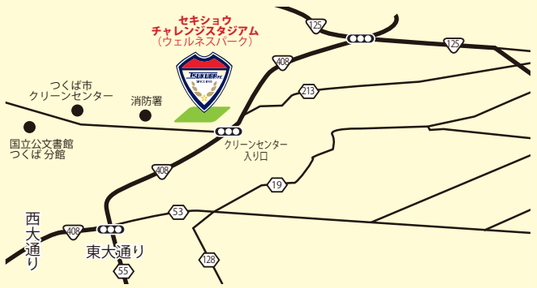
月	U8～U12
火	U6～U12、ガールズ
水	U6～U12
木	U6～U12
金	U6～U12、ガールズ



会場／**筑波学院大Tフィールド**
（筑波学院大敷地内）
茨城県つくば市吾妻３丁目３－１

チャレスタクラス

火	U8～U12
木	U8～U12、ガールズ



会場／**セキショウチャレンジスタジアム**
（つくばウェルネスパーク敷地内）
茨城県つくば市山木1562番地

万　博　ク　ラ　ス

土	社会人
日	U6～U12

会場／**つくばFC万博グラウンド**
（万博記念公園テニスコート奥）
茨城県つくば市水堀５５０－１

総　合　型

つくばFCでは、すべての人に対して、サッカーを始めとしたスポーツ全般の普及・発展を図り、スポーツ間の交流を行い、豊かなスポーツ文化の醸成を目指しています。

●ヨガ　※対象：未就学児～大人

呼吸に合わせたゆったりとした動きで、ココロとカラダをリラックス。自分と向き合う時間を楽しむヨガ教室を開催しています。子どもたちには、色んな動物や乗り物などに変身して楽しみながらポーズをとるキッズヨガを通じて、身体の健康、心の安定、自己への気付きを促しています。

●プレスポーツ　※対象：未就学児～小学生低学年

一つの種目にとらわれずに、様々な運動（マット運動、ボール運動、走る・跳ぶなど）を通して体を動かすことの「楽しさ」を体験しながら運動の基礎を身に付けていきます。運動が苦手なお子様でも気軽にスポーツを楽しむことができます。

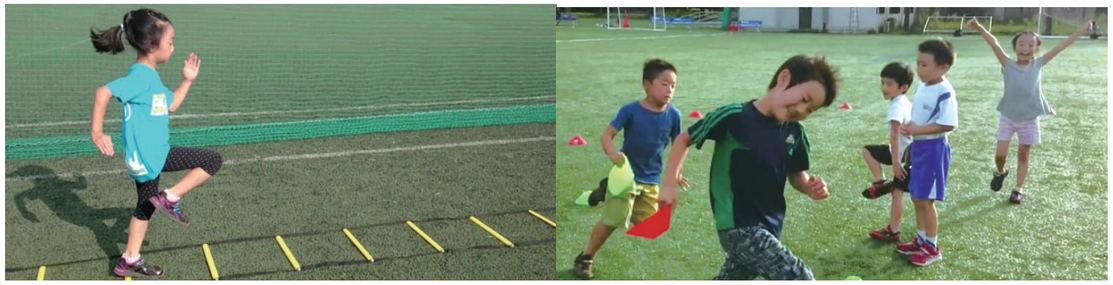
●ハンドボール　※対象：中学生、高校生

茨城県内初の中学生を対象としたハンドボールのクラブチームです。経験、未経験を問わず、子ども達が『Happy』となれるように指導していきます。勝ち負けよりも、みんなでプレーできる喜びを共有してくこと。また、自己判断ができるようにサポートしていきます。

●テニス　※対象：未就学児～高校生

子どもから大人、初心者の方でも誰でも参加できます。小学生を対象にしたクラスでは、子どもの体格にあったラケットやコートサイズでテニスを楽しみながら学んでいきます。高校生のクラスでは、ゲームやラリーを中心に、基礎的なショットや戦術を学べます。また、シングルスだけではなくダブルスでの試合形式も行います。

●運動教室　※対象：未就学児～中学生



何かスポーツを始めたいけど、どんな運動を始めたらよいのかわからない、体を動かすことが苦手という子どもたちを対象に、あらゆるスポーツに取り組んでいけるよう「基本的運動スキル」の習得を目指して運動を行う教室です。「遊び」を通して、上手に体を動かすコツを学んでいきます。

●グラウンドゴルフ　※対象：シニア層

高齢者の健康づくりと生きがいづくりを目的に、開催しています。グラウンドゴルフを楽しみながら、仲間づくり。男性も女性も関係なく、和気あいあいと楽しむことができます。スポーツを通したあらゆる人々の交流を行い、豊かなスポーツ文化の醸成を目指しています。

地域に愛されるクラブづくり

●ゲストティーチャー

つくばFCのコーチが学校を訪問し、体育の授業でサッカーの指導を行う活動です。サッカーは足を使うスポーツ。そのため、なかなか上手くできず楽しくないと感じる子どもたちも少なくありません。そんな子どもたちに少しでもサッカーの楽しさを伝えるため、たくさんの学校を回って、サッカーの魅力を伝えています。女性コーチも指導に加わることで、サッカーが苦手な女の子たちも、自然と笑顔になっていきます。現役の選手が参加することもあり、いつもとは一味違った「体育の授業」になります。

●巡回指導

つくば FC のコーチが保育園や幼稚園を訪問し、子どもたちと一緒になって、サッカーを楽しむ活動です。初めてサッカーボールに触る子もいるため、目的は「とにかくサッカーを楽しんでもらうこと」。
サッカーという競技を通して「身体を動かすことの楽しさ」と「みんなでスポーツをする楽しさ」を伝えています。

●地域イベント（開催・参加）

●普及イベントの開催
サッカーをはじめ、スポーツをより身近に感じてもらうため、つくばFCが毎年行っている地域イベント。サッカーが好きな男の子に向けたイベントだけでなく、親子で楽しめる「親子サッカー」や、女の子のための「女子サッカー体験会」、ほかにも様々なスポーツを気軽に楽しめるイベントも行っています。「スポーツってこんなにも楽しいんだ！」と家族みんなで楽しめる、そんなイベントを目指しています！

●まつりつくばへの参加
青森のねぶたをつくばに持ってきて行われる「まつりつくば」。毎年、祭り会場はたくさんの人で賑わいます。
つくば FC では、市民の皆様に知ってもらうため、ブースを開いての「スピードガンコンテスト」などを行い、お祭りを盛り上げています。

●地域スポーツ情報誌「Vision」

つくば・茨城のスポーツを盛り上げるための情報誌です。サッカーはもちろん、バレーボール・バスケットボール・ダンスなど、つくば・茨城でがんばるスポーツ団体みんなで作っています。「今季注目の選手は？」「どんな試合があったの？」これを読めば地域みんながつながることができる、そんな「Vision」を目指しています。
フリーペーパーとして、主につくば地域の施設・店舗に設置していただいてます。

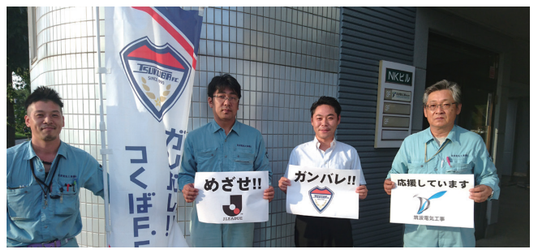
●レッツゴーつくば FC !!

つくばのケーブルテレビ「ACCS」から、つくば FC がお届けするローカルテレビ番組です。つくば地域のみなさんに、毎月元気をお届けします！
つくば FC トップチームの白熱した試合映像や、選手インタビューなど、ここでしか聞けない・見れない情報が満載。また、つくば FC スクールに通う子どもたちやコーチの様子、そのほか地域のイベントにお邪魔して、つくばの週末をお届けするなど、盛りだくさんです！

選手がゲスト出演するときも！

●フラッグパートナー

つくば FC はサッカーを通じてまちづくりに貢献したいと考えています。そこで 2009 年度から、一緒につくば地域を盛り上げてくれる地域の仲間を募集しました。ご協力いただいているみなさまの玄関前にはフラッグパートナーの目印としてつくば FC オリジナルフラッグを設置していただいてます。今後も、フラッグパートナーの皆様と様々な場面で力を合わせて、つくば地域の活性化を目指していきます。（過去実績 100 件以上）



CLUB VISION

~世界一幸せなクラブを目指して!~

とある日曜日…朝9時から子どもたちが人工芝のグラウンドで練習スタート。熱意あるスタッフの指導で充実の2時間。筑波大学の知識を生かした“やる気を引き出すコーチング”で子どもたちの目が輝いている。なでしこリーグ所属の女子トップチームの選手が、小学生の女の子にコーチしている姿もほほえましい。
子どもたちの練習を横目に、お父さんはフィットネスジムで、お母さんはヨガスタジオで汗を流している。隣で開催しているハンドボール教室や、グラウンドゴルフ大会もつくば FCの活動だ。
シャワーを浴び、家族みんなで昼食をとる。こんなにおいしい料理をクラブハウスで食べられるなんて幸せなことだ。

そして14時。ユニフォームを着てスタジアムへ。今日はつくばFCトップチームのJFL最終節。Jリーグへの昇格を賭けた大一番だ。

5,000人収容のホームスタジアムは超満員。ゲストティーチャープロジェクトで行った小学校の子どもたち。フェイスペイントをしたフラッグパートナーの店員さん。選手が働く会社の仲間もたくさんいる。一際大きな声の応援団長は、つくばFC育成チームの卒業生だ。
ピピーッ!!!!さあキックオフの笛がなる!歓声が止まらない!
結果は…言うまでもない。満員のサポーターの後押しを受けて負けるわけがない!
今夜もクラブハウスのレストランは超満員。みんなで祝杯だ!

つくば FCの歩み

1993.1	つくば FC 活動開始(当初は女子チームから)
2001.4	エンジョイクラス活動開始(小学生初心者対象、女子中心)
7	宮本グラウンド(天然芝)を使用したスクール開始
11	社会人クラス(スクール)スタート
2002.4	ジュニアユースチーム(男子中学生)活動開始
2003.9	NPO法人つくばフットボールクラブ創設(法人格取得)
	ゲストティーチャープロジェクト開始
10	男子チームがジョイフル本田と提携を開始する
2005.3	つくばフットサルアリーナ使用開始(株式会社つくば FC創業)
	はっぴークラス(現ガールズ)活動開始
	ユースチーム(男子高校生)活動開始
2006.8	つくば FC 万博グラウンド(天然芝)使用開始
	女子トップチームなでしこ参入宣言(関彰商事との提携開始)
2008.6	日本サッカー協会グリーンプロジェクトに協力
2010.3	つくばテクノグラス、JFA ロングパイル人工芝公認検査完了
2010.6	つくば FC 万博グラウンド半面人工芝化
2011.7	いばらきスポーツネットワーク(ISN)運営開始
2013.3	総合型スポーツ施設「スポーツシューレつくば」オープン
2014.4	クラブハウス完成
9	男子トップチーム関東サッカーリーグ1部昇格
11	女子トップチームチャレンジリーグ昇格
2016.3	Tフィールド(人工芝)完成

「すべての人が素晴らしい環境で
スポーツを楽しめるようにすること」が私たちの夢です。

つくばフットボールクラブ
www.tsukuba-fc.com
305-0071 つくば市稲岡66-1 イオンモールつくばA区画
TEL:029-896-3553／FAX:029-896-3670

Everything begins with a dream.