

# 北海道の 女子チーム一覽

2025.7

## 札幌ブロック

[札幌地区]  
EGZAS FC  
HABATAKE  
LAVAND 北海道  
LIPS  
SC AMIRISA  
クラブフィールズ・リンダ  
ノルディア北海道  
札幌大学女子サッカー部ヴィスタ  
札幌大谷高校女子サッカー部

札幌中央フットボールクラブ 凜  
札幌北斗高校女子サッカー部  
北海道リラ・コンサドーレ  
北海道札幌東商業高等学校女子サッカー部  
L・K A J I - M A  
ノー NAME  
[そのほか女性が参加できる取り組み]  
札幌ウォーキングフットボールクラブ  
須藤活動



公益財団法人 北海道サッカー協会

## (一社) 札幌地区サッカー協会

札幌市中央区中島公園 1 番 5 号 札幌市中島体育センター 2F TEL/FAX : 011-531-7553  
HP <http://www.sfa-net.jp/> 女子普及 X (旧 Twitter) sfa\_ladies Instagram sfa\_ladies

(一社) 札幌地区サッカー協会に所属するチームには、初心者でも選手としてサッカーをプレーできるチームがあります。日常の活動では、それぞれのチームでの練習のほかに、リーグ戦などの試合を開催しており、様々な年代の選手がサッカーを楽しんでいます。その他、協会登録をせずともサッカーを楽しむことができる、スクールや札幌ガールズサッカーランド、フェスティバルなどのイベントも数多く開催しています。

### 【協会登録が必要なチームとしての活動の場】

○ なでしこリーグ (少女リーグもあり) ○ 会長杯 ○ 札幌市民大会

### 【選手登録の必要がなく誰でも気軽に参加できる 普及活動の場】

○ ガールズサッカースクール札幌ブロック (小学 1 年 ~ 6 年生)

場所: 札幌アミューズメントパーク屋内競技場

日程: 5 月 ~ 2 月 / 月 1 回 土曜日 16:00 ~ 18:00

○ 札幌ガールズサッカーランド (不定期開催・キッズ ~ 小学生までの女性)

○ JFA レディース / ガールズフェスティバル 日程: 年 1 回 / 夏期間頃に開催



女子普及 Instagram

女子普及 X (旧 Twitter)

これからもサッカーを気軽に楽しみたい、体験してみたいというご要望に応えられるサッカー環境を提供してい 中村 麻衣 : mai03ft@yahoo.co.jp  
きます。札幌地区内で開催される女子のサッカー情報は、ホームページや X、Instagram でご確認ください。山崎 しおり : shiorik@hokkaido-c.ed.jp

札幌地区

## EGZAS FC



090-5953-3488 (代表 中村)  
egzas.fc2016@gmail.com

主な練習場所 手稲前田小学校体育館・手稲前田中央小学校グラウンド

HP など egzasfc.wordpress.com

主な参加大会 U-15 女子道リーグ, U-15 女子選手権, U-15 女子フットサル全道  
エイトリーグ, 道新カップ

2016年に Teine EGZAS FC として設立。  
現在は EGZAS FC とし、中学生 ~ 大人までの選手たちが所属し、楽しくをベースに、サッカーをするだけではなく、コーチや審判、運営のお手伝いなど、幅広く携わることにより、人生の通過点の中で、色々な経験をすることによって得られるもの、見つけられること、仲間の大切さなどを大事にしていきたいと思っているチームです。



@EGZASFC.SOCCER

初心者 OK

体験会あり

札幌地区

## HABATAKE



チームとりまとめ役：蝦名宏美  
ebichan8707@gmail.com

主な練習場所 札幌地区

初心者 OK

主な参加大会 会長杯札幌女子サッカー大会、札幌なでしこリーグ  
札幌市民体育大会サッカー大会（女子）

命令形のようなチーム名「ハバタケ」ですが、命令されない出来ない自由人ばかり。けれど全員集まれば、改名「ハバタケナ」を検討するほどピッチで暴れます。サッカーと友情とお酒をこよなく愛し、仕事はこの次。青春時代に育ててもらったサッカーに感謝し、今は社会人として“第二の青春”を満喫中！GO!GO! ライフワークバランス！今年も羽ばたきます！

札幌地区

## LAVANDA 北海道



washizu.hiromi08@gmail.com  
(鷺津)

主な練習場所 札幌市内体育館・フットサル施設などですが不定期です。

主な参加大会 北海道女子8人制大会エイトリーグ（HKFA 女子委員会主催）  
サッカーリーグ65部門・70部門（シニア連盟主催）  
ウインターフットサルリーグ60部門・65部門（シニア連盟主催）  
O-40 フットサルフェスティバル（フットサル連盟主催）

2010年活動をスタート。40歳から始めた人が多くサッカー未経験者がたくさん在籍しています。50歳以上のメンバーは、シニア連盟主催のリーグ戦に参加できるので、平日もサッカーやフットサルを楽しんでいます。また、チームとしての活動もあり、個人での活動もあり、それぞれの生活スタイルに合わせて、生涯現役を目指して活動しています。

札幌地区

## LIPS



team-masa@i.softbank.jp (山下)

主な練習場所 札幌市内体育館

主な参加大会 O-40 女子サッカーオープン大会

全員40代以上のチームです。30歳以降にサッカーを始めた人がほとんどです。生涯スポーツとしてのんびり活動しています。

札幌地区

## SC AMIRISA



sc1990sapporo@yahoo.co.jp  
080-6095-3535(阿部)

主な練習場所 札幌市内 ・札幌日大総合グラウンド ・東雁来公園サッカー場  
・大和ハウスプレミストドーム 他

初心者 OK

体験会あり

HP など

【HP】 <https://www.sc.1990sapporo.com>  
【Instagram】 <https://instagram.com/sc.amirisa?r=namaetag>

主な参加大会 U-15 女子サッカーリーグ北海道・全日本 U-15 女子サッカー選手権大会  
・北海道レディースエイトリーグ・道新カップ  
・札幌なでしこリーグ・会長杯札幌大会  
・全道 U-15 女子フットサル選手権大会・北海道 U-15 女子フットサルリーグ

2020年設立の札幌市を拠点とした女子サッカークラブ  
SC AMIRISA (アミリッサ) U-15 女子  
AMRISA Futuro (フトューロ) U-18 女子  
AMRISA GS(ガールズスクール)U-12 女子  
クラブバス送迎有 清田区・白石区・厚別区・南区

【クラブスローガン】 “笑顔と友情で繋がる未来”

## 札幌地区

## クラブフィールズ・リンダ



clubfields\_u13@yahoo.co.jp  
080-5836-1663 (松下)

主な練習場所 江別美原サッカー場, 美しが丘体育館

初心者OK

HP など <https://www.footballnavi.jp/clubfields/>

体験会あり

主な参加大会 北海道女子サッカーリーグ, U-18 女子サッカーリーグ北海道, U-15 女子サッカーリーグ, 北海道, 日本クラブユース大会(U-18) 全日本 U-15 女子サッカー選手権, 全日本女子 U-18 選手権, 札幌なでしこリーグ, 会長杯札幌大会, 札幌市民体育大会, 北海道 U-15 フットサルリーグ, 全日本 U-15 女子フットサル選手権, 全日本女子フットサル選手権, 全道フットサル選手権, 北海道 U-18 フットサルリーグ

活躍する OG 熊谷紗希 (ロンドン・シティ・ライオネス) なでしこジャパン  
沖野くれあ (Avondale FC)  
その他 なでしこリーグ2部所属選手や日本女子フットサルリーグ所属選手 多数

1979年に札幌リンダとして発足し、2005年にクラブフィールズ・リンダにチーム名を改名しました。現在は総勢58名で活動しています。江別市に天然芝グラウンドを2面、札幌市に専用体育館を保有し練習しております。リンダの長所はチームの団結力が強いこと。練習で切磋琢磨し、全員で勝利を目指します。

## 札幌地区

## ノルディーア北海道



info@norddea.jp  
011-222-7045

主な練習場所 札幌サッカーアミューズメントパーク, 東雁来公園サッカー場

体験会あり

HP など 公式ホームページ: <https://www.norddea.jp/>  
Instagram: <https://www.instagram.com/norddeahokkaido/>

主な参加大会 北海道女子サッカーリーグ

チーム名はイタリア語で「NORD (北)」と「DEA (女神)」、「北の女神」という意味です。北海道で唯一、日本女子サッカー全国リーグ「なでしこリーグ2部」を戦い、現在は北海道女子サッカーリーグに参戦しています。再び全国リーグ参戦を目指し、日タトレニングに励むサッカーが大好きな社会人、学生のチームです。



## 札幌地区

札幌大学女子サッカー部  
ヴィスタ

s-u.jije@ofc.sapporo-u.ac.jp  
011-852-9166

主な練習場所 札幌大学サッカー場, 札幌大学体育館 (冬期間)

体験会あり

HP など <https://www.sapporo-u.ac.jp/campuslife/circle/physical/soccer-women.html>

主な参加大会 北海道女子サッカーリーグ, 全日本大学女子サッカー選手権大会

活躍する OG 玉川 実奈 (伊賀FCくの三重)、秋田 咲良 (ディオッサ出雲FC)、安田 聖羅 (大和シルフィード)

札幌大学の学生で構成されたチームであり、創部15年目となります。サッカーを通じて自らが考え主体的に行動し、将来社会で必要とされる人材を育成するよう日々活動しております。



## 札幌地区

## 札幌大谷高校女子サッカー部



主な練習場所 学校人工芝グラウンド、札幌大谷丘珠グラウンドなど

HP など X(旧 Twitter): [https://twitter.com/otani\\_L\\_soccer](https://twitter.com/otani_L_soccer)  
Instagram: [https://www.instagram.com/sapporo\\_otani\\_L/](https://www.instagram.com/sapporo_otani_L/)

主な参加大会 高体連北海道大会, 北海道高等学校女子サッカー選手権大会, U18 女子サッカーリーグ, 札幌なでしこリーグなど

“一人ひとりの顔が見えるサッカー”、“強く&愛されるチーム”を目指して!!をコンセプトに、サッカーの能力の向上だけでなく、サッカーを通じた人間力の育成を目指して日々のトレーニングに励んでいます。

札幌地区

## 札幌中央フットボールクラブ 凜



HP : <https://www.sapporochuofc.com>  
 Facebook : <https://www.facebook.com/sapporochuofc/>  
 Instagram : [https://www.instagram.com/sapporochuofc\\_rin/](https://www.instagram.com/sapporochuofc_rin/)

主な練習場所

札幌中央フットボールフィールド  
 (南区、旧・YURIKO サッカースタジアム)  
 札幌医学技術福祉歯科専門学校体育館 (中央区)  
 札幌市立資生館小学校体育館 (中央区)

初心者 OK

体験あり

主な参加大会

札幌地区カブスリーグ 地区1部ほか  
 第1回北海道フットサルエスクエラプログラム (U-15) 準優勝

注目して  
ほしいOG

森上茉耶 札幌大学女子サッカー部ヴィスタ (国スポ道代表、皇后杯他出場)  
 尾崎 柊 (フットサル北海道選抜) ※サッカー 世代別日本代表候補選出有。  
 立田玲奈 (東京・十文字高)、稲垣優那 (札幌大谷高)、阿部夏帆璃 (クラブフイールズ リンダ) 藤堂莉加 (北照高)

ジュニアユース (男子) とともに創設して5年目。(U-12は14年目) サッカーを中学から始めたい女子選手や小学校時代に出場機会に恵まれなかった女子選手たちを中心に、公立進学等文武両道を目指すチームとして活動。

指導者はサッカー、フットサルともに有資格者のほか女性指導者も在籍。また北海道サッカー協会医学委員会所属のチームドクター兼コーチも在籍。人工芝グラウンドおよび専有体育館完備。中学や高校で一度サッカーから離れてしまった選手でも大歓迎!

札幌地区

札幌北斗高校  
女子サッカー部

s.enomoto@sapporohokuto-h.ed.jp  
 011-711-6121

HP など

札幌北斗高等学校ホームページ  
 札幌北斗高校女子サッカー部 X (旧 Twitter)/Instagram

初心者 OK

体験あり

主な参加大会

北海道高等学校総合体育大会女子サッカー競技 (合同チームで参加)  
 北海道高等学校女子サッカー選手権大会 (合同チームで参加)  
 北海道女子フットサルリーグ1部

初心者大歓迎! 1・2年生合わせて7人と部員が少なく単独チームでの大会参加ができない状況ですが、「サッカーを通して人として成長する」ことを目標に日々基本を中心に丁寧に練習に取り組んでいます。高校でサッカーを始めてみたい・程よく続けてみたいと思っている方は是非一緒にやりませんか? 近年は進学にも力を入れ、卒業生は国公立大学に進むようにもなりました。

札幌地区

## 北海道リラ・コンサドーレ



lilas@consadole.gr.jp  
 011-777-5310

主な練習場所

北海道コンサドーレ札幌東雁来グラウンド, 東雁来公園サッカー場

体験あり

HP など

<https://chsc.jp/team/lilas>

主な参加大会

北海道女子サッカーリーグ  
 JFAU-15 女子サッカーリーグ北海道

これまでクラブとして培ってきた育成ノウハウを活かし、充実した環境を整え、日本女子サッカーのトップリーグ参入を目指すとともに世界で戦える選手の育成を目指しております。また、北海道女子サッカー文化の発展に寄与し、サッカーやスポーツを通して多くの方々ともに、北海道を元気にしていきたいと考えております。

※加入希望の方は、ご連絡願います。

札幌地区

北海道札幌東商業高等学校  
女子サッカー部

yabu926@hokkaido-c.ed.jp  
 011-891-2311 (学校)

主な練習場所

学校グラウンド (札幌市厚別区)

初心者 OK

体験あり

HP など

札幌東商業高等学校ホームページ  
 Instagram sattosho\_josaka

主な参加大会

全国高等学校総合体育大会サッカー競技北海道予選会  
 北海道高等学校女子サッカー選手権大会  
 U18 女子サッカーリーグ北海道  
 U-18 北海道女子フットサルリーグ など

部訓「以和征技」をモットーに、チームスポーツ最大の魅力であるチームワークをベースに日々練習に励んでいます。サッカーを通じて、選手としての成長はもちろんのこと、人としての成長も目指すチームです。初心者も多いチームですが、たくさんの人に愛され、応援されるチームになれるよう、「礼節・克己・前進・信頼・感謝」を大切に日々活動しています。

## 札幌地区

## L・KAJI-MA



masa.masamasa011@icloud.com  
090-5222-5011

主な練習場所 札幌市手稲区及び石狩市

初心者 OK

体験会あり

主な参加大会 北海道女子8人制大会エイトリーグ  
札幌フットサルレディースリーグ等

L・KAJI-MA は、和気あいあいとサッカーを楽しむことをモットーに、現在は 20 代から 60 代まで幅広い年代で、経験者、未経験者問わず、学生や主婦の方も多数在籍しているチームです。練習は平日週 1 回、夏は 8 人制大会、冬はフットサルリーグのレディース部門の大会に参加しています。経験はあるが、ボールを蹴る場所を探している方、経験は無いがサッカーを始めたいと思っている方、まずは一緒に体験から始めませんか。ぜひご連絡ください。

## 札幌地区

## ノ - NAME



kobatoki0211-no1@yahoo.co.jp  
090-7654-1035( 富田 )  
090-1641-3911( 小林 )

主な練習場所 札幌市内（ほとんど練習していません。大会のみ参加）

主な参加大会 エイトリーグ・羊ヶ丘カップ

活躍する OG 大昔活躍した選手は何人かいたような・・・。

“選手登録なしの気軽な大会があれば出たいね” 位な感じでスタートしたチーム？なので軽く楽しくやっています。昔の仲間や対戦したことのある選手・見たことのある選手が声をかけて集まっているのでその時によってメンバーも若干変わり年齢増も様々です。

## ほかにも札幌地区には女性が参加できる様々な活動があります！

### 札幌ウォーキングフットボールクラブ

### 須藤活動



2019年に札幌および北海道でのウォーキングフットボール(WF)の普及を目的として発足し、走らない・ぶつからない・うばわないルールのもと、未就学児から後期高齢者まで元気に活動中。年齢や性別、運動経験や障がいの有無を問わず誰でも参加OKの体験会を月数回開催しながら、学校やサッカークラブへの講師派遣、イベントへの出展などを通じてWFの普及と地域コミュニティの活性化に取り組んでいます。

主な練習場 西区、手稲区の小中学校体育館、宮の沢屋内競技場、ほのかアリーナ、手稲区体育館、北ガスアリーナ等。  
主な参加大会 コンサドーレエスポラーダカップ、全道PK大会(平取町)

親子参加対戦等で開催しているうちに女性チーム対戦出来る程に女性人数が増えました。勝ち負けよりも楽しく運動する事をモットーに活動しています。現在では月に3~4回程度の女性対戦。月に1~2回程、元フットサルプロプレイヤーのフットサルクリニックを開催しています。練習は男性女性小中学生合同の練習試合を週に2回程開催しております。興味、質問のある方はぜひ御連絡下さい。

sapporowalkingfc@gmail.com (菅原)

takapon.1019@docomo.ne.jp (須藤)

## 女性の活動を応援しています！

公益財団法人北海道サッカー協会パートナー企業

富士園産業 株式会社



日北自動車工業



北海道川崎建機株式会社

めざすのは、『なでしこ』らしさ！ ひたむき 芯がつよい 明るい 礼儀正しい  
『なでしこ』らしい選手になろう！

しょうがくせい  
小学生 になったら

だんし  
男子といっしょのチームでトレーニング！

地域の少年団やクラブチームでは、男女一緒にチームが構成されており、各種の大会に参加しています。なでしこジャパンで活躍する熊谷選手も、地域の少年団で男子と一緒に活動していました。小学生年代から、将来のレベルアップにつながる土台ができていきます。



じょし  
女子だけの練習会やチーム、  
たいかい  
大会もあるよ

各地域で、女子だけで参加できるサッカースクールや練習会も開催されていますし、女子だけで活動しているチームもあります。2011年W杯でのなでしこジャパン優勝に貢献した熊谷選手・高瀬選手の名前を冠した「U-12ガールズゲーム北海道 熊谷・高瀬杯ガールズゲーム」など、女子選手だけの大会も開催されています。また、各地区のサッカー協会が主催するトレセン活動（選抜選手の練習会）では、優秀な指導者のもと、広く選手を募って、レベルアップをはかっており、各地区の選手同士の大会も開催されています。保護者の皆さんの中から、指導資格を取得される方もいらっしゃいます。

ちゅうがくせい  
中学生 になったら

じょし  
女子のチームにはいろいろ！

ちゅうがくせい  
中学生サッカーにステップアップ！

小学生と中学生が一緒に参加できる「ステップアップフェスティバル」を道内各地で開催します。中学生になっても安心してサッカーを続けられるよう、中学生の女子サッカーのチームを知る機会になります。

じょし  
女子だけのチーム、女子だけの大会がたくさん！

中学生から入れる女子チームは年々増えてきています。道内では中学生（U-15年代\*15歳以下）の「JFA U-15女子サッカーリーグ」、全国大会につながる大会が開催されています。また、大人と一緒に参加できる大会もあり、北海道の女子トップリーグである「北海道女子サッカーリーグ」でも中学生が活躍しています。



ぜんこく  
全国のじょうずな子こといっしょに練習できるかも！

道内・各地区で、チームの垣根をこえた選抜選手の練習会が行われており、レベルアップをはかっています。JFAエリートプログラムに推薦されると、全国各地の優秀な選手と一緒にトレーニングできます。

だんし  
男子といっしょのチームにもはいれるよ

小学生年代と同様に、男子選手が所属する中学校の部活動やクラブチームでプレーすることもできます。

こうこうせい  
高校生 になったら

がっこう  
学校のチームにもはいれるし、  
おとなといっしょのチームにもはいれるよ

こくみん  
国民スポーツ大会をめざそう

2022年から、国民スポーツ大会（旧「国体」）種目に少年女子（U-16\*16歳以下）が加わりました。北海道を代表する選手たちが、一流の指導者のもとでトレーニングを積んで国体で戦います。

こうこう  
高校の部活で全国をめざそう

高校の女子サッカー部には、夏の総合体育大会と冬の高校選手権という目標とする二つの全国大会があり、道内の高校生たちも切磋琢磨しています。寮のある強豪校もあります。



まちのクラブでつよくなる

民間等のクラブチームでは、様々な年代の選手とトレーニングを積み、レベルアップすることもできます。高校の女子サッカー部と18歳以下のクラブチームが対戦できるU-18女子リーグもあります。

しんぱんいん  
審判員として活躍する人もいます

将来、審判員としての活動を目指す中学生や高校生もいます。サッカー協会では、中高校生の審判員（ユース審判員）の育成もバックアップしています。国際審判員として活躍された大岩真由美さんや手代木直美さんは北海道出身です。

おとな になったら

WEリーグ・なでしこリーグの選手をめざそう！  
なでしこジャパンをめざそう！

プロリーグである「WEリーグ」やアマチュア最高峰の「なでしこリーグ」には、北海道出身の選手が数多く活躍しています。WEリーグ最初のゴールを決めたのは、北見市出身の高瀬選手（INAC神戸）でした。そして、なでしこジャパンで活躍する熊谷選手は、札幌市出身です。

ずっとサッカーをたのしむ・レベルアップする

高校卒業後の優秀な選手が集まる大学チームや道内各地に大人が楽しめるクラブチームがあります。O-30（\*30歳以上）の大会や、中学生から幅広い世代が参加している8人制の「エイトリグ」や「道新カップ」大会も開催されています。男性のシニア世代の大会に出場する選手もいます。

サッカーを通じて知り合った大切な仲間とずっと一緒にサッカーを楽しめます。



北海道の女子チーム一覧

発行：公益財団法人北海道サッカー協会

監修：公益財団法人北海道サッカー協会 女子委員会

〒062-0912 札幌市豊平区水車町5丁目5-41 北海道フットボールセンター

\*本誌に掲載されている情報は、2025年6月の情報に基づき製作しております。

\*本誌に掲載されている写真・ロゴマークの無断転用を禁じます。