



# オレ・オラ スタジアム

発行：FC ムサシ  
http://ole-musashi.com/  
パス：musashi  
2016 11月号

## 行ってきました！にこにこキャンプ

ムサシの秋といえばにこにこキャンプ！今年も3日程に分かれて実施。最初の日程こそ出発時に雨が降っていましたが、全ての日程を思い切り楽しんできました。

親の付き添いなし、他会場の仲間との1日でしたが子供たちは集合した時から元気いっぱい。自然を感じながら、帽子飛ばしやボールとばしなどさまざまなアトラクションで体を動かしたり、広いコートでサッカー大会を行って来ました。

にこにこキャンプでの経験が、子供たちに少なからず変化をもたらしていると、各練習会場から変化の様子が届いています。

「ボールを積極的に取りに行くようになった」  
「負けた悔しさから、練習に取り組む姿勢が変わり、ゴールへの意欲も増している」  
「キャンプで自分たちで立てた作戦が成功し、その後もみんなで作戦を立てている」  
「あまりサッカー好きには見えなかった子が、A君はうまい、B君のあの時のプレーはすごかった、などキャンプの試合を良く覚えていて、仲間やコーチに話している」など。  
ご家庭での変化があったら、コーチにぜひお聞かせください。

にこにこキャンプに行けなかった仲間にもキャンプでの体験や気持ち伝えて、良い練習をしていきましょう！



年間行事としてすっかり定着したムサシのハロウィン！年々仮装も本格的に！！今年も各会場ハロウィンメニューでの練習を実施、最後はバッチリ仮装を決めて、「トリック オア トリート」 サッカーもハロウィンも楽しんだ1週間でした。



成長する子供たちの様子をコートの外から見守ってくれているご家族の方々へ

●見学の際のご注意●  
体が大きくなるにつれ、子供たちのプレーが速く激しくなります。ボールがコート外へ飛んできたり、勢いで体が外に飛び出してくることもあります。小さなお子さまを連れての見学は充分にご注意ください。また、妊娠中の方も安全に留意していただきますようお願い致します。

これからの季節にむけて  
日没が早くなってきた。練習が終わったら寄り道せずに家に帰ろう。自転車のライトは必ずつけよう！

練習後は、同じ方面のお友達と一緒にまっすぐ家に帰るようにしよう。  
自転車で通っている子は、暗くなったら必ずライトをつけよう。暗くなると車からは自転車が見えにくくなるので、自転車の存在を知らせよう。

寒さ対策をして外でサッカー！  
日に日に寒くなってきます。寒いからといって、家にこもってしまわずに、動きやすい上着、手袋、ネックウォーマーなどを上手に使用して、外でボールを蹴ろう。心地よい温度にコントロールされた部屋にばかりいては、体の適応力が弱ってしまう。外へ出て、寒さを感じて風邪をひかない体にしていこう！

かぜの予防をしよう  
サッカーから帰ったら、手洗いとうがい必ず行おう。これは風邪予防の基本。しっかり食事をして栄養を取ることと睡眠をとることも大切！ 風邪をひかずに冬をのりきろう！

好タイム記録タイムトライアル  
小学生は先月実施したタイムトライアルの結果が手元に届きましたか？  
去年そして今年とほとんどの子が記録を伸ばしています。これは、みんながコーチのアドバイスをしっかり聞いて取り入れ、実行してくれていることが大きいとコーチたちは思っています。  
タイムトライアルでできた丁寧で速いドリブルが、試合でもできるようにさらにレベルアップしていこう！  
幼児のタイムトライアルもまもなく始まります。お兄さんたちに負けないよう準備していこう。

※小学生のタイムトライアル測定は終了しました。

福岡から スーパーバイザー 水島武蔵

少し前のことになりますが、被災しながらもがんばるロアツ熊本を応援しようと、8月にロアツのホームスタジアムで行われたファーレン長崎戦をサッカー部とともに観戦してきました。

J2のロアツ熊本は、先の震災で選手、フロント全員が被災。スタジアムも使用できない状態になりました。ロアツ熊本の監督は、日立製作所(現柏レイソル)時代のチームメイトです。十分な環境ではないながらも練習を続けるロアツは、ホームスタジアムは地震の影響で現在も観客席の一部など入れないところがありますが、7月からホームゲームを再開し熊本の人たちを元気づけようとがんばっています。

そんなロアツと熊本を応援しようと観戦に行ったのですが、実はもうひとつ大きな意味があります。それは、テレビで切り取られたアングルではなく、スタジアムで自分の視野で試合をみることです。プレーを自分なりに分析してみたり、自分のプレーに置き換えてみたりすることはサッカーの上達に大事なことです。また、仲間と一緒に試合を見ることは、イメージを共有するといったことにもつながります。試合観戦は、個人個人で行くことはあっても、チーム全体で行く機会はないので、今回はそうした意味でも良いきっかけとなりました。

みんなも是非、テレビでみるだけでなく、時にはスタジアムに足を運んでその雰囲気を感じながらサッカー観戦してみてください。

熊本を応援しよう！  
今年度のJ2も残り試合もわずかですが、来シーズンに向けてロアツ熊本を応援しよう。熊本を応援しよう！！

■ムサシコーチは、日本経済大学サッカー部の監督として、九州大学サッカーリーグの終盤戦を戦っています！

サッカーノートを書いてみよう！

半田雄大君(2年生)のサッカーノート。半田君、コーチそしてお母様。3人のコメントが写真入でびっしり。

↓

ムサシの練習以外の時間にサッカーの事を思い出したり考えたりすることは必ず次の練習に生きてくる。今日は何をやったっけ？どんなプレーをしたっけ？コーチに何を言われたっけ？そんな事をサッカーノートを通じて考えてみよう。大人になって見返した時も必ず良い思い出だったなと感じることもできるはず。コーチに提出すれば必ずメッセージも残すよ！

みんなで続けよう、サッカーノート！！