

異常なまでの暑さに見舞われた2018夏。その残暑はまだまだ厳しいものですが、そこかしこに秋の風物詩がちらほらしてきました。スポーツで爽やかな汗を！スポーツで体力回復を！スポーツで・・・！です。

サッカー及びその他様々な活動を通して心身共に豊かな子供に！

【サッカー！サッカー！サッカー！】



いわき市でサッカー！南会津でサッカー！新潟県でサッカー！そこに行かなければ出来ない試合＝試し合いを今夏もたくさんたくさん行ってきました。その中で自身の日頃の成果を感じ取り、今後の克服すべき課題を見つけたり・・・そして何よりサッカーを通して心身の鍛錬を図り、ほんのちょっぴり成長した子供たち。来るべき2018秋、その成長した姿を思う存分に発揮する時！果たして・・・。それにしても今年も泥んこサッカー楽しそうだったなあ笑

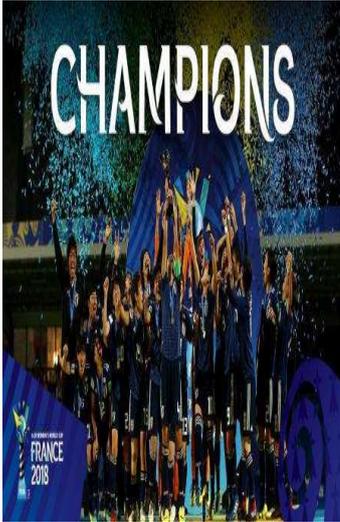


【2018サマーキャンプIN南会津第2弾】

7月31日(火)～8月2日(木)2泊3日を実施した標記のイベント。大自然いっぱい南会津で日常では体験経験できないことをた～くさん行って来ました。水の冷たさ、風の心地よさ、そして何より、自然と戯れ、自然を存分に満喫したこの非日常の時間は、まさに2018夏の思い出の1ページとなった！そう確信しています。『体験経験は財産なり』今後たくさんたくさん・・・それにしても肝試しのビビリようったら凄かった笑



祝 世界一 更なる飛躍を応援しています！



8月5日～24日にかけてフランスで行われた【FIFA U-20女子ワールドカップフランス2018】その大会に日本代表メンバーとして出場したホワイトリバーOG(平成24年度卒)の遠藤純さん。「世界一になる！」「大会で活躍する！」etc大会前に発していた言葉を物の見事に体現し、この年代では日本女子サッカー史上初の世界一の称号を手に入れました。まさに有言実行とはこのことなり！笑 今大会に最年少、そして唯一の高校生プレイヤーとして出場した純さん。1戦目のアメリカ戦こそ後半途中からの出場(約30分間)でしたが、2戦目以降は先発&フル出場を果たし、史上初の快挙に大きく大きく貢献した！そう言っても過言ではありません。その活躍ぶりは本当にお見事！でした。帰国後に取材を受けた際、「スポーツは人に勇気や感動を与える力がある。これからも自分の活躍する姿を見てもらうことで福島に明るい話題を届け、復興を後押ししていきたい」と発言。また、「今後は小さい頃からの夢であるなでしこジャパンに入り東京オリンピックに出場すること」と公言。彼女の夢が叶うよう、これからも全力応援声援していきます！がんばれ純先輩！！



秋バテ!?!に要注意!

個人的な話ですが、今から十数年前、季節が夏から秋に変わろうとしていた時、急激な腹痛に襲われ、あまりの痛さに病院へ。その際、お医者様に言われたことが、「夏にあまりに冷たい物を取り過ぎたためにこのような症状が出ることもある！」そう言われたことを今でも記憶しています。それ以来その言葉が頭から離れず・・・。今回は秋バテにならないための特効薬!?!のプチ情報をお知らせします。秋バテは『急激な気温の変化』や、上記記載の冷たい物、エアコンでの生活などによる『身体の冷えによる疲れが残っていること』など原因は様々なようです。思い当たる節のある方は、下記の3つの対策をぜひとも講じてみて下さい。

【秋バテ対策の3本柱】

1. 運動不足の解消
2. 水分補給を心がける
3. 身体を温める

だそうです。それぞれの詳しいことに関してはご自分でお調べ下さい。そして何より、睡眠・食事・運動の規則正しい生活を送るのが1番!とのことです。信じるか信じないかは貴方次第!!!

9月の主な活動予定

- ① 1日(土)『第15回福島信陵ライオンズ杯』参加
- ② 1日(土)～2日(日)『第2回JA夢みなみ組長杯サッカー大会』参加
- ③ 8日(土)『剣桂ハイキング』(イベント)開催
- ④ 9日(土)『TOYOPETCUPU-10フットサル』参加
- ⑤ 23日(土)～24日(日)『第23回クリスタルカップサッカー大会』参加
- ⑥ 29日(土)～30日(日)『第1回井田杯in仙台』参加
- ⑦ 各種(サッカー・ストサカ他)トレーニング
※詳細はそれぞれのコーナーの活動計画参照
- ⑧ 21世紀の福島の未来を担う子供たちの心と体の復興支援活動
延べ12園で17回の活動実施予定
- ⑨ 指導者派遣事業「白河市エンジョイフットサル教室」従事
7日・21日・28日(金)アナビススポーツプラザ

※上記以外にも活動が加わる場合があります。詳しくは、クラブホームページを随時チェックして下さい!