

季節外れの陽気！？出てくる言葉は、暑い暑い超熱い～！（苦笑） 熱中症等々の対策を万全に講じながら、スポーツで爽やかな汗を！！ ちなみに水分補給には水よりもスポーツドリンクが最適です！（下記参照）

今年度初のクラブ主催サッカー大会開催！



今年度クラブ主催初めてのサッカー大会となる『第15回テレメディア東北カップキッズサッカー大会』（小学2年生以下大会）、『第15回ヤマザキスポーツカップサッカー大会』（小学4年生以下大会）を5月24日と31日にそれぞれ開催しました。両大会共に、県内外よりたくさんのチームに参加して頂き開催することができました。また、クラブの関係者の方々には、クラブ主催の大会と言うことで会場準備から大会運営、後片付けに至まで並々ならぬご尽力を頂きました。大会に参加して下さるチームがあること、大会に無償の愛でお手伝いをして下さる方々が多数いること、大会スポンサーの方がいて下さること、今年度も感謝の気持ちを忘れずにたくさんの大会等を企画開催していきたいと思っています。もちろん、参加する子供たちが、参加して良かった～！楽しかった～！次からの練習がんばるぞ～！等々そんなことを思ってもらえる大会にすること、これが第一義であると思っています。皆様、今年度もどうぞよろしくお願い致します！！



FIFA女子ワールドカップカナダ2015



4年前の歓喜を再び！！6月6日～7月5日にかけて行われる標記の大会。今大会は、今まで16カ国の参加チームで開催していた大会を24カ国に増加して行われる。

【なでしこJAPANの予選リーグの日程は以下の通り】

予選第1試合 v s スイス 6月9日 11:00～
同第2試合 v s カメルーン 6月13日 11:00～
同第3試合 v s エクアドル 6月17日 6:00～

☆日程は日本時間で記載

決勝トーナメントは予選2位迄が進出し6月20日～果たしてディフェンディングチャンピオンとして臨むまでしこJAPANは7月5日の決勝の舞台に立てるのか・・・連覇はなるのか・・・声を大にしてニッポンコールをカナダに届けましょう！！

5月2日福島市で行われたなでしこリーグ「日テレベレーザ v s ベカルタ仙台レディース」戦を観戦して来ました。なでしこJAPANのメンバーである岩清水・坂口・川村選手に直接エールを送った子供たち。がんばれなでしこ！！



熱中症対策

【熱中症とは、暑熱環境によって起こる障害の総称です。熱失神、熱疲労、熱けいれん、熱射病の4つの症状があり、スポーツでは主に熱疲労と熱射病が問題となります。とりわけ熱射病は危険度が高く、適切な処置が遅れると死につながることも少なくありません。かつては日射病とも言われていましたが、屋内や曇天下でも起こります】

【熱中症の主な発生条件 ・ 気温が高い ・ 湿度が高い ・ 風が弱い ・ 陽射しが強いです】

『熱中症予防の原則』

I 環境条件に応じた運動

II 水分補給の徹底

(汗とともに塩分も失われますので、真水よりは0.1～0.2%程度の食塩水や市販のスポーツドリンクが最適です)

III 暑熱馴化

IV できるだけ薄着に

☆国立スポーツ科学センターの書籍よりの抜粋

6月の主な活動予定

- ① 6 (土) 『石川町サッカー大会』 (WRFC4～6年選抜)
- ② 13日 (土) 『県南地区リーグ戦第5・6節』 (WRFC4～6年)
- ③ 21日 (土) 『茨城県常総市サッカーフェスティバル』 (同上)
- ④ 27日 (土) ～ 『ろうきん杯サッカー大会県南予選』 (ジュニアユース)
- ⑤ 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
- ⑥ 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17園で21回の活動実施予定
- ⑦ 指導者派遣事業「白河市エンジョイフットサル教室」 従事
4日 (木) と 18日 (木) アナビースポーツプラザフットサルコート
- ⑧ キッズダンス・エアロビクス&ヨガ前期教室開校
(6日 (土)・13日 (土)・20日 (土)・27日 (土) に開催)

※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！

