



# HFA キッズ通信



<http://www.hyogo-fa.gr.jp/kids/index.html>

## 西播磨サッカー協会

西播磨サッカー協会は兵庫県の一帯西に位置し4市(宍粟市、たつの市、相生市、赤穂市)3町(太子町、佐用町、上郡町)の広い範囲の地域で活動しています。キッズ委員会の活動は、幼稚園訪問スクールや、年1回のキッズフェスティバルを行っています。毎年、キッズフェスティバルはダイセル播磨光都サッカー場で開催しており多数のお子様に参加して頂いています。今年度は3月9日(土)に第5回JDF Aフェスティバルと同日に同会場で行い聴覚障がいを持つ子どもたちも参加します。JDF Aフェスティバルとは、聴覚障がい者のサッカーの認知度向上の為、普及活動として開催しています。デフ(deafとは英語で聞こえないという意味)サッカーだけでなく、地元の女子チーム(ASハリマアルビオン)協力もあり、なでしこ交流戦や、ブラインド、アンプティなど障がい者サッカー体験会、その他障がい者スポーツの体験会、ダウン症の画家宇田光志氏の絵画展、障がい者作成作品の販売、ドキュメンタリー映画「MARCH」東日本大震災3.11震災復興支援映画上映、車椅子サッカー体験、バス乗車体験などのイベントがあり実際に体験し学んで「障がい者も健常者も混ざり合う共生社会の実現」を今回キッズフェスティバルに参加する子どもたちに少しでも伝わればと思っています。(西播磨サッカー協会キッズ委員会 中山 剛)

## JFA キッズサッカーフェスティバル

12月15日(土)JFAキッズサッカーフェスティバル2018兵庫inユニバー記念競技場  
 まずまズの天気の中、本格的な天然芝のグラウンドで、おもいきり選手たちはサッカーを楽しみました。経験の有無は関係なくゲームではボールを追いかけ、アトラクションでは日ごろやったことのない運動に夢になっていました。  
 このような機会をとおしてサッカーはもちろんの事、外で思いっきり遊ぶきっかけになればいいと思います。  
 目指せ日本代表、目指せなでしこジャパン。



(キッズフェスティバル部 米田 達司)

Soccer



## 訪問スクール

次の目標は、県下41市町で開催！！



2018日本サッカー協会キッズ巡回指導責任者研修会で巡回指導(訪問スクール)が全国全ての全市町村で開催されることが最終目標とされました。

訪問スクール部会は、今年度、県下13都市協会で開催することを目標にあげ13都市協会関係者の皆様の努力で目標を達成することが出来ました。兵庫県協会は、1市1協会が5協会、以外の協会、8協会は、3~7市町合同で運営されています。今年度、訪問スクールが開催出来た市町は、24市町。開催出来なかった市町は、4協会が3市町・2協会が2市町・1協会が1市町が開催出来ませんでした。今年度より『巡回くん』の利用により全県下の状況が把握出来るようになっていきます。3市町が開催出来ない状況があるので1年で1市町開催を目標に3年計画で県下41市町村で開催出来るよう努力していきたく考えています。Jクラブ・なでしこリーグ・街クラブ・トヨタ関係者の力をキッズ委員会で一つにまとめ2021年を目標に兵庫県下41市町で開催を目指します。(訪問スクール部 岡 俊彦)

## 運動誘発喘息

気管支喘息のある子どもが何らかの運動をすることで誘発される喘息発作を運動誘発喘息といいます。その成因については未だ明確ではありませんが、運動で呼吸が大きくなることが一因と考えられています。その発作の程度は軽重様々です。運動をやめ少し休むだけで軽快する軽症のものから、まれには病院に救急搬送しなければならないような重症のものまであります。軽い咳だけで顔色も良く呼吸困難とは言えない程度であれば、しばらく休めば良くなるでしょう。その時点で再度運動に参加してもいいと思います。こういった軽い運動誘発喘息は結構多くあると思われそうですが、気づかれないこともあるようです。顔色が悪くゼーゼー、ヒューヒューといった呼吸音が聞こえるような状態だと重症です。



気管支喘息のある子どもであっても、その程度によって日常の治療方法はいろいろ異なります。普段の生活で時々喘息発作を起こす子どもは予防治療をしているはずですが、飲み薬であったり、吸入療法であったり様々です。

問題は体調が良く喘息発作がしばらく起こっていない子どもは、予防治療を怠っていることがよくあります。喘息の予防治療をしていることは運動誘発喘息の予防にもなりますので、どのような些細な運動であっても予防治療を疎かにしてはいけません。ましてやアスリートのスポーツを志している者は一層の注意が必要です。通常の予防薬だけでなく喘息が出た時の治療薬(気管支拡張剤など)を運動前に服用することも運動誘発喘息の予防に有効です。また、こういった危険性のある子どもたちは、そうでない子どもたちよりウォーミングアップに時間をかける必要があると考えます。(医科学部 てい小児科 鄭 源紀)

## キッズドリル

### びりびり爆弾ゲーム

- ・円の中に選手が入り、円の外にコーチが立つ。
- ・コーチはボールを中の選手に転がして当てる、選手はそれを避ける。
- ・ボール（爆弾）当たるとびりびり痺れたジェスチャーをして復帰。

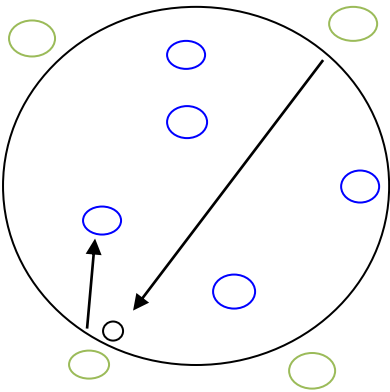
#### Keyfactor

- ・ボールを良く見て避ける。
- ・常に周りを見てボールがどこにあるか見よう。

#### 発展・留意点

- ・ボールの個数を増やし、観る事を促す。ボールのスピードもレベルに応じ調整。
- ・円の大きさを変え、難易度を調整する。
- ・ドリブルで逃げるとサッカーにより近づくトレーニングとなる。

(JFA 公認キッズインストラクター 安部井 雄太)



## 食育コラム

昨年JFA栄養ガイドラインが作成されて、選手・指導者向けの情報としてHPに掲載されていますのでご紹介します。

食事に関して、育成年代では栄養学的なことよりも、まずは生活の基本となる三食を中心に

「品目を多く」「好き嫌いなく」「よい姿勢で」「よく噛んで」楽しくゆっくりと食べることが大事、マナーよく食べることは非常に合理的で日本らしいと思うと最初に書かれています。その上で成長段階にあわせること、タイミングを考へて食べることなど大切なことが理由とともに書かれてありますので食事の考え方が理解してもらえるのではないかと思います。

そして、1人1人成長がちがうことから身体計測の重要性について書かれています。昨年の高学年向けの講習では身長体重標準曲線（18歳まで身長・体重を記録できる）を見てもらい、確認のポイントや成長期に大切なことなどをお伝えしました。

キッズの年代では毎日体重を測るのはむずかしいでしょうし、まずは年に数回の身体計測の数値を把握するところからはじめてほしいと思います。

(医科学部 管理栄養士 原田亮子)

## キッズリーダー養成講習会

11月25日(日)に開催した神戸でのキッズリーダー養成講習会に今回は23名の新しい指導者の仲間が参加してくれました。指導者に大切な『観る力』と『伝える力』。どちらかだけでもダメです。

常に観て変化に気づき、良いタイミングで分かりやすく伝える。

これからもサッカーを学び、そして誰よりも楽しみ、たくさんの子どもたちの『未来の可能性』を伸ばしていきましょう。

開催にあたり、当日の会場の設営や資料の手配などの裏方の仕事や、講習会を実施するためにたくさんの方の協力がありました。

関わってくださった全ての方に感謝です。

感謝に報いるためにも、これからも継続して講習会を開催し続け、

『仲間』を増やせるようにしたいです。



(JFA 公認キッズインストラクター 重岡 耕太)

## C級リフレッシュ講習会兼キッズリーダー養成講習会

12月2日(日)しあわせの村運動公園で技術委員会指導者養成部の協力のもと、キッズリーダー養成講習会を開講しました。

テーマは『子どもたちの目線で話し、子どもたちの気持ちに寄り添う』でした。『子どもは小さな大人ではない。』や『大人は子どもたちに夢を与える責任がある。』をキーワードに子どもは大人と全く異なった心理的、生理的、身体的特徴があることや「観察力」と「伝達力」にフォーカスしながら神経系の発達時期について学びました。(報告書より引用)



(キッズ委員長 川瀬 良裕)

## JFAキッズフェスティバル2019

### 兵庫 in 大蔵海岸多目的広場

日時：3月23日(土)

時間：受付開始 10:00~

フェスティバル 10:30~

場所：明石市立大蔵海岸多目的広場

参加費：個人1人500円(当日、受付にて徴収)

申込み〆切：3月15日(金)



詳しくはホームページをご覧くださいネ♪

info@hyogo-fa.gr.jpへ

どしどしお寄せ下さい。

皆様のご訪問を心より

お待ち申し上げます

(編集F)



<発信元> (一社) 兵庫県サッカー協会キッズ委員会

住所：神戸市中央区八幡通 2-1-10

電話：078-232-0753 FAX 078-232-4647

URL：http://www.hyogo-fa.gr.jp/

メール：info@hyogo-fa.gr.jp

