

HFA キッズ通信



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

～北摂サッカー協会～

北摂サッカー協会は、伊丹市・川西市・宝塚市の3市と猪名川町の1町で構成され活動しています。兵庫県下で、4種の登録チームについては神戸市サッカー協会の次に多いのが北摂サッカー協会になります。

北摂サッカー協会も毎年11月頃に未就園児～小学2年生までを対象にキッズフェスティバルを開催しています。毎回、350名～400名の子どもたちと保護者の方々が集まって、チーム対抗のミニゲームや親子でキックターゲットに参加して、親子で盛り上がっています！

2016年は、11月6日(日)に伊丹スポーツセンターで開催させていただきます！

今年もたくさんの子どもたちと会えることを楽しみにしています！

(北摂サッカー協会 坂東 俊也)

～JFA ユニクロキッズサッカーフェスティバル～



6月19日(日)ノエピアスタジアムで開催した「JFA ユニクロサッカーキッズ」には、午前と午後の2部制で、1,042名のU-6キッズにご参加いただきました。

スペシャルゲストにお迎えした元日本代表で滝川第二高校出身の波戸さんには、試合に参加していただき、スーパープレイを間近で観ることができたチビッコ選手たちも大喜び。

マスコットのモーヴィ&ヴィッセルガール、ライムちゃん、はばたん、コーベア、ハートンにも参加していただき、こちら選手たちが大勢で取り囲んで楽しそうでした。

次の機会がありましたら、ご参加よろしく願いいたします。

最後になりましたが、沢山の選手派遣していただきました芦屋大学、神戸第一高校、滝川高校の皆さまには色々とお手伝いいただき、ありがとうございました。

(フェスティバル部会 岡部信雄)

「キッズの首の痛み」

「朝起きたら首を痛がっている」と親が子どもを連れて外来に来ることがあります。

子どもは痛がって首を斜めにして泣かんばかりに診察室に入ってきます。何も怪我をしたことがないのにほとんど首を動かさません。

まず、われわれ整形外科医は「筋性斜頸」「リンパ腺などの炎症による斜頸」「外傷性斜頸」など、首が傾く疾患を疑わなくてはなりません、多くは親への問診と履歴をよく聞くことで原因が絞られます。「寝違い」は寝ている間に頸椎の周囲がこわばって痛みを起すものですが、頸椎周囲の靭帯、関節(椎間関節)、筋肉などの組織がその要素になります。私の場合は子どもには基本的に投薬をせず、湿布だけで経過を見るようにしていますが、大体は2～3日でよくなり、深刻な事態になることはありません。問題はけがの場合ですが、大人ではサッカーや水泳などではときどき「頸髄損傷」を起こして下半身麻痺を残すような悲惨な事故を耳にすることがあります。

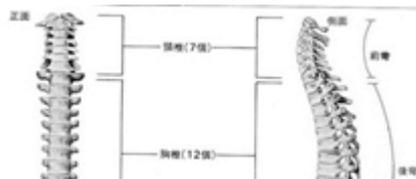
サッカーでは「下腿開放骨折」「頭がい骨骨折」など試合中の恐ろしい事故を聞いたことはありますが、「頸髄損傷」の例は個人的には今まで聞いたことがありません。キッズサッカーでは頸部でも「捻挫(軽度)」「打撲」などの外傷を受けることが多々あります。丁寧に診察すれば、さほど重大なことはありませんが、「頸椎捻挫(重度)」「頸椎骨折」「頸椎脱臼」などの慎重に対処すべき例が潜んでいる可能性があることを忘れてはなりません。

ご存知のとおり、頸椎は頭部のすぐ下にあって「頭蓋」と「脳」を支え、中には「頸髄」が通っています。「頸髄損傷」は四肢麻痺の後遺症を残しやすいため、キッズが試合中に首が痛いと言ってきて、様子がおかしいと思えば、ピッチから出して、頸椎カラー(装具)で固定し、詳しく観察すべきです。また首の痛みが急性期を超える3週間を過ぎても取れなければCT、MRIなどを使って精査すべきです。もちろん、神経症状(手足の痺れや麻痺の兆候)があれば患部を固定し、即時に救急車で病院に搬送します。キッズサッカーでこのような重大な頸椎損傷が起きることは考えにくいですが、可能性があることだけは心にとめておくべきです。

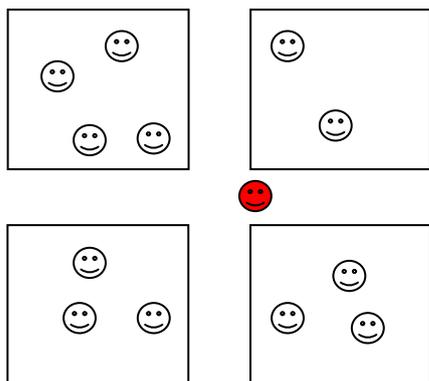
話は変わります。極めて私見ですが、最近、整形外科でも、膝や股関節が得意、脊椎が得意、手が得意、リウマチが得意など、細分化されてきましたが、「得意＝腕がよい」とは一概には言えませんのでご注意ください。子どもの首に何か問題があるようなら整形外科専門医に診てもらって「子どもの脊椎疾患に対応できる実力のある病院」に診療をお願いすることです。

指導者は、当然大きなけがを避けることを考えなくてはなりません。安心してキッズにサッカーをさせるには、準備体操やトレーニングの方法など予防に力を入れるべきでしょう。また試合中だけでなく、トレーニングの際にも集中させて注意散漫にならないように指導することが、大きなけがを避けるよい手立てと考えます。

(清本整形外科クリニック 鄭 仁秀)



キッズドリル ドリブル引越し



- 人数によって、お家の広さ・距離を見極める。
- 鬼（コーチ）の追いかけ方は、8割子どもが成功するぐらいのイメージで行う。
- いろいろな大きさのお家を作っても興味が高まる。（狭いお家は、ストップが難しい）
- お家の外側へストップできずに行ってしまった子にも鬼は関わる。（止める意識を持たせる）

Key

- 鬼を観る
- 鬼との駆け引き
- ストップのスキル

子どもは1人ボール一個で、4つのお家をドリブルで引越し（1回1点）をする。鬼（コーチ）はその途中で邪魔をする役。

（キッズインストラクター 船本浩樹）

食育コラム



涼しくなってくると食欲が出て、しっかり食べられる子が増えてきます

食欲は、血糖値が上がったり下がったりすることで脳の満腹中枢や摂食中枢が刺激を受けて「おなかがすいた」とか「おなかがいっぱい」と感じ取る仕組みになっています。それ以外にも自律神経や感覚中枢などたくさんの影響を受けているので、緊張して食べられないとか、おなかがいっぱいなのに食べられてしまうこともあります。大人は「別腹」などということ、よくありますよね。

満腹中枢に刺激が伝わるまでには時間差があるので、早食いすると食べ過ぎに、少食の子はいくら時間をかけてもたくさん食べられない、ということになります。ほどほどの時間に食べ切れるよう食べやすい工夫や、回数を増やしてもいいですよ。

糖分の摂り方にも注意が必要です。食事の直前のジュースは急激に血糖値を上げて「おなかがいっぱい」のサインを送ってしまうこととなります。だから飲みもよくありません。（飲み物についてはまた別の機会に詳しくお伝えします）

知らず知らずのうちに『お腹が空かない習慣』になっていないかチェックしてみてくださいね。

（管理栄養士 原田亮子）

～JFAタウンミーティング in 兵庫～

9月17日、JFA 田嶋幸三会長ご臨席でタウンミーティングありました。

全国に展開される第1号とのこと、名誉な話です。

県サッカーの関係者との質疑応答で、今年度の熱中症対策の指針に対し、クーリングブレイクによりクォーター制のようにゲームの流れが切れる、3種では中体連の関係で7月に試合が重なる、冷房のあるところで2～3分冷やせと言われてもそんな設備はないとありましたが、JFAとしては7・8月には行事をしない方向にする、子どもの命には代えられないとのことでした。

キッズ委員会の綾部さんからキッズプロジェクト初期と比べると、JFAの情熱が薄れたのではないかと、女子U-12の増井さんからは少女の全国大会がなくなって、モチベーションが下がった、女子の4種登録は本当に良かったのか、との指摘がなされました。

4種からは登録費や交通費とか少年にかかる経費が多すぎる、指導者はボランティアだが、こちらも登録費とか各種ライセンス料とかあり、これらは結局少年にかかってくる、どう思っているか。

この質問には、県協会に対する登録費のキックバックの金額を増やすよう検討している、との回答でしたが、「サッカーはボールひとつでできる」から「サッカーはお金がないとできない」とならないか考える必要があるのではないのでしょうか？

締めくくりに藤井さんより兵庫県サッカーは？・・・と、とどめの質問、大変高い評価をいただきました。（西宮 梶村克己）

普及部門であるキッズ委員会の立場から、小さい子どもたちが安全に活動するには、多くの人員が必要なこと、またとにかく会場に足を運んでもらうために、魅力的なノベルティを提供することも無視できない条件であることをお伝えし、普及部門であるキッズ委員会への支援を、直接、田嶋幸三 JFA 会長にお願いすることができました。キッズプロジェクトの理念を再確認していただけたものと思います。

キッズ委員会への支援が手薄になっていった背景には、手厚い支援のあった時期に、助成金を使いきれず返還される協会が多くあったことを伺い、私たちの活動も見直す必要があると改めて感じました。（姫路 綾部由美）

お知らせ♪ 事務局より・・・

詳しくはホームページをご覧くださいネ♪ info@hyogo-fa.gr.jp へどしどしお寄せください。

皆様のご訪問をこころよりお待ちしております

2016.10.23【県協会】JFA キッズ サッカーフェスティバル in 兵庫 但馬ドーム



＜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

