

HFA キッズ通信



カーライフサポート宣言の
トヨタカローラ兵庫

<https://www.c-hyogo.co.jp/>

【西宮協会】

2020年度、コロナ禍の中、延20校園（8校園で複数回）延40回 参加園児数1135名を数えました。緊急事態宣言発令のため大学サッカー部女子選手のサポートはできませんでしたが、初めて小学1年生の訪問サッカー教室を実施できました。

2021年度は延22校園・全実施計画数44回です。



- 1 回目は6月7日（月）に鳴尾東幼稚園で始まり、来年3月4日（金）
- 2 回目は西宮市立おおぞら幼稚園で終了予定です。本年度は高須小学校・鳴尾東幼稚園・上ヶ原幼稚園の3園が初めての訪問教室です。

(西宮協会 上前 治)

【成長痛って何?】

運動時に膝や足を痛がり「成長痛だと思うんですが」と言われて子どもさんを連れて来られる親御さんがよくいらっしゃいます。「成長痛」を身長が伸びるために痛みが起こるものと考えておられる方が多いようですが、それは間違いです。

整形外科の専門書には「小児期の機能的な異常が不明な一過性で主に下肢に傷みを訴えるもので、古くから『成長痛』という診断名が用いられています。しかし、成長との関連はなく小児期の身体的あるいは精神的な欲求不満で生じる精神的反応、すなわち小児の心因性疾患」と書かれています。

多くは3~9歳頃に発症し、成長終了時期に症状はなくなります。一般的に女子や一人子に多い傾向があり、いわゆる神経質な子どもが多いようです。痛みは夜間就寝後に生じることが多く、大声で泣き痛みを訴え、痛みは間欠的で膝周囲が多いですが一定せず両側のことも多いです。局所に圧痛、はれや赤くなったり内出血など異常はなく、関節を動かしても痛くありません。症状は一過性で翌朝にはなくなっていますが、不定期に再発を繰り返す病気で、しかし、関節の病気や筋肉痛でも痛みを強く訴えることもありますし、夜間に痛みが出る骨腫瘍もありますので整形外科を受診させてください。

また、怪我をしていないのに運動時や運動後に痛みが出るのはスポーツ障害が多いですが、子どもの場合成長軟骨線（骨の両端で身長が伸びるところ）での変形や、骨の無腐性壊死（骨が潰れてくる病気）などで骨の変形を起こして将来的にも痛みが残ることもありますので、痛いところがあれば早期に整形外科を受診させてください。

(医科学委員会 益子整形外科医院・ヴィッセル神戸医務室院長 益子秀久)

【JFA 公認キッズリーダー養成講習会】

コロナウィルス感染拡大での緊急事態宣言も9月末まで延長され、キッズリーダー養成講習会ももとより、子どもたちのサッカーやスポーツを行う環境自体が制限される日々が続きます。

収束に向かい講習会が開催された時には、すぐに「よ〜いどん!」とスタートできるように、通信をお読みのみなさまにも気持ちを絶やさないと願っています。

2021年度は、特に4種（ジュニア対象の指導者）の方々のキッズリーダー資格取得強化を目指しています。

幼児~小学生という成長の流れを区切るのではなく、「子どもとは?」の目線をしっかり持った「指導者のクオリティの向上」が必要であると思います。

何も、ここではサッカーのノウハウのクオリティを言っているのではなく、どんな子どもでも「ボール好き」にしてしまうスキルを持った指導者を指します。

講習会では、「自然と」ボールに興味がわく、「自然と」動きが機敏になる、「自然と」ボールを扱えるようになる、と言った内容の実技が盛りだくさんです。

子どもが「自然と」上達するのは、「楽しいか楽しくないか」ただそれだけです。「うまくする」のではなく「一緒にあそぶ」という感覚を持った方を増やしたいです。

(JFA 公認キッズリーダーチーフインストラクター兼リーダー養成部長 船本 浩樹)

【キッズドリル】

【まねっこ動作り】

- 四角形や円形のコートの外周を様々な動き（サイド ステップ・スキップ等）
- まねる側はその動きをまねして同じ動きを行う

【キーファクター】

- まねる側は相手の動きをよく見よう
- 慌てずにしっかりとした動作を心掛けよう
- バックステップ等転倒の危険性がある動作を行う時は注意しながら行いましょう

【留意点】

- 先ずはコーチが動きそれをまねる様にしましょう
- ステップワークだけでなく上半身の動きも合わせると良いでしょう
- ボールを使う事により難易度が上がります

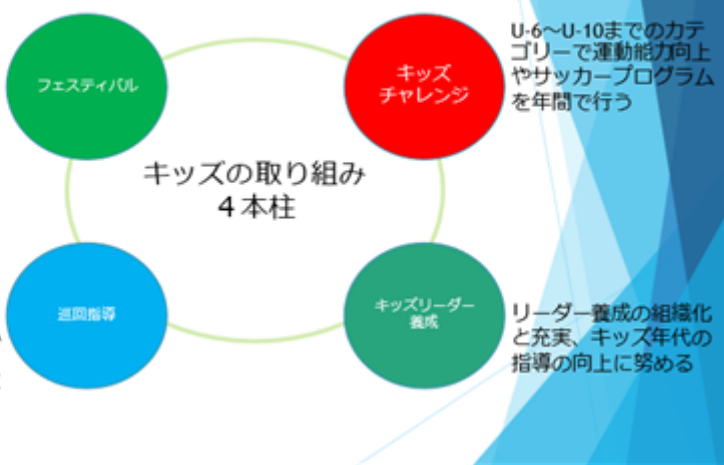


(JFA 公認キッズリーダーインストラクター 安部井 雄太)

**(一社) 兵庫県サッカー協会キッズ委員会では、今年度より
キッズチャレンジプログラム新設！詳しくはホームページをご覧ください♪**

兵庫県キッズプロジェクトの取り組みとして

より多くの子どもたちに、サッカーとの出会いを提供するための場として有効に活用する事が目的



(キッズ技術部長 金相煥)

【 栄養学 】

- 季節の変わり目は、元気いっぱいに見える子どもの身体も大きな負荷がかかっていることが多々あります。キッズの食生活で取り組みたいことは3つ。
 - ・季節の変化に身体を適応させる
 - ・夏の暑さで弱った体調を取り戻し、疲れにくい体づくりをする
 - ・冬に向けて栄養を取り入れ、免疫力を高めていく
- 「そのために、旬の食材を取り入れていきましょう。」秋になるとたくさんの食物が旬を迎えて美味しいですね。旬の野菜は甘味が増したり、味が良くなります。実際に、普段「チンゲンサイが嫌い」と嫌がってる子ども、食べれた！ということがあります。また、ビタミン不足をサポートするのが、秋の果物【柿・りんご・栗・ぶどう・みかん etc】。食物繊維も豊富ですので、ぜひ秋の味覚として取り入れてみてください。
- それでも、季節の変化に適応できずに疲労やだるさを感じているときは、さらにビタミンB群を補いましょう。例えば、豚肉(ビタミンB1)とキノコ類(秋の味覚でもあり、ビタミンB1、B2、B6が豊富)を使った料理や、海苔(ビタミンB12)で巻いたオニギリにしたりするのもおすすめです。

(医科学委員会 管理栄養士 牛塚諒子)



【 年間活動予定 】

- 【巡回指導訪問スクール】
随時開催予定
- 【JFA 公認キッズリーダー養成講習会】
随時開催予定
- 【JFA キッズサッカーフェスティバル】
- 11月23日 丹有グラスルーツフェスティバル
(駒が谷人工芝グラウンド)
- 12月18日 JFA キッズサッカーフェスティバル
(ユニバー記念競技場)
- 1月9日 ダイハツクリニック
(ノエピアスタジアム神戸 横芝生広場)
- 3月6日 レディースサッカーフェスティバル
(ユニバー補助競技場)
- 3月27日 ガバナー グラスルーツフェスティバル
(三木防災公園第2陸上競技場)

【 巡回指導訪問スクール 】

「巡回指導」とは、日本サッカー協会・キッズプロジェクト・キッズプログラムの活動の3本柱の一つです。兵庫県内の幼稚園、保育園や小学校等の場に有資格指導者が出向いてその園にいる子どもたちと保育士の方や先生方にサッカーを伝達する活動です。サッカーを全く知らなかった子どもたちも受動的ではありますが、サッカーを経験できる機会となりそれによりサッカーの楽しさ・喜びを感じてもらえる活動です。

(JFA キッズ指導ガイドライン)

2021年度の巡回指導は、昨年度と比較すると順調に開催出来ています。9月15日現在、緊急事態宣言下でも巡回指導の良さを理解していただいている幼稚園・保育園・こども園が多く7協会8都市での開催が出来ています。西宮協会10園18回21クール・神戸協会2園9回24クール・姫路協会19園19回38クール・但馬協会4園4回7クール・丹有協会1園2回2クール、明石協会1園1回2クール、淡路協会1園2回4クール、各都市協会巡回指導担当者の協力により数多くの開催園で子どもたちの笑顔があふれています。担当の講師は、県内の公式戦同様、指導日の2週間前からの体温チェック等基本的な感染予防の徹底を充分に行い、マスク・手洗いを徹底し安心安全な巡回指導を行っていきます。

(副委員長兼巡回指導部長 岡 俊彦)

<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



詳しくはホームページをご覧くださいネ♪

Soccer

