

特定非営利活動法人

平成24年度 No. 6

『フットボールクラブ菰野』会報 平成25年 1月22日(火) 発刊

HP;<http://www.za.ztv.ne.jp/fckomono2001/index.html>

事務局 新春『初蹴り』を終えて 1月5日(土)

大羽根運動公園サッカー場にて、10:00～ハーフコートを1面、ミニコートを2面使い、参加者が100名を超える人達を3ブロックに分けて、夕方まで楽しくゲームをする事ができました。お昼には5年生の保護者の方達による「お雑煮」をご馳走になりました。サプライズとしてOBである『藤牧祥吾』選手が子供達と一緒にゲームをして楽しい時間を過ごして貰いました。

育成部 U-12(6年生) 七和 WINTER CUP 12月22日(土)

多度アイリスパークにて、生憎の天気の中行われました。結果は、県女子U-12に2-3、員弁に0-1、多度に0-3、県女子U-11に6-1でした。どんな環境の変化にも対応でき、自分達のサッカーができるようになるといいですね。

U-9(3年生) トレーニングマッチ 12月24日(祝・月)

桑名市立藤が丘小学校にて、桑名JFC、下野とのトレーニングマッチが行われました。結果は、桑名JFCに(3-2、2-0)、下野に(5-2、2-1)でした。チームで頑張れるようになってきましたね。個人の技術を磨いてチーム力を上げていきましょう！

Mie(U-13) プレサッカーリーグ2012 IIIブロック 第7節

12月9日(日) 鈴鹿スポーツガーデン第3Gで行われました。結果は、鈴鹿レジェンドに2(0-0、0-1、2-1) 2 → (25分×3本) でした。初めての勝ち点おめでとうございます。これからも練習に励んで自分たちのサッカーをやり切り、勝ち点を積み上げる事ができるといいですね。

2012 三重県クラブ選手権 U-14② (阿山運動公園)

12月16日(日)に2日目が行われ、結果は名張FCテコスに2-0、伊賀FCに5-2でした。3位トーナメントでしたが、チームとして何をすべきなのかよく理解して行動ができていたようです。これからもチーム全員が高い意識を持って行動できるといいですね。

第11回 タートルズカップ U-15 (垂坂サッカー場)

12月22日(土)・23日(日)に行われ、結果は、アヴェニエダソル Southに6-1、緑東に1-2、菰野中に2-1、アヴェニエダソルに3-0でした。2日間を通して選手たちが自分たちで考え行動できたことが、いい結果に繋がったようです。これからも更に高い意識の共有ができ、行動できるようになるとより一層チーム力が上がるのではないのでしょうか。選手のみなさん、頑張ってください！

《連載》 眠りについてのあれこれ（４）

寝る前にしちゃいけないことって？

まずアルコールは眠りを浅くするのでダメ。寝たばこも、ニコチンに覚醒効果があるのでNGです。また寝る前の熱いお風呂も注意したほうがいいですね。人の生体リズムは、眠りに向かって体温が下がるようになっていきます。お風呂で体温が跳ね上がるとリズムが狂い、上手く眠れなくなる恐れがあります。さらにリラックスとは逆の強い刺激、例えばパソコンやテレビの明るい画面などは入眠の妨げになります。就寝前のインターネットなどは控えた方がいいでしょう。

◇快眠セラピスト◇ 三橋美穂

育成部 mie(U-13)プレサッカーリーグ 2012 IIIブロック 第6節

12月23日（日）、河芸第2Gにて、津ラビットFC戦が行われ0（0-2、0-2、0-5）9 → 25分×3本、と言う結果でした。相手にボールを奪われず攻撃できるようになれば、フィニッシュもでき得点できるのではないのでしょうか。練習頑張りましょう！

(U-14) ウィンターフェスタ IN 滋賀 2012 12月25日（火）・26日（水）

水ロスポートの森・湖南市民Gにて、2日間のゲームで、結果は25日、レオSC（大阪）に5-3、広田FC（富山）に8-0、神照FC（滋賀）に9-0でした。26日は桜ヶ丘FC（岡山）に4-0、FOSTA（滋賀）に10-0、AC AMBI（富山）に6-0という結果でした。

(U-14) 浜松市中体連強化交流試合（雄踏総合公園／新居中学校）

12月27日（木）・28日（金）の2日間、年内最後のトレーニングマッチが行われました。結果は27日が、東京ウエストに1-0、山梨城南中Bに1-0、SFC梅坪台（豊田市）に1-3でした。28日は、新居中（湖西市）に0-2、新居中Bに3-0、藤枝中に5-1でした。この遠征では攻守の切り替えができ、いい内容だったようです。これからも目標に向かって良い準備をしていきましょう。

トレーニングマッチ（海津市 平田リバーサイドプラザ）

2013年1月6日（日）、初マッチです。結果はFC桑名U-14に0-1、JUVEN.FC U-14に2-1、FC桑名U-13に0-4、JUVEN.FC U-13に0-10でした。これから、目標である県リーグ昇格に向けて、良い準備をしましょう。

U-12（6・5年生） 千葉遠征 1月12日（土）～14日（祝・月）

毎年恒例の千葉遠征でしたが、最終日の試合が終わって帰路につこうとマイクロバスを走らせましたが、何10年ぶりとなる「爆弾低気圧」のせいで大雪となり立ち往生してしまい、子供達は翌日学校があるので、新幹線と高速バスでの移動になりました。突然のアクシデントにも臨機応変に対応してもらったスタッフの皆さんお疲れ様でした。

JY 三泗U-15リーグ② 2月16日（土）霞ヶ浦サッカー場、菰野町社会人フットサル大会 2月24日（日）体育センター

U-12（5年生）富田招待 2月9日（土）・10日（日）垂坂G、U-10（3年生）U-9リーグ 2月17日（日）阿山B&G

U-12（6年生）掃水招待 2月10日（日）・11日（祝・月）松阪、