



は る び 春 風



春日サッカーコミュニティ
通信 第33号
2015年7月15日発行

団員募集

春日サッカースポーツ少年団(幼児・小学生)見学・体験随時受付中! URL <http://www.kasuga-soccer.jp/>

暑さに負けない!!

熱中症にならないために・・・

①練習や試合の前に水を飲もう

練習や試合が始まる30分前には、コップ1杯の水を飲んでおきましょう。

②練習中はこまめに水分補給

少し冷たいものの方がいいです。スポーツドリンクを薄めたものもいいですね。

③たくさん食べよう

バランスよく一日三食しっかり食べましょう! 朝食は必ず食べよう。

④早く寝よう

特に、練習や試合の前の日は、寝不足にならないように早く寝ましょう。

具合が悪くなったら、我慢せず早めにコーチに言いましょう!

①日陰の涼しい所で休みましょう

風通しの良い日陰で、衣類をゆるめ、足を高くして横になってください。

②水分を補給しましょう

すぐに冷たい水や塩水、スポーツドリンクを飲んでください。

③体の熱を冷やしましょう

水が十分にある環境であれば、水を頭からかけることも熱を下げるのに効果的です。

首の横やわきの下、股の付け根など大きな動脈のあるところを冷やします。すると、冷えた血液が全身に循環し、熱が下がるのです。練習時、特に試合の日には、氷や保冷剤を用意しておきましょう。



『国民共済リーグ後半戦の目標』

春日Xキャプテン 後藤悠月

これまでのリーグ戦では、勝ったり負けたり試合でした。

負けてしまったときは、実力では

勝っていたと思ったけど、声が出ていなかったなど、気持ちの面で負けてしまったと思いました。チームの中では、盛り上げ方や、判断などだんだん良くなってきていると思います。他にも、きりかえが速くなったと思います。

これからの目標は、パスの精度を上げて、ボールがくる前に考えてプレーができるようにして、試合に勝てるようにしたいです。



『北信越リーグ前半戦を振り返って』

上越春日FC 3年生 宮崎隼輔

僕たちの、北信越リーグは6連敗から始まりました。特に新潟県内のチーム長岡JYに0対7で負けた試合は、悔しかったのを覚えています。

そんな中、7試合目の丸岡FC戦にしてやっと勝ち点3をもぎ取ることができました。

この勝利は、チーム全体が勝ちたいと思ったからこそ取れた勝利だと思います。

今は、3戦負けなしと勢いがあるのでこのまま丸岡FC戦のような試合を続け、個人的にはゴールやアシストでチームに貢献し、後半戦はもっと勝てるようにチーム全体で頑張っていきたいです。

団員募集!!

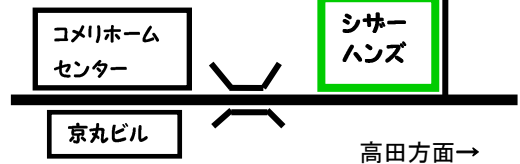
あなたのまわりでサッカーを始めたい子いませんか?
どこのクラブに入ろうか迷っている子いませんか?
サッカーの好きなお友達を練習にぜひ誘ってみてください!!

『シザーハンズ』 ご利用ください!!

春日サッカーを応援してくださっている理髪店さんです。
オーナーの佐藤尚次さんが、皆さんのリクエストにお応えし、一人ひとり好みのスタイルに変身させていただきます！カットの間はTVや妖怪ウォッチなどアニメのビデオなども見せてくださいますよ！特に小学生のお子さんは嬉しいですね(^^)「一人でいかせても協賛店なので安心です。自分でオーダーしてお会計もさせられるので、自立につながるかと思います」(小5のお母様)

さあ、夏本番です！！髪を切ってさっぱりしましょう！
団員だけでなく、まだ行ったことのないお父さんも、この夏ぜひ一度、利用してみたいはいかがでしょう？

月ごとの利用人数により寄付していただいています。
お会計の際には、『春日サッカーです！』と感謝の気持ちを入れて伝えてください。



営業時間：9：30～19：30 定休日：毎週月曜日・第3木曜日
電話番号：025-526-8999 行く前にTelしてくださいね(^^) 場所：山麓線コメリホームセンター隣

☆☆☆試合結果(一部)☆☆☆

上越春日FC

- ◇北信越リーグU-15
5/16 会場：千曲川リバーフロント
0-3 AC長野パルセイロ
5/30 会場：グランセナ
0-4 カターレ富山
5/31 会場：紫雲寺記念公園
1-0 坂井フェニックス丸岡JY
6/27 会場：菅平62番
1-1 FC.ASA FUTURO
7/4 会場：刈羽びあパーク
2-1 ツエーゲン金沢・津幡

◇クラブユース選手権

- 2次リーグ グループJ1位
5/23 会場：刈羽びあパーク
4-0 県央FC
1-0 五泉DEVA
予選トーナメント
5/24 会場：刈羽びあパーク
7-1 柏崎ユナイテッドFC
決勝トーナメント
6/6 会場：アルビレツジ
1-0 OFCファンタジスタ
6/7 会場：アルビレツジ
0-4 五十嵐JY
6位決定戦準決勝
6/13 会場：サンスポーツしばた
3-2 新潟アカデミーJY
6位決定戦
6/14 会場：サンスポーツしばた
1-0 エポルFC
北信越デベロップ
出場決定！！

◇新潟県2部リーグ

- 5/1 会場：アルビレツジ
2-0 内野中学校
5/17 会場：アルビレツジ
1-2 上山中学校
5/31 会場：新井運動公園
0-2 山ノ下中学校
6/28 会場：新井運動公園
1-2 柏崎ユナイテッド
7/5 会場：上越陸上競技場
2-2 エストノーバ

春日 SSS

【6年生チャレンジ】

- ◇国民共済リーグ U-12
【春日 SSS】
6/(会場：くびきふれあい
5-0 FC新井Jr
0-1 直江津 SSS
6/21 会場：妙高ふれあい
4-0 Primsale 上越国府
3-1 FC 妙高 Jr
6月末現在 2位/16 チーム

【春日エクス】

- 6/6 会場：くびきふれあい
1-5 糸魚川 Jr
2-2 三和
6/21 会場：妙高ふれあい
3-0 Js'avanse
2-1 FORTEZZA
6月末現在 4位/16 チーム

◇U12 サッカー フェスティバル

- 6/13 会場：アルビレツジ
5-0 田上 3-3 長岡 JY
1-0 荒川長
グッドウィルフェアチーム賞
試合中のベンチの雰囲気等を評価されました。

◇ゆきつばきカップ

- 6/27 会場：粟島公園 G
1次リーグ 1位
3-1 寺泊 2-1 五泉
2-0 東山ノ下
6/28 会場：横越小学校 G
2次上位リーグ 2位
2-0 越路 6-0 SEIKEI
1-2 横越
7/5 会場：早出川河川敷公園 G
上位決勝トーナメント
1-0 水原
0-0 ジェス (PK 3-1)
2-1 直江津

春日 SSS 優勝！！

◇たなばたカップ妙高

- 7/4・5 会場：新井運動公園
予選リーグ2位
3-0 妙高 3-0 東青山
0-3 黒部
2位トーナメント 7位
4-1 ブロッコリー
5-1 パストゥーディオ
7位/24 チーム

【5年生チャレンジ】

◇日刊スポーツ 菅平北信越大会

- 6/13・14 会場：菅平82番 G
予選リーグ
1-4 屋代
7-0 すみれ
2-3 川越福原
2-3 グランセナ
3位リーグ
3-2 フォルツァ松本
7-0 新潟付属
3-2 すみれ
3位リーグ決勝戦
0-2 グランセナ B

◇さくらチャレンジ

- 6/20・21 会場：新井運動公園
予選リーグ 3位
1-2 ファンタジスタ
2-1 大和 2-0 碓東
7-0 旭丘
3・4位リーグ 2位
2-0 水橋 3-0 Riez
2-1 エスプリ

【4年生チャレンジ】

◇Jカップ

- 6/27・28 会場：かきざき G
予選リーグ G 2位
3-2 糸魚川 JSC
2-3 エスプリ長岡
1-0 大沢野 SSC
決勝トーナメント
2-0 ライス(富山)
1-1 江南南(PK1-2)
2-4 新潟トレジャー
2-2 FCとなみ(PK2-1)
7位/28 チーム

【1・2年生】

◇頸北キッズフェスティバル

- 6/7 会場：かきざき G
【春日 A】
予選グループ B
2-3 FORTEZZA 6-2 FC 新井
3-0 J'avanse
日本海リーグ 優勝！！
5-2 春日 B 4-3 くびき
【春日 B】
予選グループ A
6-1 リベルタ 9-2 FC 高志
0-3 上越国府
日本海リーグ 3位
2-5 春日 A 2-8 くびき



駐車場についてお願い

多目的グラウンドの駐車場が満車の場合は、MARUWA様の駐車場 多目的広場側をご利用ください。迎える時に一時的なものとして、路上駐車されているお車が見られます。駅や謙信交流会館を利用される方のご迷惑にならないよう、必ず駐車場をご利用ください。送迎されるご家族のみなさんに周知していただきますようお願いいたします。

※MARUWA様駐車場はホームページよりご確認ください。