

# 広報便り！

広報係：佐藤大志(谷田部 FC)  
岩瀬雄旭(桜 FC)

## 第1回合同練習会のテーマが決まりました！

今回のテーマは「ヘディング」に決まりました。



ヘディングする機会はサッカーの試合でもたくさんあります。

日本代表の闘莉王選手のように相手のセンタリングをクリアしたり、コーナーキックで得点を決め

たりすることの出来るヘディングをマスターしよう！

## 熱中症対策！～夏の暑さに気をつけよう～

＜熱中症とは＞

夏の暑い日のサッカーの練習中に、頭が痛くなったり、めまいを起こしたり、

けいれんを起こしたり、時には意識がなくなってしまうことがあります。これらは

熱中症の症状のひとつなのです。

＜熱中症を防ぐには ～サッカーの練習中に注意すること～ ＞

- ・長時間の運動は避けましょう。練習の間の休憩時間はしっかり休みましょう。
- ・水をしっかり飲みましょう。休み時間ではなくても、のどがかわいたら水を飲みましょう。
- ・できるだけ帽子をかぶりましょう。
- ・普段から体調を整えましょう。早寝、早起きして、食事もしっかり食べましょう。
- ・つらい(頭が痛い、気持ちが悪い・・・)と感じたら、我慢せず、すぐにコーチに言いましょう。

## 筑波大学蹴球部、関東リーグ前期終了！

### <試合結果>

- 4月12日 VS 駒澤大学 ●(0-2)
- 4月17日 VS 明治大学 ●(0-2)
- 4月24日 VS 流通経済大学 ○(1-0)
- 4月28日 VS 神奈川大学 ●(0-2)
- 5月4日 VS 中央大学 ○(2-1)
- △ 5月9日 VS 早稲田大学 △(1-1)
- 5月15日 VS 慶応大学 ○(5-1)
- 5月19日 VS 拓殖大学 ○(2-1)
- △ 5月22日 VS 順天堂大学 △(1-1)
- △ 6月12日 VS 国士舘大学 △(2-2)
- 6月20日 VS 法政大学 ○(4-2)

筑波大学蹴球部が参戦している関東大学リーグ戦の前期が終了しました。11試合を終え、

5勝3敗3分の4位と、インカレ圏内に位置しています！

後期は一つでも順位を上げ、関東リーグ優勝、さらにはインカレ出場を手にするように頑張ります。

応援よろしくお願いします！

また、先日行われた中筑定期戦の結果です！

- 筑波大学サテライト VS 中央大学サテライト ●(1-2)
- 筑波大学トップ VS 中央大学トップ ●(1-2)

当日は現役選手のみならず、多くのOBの方々、そして観客のみなさんにこの大会を盛り上げていた

いただきました！参加・協力していただいた皆さん、本当にありがとうございました！

来年度はより盛り上げることができるよう頑張りますので、よろしくお願いします！