

2022
2月

GOAL

発行：フォルトゥナSC事務局

発行日 2022年 2月1日

ふおるとうなニュース

クラブハウス：〒400-0211 山梨県南アルプス市上今諏訪1230-1

第6波新型コロナウイルス感染症

累計全国感染者数約260万人

累計県内感染者数約9000人

下記のような状況になったら必ず
クラブへ報告！！

- 自分が感染した場合
- 接触者、濃厚接触者の疑いが出た場合
- 学校が休校あるいは何かしらの対策を講じた場合

→現状を把握した上で、クラブ活動の参加の可否を判断する。



2022年に入り1ヶ月が経った。先月の1月8日（土）に初蹴りを行い幸先よく2022年をスタートしたかに思えた。しかし昨今のコロナ情勢は瞬間に悪い方向へ状況を加速させ、またしても選手たちの活動を制限させてしまった。3種（中学生）4種（小学生以下）共に、2月13日（日）まで一切の活動を自粛するよう要請がかかり、対外試合や公式戦はもちろん、平日の通常TRまでもができない状況となっている。

只、コロナが猛威を奮っていることは確かであり、小中学生を中心に子供たちの感染が急増している。今では感染対策を十分に行なっていても感染する可能性が出てきている。誰が感染してもおかしくない状況だ。クラブとしても感染対策を十分にしながらの活動をしてきたが、このような自粛になってしまい残念でならない。しかし選手達が健康に過ごすには必要なことなのだとポジティブに捉え、引き続き感染対策を万全に行うこと。

今は、できることをクラブとして最大限行っていこうと思う。繰り返しにはなるが、誰が感染してもおかしくない状況。感染者を詮索するような行動や言動、誹謗中傷は決してしないように。自粛明けからは、U12のニッサングリーンカップ、U15リーグが始まる。戦いに備え準備していこう。

中込修斗コーチからのコメント

こんにちはこんばんは。自粛期間はどのようにお過ごしですか。家でも、体を動かしたり、ご飯をたくさん食べたりとできることは沢山あります。プラッツへ来て自主練をすることもできます。今与えられた環境で、何ができるかを考えながら自粛期間を過ごしていきましょう。この期間、クラブ側でもYouTubeを投稿するようになり、カメラ越しでも元氣になればいいと思っています。まだまだ楽しく面白いYouTubeを投稿していきたいと思っています！皆さんも元気に頑張りましょう！

“集大成”と“スタート”の2月

2022年度U15Aリーグ前期

今年のU15の目標は全ての大会で結果を残すことです。去年の新人戦では準決勝で敗退し悔しい思いをしました。U15の選手たちはこの敗北を受けて学んだことがいっぱいあります。二度と同じ悔しい思いをしないよう今の練習では、チームの課題を克服するために日々頑張っています。なのでAリーグではしっかりいい結果を残し、次の大会につなげるようにしていきたいと思っています。自分もしっかりキャプテンとしての自覚を持ちプレーしていきたいです。名前だけのキャプテンにならないよう、練習中や試合中、自分がチームの中心となり選手たちをまとめ、気づき行動様々なことしていくことを今後意識していきます。そして、僕はU15全員が味方の意見を尊重し合えるチームにしていきたいです。味方に言われた意見をしっかり受け止めることが大切だと思います。今年は中学生最後の年なので悔いの残らない一年にしていきたいです。（新U-15Cap 鯨岡 廣世）

2022年度U15Bリーグ前期

全勝を目標とし、キャプテンとして、みんなのモチベーションや、気持ちが良い・高くなる声をかけていきたいと思っています！また、試合で良い結果を出すためには普段からの練習や、個人の自主練が大切だと思うので試合以外の、私生活からも勝ちを意識していきたいです。（新U-14Cap 磯部 舜也）

第38回U12ニッサングリーンカップ

nanahoカップ、全日本少年サッカー大会と優勝ができずとても悔しい思いをしました。また、コロナウイルスの影響で練習や試合が制限されてしまいましたが、小学生最後の大会であるニッサングリーンカップでは優勝できるよう、U12メンバー全員で協力して、頑張っていきたいです。（現U-12Cap 小田切 蒼佑）



がんばろう  ニッポン！
サッカーファミリーのチカラをひとつに！
<http://www.fortuna98.co.jp>

nakata net
Midoritsuki Nakata Official Homepage

卯月林業

日本連合警備株式会社
JAPAN SECURITY UNION

医療法人 快癒会 KUTSUMA Orthopedic Clinic
くつま整形外科医院

fortuna
フォルトゥナ電力

☆フォルトウナチャレンジ☆

お風呂 上がりにストレッチを毎日しよう！

■効果（ストレッチで得られるもの）

①怪我の軽減

怪我は硬い筋肉を庇ったり、硬い筋肉が断裂して起きる
→硬い筋肉をほぐし、やわらかくしなやかな筋肉になる。

②疲労回復

→体の老廃物を早く追い出す。
→筋肉が柔らかくなり疲れにくくなる。

■具体的に行うべき体の部位

●下半身を中心に！

- ・ふくらはぎ
- ・もも前
- ・もも裏（ハムストリング）
- ・お尻まわり
- ・内転筋

【Check】YouTubeに動画UP！参考にしてね！

“笑顔”の8つの効果

- ①免疫力が高まる ②ストレスが緩和される
- ③痛みが緩和される④各種身体症状に効果がある
- ⑤記憶力が向上する⑥幸せになる
- ⑦ポジティブになる⑧長生きする



笑顔にはこんなにも良い効果があるんですね！

みなさんは知っていましたか？

こんな時期だからこそ、“笑顔”大事ですね。

■新型コロナウイルスによる活動自粛

新型コロナウイルスの感染拡大第6波により、活動の自粛を余儀なくされました。子どもたちには大変さみしい期間を過ごさせてしまっていて本当に心が痛い状況ですが、活動自粛中できる限りクラブから自主トレメニュー動画の配信、週末の自主トレのためのピッチ解放をして、子ども達との心をつないでいく努力をしています。またブラッツ内の施設・車輛の維持管理、指導スタッフの維持確保を主な理由として会費の納入もしていただいています。皆様のご理解をお願い致します。

クラブ代表 皆川新一

新 中学生 体験練習会・説明会開催中

※自粛期間の為
2月14日～再開予定

フォルトウナサッカークラブ

2022年度(新) 中学1年生
無料体験練習 開催

※練習場：福井県 福井市 福井市立中央公園サッカー場
※練習時間：2月19日(水) 15:00～17:00
※参加費：無料(ただし、練習用ユニフォームは各自持ち込み)

1月19日(水) スタート!

会場：フォルトウナアルプスプラッツ
持物：サッカー用具一式

※何回でも参加可能です！
※説明会希望の選手は事前に予約

新U13

対象：新U13
曜日：月（FPのみ）、水、木
時間：月18:15～20:15
水19:00～21:00
木18:30～20:30
会場：フォルトウナアルプスプラッツ
持物：サッカー用具一式
※何回でも参加可能です！
※説明会希望の選手は事前に予約

フォルトウナサッカークラブ

2022年度(新) 女子中学1年生
無料体験練習 開催

※練習場：福井県 福井市 福井市立中央公園サッカー場
※練習時間：2月24日(月) 15:00～17:00
※参加費：無料(ただし、練習用ユニフォームは各自持ち込み)

1月24日(月) スタート!

会場：フォルトウナアルプスプラッツ
持物：サッカー用具一式

※何回でも参加可能です！
※説明会希望の選手は事前に予約

新女子中学生

対象：新女子中学生
曜日：月、火、木
時間：月18:15～20:15
火・木18:30～20:30
会場：フォルトウナアルプスプラッツ
持物：サッカー用具一式
※何回でも参加可能です！
※説明会希望の選手は事前に予約

Check

【事務局だより】

□会費の納入の件

ゆうちょ銀行での引き落としによる会費納入、残高不足にならないように注意してください。尚、2月の引き落としは2月1日です。2回目の引き落とし日は、毎月20日です。＊是非会費の納入についてスムーズに進められますようご協力よろしくお願い致します。

□2月の5週目休みは、ありません

□住所・連絡メールアドレス・緊急連絡先等の変更がありましたら、必ず事務局までお届けください。

□忘れ物が増えています。名前を必ず記入するようにお願いします。

フォルトウナ

Sanki 三栄工業株式会社

山梨交通

TAB'X タビックス ジャパン

株式会社日測

new balance

山梨県民信用組合

KIRIN Beverage

Coca-Cola

株式会社 正運

甲斐ゼミナール

河村自動車工業

伊藤園

荏崎自動車教習所

荏崎自動車教習所

荏崎自動車教習所

TACHIZAWA PAINTING CO., LTD.

伊藤園

荏崎自動車教習所

荏崎自動車教習所

荏崎自動車教習所



フォルトウナSCの
フェイスブックUR
コードです

広告枠 募集中