

# 保護者のてびき

2018年7月1日改訂版  
フットボールクラブ北条 育成会

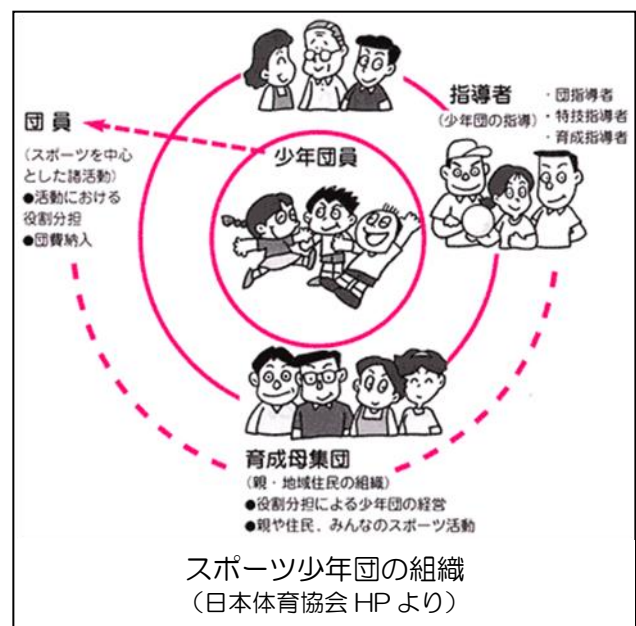
この「てびき」は、子供たちが楽しく安全にサッカーに取り組める環境を整え、FC 北条の活動と運営を円滑にするために、保護者の方々に知っておいていただきたいこと、ご協力をお願いしたいことをまとめたものです。

## <FC 北条とは？>

### 🏆 スポーツ少年団ってなに？

スポーツ少年団は、1962年に財団法人日本体育協会が創設した歴史あるスポーツクラブです。「一人でも多くの青少年にスポーツの喜びを！」「スポーツを通じて青少年のからだところを育てる組織を地域社会の中に！」と願い、つくられました。平成23年度現在、約3万6千の登録団で、約83万人のスポーツが大好きな子供たちが活動しています。

スポーツ少年団は、団員を中心に、指導者、保護者、地域住民が協力し、役割を分担することで運営されます。



### 🏆 FC 北条

1994年7月、北条小学校のPTA活動の際に、堀田氏(現団長)と他の父兄の雑談から「北条にサッカー少年団をつくろう」という話が持ち上がりました。話はトントン拍子に進み、指導者資格のある長田氏(現ヘッドコーチ)を巻き込んで、「FC 北条スポーツ少年団」が発足しました。

発足時のコーチ陣は、地元のサッカー愛好家や中高校生で構成していた「筑波フットボールクラブ(T・F・C)」のメンバーでした。練習初日には50人もの団員が集まり、名前を覚えることさえ大変な大盛況でした。当初は育成資金もなく、コーチ陣がお金を出し合って用具やユニフォームを揃えるといった苦労もありましたが、コーチと保護者が協力し合い、徐々に少年団としての形を整えていきました。

それ以来、筑波地区の地元に着したサッカーチームとして、これまでに160名を超える子供たちが元気に活動し、立派に卒団していきました。

2014年4月、創立20周年を機にチーム名を「フットボールクラブ北条(略称:FC 北条)」に改め、新たな歴史のスタートを切りました。



## <FC 北条の運営>

### 🏆 組織構成

◎団員： 子供たち。 FC北条の主役です。

◎スタッフ： サッカーと子供たちが大好きなボランティアのみなさんです。

<スタッフの構成>

▽団長： 団の代表責任者です。

▽ヘッドコーチ： 団の活動全般を取り仕切ります。審判技術の指導もします。

▽コーチ： 団員の指導を担当します。

▽補助コーチ： 保護者の有志で、コーチのお手伝いをさせていただきます。

▽登録審判： 保護者の有志で、審判資格を取得して試合の審判を担当していただきます。

◎FC 北条育成会： 団員の保護者のみなさんです。スタッフと協力しながら団の運営を支えます。

<FC北条育成会の構成(例)>

▽会長(1名) : 育成会の代表責任者です。

▽副会長(1~2名) : 会長を補佐します。

▽会計(2名) : 団費の運用を管理します。

▽事務局(1~2名) : 情報連絡やHP管理をします。

▽学年役員(各学年2名程度) :

学年ごとの保護者代表で、学年内の様々な取りまとめをしていただきます。

子供たちの人数構成によっては、複数学年を兼務していただくこともあります。



### 🏆 ホームグラウンド

つくば市の学校体育施設開放事業を利用して、旧北条小学校の校庭をお借りしています。

### 🏆 活動費用

FC北条は、団員のみなさんが分担する団費で運営されています。団費は、団員共有の用具購入や、試合の参加登録費、親睦行事の補助などに充てられます。

### 🏆 情報連絡と共有の方法

◎サークルスクエア(携帯/スマートフォン/PC) <http://www.c-sqr.net/>

2016年1月より、保護者間で情報連絡や共有ができる、登録制の無料クラウドサービス

「サークルスクエア」を使っています。保護者のみなさまには、確実に連絡を受け取れるメールアドレス(携帯アドレスなど)を登録していただくと、各自のアクセス先とパスワードが提供され、以下のサービスを利用することができます。

▽スケジュール・出欠確認

- ・練習や試合のスケジュールを掲載しています。また、試合については出欠確認をとりますので、出欠入力をお願いします。



▽メール配信

- ・スケジュールなどの各種連絡や、練習のお休みなどの連絡に使用しています。
- ・所属（学年）やグループ（試合に出場する学年+コーチなど）ごとにメールを送れます。

▽その他、名簿（団員・コーチなど一覧）、掲示板（当番表）、ブログ（試合結果報告）、インフォメーション（継続的なお知らせ）、フォルダ（試合要項などのファイル掲載）、活動場所（試合会場への地図）、ホームページリンクなど、あります。  
皆さんが使いやすいように設定を考えていきますので、ご意見およせください。

※2016年9月頃から、ドコモの携帯をご利用の方々に送ったメールの一部が「迷惑メール」扱いになってしまう状況が続いています。「c-sqr.net」のドメイン指定受信を設定しても「迷惑メール」の扱いが解除されないケースもあります。サービス提供側も、原因の特定はまだできていませんが、サークルスクエアからのメールが「迷惑メール」扱いになってしまった場合、ドコモに対して「誤判定メール報告」を実施して頂けると改善につながるようなので、よろしくをお願いします。

◎ブログ（PC/スマートフォン/携帯） <http://fchojo.blog.fc2.com/>  
ブログ形式のホームページです。FC 北条の活動を随時アップしていく予定です。





## <FC 北条の活動>

### ⚽ 定例練習

#### ◎日程と場所

学年ごとに時間を決めて練習をしています。練習時間は以下の通りです。(2018年4月時点)

5・6年：毎週 日曜日 13:00～16:00、毎月第2・第4土曜日 13:00～15:00

3・4年：毎週 日曜日 9:00～11:00、毎月第2・第4土曜日 10:00～12:00

1・2年：毎週 日曜日 9:00～11:00

夏期は昼間の暑さを避けるため、練習時間を変更します。変更の時期は都度連絡します。  
練習場所は北条小学校のグラウンドです。

#### ◎中止や変更の場合

天候や学校行事などの影響で練習が中止や時間変更になる場合は、サークルスクエアのメール配信、ならびに、スケジュールにて連絡します。

### ⚽ 試合

◎公式戦： 全国または県レベルで開催される大規模な大会です。

県南地区予選からスタートし、勝ち抜けると県大会に進めます。

◎JFA リーグ：U-10、11、12 それぞれのカテゴリーで県南地区でのリーグ戦に参加します。  
年に8節（8試合）行います。

◎カップ戦： 市町村や企業・団体、個々のチーム等が主催する大会です。

◎練習試合： 定期的に行う試合のほか、大会前の強化試合、親善試合などとして適時行います。

▽つくばキッズリーグ：つくば市内の低学年を対象にした練習試合に近いリーグ戦で、ほぼ毎月開催されています。U-9、U-8 の二つのカテゴリーがあります。

#### 主な公式戦・カップ戦

	大会名	参加資格	開催時期
公式戦	全日本少年サッカー大会	U-12	4月(県南予選)～
	茨城県学年別少年サッカー大会(低学年の部)	U-10	9月(県南予選)～
	茨城県学年別少年サッカー大会(高学年の部)	U-12	9月(県南予選)～
	中村杯争奪少年サッカー大会	U-11	11月(県南予選)～
カップ戦 の例	阿見カップ	各学年	随時
	つくば市長杯少年サッカー大会	U-12	5月頃
	JCカップ	U-10	6月頃
	つくば市長杯少年サッカー大会	U-10	7月頃
	県南大会	U-12	7月頃
	筑波学園カスカップ	U-11	10月頃
	かすみがうら市少年サッカー大会	U-12	1月頃
	牛久市少年サッカー大会	U-12	1月頃
	つくば市近隣大会	U-12	3月頃



## <保護者のみなさんに協力いただきたいこと>

### ⚽ 費用はどのくらいかかるの？

#### ◎団費

団の活動費用を団員のみなさんに分担していただいています。

- ・3・4・5・6年： 1,500円／月
- ・1・2年： 1,000円／月

#### ◎スポーツ保険・サッカー協会登録料

試合に出場するためには、スポーツ保険への加入と、茨城県およびつくば市への選手登録が必要です。毎年度のはじめに、スポーツ保険料と選手登録料を集金します。

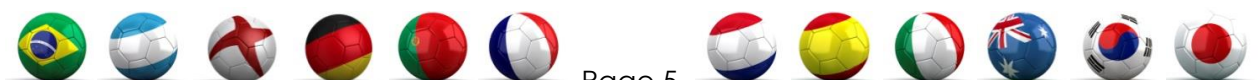
- ・スポーツ保険料： 800円／年（全学年）
- ・茨城県サッカー協会選手登録料 1,300円／年（2018年度は、3～6年）
- ・つくば市体育協会登録料： 800円／年（2018年度は、4～6年）

### ⚽ 用具は何を用意すればいいの？

#### ◎団で用意している用具

定例練習や試合で団員が共通で使用する用具は団で用意してあります。旧北条小学校の体育館横にある倉庫（2棟）に収納してあります。倉庫の鍵はコーチと各学年役員に配布しています。

- ・試合で使用するユニフォームは、基本的に表のようになっています。この他に予備ユニフォームもあります。



## 学年別ユニフォーム (2018.4現在)

	6年	5年	4年	3年	2年	1年
FP 1st	 青/青 (ソックスは青)		 赤/白 (ソックスはオレンジ)			
FP 2nd	 オレンジ/黒 (ソックスはオレンジ)		 白/紺 (ソックスは青)			 2017年度より 新ユニホームに なりました。 (ソックスは青)
GK 1st	緑/緑 (ソックスは緑)		グレー/緑 (ソックスは緑)			ピプスで対応
GK 2nd	黄/黒 (ソックスは白)		黄/黒 (ソックスは白)			
ピプス	ピンク 緑		黄 青			ピンク 緑

## ◎各自で用意していただく用具

下記のような用具を用意していただくと良いです。スポーツ用品店などで購入できます。具体的なことやわからないことは、スタッフや学年役員、他の保護者にご相談ください。

## ▽練習着

- ・動きやすく、汗を吸いやすい素材のもの。
- ・シャツ、上着はポケットがないのが良いです。(寒い時に手を入れてしまい危険なため)
- ・高学年になると、学年で揃いのジャージやウィンドブレーカを購入する場合があります。

## ▽アンダーシャツ、アンダーパンツ

- ・練習で着用するものは何色でも構いません。
- ・公式戦で着用するもので、ユニフォームからはみ出す場合には、ユニフォームの主な色と同色のものに限られます。

例：オレンジ/黒の半袖ユニフォームの下に着る長袖アンダーシャツはオレンジ色  
オレンジ/黒のユニフォームの下に履くアンダーパンツがはみ出す場合は黒色



▽ソックス

- 「アディダス 3 ストライプソックス」を使用します。各学年で使用するカラーは表の通りです

	オレンジ/黒ストライプ	青/白ストライプ	黒/白ストライプ
			
型番	TR616		
	2018年度、黒靴下は不使用		
色コード	W44409	W44421	W44423
4・5・6年	○	○	—
3年	○	○	—
1・2年	—	○	—

▽すねあて（シンガード、レガースともいいます）

- 試合では着用が義務付けられています。
- 練習でも着用してください。



▽シューズ

- トレーニングシューズとスパイクの2種類があります。靴底の形状が違います。
- 3年生以下はサッカー用トレーニングシューズでOKです。（スパイクは足への負担が大きいため、まだ不要です）
- 4年生以上はサッカー用トレーニングシューズとサッカー用スパイクがあると良いです。
- 子供の足はすぐに大きくなるので、あまり高価なシューズは不要です。



▽ボール

- 練習や試合で使用するボールは団で用意していますが、マイボールを用意して、自宅でもできるだけ毎日ボールに触れる時間をつくりましょう。



- サッカーボールには 3 号、4 号、5 号というサイズ規格がありますが、小学生は 4 号級を使用します（直径 20.5cm、重量 350～390g）。
- 購入する際は、「日本サッカー協会（JFA）検定球」と記載された 4 号級をお奨めします。

#### ▽水筒

- 水分補給のため、練習にも試合にも必需品です。
- 夏場は大きめのものが良いです。



#### ◎用具を大事にする気持ち

- 子供たちが用具を大切にすることを、感謝する気持ちを育てましょう。
- 特にサッカーシューズは、練習や試合が終わった後に、自分で手入れする習慣をつけましょう。きちんと手入れすればシューズが長持ちしますし、汚れの付き方、ポイントの擦り減り方で自分のクセがわかります。



### 🏆 練習のとき保護者は何をすればいいの？

#### ◎子供たちの持ち物・服装

- 練習できる服装、サッカーシューズ、すねあて、飲み物（夏場は多目に）があれば良いです。
- 日差しが強いときは帽子、寒い日は手袋の着用も OK です。
- 汗を拭くタオルは必ず持たせてください。

#### ◎集合

- 練習開始時刻に遅れないようにしましょう。
- 都合により参加できない場合は、サークルスクエアのメールを利用して、コーチや同学年の他の保護者に伝えてください。

#### ◎付き添い

- 練習の間は、都合のつく限り付き添ってください。保護者が見守ってくれることは子供たちのやる気につながります。

#### ◎当番

- 学年ごとに順番で当番を決めてください。当番の方は以下の仕事をお願いします。
  - 自分が当番であることをコーチに知らせてください。
  - 練習中はグラウンド脇で付き添ってください。
  - 体調を崩したり、怪我をした子供に応急処置し、必要に応じて保護者に連絡を取ってください。
  - 練習終了後、トイレの泥汚れを掃除してください。ホウキはトイレ裏にあります。汚れがひどいときはトイレ横の水道の水を使ってください。
  - 使用したピブス一式を持ち帰り、洗濯して次回練習時に持参してください。





## 🏈 試合のとき保護者は何をすればいいの？

### ◎飲食物

- 試合がお昼にまたがる時は、昼食を持参してください。昼食は「おにぎり」を勧めます。  
おかずは不要です。おにぎりの具は自由ですが、消化の悪いものは避けましょう。  
おにぎりが苦手な方は、パンや麺類（汁の処分まで適切に行うこと）も可能です。
- 補助食として、カロリーメイトやウィダーinゼリーのような栄養補助食品と、バナナのみ可とします。スナック菓子、アメ、チョコレートなどは不可です。
- 飲み物はアクエリアスやポカリスエットのようなスポーツドリンクか、水、お茶とします。  
糖分の多いジュース類や炭酸飲料は不可です。
- 子供たちに不可としている食べ物を、子供たちの前で保護者が食べることは避けましょう。

### ◎子供たちの服装

- ユニフォームには試合会場に着いてから着替えます。
- 試合会場への往復はサッカーシューズではなく普段履きの靴にしましょう。サッカーシューズで舗装路やコンクリートを歩くと靴底のポイントが無駄に擦り減りますし、不必要にサッカーシューズを履くのは足に負担がかかります。
- すねあてがないと試合に出られません。
- 爪が伸びすぎていないか確認しましょう。
- 汗を拭くタオルは必ず持たせてください。
- 雨天時の試合の場合は、着替えを用意してください。

### ◎その他の持ち物

- 保護者の方が観戦するための椅子があると良いです。
- 季節や天候によって持っていくと良いものがあります。保護者間で相談してください。（夏の暑い日に氷、冬の寒い日にお湯など）

### ◎集合

- 特に連絡のない限り、旧北条小学校に集合して出席確認をしてから試合会場に向かいます。
- 集合時刻に遅れないようにしましょう。
- 当日参加できない場合は、サークルスクエアを利用して、必ずコーチや同学年の保護者に伝えてください。
- 試合会場に持ち込む団の用具は、分担して車で運びましょう。
- 都合により送迎ができない保護者がある場合は、協力し合って子供を同乗させてください。
- 試合会場によって車の台数に制限がある場合は、相談して相乗りしてください。

### ◎会場準備要員

- 試合会場の準備作業のために、数名の準備要員をお願いすることがあります。
- 準備要員は、主催者の指定時刻までに会場に行き、ライン引きやゴール設置などのお手伝いをお願いします。
- 準備要員はサッカーの知識がなくても大丈夫です。



## ◎会場準備

- ・旧北条小が試合会場になることもあります（リーグ戦ホーム試合・公式戦幹事チーム）。
- ・保護者全員と子供たちで、代表者会議の1時間前に集合し、本部の設置、ライン引き、s駐車場の表示などを準備します。
- ・試合前に、出場選手と審判の登録証を確認します。試合中は本部に交代で入り、ハーフタイムと試合終了後に審判へ飲み物を出します。また試合結果を審判に記入してもらいます。
- ・学年委員は試合結果を速やかに県南リーグ本部にFAXしてください。
- ・試合終了後は撤収作業を分担してやりましょう。トイレ掃除も忘れずをお願いします。
- ・学年委員を中心に、協力してやりましょう。

## ◎観戦・応援

- ・我が子だけでなく、チーム全体を応援しましょう。
- ・子供たちのプレーを非難せず、良いところを褒めてあげましょう。
- ・ルールにより、選手に指示を出せるのはベンチスタッフのみです。応援席から過度な指示をしないよう気をつけましょう。
- ・審判の判定には文句を言わないようにしましょう。あまり悪質な場合は警告や退席処分の対象となります。
- ・応援場所は、特に指定のない限りベンチと反対側のタッチライン沿いをお願いします。
- ・ゴールの後ろ側での観戦は、シュートを打つ際に邪魔になりますので避けましょう。

## ◎片付け

- ・ゴミは当番の方が持ち帰り、処分してください。
- ・使用したピブスは、当番の方が持ち帰って洗濯してください。
- ・使用したユニフォームは、各自が持ち帰って洗濯してください。（右枠参照）

## ◎解散

- ・特に指示のない限り、北条小学校に再集合してから解散します。

## ◎その他

- ・コーチの昼食（おにぎり・お茶）は団費から提供します。学年役員が購入してください。

**NOTICE: ユニフォームの洗い方**

ユニフォームの背番号はプリントのため、とても傷みやすいです。

先輩から後輩に受け継いでいく大切なユニフォームです。十分に注意して洗濯しましょう。

- ・洗濯機にかけるときは、必ず裏返して洗濯ネットに入れましょう。（背番号部分が周囲に直接当たらないために）
- ・乾燥機にはかけないでください。
- ・乾かすときは裏返して陰干ししてください。（日光で色あせします）

- ・タバコは、学校敷地内は禁煙です。喫煙したい方は、学校敷地外にて携帯灰皿を持参をお願いします。また、試合でも敷地内の禁煙厳守の会場があり、そういう場所で喫煙してしまうと、チームが出場停止になる場合もありますので、ご配慮よろしくをお願いします。



## 育成会行事や親睦行事へのご協力・ご参加をお願いします！

FC 北条育成会では、団の運営を共有する場として、また、団員・スタッフ・保護者の親睦の場として様々なイベントを行います。

### ◎育成会総会

毎年、年度の初めに開催します。前年度の活動を報告し、当年度の運営方針や活動計画を話し合います。全ての保護者の出席をお願いします。

### ◎卒団式

毎年、年度の終わりに開催します。卒団していく6年生を、感謝を込めて送り出す会です。

### ◎体験サッカー教室

地域の小学生を対象にしたサッカー教室を行い、FC 北条の活動をアピールするとともに、新入団員の募集につなげます。

### ◎各種親睦行事

▽クリスマス会、OB会

全学年を対象とした親睦行事です。

▽夏季合宿（6年生中心）

宿泊合宿で子供たちや保護者・スタッフの親睦と結束を深めます。

## 団の運営に積極的なご協力・ご参加をお願いします！

### ◎補助コーチ

サッカー経験のある保護者の方は、補助コーチとしてコーチのお手伝いをお願いします。子供といっしょにボールを追いかけてみましょう！指導方法はコーチがお教えますので大丈夫！

### ◎登録審判

試合の際には、指定された人数の帯同審判がいないと参加が認められません。保護者の方はぜひ4級審判資格の取得をお願いします。

- ・サッカーに興味のある方であれば、未経験者でも全く問題ありません。審判をやってみるとサッカーの見かたが変わり、楽しいですよ。
- ・4級審判は、茨城県サッカー協会が主催する講習会（ルールブックを使った座学）を受講し、同日に行われる筆記試験に合格すれば取得できます。講習会は週末の1日で終わります。
- ・取得は難しくありません。講習会をちゃんと聞けば合格できます。
- ・試験に合格して、団の帯同審判を担当していただける方は、新規取得費用と毎年の資格更新費用の全額を団から支給します。
- ・審判用具（審判服、ホイッスルなど）は個人で購入いただくこととなりますが、団から購入費用の一部（5000円）を補助します。
- ・講習会の申し込みは、日本サッカー協会のホームページの右下にある「Kickoff」から行います。詳しい方法は、FC北条ブログ”<http://fchojo.blog.fc2.com/>”の右上にある説明資料「審判資格取得の流れ(PDF)」をご覧ください。スタッフにご相談ください。

