



兵庫フットボールクラブ
(永濱和紀代表)



サッカークリニック 2016年4月号

本冊子の「P02-P03」はベースボール・マガジン社発行の上記媒体からの抜き刷りです。

「アストリム」による ヘモグロビン推定値の “見える化”で 兵庫FCはさらに進化する

健康モニタリング装置

ASTRIM FIT ユ ー ザ ー レ ポ ー ト USER REPORT



本製品は医療機器ではありません

CONTENTS

P02

ユーザー
レポート

兵庫フットボールクラブ
(永濱和紀代表)





「アストリム」による ヘモグロビン推定値の “見える化”で 兵庫FCはさらに進化する

2015年12月に開催された第39回全日本少年サッカー大会決勝大会で、3位の好成績を残した兵庫フットボールクラブ（兵庫）。

メンバーの個性に合わせて子供たち自らがシステムや戦術を決める“考えるサッカー”が信条で、過去には前半・後半でメンバーを総入れ替えしながら全国ベスト8入りしたユニークさも持っている。

永濱和紀代表は「指導者の務めは、子供たちに“考える材料”を与えること」だと話す。

昨年10月に、採血なしで手軽にヘモグロビン推定値を測定できるシスメックス社の「アストリム」を導入した経緯も、子供たちに新たな“考える材料”を提供するためだった。



元小学校教諭の兵庫FC永濱和紀代表。選手育成＝人間教育という独自理論を持つ

指導者の予想が 確信に変わる！

1985年創設の兵庫FCは、兵庫県の加古川市を拠点に同神戸市でも活動するサッカークラブ。今年2月の卒団式でも「明治栄養セミナー～サッカー選手の食事と栄養～」を併催していたように、食育にも力を入れている。2015年10月からヘモグロビン推定値を測定できるシスメックス社の「アストリム」も導入。きっかけは、「子供の集中力が低いなど感じる場面があった時に、採血しなくてもヘモグロビンをチェックできる装置の存在を知った」と代表の永濱さんは話す。

「鉄分が不足しているのかなど気になる子がいた。でも、自分の見解に確信は持てませんでした。そんな時にアストリム

を紹介された。地元の有名チームでも使っていると聞いて、一度試してみようかなと思ったのが最初です」

小学4年生以上を対象に、さっそくアストリムでヘモグロビン測定値を調べた永濱さんは「やっぱりな」と思ったという。「集中力が落ちていて感じていた子は、ヘモグロビン推定値が低かった。もちろん、練習前や後など測定するタイミングでも推定値は変わってきますが、自分たちの予想がある程度は正しかったのだと再確認できた。指導する側にとっても自信になりました。鉄分は吸収されにくい栄養素ですし、親も指導者も言われないと意識することは少ないと思います。アストリムで測定して、目に見える形で不足気味かどうか分かれば、貧血の予防にも役立つと思いますし、チームとして

手軽にヘモグロビン推定値を測定できる
ASTRIM FIT (アストリムフィット)



株式会社明治の管理栄養士・結城宏香さんを迎えて開催された「明治栄養セミナー」。午前・午後あわせて約70人が5大栄養素を軸にした講演に耳を傾けた。この後、伊藤超短波林による低周波治療器の紹介もあった

スポーツ貧血にまで気を使っていると分かれば、親も安心すると思います」

貧血の心配が高まる 少年サッカー界

近年、サッカー少年たちを取り巻く環境は過密になっている。従来からの大会に加え、新設リーグなどが増え、子供たちの休む時間は減少している。以前から貧血の子供が多いと言われていたサッカーだが、近年の過密日程はその傾向に拍車をかけているとも言える。

永濱さんも「昔はウィンタースポーツと言われていた日本のサッカーですが、今は高校でもリーグ戦が増えて年中スポーツになっている。少年サッカーも同じで休みが少なく、スポーツ貧血が発生しやすくなるのは自然な流れだと思う。春からずっとリーグを戦って、休みなく全国大会の予選が始まる。兵庫FCみたいな大所帯でも子供たちの休む時間は少なくなっているのが現状ですね」

永濱さんがシスメックス社のアストリムを導入した背景には、過密スケジュールもあるようだ。

2シーズン前の第37回全日本少年サッカー大会決勝大会で、兵庫FCは前半・後半でメンバーを総入れ替えする独特の選手起用法でベスト8入りを果たした。子供たちへの負担は他のチームよりも分散させられているだろうが、それでも貧血気味の子供は増えていると永濱さんは言う。

「兵庫FCは昔から16人登録したら全員で戦う方針。みんなにチャンスを与えたいと思ってやっていますから。結果的にケガ人も、熱中症の子供も少ない。でも、最近は貧血かなと思う選手が増えてきたように感じます。アストリムでヘモグロ

ビン推定値を調べ、子供や親がそのデータを見て普段の生活から気をつけるようになるのは大切だと思います。でも、シビアに考える必要はない。まずは意識することが重要だと思いますので、これからも定期的にあストリムを使っていききたいですね」

アストリムが“考える” ための大きな材料に

兵庫FCには、ポゼッションや堅守速攻などの伝統スタイルは存在しない。理由は「選手たちの個性が毎年違うので、それに合わせてシステムやスタイルも変わるからです」とは永濱さん。1試合の中でシステムを変えることもあれば、時間帯やメンバー、対戦相手によって戦術も変える。いわば変幻自在のサッカーだ。しかも、システムや戦術を決めるのは子供たち。状況判断力を磨くのが、兵庫FCの唯一のスタイルと言える。

状況判断力を磨く上で、重要なアイテムがサッカーノートだ。試合毎に目標ができたかどうか、共通戦術を理解して実行できたかなど、子供たちは多くの項目

に答えながらノートを通して自分と対話する。永濱さんは「社会では誰も教えてくれない。自分で考え、判断していかないと。サッカーも同じ。自分が見えていないといい選手にはなれないし、周りも見えない」と言う。

とはいえ、何かしらの基準がなければ、子供たちも判断に困るはず。いくつかの共通戦術を用意するのと同じように、判断基準を作るのが指導者の役目だと永濱さんは考えているようだ。

「基本は子供たちが決めるけれど、あまりにも違う方向に進んでいたら軌道修正はします。例えば、みんなと一緒に後片付けができない子はいくらサッカーが上手くても試合には出さないとか。でも、自分の間違いに気がついたら、また試合にも出します。何が大切かの判断基準を子供に与えることが大切。そういう意味では、アストリムも子供たちに一つの材料を提供していると言えます」

指導者の予想を確信に変え、子供に考える材料を与えるシスメックス社のアストリム。コンディションを“見える化”することで、少年たちの新たな可能性が引き出されるかもしれない。



約30年前に選手4人で始まった兵庫FCは、現在100人以上が所属する大所帯に。6年生メンバー(写真)を中心に戦った昨年12月の全日本少年サッカー大会決勝大会では、Jクラブの下部組織が多数参加する中で3位と躍進。一人ひとりの個性を生かしたチーム作りが信条