

## 鹿島アントラーズスクールコーチ直伝！運動の授業



お手本を見せるよー



左から岩倉さん、松田さん、池田さん、小熊さん  
(深芝小学校にて)



左から小室さん、松村さん、結束さん、櫻井さん  
(波崎小学校にて)



華麗なドリブル

マーカー発見！



## 鹿島アントラーズスクールコーチ直伝！運動の授業

みんなそろって教室へ移動。

最後に、子どもたちにアントラーズ食育キャラバンの感想を聞きました。

「食生活を見直す良いきっかけになりました。自分なりに足りない栄養素があることに気がついたので、栄養ダブルハット

トリック型の食事を心がけようと思います」(深芝小学校6年・田中敦也さん)。「食事をする理由や栄養の話に説得力があり、深く伝わってきました。運動は苦手でしたが、コーチが面白くて、チームで団結してできたので本当に楽しかったです」(深芝小学校6年・舟生



莉菜さん)。「サッカーを習っていて、将来の夢はサッカー選手。今日はコーチに教えてもらっていろいろな運動ができて楽しかったです。教材のパンフレットは宝物になります」(波崎小学校5年・出河亮さん)。「食について勉強になり、特に印象に残ったことは栄養ダブルハットトリック型です。自分の朝食は主食中心なので、

もっと野菜など食べる項目を増やしていこうと思いましたが」(波崎小学校5年・津久浦孝汰郎さん)。

子どもたちそれぞれに、食の大切さ、運動の楽しさがしっかりと伝



わったようです。

### 恵まれた環境で心身を育む

「神栖市の子どもたちは、元気なあいさつが身に付いていますね。集中力があって、積極的に取り組んでくれるので、私たちも楽しかったです」と、松田さんとコーチたちは声をそろえます。「神栖市の環境はとても恵まれている」という意見も一致しました。

「神栖は食の宝庫だと感じます。特にピーマンは苦味がなくておいしいですね」と松田さん。池田コーチは、「私たちは市内の幼稚園にも巡回指導に行きますが、幼少期からサッカーや運動に触れる機会があり、合



神栖総合公園サッカー場

で、集めたマーカーの数を競います。子どもたちは負けん気を發揮して競技に熱中し、チームの仲間に声援を送っていました。波崎小学校ではアントラーズスタッフの大人チームも参加。大人が真剣に取り組むことで、子どもたちの本気を引き出します。最後にマーカーの枚数を数えると、一番多かったチームは飛び上がって喜んでいました。

指導で大切にしていることを池田コーチに聞きました。「小学校には運動が苦手な子やサッカーに興味のない子もいますが、みんなが体を動かすのは楽しい！と思えるように配慮し、スポーツやサッカーへの興味を育むことを目指しています。松村コーチは「運動を通して、食事や睡眠とのつながりや、頭を使って体を動かすことを意識してもらおう心がけています。最初は運動が苦手と言っていた子が、最後は笑顔になってくれたりするのがうれしいですね」と話してくれました。

### 子どもたちに伝わった食の大切さと運動の楽しさ

運動をしておなかペコペコになったところで給食の時間となり、



さあ楽しい給食の時間！



スクールコーチと  
いっしょに給食



今日のメニューはこれ！



地元でとれた食材は  
新鮮で栄養素が豊富

### 神栖ディスカバリーを カミスマカでも 楽しめる



「神栖ディスカバリー」を、神栖市魅力情報発信ポータルサイト「カミスマカ」でもご覧いただけます。紙面で紹介しきれなかった情報やコラムなど、オリジナルコンテンツも掲載しています。ぜひご覧ください。

