

# ☆ピンチはチャンス☆

～こんなときだからできること～

たまに発行：九条南 FC 通信 vol. 2

## 新型コロナウイルス感染症の影響による「緊急事態宣言」が発令されて2週間！！

「解除」が待ち遠しいけれど、何となく、それにあわした生活リズムになってきたような気がする今日この頃、「みんな！元気ですかあ！」

そんな中、最近、**学校授業が、動画で配信**されているんだって？？すごいΣ(・□・:)

授業といえば、黒板に先生が書いているのを必死に写して、隣の子にちょっかいかけて・・・というイメージしかなかったのに、そんなことが出来るようになったとは、まさに、ピンチはチャンス？？・・・『**みんな！勉強やっていますかあ！**』

そんな中、**北〇コーチがやっている「こんなときだからできること」**

みんなも聞いたことがあると思うけど、今は「3密」を避けることが大事！（「3密」言えるかな？）普段の中でも、いろんなところに潜んでいる「3密」を避けないといけない時だから、

- ① 仕事場の玄関（1階）から自分の机（4階）までの往復をエレベーターではなく、階段を使っている
- ② やや遠くても、自転車じゃなくて歩く
- ③ 腹筋しながら、家でテレビを見ている 等々

次に、みんなに会う頃には、筋肉マンになっているかもしれない(笑)

・・・『**みんな！（密をさけつつ）体動かしていますかあ！**』

ちゃんと守ってる？

君たちができる！感染症予防

- ①手洗い・②うがい・③咳エチケット
- 菌を持ち込まない・持ち込まさない

お家の皆さんの言うこと聞いて  
感染症予防！

早寝・早起き・朝ごはん 等々  
規則正しい生活

さらに、こんなことも出来るよ♪シリーズ Part2

Sports assist you～いま、スポーツにできること～

: [https://www.jfa.jp/grass\\_roots/sportsassistyou/](https://www.jfa.jp/grass_roots/sportsassistyou/)

- ・プロサッカー選手からのコメントや、挑戦状
- ・親子で学ぼう ～サッカーで計算チャレンジ～ 等が掲載されています。

空いてる時間にご家族でお楽しみください

リフティングが  
100回超えたよ！

<うれしい声を聞きました♪>

その声を聞いたとき、「100回超えたことに、すごいっ！」という喜びと、みんなで集まったの練習がなかなか出来ない状況の中でも「サッカーボールと遊んでくれていたんや」という喜びと、Wの喜びを感じました。

公園で遊ぶことにも気を使わなければならない状況もあるけれど、こんな時でもサッカーを通じて喜びを感じてくれたことが、すごくうれしく、温かい気持ちになりました♪みんなも、自粛中の嬉しい話、面白い話、集めといてね◎

☆**最っ高の笑顔で、グラウンドで会おう**☆