

### チームメートから信頼される選手に

#### FCボレイロ成田

私たちFCボレイロ成田は、水曜日の夜と土・日曜日、祝日に活動している少年サッカーチームです。チーム名の「ボレイロ」は、ポルトガル語でサッカーが上手な人に付けられるニックネーム。チームメートから尊敬・信頼される選手になってほしいという願いが込められています。

所属するのは市内の6歳〜小学6年生・113人。大人数なので、普段は学年ごとに分かれ、上下の学年と交流しながら吾妻小学校を中心に市内のグラウンドや体育館で練習し、試合に参加しています。

最近の大会では、約80チームが参加する野菊花や新勝寺杯で6年生チームが優勝。3年生チームが県大会でベスト8に進出しました。

チームの特徴は、サッカーだけでなく国際交流にも積極的なことです。昨年の夏休みには、5年



上野 翔しょう キャプテン(6年生)

最近では、招待試合で県優勝チームと引き分けたことがうれしかったです。



ディフェンスをかわしてシュートの練習(6年生)



障害物を避けてドリブル(2年生)

生が市の友好都市である韓国・仁川広域市中央区に遠征し、現地の大会に参加しました。  
チームの卒業生には、Jリーグのモンテディオ山形なかしらあやひに所属する永藤歩選手をはじめ、高校サッカーの全国大会で活躍する選手もいます。先輩のような選手になれるよう、そして「ボレイロ」の名に恥じぬようなプレーを、これからも心掛けます。

## クラブ訪問 190



ゆっくりした動きで体も心も健康

楽しい太極拳

私たち「楽しい太極拳」は、毎週月曜日に、もりんぴあこついで太極拳を学んでいるサークルです。練習しているのは「簡化24式太極拳」という流派で、24の型から成ります。本場の中国では最も一般的なもので、アメリカなど世界中でも親しまれています。

練習するときは、ゆっくりとしたテンポの音楽に合わせてながら動きます。基本の型を抜粋した入門・初級太極拳で体を慣らし、毎回1つの型を集中的におさらいした後、24式を途切れることなく行います。

先生自身も動きながら「右脚を浮かして半歩前に出す。爪先は軽く立てる。視線は前に」など、全身の動きを具体的に指導してくれるので、初心者にも分かりやすいです。練習場所は前面が鏡張りになっているので、そこに映る自分と



手のひらは自分に向けて



鏡を使って動きをチェック



フジャクに由来する防御のポーズ

先生の動きを見比べて真似るようにしています。合間には「けがをしないよう、無理しないで」と声が掛かります。動ける範囲は人それぞれ。自分のペースを守ることも大切です。

太極拳はゆっくりとした動きで簡単そうに見えますが、やってみると両手両足を同時にばらばらに動かすのは本当に難しいです。スムーズに動かすには、型がしっかりと頭に入っていないといけません。太極拳はもともと護身術なので、対する相手がいるとイメージして、「相手を受け流す動作なのか。攻撃をする準備なのか」などと、自分の動きの意味を理解するのがポイントです。全身だけでなく頭の体操にもなりますよ。

サークルに来て集中して型を取っていると、だんだんと心も落ち着いてきます。健康のために、あなたも太極拳をやってみませんか。

スクスクのびのび



こやなぎ はる  
小柳 晴ちゃん(1歳) 団護台

高い所大好き! 面白い顔で笑わせてくれたり、元気に明るく育ってます!

おおもり ゆうた  
大森 優太くん(9カ月) 中台

食いしん坊のニコニコ君です◎



とりうみ ひまり  
鳥海 陽莉ちゃん(1歳) 幸町

我が家のアイドルです。とっても明るく、ダンスが大好きな女の子です。

このコーナーには市内在住で5歳までのお子さんの写真を掲載しています。お気に入りの1枚が撮れましたら、ぜひお寄せください。

- 応募方法 お子さんの写真に住所・氏名(ふりがな)・生年月日・親の名前・電話番号・30字程度のコメントを添えて広報課へ
- 応募先 〒286-8585 花崎町760 成田市役所広報課
- 問い合わせ 広報課 ☎20-1503