

## 池袋FC運営ルール

池袋FCは以下のルールに則り、活動を行うこととする。

1. 持ち物、服装について
2. 練習、試合での保護者の関わりについて
3. お当番のルール
4. その他

### 1. 持ち物、服装について

- A) 運動が出来る服装
- B) トレーニングシューズ・スパイク（中高学年）
- C) スネあて（レガース）
- D) 4号ボール（サッカー用）
- E) 水筒
- F) （自転車での移動の場合）ヘルメット

上記に加えて、夏季、冬季、試合時には以下の持ち物を持参する。

（夏季）

- A) 防暑対策（帽子、濡れタオル、着替えなど）
- B) 水筒（大きめの物）
- C) 熱中症対策（塩飴タブレットなど）

（冬季）

- A) 防寒対策（手袋、ネックウォーマー、ビステ、ベンチコートなど）

（試合時）

- A) カバン・リュック（ボールが入るサイズ）
- B) ユニフォーム
- C) （遠征の場合）交通系電子マネー（Suicaなど）、小銭

### 【注意事項】

- ✓ 全ての持ち物に名前とクラブ名を記載すること。
- ✓ スパイク
  - スパイクでの移動は禁止。
  - スパイクは場所により使用可能。
  - 低学年部員はスパイク禁止。
- ✓ シューズ
  - ブロック大会出場は紐靴のシューズ（マジックテープの靴は不可）。
- ✓ ボール

- ▶ ネットに入れたボールを蹴りながらの移動は禁止。
- ✓ ユニフォーム
  - ▶ クラブ所有物なので、名前等は書かないこと。
  - ▶ 試合以外での使用、及びユニフォームでの移動は禁止（試合時は、現地で着替えて使用）。

各カテゴリーユニフォーム

	低学年	中学年	高学年
1 <sup>st</sup> ユニフォーム	水色	水色	水色
2 <sup>nd</sup> ユニフォーム	—	白	白
3 <sup>rd</sup> ユニフォーム	—	—	紺
1 <sup>st</sup> ユニフォーム（キーパー）	—	ピンク	ピンク
2 <sup>nd</sup> ユニフォーム（キーパー）	—	グリーン	グリーン
3 <sup>rd</sup> ユニフォーム（キーパー）	—	—	—

- ▶ パンツ、ソックス（ストッキング）は各自準備。
  - ◇ 低学年 短パン（白）、ソックス（水色）
  - ◇ 中学年 短パン（白、黒）、ソックス（水色、白、紺）
  - ◇ 高学年 短パン（白、黒）、ソックス（水色、白、紺）
- ※ 短パンはラインの無いもの、推奨は ATHLETA、ワンポイントロゴ可。
- ※ ソックスはラインが無いもの。
- （エルブレス西池袋店もしくはカモショップ東口店にて購入可能）

## 2. 練習、試合での保護者の関わりについて

- ✓ サッカーを通じて子供たちの自主性を身につけるため、練習、試合の準備や持ち物の管理は、子供たち自身が行う。
- ✓ 練習、試合前日はバランスの良い食事を取り、早めに寝かせる。
- ✓ 練習、試合には保護者も積極的に関わる。但し、以下のルールを守ること。
  - ▶ 練習中は練習しているスペースに入らない。
  - ▶ お当番に限らず、怪我した子供の処置に当たる。
  - ▶ 試合の際は、以下の観戦マナーを守る。
    - ◇ 試合中はいかなる場合でもピッチへの侵入不可
    - ◇ 観戦場所（原則、ベンチと反対側、ゴール裏は不可、ベンチと同じ側の場合は、選手より後ろ、かつゴール寄りのタッチライン）
    - ◇ グラウンドが芝生や人工芝の場合はヒールやカカトの高い靴は厳禁、水分以外の飲食は厳禁
    - ◇ 学校敷地内やグラウンド内での喫煙、飲酒も厳禁
    - ◇ 前向きな声かけ（子ども、相手チーム、審判に対してリスペクト）

プレイヤーズファーストをご理解いただくために、日本サッカー協会の「めざせ！ベストサポーター

サッカーに夢中な子どもたちのケアのためのハンドブック」を配布。

### 3. お当番のルール

#### 《練習》

お当番は、責任を持って子どもたちの安全面の見守り、コーチ補佐を行う。都合が悪くなった場合、事前にほかの人と交代し、その旨お世話係まで連絡する。

- 1) 利用者出席簿（主事室にあり。西池中は玄関入って右の窓口）記入。コーチ、お当番の名前にチェック（大人分のみ。子ども分は不要）※利用施設の記入ルールに従う。
- 2) 子どもたちの水分補給、特に夏場は熱中症に留意。必要に応じて、ぬれタオルなどで冷却する。
- 3) けがの冷却や、熱中症対策等のため、氷を持参。（救護バッグにある氷のうを使って、冷却する。氷のう使用後は、汚れを落とし、陰干しするなどして、次回練習時まで救護バッグに返却）
- 4) けがや、具合が悪くなったなど、体調の変化があった場合、保護者への連絡。
- 5) 練習後の後片付け
- 6) 使用したビブスは、洗濯後、倉庫に返却する。
- 7) 練習後、「利用報告書」（主事室にあり。西池中は玄関入って右の窓口）への記入。
- 8) 忘れ物があればメーリングリストにて連絡する。

#### 《試合》

- 1) 試合用用具の持ち出し・返却  
※集合時間が早い場合、学校が施錠されているため、事前に持ち出し。
- 2) 救護バッグ、ビブス、ゴールキーパーセット、ボールネット、ブルーシート、氷、保冷剤
- 3) 長時間にわたる試合時、必要に応じて水筒の中身を補充する。

### 4. その他

- 1) 出欠確認した際には、期限厳守。遅れた場合は欠席とみなす。
- 2) 当日の試合の欠席は必ずカテゴリーコーチへ連絡。通常練習は欠席の連絡不要。
- 3) 雨天などによる練習中止、相手チーム都合による試合中止など、急な予定変更の可能性があるため、メールでの連絡を確認すること。
- 4) お当番のシフトはお世話係に従う。
- 5) 親子サッカーに参加の場合は、スポーツ保険加入を必須とする。
- 6) 遠征時のコーチへの飲物は不要とする。練習試合の相手チームへの差し入れはコーチの指示を仰ぐ（基本、スポーツ飲料 2L を 2 本）。
- 7) （マナー）挨拶するときには帽子を取り、カバンを下して挨拶することを徹底。
- 8) 技術指導/育成部の判断により、他カテゴリーへの試合、練習参加を可能とする。
- 9) 活動の際は爪を切って参加する。
- 10) 旧平和小学校利用に関する注意事項

早朝は周辺住民の方への騒音への配慮が必要です。以下を留意する。

- ① 早朝利用の場合は開始 10 分前くらいに着くように集合する。
- ② 早朝利用の場合は待ち時間に大声での会話は控える事。
- ③ 利用時間前はグラウンドに入らない事。

- ④ 利用時間前の待っている時間はボールをつかない、蹴らない。
- ⑤ 自転車は体育館側にとめない事。道路側に整列してとめる。
- ⑥ グラウンド内での飲食は禁止。

以上