

健康のために運動は欠かせないことは解っていてもジョギングで走るだけのトレーニングにはかなりの強い決意と継続する忍耐が必要である。その点サッカーは走ったり歩いたり適度にさぼることも許され、自分のミスまで仲間がカバーしてくれる。

昔ならしたサッカー技術を駆使して、質の高いサッカーを楽しもうと努力しているが加齢と共に徐々に生理的な機能も老化現象を示す。このタイミングでボールを動かせば抜けるとドリブル突破を試みたとたんに、次のボールに付いて行けず奪われてしまうことがある。老化を実感する瞬間である。しかしその事はすぐに忘れて、同じミスを繰り返す、それでも付き合ってくれるサッカーの仲間がうれしい。これは私だけではないのではないのでしょうか？

つい最近、健康と運動の関係の調査を四十雀サッカークラブの皆さんにご協力頂きました。スタミナ体力の指標である最大酸素摂取量は、全体的に見ると高いのだが、個人差が大きくサッカーをしていればスタミナ体力はみんな同じように高いとは言い切れない。今でも十分選手として活躍できる人からサッカーをするには少し心臓の筋肉にも刺激を与えた方が良い人まで多彩である。

40年50年サッカーと付き合いきた人から、子どもの成長と共にサッカーを楽しむようになった人、高校、大学時代にやっていた復活した人など、戦略、戦術、技術も本当に多様である。これらを受け入れて一緒にサッカーを楽しんでいることがすばらしい。

これらを支えているのが、すばらしい芝生のピッチを提供してくださる方々と、マネージメントをして下さっている方々である。私たちメンバーはいつも「感謝の気持ちを忘れてはならない」と思うのである。

そして重ねて思うことは、このような環境を私たちだけの物にして良いのだろうかと思う。同じような環境を整備する活動や楽しいサッカーを普及するために、四十雀サッカークラブが声を上げたり、行動したりすることが必要なのではないでしょうか？

ただサッカーができれば良いでは、小学生や中学生のサッカー選手と同じである。クラブのメンバーにはまだ80才代のメンバー70才代のチームはありません。しかし全員80才に成るのですから今から80才になっても楽しめるサッカー環境の整備、勿論人的環境も含めてネットワークを大事にして次の時代をリードするクラブ活動を思考しましょう。



03年11月地ビール飲み放題大会にて



98年 関東四十雀千葉大会下総ランドにて