

宮前ふれあい MIYAMAE SPORTS スポーツBOOK

もくじ

- 01:特集①川崎フロンターレ 三笥薫選手インタビュー …… 3
- 02:かわさきスポーツパートナー …… 4
- 03:宮前区ゆかりのアスリート達 …… 5
- 04:頑張れ!宮前区のジュニアアスリート!! …… 6
- 05:宮前区でスポーツを楽しもう!! …… 7
- 06:ジュニアアスリートのトレーニング術 …… 8
- 07:成人・シニアの健康術!! …… 10
- 08:川崎市とスポーツ …… 12
- 09:宮前区の総合型地域スポーツクラブ …… 13
- 10:パラスポーツを知ろう!! …… 14
- 11:特集②川崎WSC 山崎佳菜子選手インタビュー …… 15

はじめに

近年、子ども達の体力低下や成人の生活習慣病、高齢者の健康寿命など、様々な問題が注目されています。スポーツを通して健康維持や体力増進だけでなく達成感やストレス発散など心の健康も養い、さらに地域での仲間作りにもなり充実した生活を送っていただきたいと思っています。「宮前ふれあいスポーツBOOK」は、宮前区の皆様が地域でスポーツとふれあうためのガイドブックとして作成しました。

宮前区内でのスポーツの相談は
宮前区役所地域振興課 TEL 044-856-3177



01 | 特集① 川崎フロンターレ 三笥薫選手インタビュー

川崎フロンターレ所属のMF(ミッドフィルダー)として活躍している三笥薫選手。三笥選手は、川崎市立鷺沼小学校、有馬中学校出身で小学生時代から地元のさぎぬまSCを経て川崎フロンターレU-12に所属。その後U-15、U-18を経て筑波大学に進学。2017年筑波大学時代に特別指定選手*として承認され、川崎フロンターレでプレイ。2020年川崎フロンターレに入団。

各世代で日本代表を経験し、2020年Jリーグ・ベストイレブンを受賞。Jリーグ・天皇杯優勝の大きな原動力となった選手です。

宮前区でサッカーを始め、今や日本を代表する若手プレイヤーとして注目を集める三笥選手のスペシャルインタビューです。



©KAWASAKI FRONTALE

どんな小学生でしたか？

小学校時代の自分は結構目立ちたがり屋で前にどんどん出ていくタイプだったと思います。

宮前区で思い出の場所と言えば？

家の近くにあったフロントタウン鷺沼や隣の公園(鷺沼ふれあい広場)などでよくサッカーをしていました。

宮前区でスポーツをしている小中学生にメッセージ

僕は子供のころからプロサッカー選手を目指していて、自分の中でこだわりを持って練習していました。特に技術面に関しては、小さい時にしか養えない部分もあるので、自分自身と向き合って「止めて蹴る」ことなど重視しましたし、睡眠や食事などにも気をつけて努力しました。皆さんの中にもプロサッカー選手を目指している方もいると思います。頑張ってください。応援しています。



©KAWASAKI FRONTALE

三笥選手のコメントは「宮前区公式YouTubeチャンネル」でもご覧になれます。

[宮前区チャンネル](#) 🔍 検索

*Jリーグ特別指定選手: サッカー選手として最も成長する年代に、種別や連盟の垣根を越え「個人の能力に応じた環境」を提供することを目的とし、受入先のクラブの申請に基づき、日本サッカー協会が所属チーム(大学又は高校等)に登録したまま、受入先のクラブの選手としてJリーグ等の公式試合に出場可能とする制度。

三笥選手もサッカーを始めた場所「フロントタウンさぎぬま」



2006年より旧鷺沼プールで運営されている関東最大級の人工芝フットサル施設「フロントタウンさぎぬま」6面もコートがあり、子どもから大人までサッカーを楽しめる。女性だけのフットサルクリニックや50歳以上の教室なども開催。サッカーだけでなくヨガやボールウォーキングなど様々な教室も展開。宮前区民優先のオンラインフィットネス「おやすみヨガ」なども行っています。運営は川崎フロンターレ。

フロントタウンさぎぬま 住所:宮前区土橋3-1-1 TEL:044-854-0210 FAX:044-862-5030(月~金 10:00~20:00)