

毎週水曜日連載
NIKKAN SPORTS SPECIAL

「負」きょう大一番 中国戦

ブラインドサッカー アジア選手権

●日時 9月2～7日
●会場 国立代々木競技場フットサルコート
●テレビ放送 スカパーノで日本のリーグ戦全5試合と決勝を生中継。

日本	中国	イラン	韓国	インド	マレーシア
2日 19:30	3日 19:30	4日 19:30	5日 17:30	6日 19:30	6日 19:30
2日 19:30	3日 19:30	4日 19:30	5日 17:30	6日 19:30	6日 19:30
3日 19:30	4日 14:30	5日 17:30	6日 14:30	6日 14:30	6日 14:30
3日 19:30	4日 14:30	5日 17:30	6日 14:30	6日 14:30	6日 14:30
4日 19:30	5日 17:30	6日 17:30	6日 14:30	6日 19:30	6日 19:30
5日 17:30	6日 14:30	6日 17:30	6日 14:30	6日 14:30	6日 14:30
6日 19:30	6日 14:30	6日 17:30	6日 14:30	6日 14:30	6日 14:30

監督「過去最強」 アジア選手権開幕前日の1日、ブラインドサッカー日本代表が東京・代々木の試合会場最終調整した。初戦の中国戦に向けて、約2時間カウンター攻撃や守備練習を入念に確認した。会場は白のシートで覆われて一般非公開の厳戒態勢が敷かれた。FW落合は「4年間のやるべきことはやりました。失点0で必ずリオへの切符をつかみます」と自信をのぞかせた。守備練習では日本の守備の特徴であるダイヤモンド形フォーメーションのポジションを再調整し、50分間隔での位置を確認した。魚住監督は「間違いなく過去最強のチーム。4年前に比べて確実に進化している。選手のコンディションも良く、あとは選手や仲間を信じてやるだけです」と話した。

東京の歓喜



東京オリンピック特集

300回超 大連載

2カ国に不出場権
ブラインドサッカー日本代表メンバー
選手名 年 所属
尚大 2014 Avanzareつくば
安部 2014 たまハッサーズ
中野 2014 たまハッサーズ
山口 2014 たまハッサーズ
黒川 2014 たまハッサーズ
佐藤 2014 たまハッサーズ
佐々木 2014 たまハッサーズ
佐々木 2014 たまハッサーズ
佐々木 2014 たまハッサーズ
佐々木 2014 たまハッサーズ

オレンジの練乳シャーベット

材料 オレンジ1個、トマト2分の1個、はちみつ小さじ1、練乳大さじ2分の1、(好みで)レモン汁少々 (166kcal)

作り方 ①オレンジの皮をむいてつぶす。トマトをみじん切りにする。②全材料をよく混ぜる。③冷凍庫で約2時間置いたら、取り出して砕く。



ジュニアアスリートを応援する

ビタミンCとクエン酸で疲労除去

疲労除去には、ビタミンCとクエン酸が効果的。果物は炭水化物、糖質、たんぱく質、ミネラル、ビタミン、クエン酸が豊富。疲労の原因は、乳酸の蓄積やエネルギー不足。果物を食べることで、疲労を除去し、パフォーマンスを向上させる。

川端理香さんメニュー提案

川端理香さん、スポーツ選手がよく食べる果物はバナナ、りんご、みかん。バナナは炭水化物、りんごはビタミンC、みかんはクエン酸が豊富。疲労除去に効果的。

92・97年の悲劇から4年...



ブラインドサッカー日本代表の選手たちはボールの中に入った鈴の音を頼りにボールを奪い合う



アジア選手権を控えた公開練習で円陣を組み気合を入れる選手たち

勝ち点11目標
日本の世界ランキングは9位。今日2日に行われる中国(同5位)と3日のイラン(同12位)が最大のライバルとなる。1回戦の総当たりリーグ戦(全5試合)で、魚住監督はリオ大会出場のため、5試合を3勝2分けの勝ち点11と掲げ、5年後に向け、負けられない戦いが始まる。【峯岸佑樹】

93年ドーハの悲劇
93年ドーハの悲劇から4年経ち、97年ジョホールバルの歓喜再現だ。ブラインドサッカー日本代表は、93年ドーハの悲劇から4年経ち、97年ジョホールバルの歓喜再現だ。ブラインドサッカー日本代表は、93年ドーハの悲劇から4年経ち、97年ジョホールバルの歓喜再現だ。

97年ジョホールバルの歓喜再現
97年ジョホールバルの歓喜再現だ。ブラインドサッカー日本代表は、93年ドーハの悲劇から4年経ち、97年ジョホールバルの歓喜再現だ。

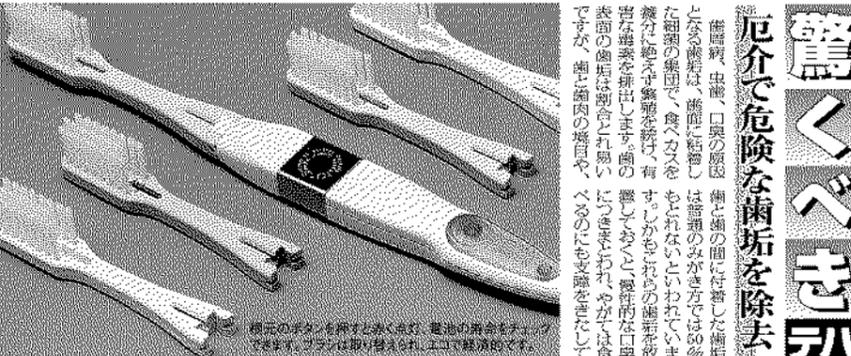
ブラインドサッカー
ブラインドサッカーは、視覚障害者がボールの音を頼りにプレーするスポーツ。ブラインドサッカーは、視覚障害者がボールの音を頼りにプレーするスポーツ。

不愉快な口臭がスッキリ解消!!

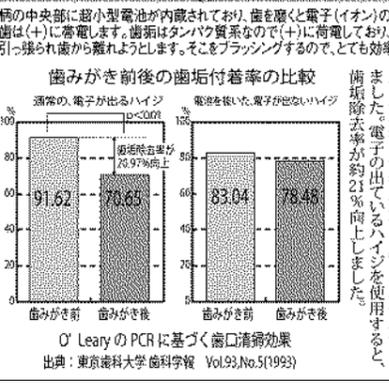
家庭の医学 歯ぐきの健康維持に電子歯ブラシ



「驚き」は使わず、水みぎだけで、口臭がスッキリ。歯ぐきの健康維持に電子歯ブラシ。歯ぐきの健康維持に電子歯ブラシ。歯ぐきの健康維持に電子歯ブラシ。



驚くべきハイクイックブラッシング
厄介で危険な歯垢を除去。歯垢の除去率を比較。歯垢の除去率を比較。歯垢の除去率を比較。



お陰さまで全部自分の歯
お陰さまで全部自分の歯。お陰さまで全部自分の歯。お陰さまで全部自分の歯。

© LearyのPCRに基づく歯垢清浄効果 出典：東京歯科大学 歯科誌 Vol.93, No.5 (1993)