

# 大村美詞さん 祝 女子1級合格！



5R

～一步一步着実に～

※4月より、女子1級審判員は男子と同じ1級審判員となります。

## Step1 フィットネステスト

Speed Test 40m 6.6秒以内×6本

Interval Test 75m run 17秒・25m walk 22秒 ×40本

## Step2 筆記試験(web)、実技6試合(道南・札幌U-18ブロックリーグ)

をクリアし、道内5人目の女子1級審判員となりました！  
(大岩真由美氏、佐藤恭子氏、手代木直美氏、稲葉里美氏)



### ■ 大村美詞さんより



一年弱常に向き合い続けてきた試験が終わり、無事に女子1級試験に合格することが出来ました。その瞬間瞬間では嬉しいことよりも上手くいかない苦しさの方が長い期間でしたが、**頂いたフィードバックで自分の改善点を探して次の試合では出来るようにと努力した**ことで一步步成長できたのではないのかと思います。

合格したことは**ゴールではなく、新たなスタート**だと思っています。より広く活動していけるようにこれからも頑張っていきたいです。

皆様に色々な面で支えて頂いたお陰で前を向き続けることが出来ました。本当にありがとうございました。また**活躍する姿を見せられるように精進いたします**ので、これからもよろしくお願い致します。

### ■ 蝦名隆幸女子部長より

今年度、サッカー女子1級審判員審査を受けておりました大村美詞氏が合格通知を受け取りました。

この場をお借りしまして、日ごろよりご指導・ご鞭撻を賜りました**空知地区審判委員会 川合委員長**をはじめ、多くの試合の場を設定していただきました**女子委員会委員長 中川様**、実技審査の場を設定していただきました**U-18ブロックリーグ 道南、札幌の両実行委員の皆様、チーム関係者の皆様**、ご助言をいただきました**インストラクターの皆様**、その他ご支援をいただきました**すべての方々に深くお礼を申し上げます**。

ここに至るまでに、順風満帆な道のりではなく、辛い日々を過ごすことも多かったのですが、合格することができたのは、**本人の強い信念と、多くの方々の手厚いサポートのおかげ**だと確信しております。今後は、本人のさらなる躍進とともに**北海道の若手審判員へ大きな刺激を与える存在**になってほしいと思います。

最後になりますが、あらためましてお礼の言葉を申し上げますとともに、今後とも変わらぬご支援・ご指導のほどよろしくお願い致します。

## JFAユニクロサッカーキッズ in 北海道

- 日にち 2023年10月8日（日）
- 場 所 札幌ドーム
- 内 容 ピッチマネージャー
- 参加者 阿部恵理子・長浜杏名・阿部美季・平木柚香（2級審判員）  
須田唯（4級審判員）  
空知地区ユース3級審判員1名  
空知地区ユース4級審判員1名
- 参加者のコメント



### 平木 柚香

今回のユニクロキッズに参加させていただき、小さい子たちが真剣にサッカーに向き合う姿をみて、**サッカーに関わっていることに感謝**することが出来ました。初めてあった子達もチームとして喜びあっていたのがとても印象的でした。審判チームとして参加出来てとても光栄でした。

### 空知地区ユース4級審判員

私は審判の資格を取って初めてこのような大きな大会に関わらせていただきました。初めての経験だったので、とても緊張しました。**サッカー協会の方々が優しく丁寧に教えてくださった**おかげで、審判をしていて判定が難しかったのですがとても楽しくできました。これを機に**もっと上の級を目指して色々な大会などに関わって更なる向上を目指したい**です。

## 女子1級審査合格報告会(web)

- 日にち 2023年12月21日（木）20:00～21:30
- スタッフ 蝦名 隆幸（2級審判インストラクター・女子部）  
大石かおり（2級審判インストラクター・女子部）  
宮武 宏行（2級審判インストラクター・女子部）  
渡部 学（2級審判インストラクター・女子部）
- 参加者 稲葉 里美・大村 美詞（女子1級審判員）  
長浜 杏名・平木 柚香（2級審判員）  
空知地区ユース3級審判員1名  
オホーツク地区ユース3級審判員1名
- 司 会 大岩真由美氏（1級審判インストラクター・HKFA副会長）  
川合 信氏（2級審判インストラクター・空知地区FA審判委員長）

女子1級に合格した大村美詞さんの受験に関わる体験談や、先輩審判員からのアドバイスなどを聞き、後に続く若手審判員からの質問を受けました。



### 日程

|       |                                               |
|-------|-----------------------------------------------|
| 20:00 | 開会・参加者自己紹介                                    |
| 20:10 | 受験者報告<br>・大村美詞さん（女子1級審判員）より<br>・川合空知地区FA審判長より |
| 20:25 | 1級審査の流れ<br>・蝦名部長より説明                          |
| 20:30 | 質疑応答                                          |
| 20:35 | 現女子1級審判員の活動について<br>・稲葉里美さん（女子1級審判員）から活動報告     |
| 20:40 | 審判員の心得<br>・大岩INSより                            |
| 21:10 | 質疑応答                                          |
| 21:30 | 今後の予定・閉会<br>・蝦名部長より                           |

大学4年生である現在、卒論や就活と並行してトレーニングや試験に取り組みました。たくさんの人に支えていただき、恵まれた環境に、とても感謝しています。これからも国際審判を目指して頑

年末年始も、皇后杯・高校選手権など、試合で始まり試合で終わる。JFAの割当の流れや、道外での試

仕事との両立は、まず社会人として、認めてもらえる仕事をする。好きなサッカーをさせてもらえならさりげなく気遣いを。そうすることで職場でもサッカーを応援してもらえる。

### 参加者のコメント

#### オホーツク地区ユース3級審判員

今回1級審判員の方々のお話を聞かせて頂ける貴重な機会をいただきました。そこで**審判員として大切な心構えや態度**について学ぶことが出来ました。特に審判員の方々は言葉づかいがとても綺麗で、そういった**日頃の行いから審判員としての態度が構築されていく**のだと感じました。また質問させて頂ける機会もくださり、自分にとって、とてもいい時間になったと思います。

# フィットネス研修会

- 日にち 2023年12月24日（日）11:00～13:00
- スタッフ 蝦名 隆幸（2級審判インストラクター・女子部）  
大石かおり（2級審判インストラクター・女子部）
- 参加者 大村 美詞（女子1級審判員）  
土屋 花・秋山 心音（2級審判員）  
空知地区ユース3級審判員1名
- ワザ・パー 川合 信氏（2級審判インストラクター・空知地区FA審判委員長）  
長浜 杏名氏（3級審判インストラクター・2級審判員）

女子1級の基準を体験しました

本日の流れを確認。

## ■ 日程

|       |                                                       |
|-------|-------------------------------------------------------|
| 11:00 | 審判員集合                                                 |
| 11:10 | アップ開始                                                 |
| 11:30 | <b>Speed Test</b><br>40m 6.6秒以内×6本                    |
| 11:50 | <b>Interval Test</b><br>75m run 17秒・25m walk 22秒 ×40本 |
| 12:20 | クーリングダウン                                              |
| 12:40 | 振り返り                                                  |
| 13:00 | 解散                                                    |



Speed Testは、マイクロゲートを使って測定します。



Interval Testは、音源に合わせて通過できるように、ペースを確認します。みんなで走ると1人で走るより心強いし、頑張れます！



振り返り

## ■ 参加者のコメント

### 秋山 心音（2級審判員）

夏に体調を崩し、回復してから久しぶりの審判活動でした。まず初めに、多くの方々にご迷惑とご心配おかけし、大変申し訳ございませんでした。

今回初めて1級基準でフィットネステストにチャレンジさせていただきました。満身にトレーニングに取り組めていない状況ではありましたが、今回チャレンジしたことで、**自分の足りないところやストロングポイントが明確になりました**。夏の体調不良をマイナスに捉えることなく、また一から身体作りが出来るきっかけとして今後トレーニングに励んでいきたいと思えます。

また来シーズン元気な顔で皆さんとお会いできるよう、**このオフシーズンを大切に過ごして**いきたいです。