

広島 さんふれぽと

sanfrece potato

サンフレッチェ広島を愛する
サポーターのための
フリーペーパーマガジン！
応援仲間も絶賛募集中！
発行：サンフレッチェ広島
サポーター有志

WEB: <http://www.sanfre-potato.xii.jp>



節	日付	時間	相手	発売日
17	7/17(水)	19:00	仙台	発売中
19	8/03(土)	18:00	浦和	発売中
22	8/24(土)	19:00	大分	7/28(日)
23	8/28(水)	19:00	甲府	本日より
25	9/14(土)	未定	川崎	未定
29	10/19(土)	未定	横浜FM	未定

みなさんアウェイチケットは
もう買いましたか？

去年は大宮、
名古屋、浦和、
G 大阪、神戸で**完売！**
今年も大宮戦が**完売！！**

8/3 埼玉も危ないかも><

こちら QR コードから
記事に関するアンケ
ートにお答えいただくと
抽選でミカのサイン
色紙とクラブワール
ドカップの DVD 当
たります！！



ビッグフラッグ出すわー、てつどーてー！

アウェイで選手入場の際に毎回掲揚しているビッグフラッグを
本日も掲揚します。スタジアムの形状に合わせ連結枚数が
変化するビッグフラッグですが、今日は最大の7枚連結の予
定です。普段のリーグ戦では日産スタジアムかこ味の素スタ
ジアムでしか見られない7枚掲揚ですが、大きくなる分多くの人連結・掲揚を
ご協力頂きたいと思っています！17時からコンコースでビッグフラッグの連結作
業を行います。ボードを出しますので興味のある方集まって！！ 【イキャリ】



CHECK！サンフレ観戦会情報

関東という広島から遠く離れた地であっても、仲間と共に試
合を共有！下北沢・小岩・麻布十番で行なわれる観戦会
は、1人でも、初心者でも参加可能！場所によって雰囲気
が違うので、自分に合った観戦会を探すのも楽しいですよ！



★★★★★★★★

【topmasa】

7/17(水) ユアスタへ行こう！日帰りで！半休で！

再来週の水曜日は19時から、ユアテックスタジアムでベガルタ仙台戦です。
なんと！新幹線で日帰りができます、みんなでユアスタに集まりましょう！

行きは16:28 東京発のはやて105号に乗ると、18:08に仙台に着き、
キックオフに十分間に合います。

16時半に東京駅なんて間に合わないよ、というあなた、この好カードが見ら
れるならば、後半からでもいいじゃないですか！きっと選手の力になるはずで
す。17:28 東京発のはやて107号に乗ると、19:08に仙台に着き、後半
には十分間に合います。



帰りは試合終了と同時に、駅に向かってダッシュしま
しょう。21:13 泉中央駅発→21:28 仙台着、または
21:20 泉中央駅発→21:35 仙台着(こちらはギリギリ)
に乗りましょう。仙台駅の乗り換えは10分以上かか
ります。必ず切符は買っておいください。21:48 仙台
発のやまびこ70号に乗ると、23:44に東京に着きま
す。また、1泊して始発の新幹線なら8:07に東京駅に着きます。夜バスだ
と0時発、翌7時東京駅着くらいです。3000円台からあります。

この弾丸ツアー、きっと思い出に残るに違いありません！

※6月時点での時刻表を使用しています。本記事により発生した損害につ
いては一切責任を負えませんので事前に十分ご調査ください！ 【みやた】

みんな、夏対策はどうよ？こんなんいかが

- ☆ **女子サポ** ☆
- ・ロングヘアーの人は全部結ばなくても、サイドの髪を後ろでまとめる
だけでもさっぱりします。
- ・デオドラントシート類は意外と乾燥し、そこに日焼け止めで肌の負
担も多くなるので、ハンドクリームなどのケアも忘れずに
- ・マキシワンピの上にユニはかなり楽な格好だと思います

- ☆ **男子サポ** ☆
- ・塗らない人が多いけど、日焼け止めはこまめに塗り直す。スプレー
タイプはお手軽！乳液、ジェルなど色々あるので肌にあうものを！
- ・頭から水かぶるとか、手足の露出部に水をぶっかけるだけでかなり
涼しい。パンツ濡れても大丈夫っしょ？

- ☆ **親子サポ** ☆
- ・座って観る人は、お尻が汗かくんで座面に敷くバスタオル。保冷座
布団なんてのもあるみたい！
- ・クーラーバッグに保冷剤や氷の代わりに凍らせたドリンクはどうでしょ
う？飲み切ったら帰りが軽くなります。
- ・コーナーキックの時にみんなでタオマフ振り回すと涼しい(笑)
- ・うちわ用意。でかい応援うちわ作っちゃいましょう！あと、着替え！

- ☆ **立って応援サポ** ☆
- ・ちっちゃい保冷剤をズボンの前ポケット両側に入れて足の付け根
の大動脈を冷やす。体温下げるには脇の下、首、脚の付け根！
- ・ゲーフラをバサバサするとスゴイ風が起きて涼しいです。周りの人が。
ユニ1枚だと結構ベトつく。スポーツインナーがおすすめ！
- ・めまいなど体調に異変を感じたら、勇気をもって涼しい所で休みま
しょう！大丈夫、休んでる間は他の仲間たちが支えてます♪

- ☆ **サポ共通** ☆
- ・夕立対策に荷物を大き目のビニール袋に入れておくと安心ですよ
- ・熱中症対策は水分、塩分、ナトリウム！スポーツドリンクはナトリウ
ム多めのものを選びましょう！
- ・汗を拭くときは、濡らしたタオルで拭く。乾いたタオルだとより汗が。
- ・冷却スプレーもいろいろ出してます！服の上からとか氷が出るとか。
- ・コンビニの袋氷は便利。後頭部と首根っこに袋氷乗せると快適！

サポ活動にご協力ありがとうございました！

大宮戦では試合直前のビッグフラッグ連結と運搬、掲出のため知らな
いサポーターに声をかけたところ数名のサポーターさんが快諾して手伝っ
てくれました。

こちら声かけるのは緊張するのですが、声かけられた方も恐らく、突然
のお願いにおっかなびっくりだったと思います。

湘南戦ではたくさんのサポーターさんに、湘南スタジアム関連の署名の
協力をいただきました。本当にありがとうございます。初めて署名呼び掛け
る側に立ちましたが、1人あたりにかかる時間は、ほぼぼーんと終わるよう
な簡単なことではないなと感じました。40万弱の署名を集める大変さ
を実感です。当日いただいた署名は、その日のうちに湘南サポさんにお渡
ししてあります。

直接お礼を伝えられない方も多くいるので、この場借りてお礼を申し上
げます。ありがとうございます！そしてまたスタジアムで会いましょう。【もりー】

10年連続2桁ゴール!!

何の記録??もちろん寿人のリーグ戦ゴール記録です♪
昨季までに9年連続2桁を達成し、今季ここまで積み重
ねたゴール数はちょうど9本。2桁ゴールまであと1本。

そう、今日寿人がゴールを決めたなら、あなたもこの前人未
到の大記録の目撃者になれるのです！

さあ、恥ずかしがってる場合じゃないですよ！チャンスの際は
手拍子、チャント、タオマフ回して寿人のゴールを呼び込みま
しょうよさ・とお・ひーさー ララララー！ 【めけお】



ピンチの時に君臨する「カズ神」

カウンターピンチ。相手はふたりが攻めてくるが、サンフレ
ッチェはひとり。「2対1」の絶体絶命の大ピンチ。そのとき、その「ひ
どり」がスライディングを仕掛け、カット。笛はなく、ファウルではない。
まさに神がかりの。森崎和幸が、ピンチを救った。

そんなシーンは、珍しくない。ピンチの時、相手のドリブルやバ
スをカズが平然とカットする。その時、決まってファウルはない。1
試合で数回はそんなシーンが見られるだろう。

アウェイでは守る時間が長い、こんなシーンに着目してみる
のも面白いのではないだろうか。見られた暁には、割れんばかり
の拍手と、歓声を送りたい。 【みやた】

試合後のスタジアムをキレイに

—クリーンサポーターのご協力ありがとうございました—
昨年の試合で、「アウェイ側のスタンド(サンフレッチェ広島)は、ゴミがま
たく落ちていないですね！ありがとうございます！」と声をかけられました。
『自分のゴミは自分でゴミ箱へ』で、『立つ鳥跡を濁さず』をお願いします！