

しあいようもちもの
試合用持ち物



□シューズ □ボール □すねあて □飲み物^{のみもの} □汗ふきタオル^{あせ}

□赤・青ソックス（指示^{しじ}があれば白^{しろ}も）

□ユニフォーム（何色^{なにいろ}を着るか確認^き。着^{かく}ない色のユニフォームも必要^{ひつよう}！）

□補助食^{ほじょしょく}（ウィダーやカロリーメイトなど）

□おにぎり^{しじ} （指示^{しじ}があればコーチ分^{ぶん} + 1コも^{プラス}）

□着替え^{きが}（汗^{あせ}をかく時^{とき}やグラウンドの状^{じょう}態^{たい}が悪^{わる}い時^{とき}）

（雨^{あめ}が降り^{ふり}そう^{そう}な時^{とき}は下着^{したぎ}もあるといいです）

もちもの
持ち物には名^な前^{まえ}を
忘れ^{わすれ}ず
に！