

9 月 8 日（月）、中学生に必要な栄養について理解し、栄養バランスを考えて自分の食生活に活かすことを目的に、新人戦前でもあるので 8 年生に「**スポーツのための効果的な食事を考えよう**」というテーマで、前津江学校給食共同調理場の伊東栄養教諭が食育授業を行いました。

松長 優奈さんの感想

部活動の練習前や後のご飯について、これからは考えて練習後になるべく早く食事し、水分補給もしっかりするなど食生活を見直したいと思いました。

江田 悠隼くんの感想

しっかり食生活を見直して、栄養素などに気をつけていきたいし、水分補給もしっかり行いたいです

矢野 陸斗くんの感想

毎食、ニンジンなどの色の濃い野菜を食べることを心がけて、食生活をしっかりと改善していきたいです。

河津 りりかさんの感想

試合前や後の食事に注意したいと思いました。試合前 30 分はご飯を食べないようにしたいです。好き嫌いもしないようにします。



9 月 19 日（金）日田市中体連新人大会が行われます。9 年生の引退から新チームとなり、今回の新人大会をひとつの目標として、練習に励んできました。現時点でできること、できないことを明確にし、大会でしか得られない課題がたくさん見つけれられると良いですね。大会に向けて、各部の代表に意気込みを聞きました。

野球部 香月 翔満くん

新人戦では東部中学校から部員を借りて試合に出ます。悔しい思いをしないために、声を出しながらミスをなくして、1 勝を目指して最後まで諦めず、全力で取り組みたいです。

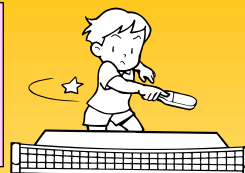


バレー部 江田 楓華さん

新チームとなり初めての大会で緊張しますが、キャプテンとしてみんなが精一杯楽しめるように応援を頑張ります。プレーでの課題である声掛けとサーブカットなどを意識して試合に挑んでいきたいです。応援よろしくお願いします。

女子卓球部 山本 実彩さん

新人戦では人数が少なく個人戦ですが、自分たちの目標を達成できるように、お互いを高め合って頑張ります。ひとつひとつのサーブを大切に最後まで諦めません。



バスケット部 梅村 空弥くん

僕たちバスケット部は 7 人で部活を頑張ってきました。目標は「悔いが残る試合をしないようにプレーする」と「1 勝する」です。最後まで諦めずに頑張るので応援よろしくお願いします。

男子卓球部 矢幡 宝貴くん

中学生初の新人戦なので、練習の成果を発揮できるように頑張りたいです。今までの他の人たちとの練習や試合を活かして、チーム全体で支えられるようにみんなで高め合っていきたいです。

