



・みなさん、こんにちは！ 2，3年生の保健体育と1年生の社会，部活動全体を担当している梅北勇樹です。今年から稜南中学校での体育的行事や部活動の紹介，大会結果等をすべての生徒と保護者の方に知ってもらえるように通信を発行することにしました。月1，2回程度の発行になると思いますが，読んでもらって，何か発見したり，刺激を受けてもらったらうれしいです。

## ～ 雨天決行の第27回稜南中学校体育大会 ～

5月15日，1日中雨(☂)；16日の4：30，グラウンドは水浸し，天気予報を見れば17，18日も雨マーク。校長先生、教頭先生と協議した結果，雨天決行の判断！朝から続々とやる気に満ちた表情で登校してくるみなさんを見て，私も『やるぞ！』と覚悟しました。朝から準備をしてくれた各委員会の人たち、ボランティアでグラウンドの水たまりをスポンジで水取りをしてくれた人たち，本当にありがとうございました！走る種目がカットされての開催！皆さん，泥まみれになりながら最後まで一生懸命競技していた姿がうれしく、頼もしかったです。特に三年生の体育大会にかける想いは準備から片付けまではっきりとわかるもので，この二年での大きな成長を感じたところです。



体育大会を通して，集団行動の大切さや美しさ，人に教えることの難しさ，一生懸命取り組む姿の格好良さなどいろいろなことを得たと思います。

もうすぐ6月になりますが，クラスや学年で活動することはたくさんあります。体育大会で学んだことを活かし、みんなで稜南中学校をより良い学校にしていきましょう！

## ☆☆朝の体づくり運動のお知らせ☆☆

・今年から，部活動毎による朝練習を廃止し，月・火・木・金の7：20～7：40の20分間，“体づくり運動”を実施することにしました！内容はランニングや坂道ダッシュ，ドリブルリレーやボール運動など天気や季節に応じて多種多様に取り組み，軽く汗を流していこうと思っています。4月に始めた頃は数人（少ないときは2人(。\_-。))でしたが，最近は20人ぐらいの参加となっています。一緒に汗を流し，爽やかな1日をスタートさせませんか？毎日来なければいけないというわけではありません。週1日の参加でもOK！自分のペースでOK！ちなみに，こんなメリットがありますよ！

メリットその①・・・朝のリズムが整い，授業にもスムーズに入りやすい！ (脳は起きてから活発に動くのに3時間かかります。 早起きは三文の徳ともいいますよね！)
メリットその②・・・体を動かすことで健康面も向上！体力もパワーアップ！ (一人で運動するのは難しいです！仲間がいれば頑張れます！)
メリットその③・・・1日20分でも1週間で80分！1ヶ月で約320分！ (塵も積もれば山となる！継続することで自信につながります！)

最近，2000m走るのですが，1年生のOくんに『負けない！』という気持ちで走り，終わったら頑張って良かったという達成感があります(^o^) 来週はテスト週間なので行いませんが，良かったら参加してください。待ってます！

## 今年もやります！ ニュースポーツ！！

・日曜の部活後，三年生が『今年のニュースポーツ，何にする？』と，話していました。今年もやりますよ(^^) / 1年生のために，6月2日にオリエンテーションを行います。今年は10種目ですが，昨年と少し種目を変えています。何があるかはお楽しみに！ちなみに今年前期，後期（それぞれ4回）と2回に分けて2種目をみなさんにやってもらおうと思っています。みなさんの運動に対する興味関心が高まり，学年をこえていろいろな人や先生達と交流してほしいと思っています。6月2日，しっかりと話を聞いて選択してください！

## ～ 部活動大会報告(4月・5月) ～

4／10	熊本県中学ソフトテニス選手権大会天草地区予選	団体	準優勝
(24)	熊本県中学ソフトテニス選手権大会天草地区予選	個人(平山・中村)	優勝
4／11	天草市内九電旗中学軟式野球大会	優勝	
	天草春季剣道大会	Aチーム	準優勝
		Bチーム	3位
4／29	味千ラーメンみよし杯中学生ソフトテニス大会(女子)		準優勝
	味千ラーメンみよし杯中学生ソフトテニス大会(男子)		3位
5／8，9	天草郡市中学バレーボール選手権大会(女子)		準優勝
	天草郡市中学バレーボール選手権大会	優秀選手賞	大西小花流
5／22	天草郡市中学バレーボール選手権大会(男子)		3位
5／23，24	天草市中学校夏季軟式野球大会		3位

◎たくさんの表彰がありました。この調子で，各大会での上位入賞を期待しています！