

# 陸上部通信 9月号

大阪市立梅南中学校 陸上競技部

## ○試合案内○

### 大阪市中学校秋季総合体育大会 陸上競技の部

日時：9月26日（土）・9月27日（日）

場所：ヤンマーフィールド長居

秋季総体では、トラック種目は上位16名、フィールド種目は上位14名が府大会に出場することができます。

最初から「自分はどうせ無理」と思わず、1人でも多く府大会への出場権利を得られるように、精一杯頑張りましょう！

試合の日だけ頑張っても、意味ありません。普段の練習から試合を意識し、高い気持ちを持って練習に取り組んでください。

### 大阪市民陸上カーニバル

日時：10月12日（祝月）

場所：ヤンマーフィールド長居

10月12日は何の日か知っていますか？

正解は…体育の日です＼(^o^)／体育の日は1964年の東京オリンピック競技大会の開会日を記念して定められたもので、「スポーツに親しみ、健康な心身を培う」ために体を動かそうという目的があります。

体育の日に行われる陸上カーニバルは、次の試合に繋がったりすることはできませんが、改めて「スポーツの楽しさ」を感じることができます。

＼新チームで頑張ってます！！／



### 新キャプテンからのメッセージ

まだキャプテンになったばかりで、できないことがたくさんあって頼りないかもしれないけど、一生懸命頑張りたいと思います。みんなを引っ張っていき、1年生や次入ってくる新入生の見本になるキャプテンになりたいです。だからみんなも用意を早くしたり、休憩をパッとした協力してください。

これから陸上部のキャプテンとして、よろしくお願いします。

陸上競技部2年 木越百美



あっという間に夏休みが終わって、2学期が始まりました。夏休み中はいつもより時間的にも余裕があり、たっぷり練習できたと思います。夏頑張った成果を秋季大会で出せるのが楽しみですね！！3年生が抜けて、新チームでの練習にもそろそろ慣れてきましたか？頑張るところは頑張る、楽しむところは楽しむ、きちんとメリハリをつけるようにしましょう。

暑い夏から急に涼しくなり、体調も崩しやすい時期ですが、無理しすぎないように自分でしっかり体調管理をしていきましょう！！

