

手をたずさえて

- 自ら学ぶ生徒
- 正しく行動する生徒
- 健康でたくましい生徒



平成30年5月22日（火）発行

【発行責任者】郡山市立富田中学校長 熊坂 洋

運動部の先陣をきった陸上部の活躍、光りました！ 応援体制や係の仕事も立派でした。さらなる高みをめざせ！！ 郡山市中学校陸上競技大会 5/16(水)・17(木)

5月16日（水）・17日（木）の2日間にわって、郡山ヒロセ開成山陸上競技場において「平成30年度郡山市中学校陸上競技大会兼第61回福島県中学校体育大会郡山支部予選大会」が開催されました。

運動部の先陣をきった陸上部でしたが、選手は最後まであきらめることなく競技し、本当によく頑張りました。多くの入賞者、そして県大会出場権獲得者を出しました。県大会に出場する生徒には、自己ベスト記録の更新を目標として、走力・跳力・投力にさらに磨きをかけてほしいと思います。また、今思うような結果が出せなかった生徒も、通信陸上等の次の大会での頑張りを期待します。

また、選手だけでなく応援体制もすばらしく、競技時には富中の生徒達のエールと声援が競技場いっばいに響き渡っていました。陸上競技は大部分が個人競技ですが、チームとしてのすばらしい力も大いに発揮してくれました。また、補助役員の生徒達も自分の役割を一生懸命に果たしてくれました。他校の先生方から、「富中の生徒はすばらしい！」と称賛の言葉をたくさんいただきました。

多くの保護者の方々にも温かい応援をいただきました。応援ありがとうございました。なお、陸上競技の県大会は7月4日（水）～6日（金）に、いわき陸上競技場で開催されます。

部長の高橋栞凜さんの頼もしい言葉です。

今回はこの2日間でたくさんの入賞者、県大会出場者が出せたのでとても良かったです。

個人では混成競技で1位になることができました。しかし、自分の調子を合わせることができず、100mHでは自己ベストにはほど遠い記録となってしまいました。また、走高跳でも自分の出来なさに気持ちを落ち着かせることができず、良い記録が出せませんでした。しかし、2日目は気持ちを切り替えて砲丸投と200mでは自己ベストを出し、優勝することができたので、県大会では自分の走り・投げ・跳びの調子を合わせて東北・全国大会出場を決められるよう、これからの練習を大切にしていきます。

全体では、応援や補助役員などが各自で責任をもって行動していて、とても良かったです。しかし、全体アップへ行くときの行動が遅かったり、道具を忘れたりしていたので、県大会ではみんなで目配り、気配りをして油断した行動をせず、最後まで良い状態で終わらせたいと思います。

県大会までの大切な時間は、自分の競技の技術や身体の調子を合わせるだけでなく、行動の仕方や荷物の管理の仕方を改めていきたいです。そして、県大会でもたくさんの入賞者、東北・全国大会出場者が出るようがんばっていきます。
(高橋 栞凜)

ケガをおして力走を見せてくれた柳田君、大会新記録まであと0.12秒に迫った橋本さん、増子君や遠藤君など1年生の大活躍、バトンパスの精度を上げれば更にいい記録が出たと思われるリレー競技など…印象的な場面がたくさんありました。今回の大会をしっかりと振り返り、次のステップへ、さらなる高みをめざして、これからの練習により厳しく取り組んでほしいと思います。



陸上部を牽引した3年生たち



部員全員での応援体制



市中学校陸上競技大会 入賞者

【男 子】

()数字は学年

中学1年100m	第3位	遠藤漣央(1) 13.05	【県大会出場】
中学1年200m	第6位	永井 心(1) 28.72	
中学1年1500m	第1位	増子風希(1) 4:40.32	【県大会出場】
中学1・2年4×100mR	第1位	49.83	【県大会出場】
		御代田友仁(2)、根本寛大(2)	
		増子風希(1)、遠藤漣央(1)	
中学共通砲丸投	第3位	齋藤 蒼(2) 8m68	【県大会出場】
中学共通四種競技	第2位	吉田喜一郎(3) 1592点	【県大会出場】

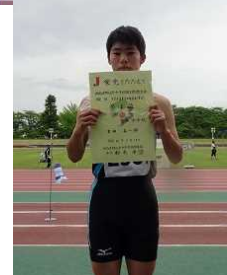


中学1・2年4×100mR表彰

【女 子】

中学2年100m	第3位	高橋優佳(2) 13.48	【県大会出場】
中学3年100m	第5位	加藤杏実(3) 13.79	
中学1年200m	第7位	瀧田汐音(1) 32.98	
中学共通200m	第3位	藤田奈々花(2) 28.19	【県大会出場】
中学共通800m	第1位	橋本暖亜(3) 2:17.92	【県大会出場】
〃	第6位	星キララ(3) 2:36.53	
中学1年1500m	第7位	菅野琳梨(1) 5:27.30	
中学2・3年1500m	第6位	佐竹ゆうな(3) 5:11.40	
〃	第7位	小林凜香(2) 5:11.26	
中学1・2年4×100mR	第5位	55.77	
		高橋彩葉(1)、伊藤 杏(2)	
		大橋七海(2)、猪狩千陽(1)	
中学共通4×100mR	第3位	52.17	【県大会出場】
		藤田奈々花(2)、高橋優佳(2)	
		橋本暖亜(3)、加藤杏実(3)	
中学共通走高跳	第4位	大橋七海(2) 1m30	【県大会出場】
中学1年走幅跳	第2位	吉田歩花(1) 4m01	
中学共通走幅跳	第3位	田村 紫(3) 4m45	【県大会出場】
〃	第8位	齋藤結衣(2) 4m25	
中学共通四種競技	第1位	高橋栞凜(3) 1968点	【県大会出場】

共通四種
競技2位
吉田君



共通800m 1位の橋本さん



共通四種競技1位の高橋さん

体調管理とケガの防止、そして氣力を充実させること！

～市中体連総合大会を目前に控えて大切にすべきこと～

運動部の生徒にとって、いよいよ市中体連総合大会が目前に迫ってきました。5月19日（土）には、尚志杯選抜中学校女子バレーボール選手権大会、ソフトテニスの学年別（3年生）大会、19日（土）・20日（日）の両日にわたって、第14回ダンロップ・スリクソンカップ東日本中学選抜ソフトテニス大会（4月に開催された県大会で第3位となり、この東日本大会への出場となった。東日本の強豪校とトータル8試合を行った。）、20日（日）には福島県学年別卓球選手権大会（卓球クラブ所属の選手が上位を占める中、卓球クラブ所属のいない本校はベスト32に2名が入り、年6回ある県選抜強化リーグ大会への出場権を獲得した。）など、市総合大会の前哨戦として様々な大会が開催されました。他の部も練習試合等で最終調整段階に入っています。今、大切なのは、次の2つだと思います。

- 1 万全の状態と本番に望むために、体調管理とケガの防止に細心の注意を払うこと
- 2 氣力を充実させること

例えば『克己（いき）』（自分の弱さに打ち克つこと）、失敗してもすぐに気持ちを切り替え、『リカバリー（回復）できる力』など、そういった精神面の強さを発揮することができるかどうかです。



特に運動部の3年生にとっては、部活動の集大成の場となります。もちろん勝敗は気になると思いますが、いかに自分自身が納得することのできるプレイができるかどうかだと思います。健闘を祈る！