



## 全力・本気・決意

いよいよ、各部活動の運動部は総合体育大会が、文化部ではコンクールや発表会が行われようとしています。3年生はこの“集大成”へ向けてここまで積み重ねてきた努力で部員を引っ張り部員一丸となって挑みます。発行のタイミングではすでに大会期間に入ったり、組合せがまだ決まっていなかったりですが、部長それぞれに「目標や意気込み」を語っていただきました。途中経過やこれからのスケジュールなどを添えますので、エールを送り合いましょう！

## 我々の気持ち。。。ハンパない！

**バドミントン部** 〔部長 小倉 清仁・安藤 倅那〕

バドミントン部の良さはチームワークだと思うので、団体戦で練馬区ベスト4に入り、都大会に行きたいです。

人数はとても多いですが、大会ごとに工夫した練習を行い、都大会出場を目指しています。女子団体7位という結果を超えられるよう、男女関係なく取り組んでいきます。悔いのない大会にしていきたいです！

**【練馬区夏季選手権大会 6月19日 団体戦・7月2日 個人戦】**

**バスケットボール部(男子)** 〔部長 古田 一聖〕

私たち3年は中学校最後の公式戦となるので、これまでの練習の成果を発揮できるよう全力で挑みたいですね。また、最後には勝ちたいのでチームの士気などを大切に、ベストコンディションで大会を迎えられるようにしたいです。これからもきつい練習を頑張っていきます。応援よろしくお願い致します！！！！！！！！

**【練馬区夏季選手権大会 5月22日 トーナメント戦で開幕】**

**ソフトテニス部** 〔部長 志々田 ひかり〕

今までの大会では良い結果を出せず、ずっと悔しい思いをしていました。それから練習メニューを何度も変えたり、毎日校庭を走ったりして試合に勝つために頑張って練習してきました。私たちにとって最後の大会となるので、私たちに熱心に指導をくださった先生方や、ずっと支えてくれた家族のためにも今までで一番良い結果を残せるように、これまでの練習の成果を全て出し、そして何よりソフトテニスを楽しんで終われるようにしたいと思います！

**【練馬区夏季総体 個人戦 5月22日・団体戦 5月29日】**

**書写部** 〔部長 鈴木 あずさ〕

今年も、毎年出場している「高円宮杯」に参加します。1年生が男女合わせて5人入部してくれたので、部活の雰囲気も以前よりも明るくなっていると感じます。そんな中、迎える高円宮杯ということで、部員一人一人が良い作品を仕上げるために、毎回練習に集中して取り組んでいます。私たち3年生も、大きな大会に参加することは残り少ないと思うので、自分の力を最大限に発揮できるように、がんばっていきましょう！

**【高円宮杯】**

## 吹奏楽部 [代表 永田 倫桜]

昨年に引き続き、今年も金賞をいただけるよう、部員一同精一杯力を尽くして頑張ります。3年生は中学校生活最後のコンクールになるので、勉強と両立しながら悔いのないように全力を出し切ります。

**【東京都吹奏楽コンクール 7月後半】**

## バスケットボール部(女子) [部長 椎名 珠理]

3年生にとってこの大会は最後の大会になるので、一日一日の練習を大切にして試合に挑みたいと思います。また、試合に負けても最後にみんなで笑顔で終われるように、全力で楽しみたいと思います。

**【練馬区総合体育大会 5月22日 トーナメント戦で開幕】**

## 陸上競技部 [部長 佐藤 日和]

この大会は都大会、その上の大会へとつながる大事な大会です。去年は、走り幅跳び、砲丸投げ、女子100m、男子100m、低学年リレーで都大会に出場しました。今年はずでに大会で自己ベストを出している人がたくさんいるので、都大会出場の種目と人数を増やし、冬季練習と日々の練習の成果を出したいです。そして開二中の誇りになりたいです。

**【東京都地域別陸上競技大会 5月21・22、6月18・19日】**

## 卓球部 [部長 田島 季幸]

卓球部は個人戦と団体戦で都大会を目指しています。先輩たちの代で成し得なかった都大会出場という目標を一心に背負い日々の練習に励んでいます。また、前回の研修大会での反省を生かし、部員それぞれが自ら考え、同じようなミスをしないようにしています。特に3年生は最後の大会なので、後悔しないよう一日一日の練習を大事にしていきます。

**【練馬区夏季総体 6月12日 個人戦・6月18日 団体戦】**

## 野球部 [部長 住岡 京政]

今年に入って今日まで練習試合は負けていないので、この流れを断ち切らずに、先輩たちの代で出場することができなかった都大会への出場権をかけてこの大会に挑みます！！

**【練馬区夏季総合体育大会 5月28日 トーナメント戦で開幕】**

## サッカー部 [部長 新山 雄大]

サッカー部はすでに大会が始まっていて、予選リーグ初戦で勝ち点3を取ることができました。この流れで第2戦・第3戦とも勝って、決勝トーナメントに挑みたいと思います。サッカー部の目標は都大会に出場することと、練馬区1位になることなので、もっとチームで盛り上げていこうと思います。応援よろしくをお願いします！

**【練馬区夏季選手権大会 グループリーグ初戦(5月7日)は3-0で勝利！】**

## 部員以外の生徒が応援・観戦に他校(大会会場)へ行くことは禁止です

練馬区では各部活動の大会会場や発表会会場への生徒の応援などで、会場内へ入ること、近くに行くことも禁止となっています。仲間を励ましたい思いは学校で声をかけて頑張ってもらいましょう。また開進二中が会場となる競技もあります。部活動などで登校する生徒のみなさんは、立ち止まらず行動してください。現在は各競技感染症対策で保護者地域の方々の観戦は禁止となっている会場が多いので皆さんで協力をして安全に進めてください。

## 暑くなり始める今が要注意！「熱中症」

熱中症は、屋外・屋内を問わずに起こりうるものであり、身体の適応機能に支障をきたすことから、自覚症状のないまま重症や生命の危険をまねくことがあります。危険性を理解して発生を未然に防ぐことこそ大切です！

「熱く」なるのは大会の勝負の場で！

### 新しい生活様式における熱中症予防行動のポイント

#### 1 暑さを避けましょう

涼しい服装で、暑い日や時間帯は無理をしない  
急に暑くなった日などは特に注意する

#### 2 適宜マスクをはずしましょう

2m以上の十分な距離を取ってマスクを外し、休憩を

#### 3 こまめに水分補給しましょう

喉が乾く前に水分補給を  
汗を大量にかいた時は塩分も忘れずに

#### 4 日頃から健康管理をしましょう

日頃から体温測定、健康チェック  
体調が悪いと感じた時は無理せず自宅静養

#### 5 暑さに備えた体づくりをしましょう

水分補給は忘れず無理のない範囲で  
「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる運動を毎日30分程度

高齢者・子ども・障がい者の方は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。

練馬区・厚生労働省「令和2年度の熱中症予防行動」を参考に、日本気象協会で作成

tenki.jp