

# 下中スポーツ

H29. 7. 14 第9号  
下妻中学校発行

## 野球部・女子バスケットボール部・県総体陸上 速報!

7月7日(金)に総体県西大会3日目、そして、野球の県西総体、県総体陸上が行われました。各部活動ともに熱戦を繰り広げてくれました。『夢』と『感動』を与えた3年生の熱い想いは、後輩にしっかりと伝えられたことでしょう。

これからが夏本番です。暑い日が続きますが、水分補給をこまめにし、熱中症に気を付けながら、さらに上位入賞を目指して頑張ってください。以下、各種目の結果となります。

		試合結果			
野 球	1 回 戦	対 総 和		○ 6 - 2	
	2 回 戦	対 五 霞・境二(※)		○ 6 - 0	
	準々決勝	対 石 下		● 3 - 4 ※合同チーム	
女子 バスケットボール	準決勝	対 桃 山		● 5 0 - 6 3	
	代表決定戦	対 水海道西		● 5 5 - 6 7	
陸上競技	男子 400m	出場	村田 悠	男子リレー	山中 亜久亜
	男子 800m	出場	飯泉 裕人	出場	田中 佑宜
	男子 800m	出場	中原 隼介		鳩貝 優斗
	男子 3000m	出場	古澤 隼		村田 悠
	男子 走高跳	出場	田中 佑宜	女子リレー	塚越 ももこ
	女子 100m	出場	高野 莉帆	出場	飯田 花楓
	女子 100m	出場	飯田 花楓		高野 莉帆
	女子 200m	出場	塚越 ももこ		門井 里奈
女子 800m	出場	吉澤 志織			



### ☆これから夏本番☆

練習中に熱中症にならないように気をつけましょう。

屋内・屋外問わず、熱中症は起こります!!

予防・対策法は、以下の3つです。

#### (1) 休息

体を冷却しやすいように衣服をゆるめ、安静にします。

#### (2) 冷却

涼しい場所で休みます。風通しのよい日陰、クーラーの効いた部屋に移動します。また、氷嚢(ひょうのう)、氷塊などで腋(わき)の下、首のまわり、脚の付け根などを冷やし、血液循環を通じて体温を早く冷まします。

#### (3) 水分補給

意識がはっきりしていれば、水分補給(スポーツドリンク)を行います。意識障害や吐き気がある場合は、医療機関での輸液が必要です。

**暑さに負けない体をつくり、休まず部活動に参加しましょう!**

