

# 不撓不屈

京都府立洛北高校硬式野球部  
部活動通信:第 42 号  
発行 MG:勝矢、横田  
2023 年 2 月 27 日

## 野球部topic 1

## 下鴨神社での祈願

普段お世話になっている下鴨神社さんに行きました。選手全員が目標を達成できるよう、怪我なく思い切って野球をプレーできるよう祈願しました。(マネージャーより)

昨年はコロナ禍の中も感染対策を行いながら様々な活動を行うことで、たくさんの方と出会うことができ、洛北高校硬式野球部にとって多くの糧を得ることのできた年でした。今年は 2 ヶ月後に迫る春季京都府高等学校野球大会ベスト 8 という目標をさだめ、新 3 年生の集大成となる夏の大会ではこれまでの先輩方の悔しさを胸に、校歌を歌うため、目の前の一勝に全力をかけて戦っていきたいと思います。また、秋には春の選抜への切符を掴み取るため新 1・2 年生でベスト 4 を目指します。

チーム全員が一丸となって旋風を巻き起こしていきますので、引き続き応援よろしくお願い致します。



## 今後の予定

2月23日(木)~考查1週間前

3月1日(水)卒業式 2日(木)~7日(火)学年末考查 29日(水).30日(木)香川遠征

## 野球部topic 2

## 京都府立大学での練習

OBさんのお声がけをいただき、毎週水曜日京都府立大学で練習させていただいています。広いグラウンド、黒土での練習は、普段の学校練習ではできないような外野手の練習であったり、実戦に近い練習をすることができます。2月が終わるとシーズンが始まります。まだ達成していない冬の間に決めた目標、テーマなどにのっとり日々の練習の質にこだわり、『徹底してやりきる』という意識をもって残りの1ヶ月を大きく成長できる有意義なものにしましょう!

## 野球部topic 3

## InBody測定

InBodyとは多周波数の電流を用いて各部位を直接測定することで、体水分、筋肉量、体脂肪などを分析し、栄養状態に問題がないか、体のむくみはないか、骨がしっかりしているかなど、体成分の過不足を評価することができます。自分の身体のことをもっと知ることができます。冬季シーズン前の11月21日に測定し、体重を増やす、減らすなどの個人の目標をたて、シーズン中自分の身体と向き合ってきたと思います。目標を達成できた人もできなかった人も、もうすぐシーズンが始まりますが、引き続き頑張ってください!

## ~今月の〇〇君~

今月は2年生の河相君、宮城君、1年生の武田君、川合君です!

①学年、名前 ②アピールポイント ③春に向けての目標 を話してもらいました!!



河相君▶



宮城君▶



武田君▶



川合君▶

