

不撓不屈

京都府立洛北高校硬式野球部

部活動通信：第 27 号

発行：MG 西山

2021 年 9 月 30 日

野球部 topic 1

秋季大会 vs 同志社



8 月 21 日に秋季京都府大会が開幕し、洛北は 29 日に峰山球場で同志社高校と対戦しました。初回に 2 点を先制されるも、その裏に 1 点返し、相手に主導権を渡すことなく、試合を進めることができました。2 点差で迎えた 9 回裏、中村のタイムリーヒットで 1 点を返しましたが、最後はあと一

本が出ず、3—4 で試合終了となりました。悔しい結果に終わりましたが、最後まで粘り強く、洛北らしい野球ができたと思います。この経験を糧に、次の大会に向けてさらにレベルアップしていきましょう。応援していただいた皆様、ありがとうございました。引き続きよろしくお願ひします。

野球部 topic 2

栄養講習を行いました！

栄養士の宮崎さんにオンラインで栄養講習をしていただきました。部活動の休止や 2 時間の制限で運動量が減っている今こそ、食事による体重管理が重要になります。冬季シーズン、そして来年の夏まで見据えて、今から意識を高めていきましょう！



野球部 topic 3

自粛中も有意義な時間を！



緊急事態宣言発令に伴う活動休止期間に、トレーナーの河田さんに専用のトレーニングメニューを組んでいただき、各自で取り組みました。トレーニングの情報や記録は先生方、河田さん、部員同士で共有しました。この取り組みが今後どのように活かされていくのか楽しみです！



トレーニングの様子を送ってもらいました！



《新キャプテンの柴田君に意気込みを聞きました！》

「今まで意識してきたことを継続し、勝ちを積み重ねていきたいです。よろしくお願いします。」