



いよいよ「2016 情熱疾走 中国総体」開催!!



7月26日（火）のサッカー競技の開会式をかわきりに中国総体が開催されます。

本県から出場する選手を代表して空手道競技・自転車競技の主将に大会へ向けて抱負を述べてもらいました。福島県選手団の健闘を祈ります。

学法福島高校〈空手道部〉



※空手道競技は、来年の南東北インターハイで福島県開催です。

会場：猪苗代町総合体育館（カメリーナ）
期日：平成29年7月28日～31日

学法福島高校空手道部です。

今回の県大会で、男子団体組手の部において2年ぶりの優勝を果たし、男子個人・団体、女子個人においてインターハイへの出場権を得ることができました。県大会・東北大会で与えられた課題を解決しながら全国大会への準備を着実にしていきたいと思えます。

中国総体空手道競技は、山口県長門市で開催されます。伝統校としての誇りと私たちを支えてくださっている全ての方々への感謝の心を持ち、学法福島高校らしい粘り強い試合で精一杯戦ってきたいと思えます。

応援、よろしくお願いします。

学法福島高校：空手道部主将 三年 園田美聡

白河実業高校〈自転車競技部〉



※自転車競技は、来年の南東北インターハイで福島県開催です。

トラック・レース 会場：いわき平競輪場
期日：平成29年7月26日～29日
ロード・レース 会場：石川町・浅川町周回特設コース
期日：平成29年7月30日

昨年、初めて全国インターハイに出場しましたが、大会におけるレベルの高さを改めて知り、不甲斐ない結果で終わってしまいました。その悔しい思いから、経験を生かし一生懸命練習に取り組みました。今年の東北大会では、トラック競技で団体・個人種目ともに優勝。そして、ロード・レースでも優勝し、全国インターハイの出場権を獲得する事が出来ました。自転車競技は、個々の実力も大切ですが、日頃の生活も大切です。しっかりと体調管理し練習を積み重ねていかなければなりません。体調万全で挑んでも、天候の変化やマシントラブル、落車などに巻き込まれる事故も多々あり運も大きく左右します。自分もそれで悔しい思いをした大会もありました。これから、全国インターハイの為に3年間頑張ってきた強豪選手達と優勝目指し競い合うわけですが、悔いの無いようしっかりと準備をして、トラック・ロード競技共に優勝を目指し高校最後の全国インターハイに挑みたいと思えます！

白河実業高校：自転車競技部部長 三年 鶴沼利久

第3回高校生活動推進委員会 開催!!!

7月12日(火)、県北・県南・会津・いわき・相双の5地区の推進委員が郡山北工業高校に集まり、第3回高校生活動推進委員会を開催しました。『支える』は新しいスポーツ文化となりうるか?という題でNPO法人うつくしまスポーツルーターズの齋藤道子氏を講師にお迎えして研修を行いました。「来県した方への第一印象を決め手は『笑顔』と『あいさつ』、福島県の第一印象を与えるのはあなたたちかもしれない。頑張ってください。」と激励のことばをいただきました。

その後、県高校生活動推進委員会三役より「みやぎ500日前イベント」参加報告がありました。グループミーティングでは、福島県で行われる100日前カウントダウンイベントについて3班に分かれ意見を出し合い代表者が発表しました。福島県らしいカウントダウンイベントの実施についての手ごかりとなりました。インターハイが近づくと、選手はもちろん、福島県実行委員会「高校生活動」も本格的になってきます。県内の活動だけでなく、中国総体への視察や12月11日に山形県で開催される三県合同のカウントダウンイベントへの参加も予定されていますので、これからの活躍に期待しています。



熱中症対策は万全に!! シーズンを通して、暑さに負けない体づくりを心がけよう。

勝負は相手と自分との戦いといいますが、なにより夏に開催されるインターハイは、暑さとの戦いと言っても過言ではありません。練習中や試合の最中だけでなく、日頃から熱中症対策はしていますか。

大会当日は、悔いのない最高のパフォーマンスが発揮できるよう心がけていきましょう。

○水分をこまめに摂取しよう。

スポーツドリンクなどの塩分や糖分を含む飲料は水分の吸収がスムーズにできます。

○塩分を程よく摂取しよう。

過剰に摂取する必要はありませんが、大量の汗をかくときは、意識して塩分摂取をしましょう。ミネラル分が不足すると意識が朦朧となり、食欲減退・精神不安定を引き起こすこともあります。怪我やスタミナ不足の原因に!!

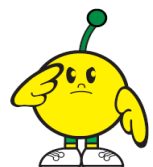
○睡眠環境を快適に保とう。

日中の練習においては、指導者から適切な休憩や水分補給の時間を設けていると思います。睡眠中は気にしていますか。室内温度が高くなると睡眠中でも熱中症を引き起こすこともあります。適度に室温を保ち、睡眠環境を整えることで睡眠時の熱中症を防止すると同時に、十分な睡眠を取ることで翌日の熱中症も予防しましょう。

○丈夫な体を作ろう。

熱中症は、水分補給だけのものではありません。

日頃からバランスよい食事や睡眠をしっかり取り、丈夫な体を作りましょう。



29南東北カウントダウンレー in 福島

7月のカウントダウン「絆リレー」は

7月 1日 福島東高校 7月 5日 福島南高校 7月 10日 川俣高校
7月 17日 梁川高校 7月 24日 保原高校 の5校です。

*日程の都合により、7月31日 安達高校は8月のカウントダウン「絆リレー」へ掲載します。

*福島県 Twitter と公式ホームページにも掲載されていますので、ご覧ください。

福島東高校実行委員会の皆さん(7/1)



福島東高等学校推進委員会では、4月に行われた生徒総会で、全校生に対しパワーポイントを用いて南東北インターハイの説明をしました。今後は、8月末に行われる文化祭でのパネル展示を予定しており、文化祭終了後も、引き続き情報を追加して掲示していきます。また、その他にも取り組める活動があったら積極的に活動していきたいと思います。

学校全体で協力して、このインターハイを成功させます！

福島南高校実行委員会の皆さん(7/5)



私たち福島南高等学校推進委員会では、生徒全員に興味を持ってもらうため、校内スポーツ大会などのイベントの際に宣伝するなど、PR活動に努めています。本校の男子バスケットボール部は、昨年度のウインターカップに出場するなど活動が盛んで、ここ!!福島南高校は来年の南東北インターハイのバスケットボール競技会場となっています！選手、観客の皆さんが一丸となって盛り上げられる大会になるよう、全力を尽くしていきたいと思います。是非、いらっしゃってください。

川俣高校実行委員会の皆さん(7/10)



川俣高校では、福島市で開催される「バスケットボール」「ウエイトリフティング」「ハンドボール」競技の広報活動を積極的に行ってきました。川俣高校の生徒は、南東北インターハイに参加できるように日々練習に励んでいます！川俣高校がある川俣町では町民が集まるイベントが多く催されます。8月に行われる川俣シャモ祭りに来場された方々に対し、広報活動を行っていきます。

梁川高校実行委員会の皆さん(7/17)



梁川高校学校推進委員は、11月に3年に一度行われる「体育祭」にて横断幕・のぼり旗を活用して全校生への周知を徹底していきます。また、生徒会が定期的に行っている朝のあいさつ運動にのぼり旗を持参し、継続的な広報活動を計画しております。南東北インターハイを成功させるため、積極的な広報活動を展開していきます。

保原高校実行委員会の皆さん(7/24)



こんにちは。福島県立保原高校学校推進委員会です。私達は生徒総会や球技大会などの学校行事の際に南東北IHのPRを行いました。今月末の体験入学では中学生に向けてティッシュを配布しながらPRをする予定です。

私達の学校のある伊達市保原町は桃の生産がととても盛んで、今はあちこちの畑の桃達が収穫を待っています。来年のインターハイの期間にも全国から来県された選手や応援にきていただいた皆様にも今が旬の桃を沢山召し上がっていただき競技とともに福島の味覚も楽しんでいただきたいと思います！！



注目!

8月のカウントダウン「絆リレー」の出演は

7/31 安達高校 8/7 二本松工業高校 8/16 安達東高校
8/26 本宮高校 の4校です。

こんな活動をしているか、これからどんな活動予定があるか楽しみにしてください。

お知らせ!! 自転車競技の競技日程が変更になりました。

平成29年度南東北インターハイ自転車競技の日程が変更になりました。

トラック・レース

会場 いわき平競輪場

日程 変更前 平成29年8月2日～8月5日 → 変更後 平成29年7月26日～29日

ロード・レース

会場 石川町、浅川町周回特設コース

日程 変更前 平成29年8月6日 → 変更後 平成29年7月30日

お知らせ!! 福島開催「競技種目別大会ポスター原画」募集中!!!

あなたの描いた絵が、福島県開催競技プログラムの表紙を飾るかも知れない!!

福島県開催10競技の『競技種目別大会ポスター原画』を募集します。

○バスケットボール・ハンドボール・ウエイトリフティング（福島市）

○卓球・柔道（郡山市）

○ソフトテニス・テニス・ボクシング（会津若松市）

○自転車競技（いわき市：トラック、石川町・浅川町：ロード）

○空手道（猪苗代町）

募集締切：平成28年9月16日（金）必着

募集資格：県内高等学校、特別支援学校及びその他大会参加資格のある学校に在籍する生徒

募集方法や審査・発表などの募集規定の詳細は、募集要項をご覧ください。また、募集要項・募集用紙は大会ホームページ（<http://2017soutai.jp>）のからダウンロードできます。

お知らせ!! 公式ホームページ・Twitter、充実中!!!

公式ホームページ・Twitterでは、選手の活躍や高校生活動のようすを更新中です。県大会や東北大会での活動を記載しています。ぜひ、ご覧ください。

絆が絆を魅せる僕らの若さ

問い合わせ先 福島県教育庁健康教育課全国高校総体推進室
〒960-8043 福島市中町8番2号 県自治会館3階 TEL：024（521）8672