



## 備南東新人戦

9/28・29に開催された新人戦。3つの競技に参加しました。

2年生は、チームのリーダーとして、1年生は緊張の中、自分たちの力を発揮してきました。今回は県大会への出場は叶いませんでしたが、より高い目標に向けて、日々の練習の積み重ねを続けていきましょう。



試合で自分たちの力を発揮することは容易ではない。でも、勝つという共通の目標に向かって、集中したい表情をしています。

## 任命式 & 生徒会スタート

10/2に、生徒会の任命式と各専門委員会が開かれました。前日の放課後には、3年生の旧生徒会執行部からの引継ぎを受け、2年生のリーダーが動き始めました。専門委員会もメンバー交代し、新しい活動を覚えていきます。面白い生徒会にしてください！



## 骨密度測定中

養護の先生に、足首にジェルをつけて機械で測定をしてもらいました。骨密度とは、「骨の強さ」を表し、20歳前後が一番高く、その後は残念ながら減少していくそうです。丈夫な骨を作るには、中学生・高校生での食事や運動の習慣が大切です。カルシウムだけでなく、ビタミンD、ビタミンKも必要になるので、バランスの取れた食事を心がけましょう。今週末は「体育会」ですね。ケガをしたら手当するので、精一杯がんばってね！