100均の暑さ対策グッズ紹介!

コンパクトだけど手軽に暑さ対策 折りたたみみうちわ&クールタオル!

暑さを乗り越える方法

今年もまた地球温暖化の影響により 暑い日が続くことが予想されています。 熱中症で病院に運ばれないように、今 回は100均で手軽に熱中症対策が出 来るアイテムを紹介します! 秋元 楠々美②(豊里)

↓

山猫ちゃんの手型のハンディファンです。 単4電池2本(別売り)で動きます。肉球が キュートで使いたくなること間違いなし!



个折りたたみうちわ(左)とクール ■タオル(右)各110円(税込)



▶↑折りたたみうちわは、カワイイ柄 ▮が施されています。

左の写真の緑色と水色 の可愛い柄のものを見て 下さい。袋の中から取り出 すとお手軽サイズな丸い 折り畳み式うちわになって ます。このうちわは柄や色 が豊富なので是非ファッ ションや推しカラーに合わ せて使ってみて下さい!

右側にあるボーダー柄の タオルは水に濡らし絞って 振れば冷感タオルになる 暑さ対策グッズです。首な どに巻いて身体を冷やす ことが出来ます。もし、ぬる くなってしまったらまた水に 濡らして振れば、冷たくな り、繰り返し使うことが出来 ます。肌触りは、サラサラ で使い易いです。

熟中症対策に 食べて欲しいあれ

熱中症対策で食べる飴やゼリー、塩分チャージタブ レットも百均で買うことが出来ます。

今回は私達のオススメ商品を6種類紹介します。

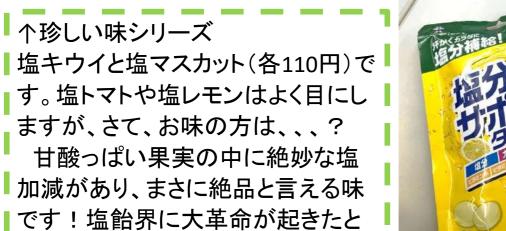
大関 埜乃子②(秀峰筑波)

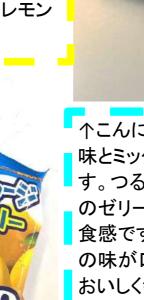


思える商品です。

↓熱中症対策の塩分チャージの定番と言っ たらレモン味のタブレットとゼリーです。 袋を開けた瞬間からレモンの甘酸っぱい

香りが広がり、気分は爽快になります。 左の塩分タブレットは塩分と酸っぱさが強く、 激しい運動をしている人におススメです。 塩分サポートタブレット・塩分チャージレモン ゼリーどちらも110円(税込)





个こんにゃくゼリー夏限定のソーダ 味とミックスフルーツ味(各110円)で す。つるんとしたのど越しで、カップ のゼリーとは違い、噛み応えのある 食感です。最後には、各フレーバー の味が口いっぱいに広がり、とても おいしく幸せな気持ちになります。熱 中症対策でもありますが、おやつで 食べてもいいかもしれません。

第29回生徒総会

2024年6月5日(水)

3日間行われた第1回定期試験が終了し、最終日の5月22 日(水)の午後に生徒総会が行われました。

今年はコロナの影響がほとんど無くなったため、4年ぶりに 体育館で開催しました。昨年までの放送での生徒総会とは 違い、全校生徒が一堂に会して、承認をいただくことが出来 ました。

来月からは秀輝祭の準備などで、各クラス忙しくなると思い ます。これからも、生徒一丸となって、協力し合い、つくば秀 英高等学校をより良い学校にしていきましょう。

山口 陸③(坂東東

氏名

|飯村 海斗③(友部二)

小松崎 雅也③(石岡)

片桐 孝太郎③(旭丘)

|佐藤 果弥乃①(伊奈)

|山中 依真②(学園の森)

杉原 凜桜③(豊里)

←議事進行をしてくれた議長団のみなさん





今回の生徒総会で議長をしてれた 飯村 海斗③(友部二)

議長の飯村君に感想を伺いました。 議長団(運営委員会より選出)

人前に立つという経験はあまり慣れていな かったけれど、今回の議長を通して良い経 験をすることが出来ました。全校生徒の前で きちんと議長としての責務を果たすことが出 来て、良かったと思います。

今回の経験を、これから他のことに役立て ていきたいと思いました。

議事

〔第2号議案〕

①令和5年度生徒会活動報告 ②令和5年度生徒会会計報告 ③令和6年度生徒会活動計画(案) [第1号議案] ④令和6年度生徒会費予算(案)

<募集役員>

く今後の日程>

立候補者募集期間

5月22日~6月21日

選挙運動準備

生徒会役員選挙

7月1日~

7月17日

会長1名、副会長2名

会計3名、書記2名、幹事2名

生徒会役員募集中

令和6年度生徒会役員募集

役職

議長

副議長

副議長

書記

書記

監事

本年度も生徒会役員を募集する時期になりました。主な 仕事は、新入生歓迎会、生徒総会、文化祭、スポーツ大 会、予餞会などの生徒会行事の運営、秀花新聞の作成 等です。全校生徒の皆さんのために何かやってみたい、 より良い学校を創り上げていきたいなど、様々な目的があ る人、やる気がある人を募集しています。もし、少しでも活 動に興味がある方は、遠慮なく現生徒会役員に聞いて下 さい。立候補を希望する方は生徒会室前に立候補用紙が あるので、そちらに学年、クラス、氏名、立候補する役職 を記入して、生徒会役員選挙申込用紙入れに入れてくだ さい。

山口 陸③(坂東東)

全国高等学校総文祭 新聞の部11年連続出場 新聞記事の ネタ募集中!

新聞ボランティア

新

生徒会新聞 Vol, 2

つくば秀英高等学校 生徒会発行

生徒会発行

"秀花新聞

募集中!

HUEX

•第29回生徒総会

•生徒会役員募集中

 The last tournament ~最後の大会へ向けて

各部 キャプテンコメント

熱い戦いを制して 祝!関東大会出場

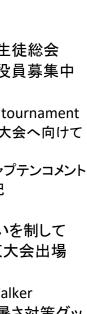
Shuei Walker 100均の暑さ対策グッ ズ紹介!

※記事内の〇の中の 数字は学年()は(出 身中学校)になります。



秀花新聞バックナンバー

みんなの意見が学校を盛り上げていきます



秀 花 新 聞 2 2024年6月5日(水) 第115号平成21年創刊つくば秀英高等学校生徒会

The last tournament ~最後の大会へ向けて~ 各部 キャプテンコメント

各部、3年生にとって最後の大会やコンクールが行われます。入部してか らさまざまな事があったと思います。今までの経験を胸に、チームー丸と なって、悔いが残らないように全力で頑張ってください。

大関 埜乃子②(秀峰筑波)

部活名	名前	出身中学校	最後の大会へ向けての意気込み
男子バスケットボール	仲柊哉	富岡	次の大会では新人戦で優勝した時のように、自分たちの力を最大
			限に発揮して優勝したいです。
柔道	根本竜希	勝田二	今まで積み上げてきたものを発揮して、全員が一つでも多く勝て
			るようにしたいです!
陸上競技	須田匠要	秀峰筑波	顧問の高原先生、松浦先生、田中先生やサポートしていただいた
			方に恩返しをし、大舞台で活躍できるよう頑張ります!
剣道	倉持芽衣	大穂	今までの練習の成果を十分に発揮出来るように部員全員で最後ま
			で諦めずに頑張ります。
男子バレーボール	中村一柊	水海道西	後悔を残さないように3年間の全てをみんなと一緒にぶつけてき
10 ma - 10			ます。
硬式野球	佐々木将人	吉川中央	チームー丸となって優勝を目指します
バドミントン	長沢朱莉	下妻	最後の大会では今まで支えてくださった方々へ感謝を伝えるつも
			りでプレーをします。県へつながるよう全力を尽くすので、応援
11 4	** =		よろしくお願いします。 物数もこ気はままりは、エール、エリターで見るまで聞います。
サッカー	瀬尾歩睦	豊里	初戦から気持ちを込め、チームー丸となって最後まで闘います。
テニス	篠塚恒希 	高山	日々の努力を十分に発揮し、最後の大会で有終の美を飾れるよう
ラグビー	小自士辉	未 收	にチームー丸となって戦っていきたいです
女子バレーボール	小島大輝	秀峰筑波 秀峰筑波	花園出場を目指し、1日1日を大事に練習していきたいです。 これまで支えてくれた方々に感謝をし今までの練習の成果を全て
ダナバレーホール	加園怜美 		発揮したいと思います
 弓道	┃ ┃小林凛太朗	みどりの学園	部活動最後の大会なので悔いの残らないように最後の1本まで諦
7	/小你 <i>怎</i> 人奶	かとりの子園	めずに頑張ります
女子バスケットボール	 飯塚未祐	石下西	今まで支えてくださった方、応援してくださる方への感謝の気持
			ちを胸に、悔いのないよう全力で頑張ります。応援よろしくお願
			いします。
女子ハンドボール	殿塚菜々花	手代木	みんなで頑張って練習してきたことを出し切って全力でやりたい
			と思います
料理	坂卷弘朋士	岩井	絶対一位
写真	栗原かりな	新治学園	写真部は大会らしいものがありませんが、文化祭で集大成となる
			作品を展示します。良い作品を見せられるよう全力を尽くしま
			す。
放送	定野仁大	御所ケ丘	がんばります
書道	菊地陽依	春日学園	最後の作品展に向けて今まで部活動を通して学んだことを活かし
			て全力で頑張りたいです。
吹奏楽	阿久津裕亮	石下西	自分たちが出せる最高の音を響かせることができるように頑張り
			ます
茶道	栁澤舞莉	豊里	秀輝祭での茶会で今までのお稽古の成果を出せるように部員一同
			頑張ります!
天文同好会	北澤誠人	大穂	燕雀安んぞ鴻鵠の志を知らんや
美術	松田栞音	けやき台	残り短い高校生活で後輩たちに少しでも技術と楽しさを伝えられ
F00	 \(\mu \) = ++ \(\mu \)		たらなと思います。
ESS #=\=\Z	浅見芽依	春日学園	I want everyone to learn English while having fun.
ボランティア	逸本莉士	学園の森	最後のキャップ回収頑張ります。
チアダンス 	紺野結愛	永山	最後の大会で頑張っている部の力に少しでもなれるように、私た
广	古配惡利	†»	ちも最後の応援を全力で頑張ります! 今れで広探して、勝利に道きたいです。
応援	高野愛梨	桜	全力で応援して、勝利に導きたいです。

と精きせきじと的 しパ勢まに持結さをパ げスくど攻よド 多い 、る社 識との

秀 花 新 2024年6月5日(水) 第115号平成21年創刊つくば秀英高等学校生徒会

熱い戦いを制して祝!関東大会闘場

各部でさまざまな大会が行われ、多くの部活が素晴らしい 結果を残し関東大会へ出場を決めました。各部の皆さんお疲 れさまでした。次の大会では、成長している自分たちの実力 を信じて頑張って下さい。Fight Team Tsukuba Shuei!

各部の結果

<柔道部>関東柔道茨城県予選会

男子団体 優勝

決勝つくば秀英〇3-1×水戸啓明

優勝で5月31日に栃木県のユウケイ武道館で行われた関東大会に 出場し、ベスト8に進出しました。

3回戦 つくば秀英〇2-1×国学院栃木(栃木) ベスト8進出

<陸上部>関東陸上茨城県予選

男子団体3位

関東大会へ出場決定他の種目は記事参照

6月14日から東京都の駒沢オリンピック公園で行われる関東大会に 出場が決まりました。

〈男子バスケットボール部〉関東茨城県予選会

準優勝

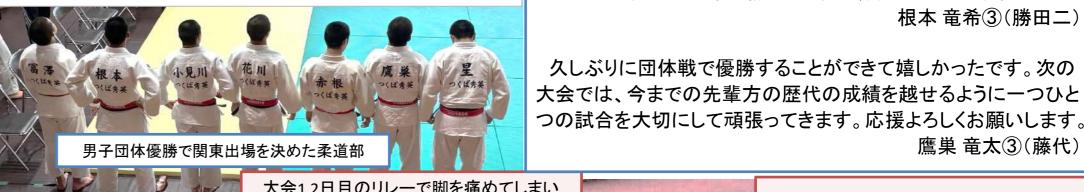
決勝リーグ(1)つくば秀英(095-51×常盤

決勝リーグ②つくば秀英〇112-56×下妻ー

決勝リーグ③つくば秀英×67-79〇土浦日大

準優勝で6月1、2日に埼玉県のカミケンシルクドームで行われた関東 大会へ出場し、Bブロック準優勝でした。

準決勝 つくば秀英〇105-61×千葉県立匝瑳(千葉) 準優勝



大会1,2日目のリレーで脚を痛めてしまい 200mを棄権することも考えましたが、チーム メイトの助けや高原先生のサポートもあり、 なんとか走り切ることが出来ました。インター ハイはここからが本番なので慢心せず今大 会で詰めの甘い部分を次回の北関東大会 に向けて修正し、20秒台を目指したいと思い ます。応援よろしくお願いします。

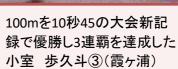
←會田聖也③(大穂) 100mでは自己ベストを狙っていたのでとて も悔しい結果になりました。リレーの方では ベストに近いタイムを出せたので嬉しい気持 ちの反面悔しい気持ちもありました。どちら もベストに近いタイムだったのでよかったと 思います。次は関東大会なのでインターハイ につながる大事な大会になってきます。地 区・県予選と、どちらも大会新記録を樹立で きているので関東大会でも大会記録を狙い 優勝そして自己ベストを狙っていきたいです。

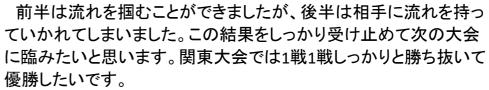


池嶋 修平③(秀峰筑波)100m3位

會田 聖也③(大穂)200m優勝21秒15大会新記録 池嶋・會田・黒川・小室400mリレー優勝

櫻井 開②(土浦四)八種競技3位 五月女 穂花②(学園の森)走り高跳び3位 吉田 智哉③(土浦四)110m障害4位 横瀬 叶③(城ノ内)110m障害5位 横瀬 叶③(城ノ内)走り幅跳び6位





小室歩久斗③(霞ヶ浦)→

仲 柊哉③(富岡)

前半はレベルの高い展開を見せることが出来て良かったが、後半 は気が緩んだところがあったので最後まで気を引き締めてバスケッ トをしていきたいです。次の関東大会では優勝して、インターハイ予 選でも優勝できるように頑張ります。

高野拳太③(朝日)



左上から鷹巣③(藤代)・小見川③(石下)・花川③(妙寺)・赤根③(石下) 左下から冨澤③(藤代)・根本③(勝田二)・星②(城ノ内)

前回の大会で負けたチームに決勝で勝つことができてよかった です。最後まで我慢して勝つことができ、チームとしていい収穫に なりました。最後の大会まで少ししか時間がないので練習時間を 大切にして、一つでも多く勝てるように頑張っていきます。

久しぶりに団体戦で優勝することができて嬉しかったです。次の

根本 竜希③(勝田二)

鷹巣 竜太③(藤代)

陸上部 関東大会出場者の結果 小室 歩久斗③(霞ヶ浦)100m優勝10秒45大会新 準決勝で40秒54大会新記録 男子総合3位



準優勝で関東出場を決めた 男子バスケットボール部

