

身体測定・体カテスト・避難訓練 (5/8)



身体測定・体カテスト



＼視力検査／



5月8日、体カテストと身体計測を行いました。
まずグラウンドでハンドボール投げ、次に30秒間の上体起こしと長座体前屈を行いました。

＼腹筋!!／



最後に体育館で立ち幅跳びと反復横

跳びをしました。みんなで協力して楽しくできましたと思います！
身体計測もみんなで背比べするなど楽しみながら行うことが出来ました！

＼長座体前屈／



避難訓練

有馬高校は5月8日、避難訓練を行いました。1人1人が緊張感を持ち、素早く校庭に避難することができていました。
いつ自分たちが大地震に襲われるか分からない中、少しでも自分たちの生きる可能性を上げるためにも、このような訓練は非常に重要だと思いました。

＼シェイクアウト訓練／



編集者 (新聞委員：3-4)