



7月の全体練習

■2026年8月の予定表をお送りします。

8月前半は「夏休み」です。共栄で8/2にグリーンボール（小学生）の練習会は計画しております。コラムにも書きましたが、夏の暑さが異常なので、ちょっと昼間の練習はパスします。涼しい早朝にランニングをしている選手もいるようですが、せっかくの夏休み、充実した毎日をお送りください！

■女子部のがんばり

関西ジュニア出場した小島ひなの選手をはじめ、中体連では谷山紗希選手が近畿大会に勝ち進みました。中学校に進んでからも硬式テニスを続ける選手も増えており、今後の活躍が楽しみです。



←中学総体に出場した女子たち

■グリーンボール大会

8歳と10歳のカテゴリで9月に丹波運動公園で開催されます。要項は、HPにもアップしてありますので、希望者は8月8日（土）までに国田まで

ご連絡ください。次の協会の公式戦は

11月のダンロップ全国選抜予選です。J-Pinの登録が必要ですので、まだのジュニアは、日本テニス協会のHPから、登録手続きをお願いいたします。

■紫外線・熱中症にも注意！！



練習には多めのドリンク（できればスポーツドリンク）タオルや晴れた日には帽子も準備してください。手洗いやうがいを行行し、睡眠と食事もしっかり取って、免疫力の低下に注意！

■酷暑の下でテニス？

国田のコラム

これだけ気温が高いと、さすがに子供を預かって外でスポーツさせるのは恐怖です。北部は京都市内よりは湿度が低めなので、WBGTメーターも「危険」まではなかなか上がりませんが、40度近い日は、さすがに「ヤバイ」と思います。（子供たちは意外と元気なのですが…）テニス協会もサマージュニアの低年齢は9月に移動させましたが、中体連は一番暑い時期に総体～近畿大会をやっております。昨年度も救急搬送があったようで…。



元気な小学生チーム

高校のインターハイも8月第一週を維持しており、今年は三段池がソフトテニス会場なので、心配しております。

ソフトテニスの場合は試合時間が30分程度だと思

いますが、硬式テニスは下手すると60分～2時間以上プレーが連続する場合もあり、しかもポイント間は25秒、エンドチェンジでも90秒しか休めません。集団競技の場合は常時動いているわけではないので、まだましかもしれませんが、炎天下の硬式テニス（シングルス）ほど過酷な競技はないかもしれません。

やはり、これは社会全体が大きく変化していかないと解決できない問題だと思います。甲子園もインターハイも、学校教育そのものも、地球規模の高温化に対しては思い切って変更する必要に迫られています。「夏の風物詩」とか、感情的なことを言っている場合ではありません。子供たちが健康にスポーツを楽しむためには、大人が知恵をしばって、また果敢な決断をくだす時だと思います。

施設に限界もあると思いますが、夏場のスポーツは「インドア（体育館）」を原則とするべきでしょう。

FJTC福知山ジュニアテニスクラブ（京都共栄学園内）

620-0933 福知山市篠尾62-5 tel.0773-22-6241 <http://www.fjtc.jp>

代表・京都府テニス協会理事 国田 敦・090-3058-5576 Mail: info@kyoei.ed.jp