

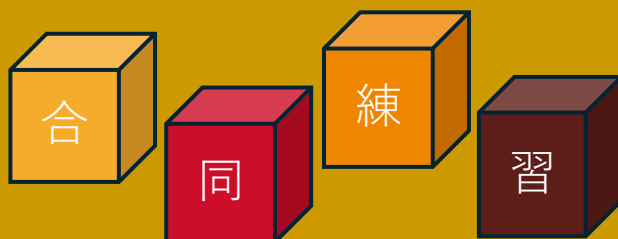
甲工
柔道

Judo

10
2025

10月5日に日本工学院八王子
専門学校で合同練習がありました。

複数のグループが集まっての
練習であったため、多くの選
手と戦うことができ、それぞ
れ課題を見つけたり学ぶこと
ができました。



今月は五葉祭や競歩大会
といった学校行事で忙し
く、疲労が酷く溜まった
ひと月だったと思います。
そのため、しっかり休息
を取り、個人個人で体調

管理に気を付け、来月も万全の状態で日々の練習に取り組ん
でほしいです。

また、11月は関東選抜大会があったり、デフリンピック応援があったり
するので、コロナやインフルエンザ
といった感染症や風邪に罹らないよ
う、手洗いやうがい、マスクの着用
といった基本的な感染症対策を徹底
し、健康的な生活習慣を心がけてほ
しいと思います。

