



常陽中だより

令和2年 8月 7日
尼崎市立常陽中学校
校長 徳山 壮一

5

さあ！ 明日から 夏休み



今年は、たった10日間。
現在、新型コロナウイルス感染者が増加を続け、兵庫県の警戒レベルは、最も高い「感染拡大期2」となりました。このような状況の中でスタートする夏休み。「密閉」「密集」「密接」を避け、手洗いを徹底し、免疫力を高めるために十分な睡眠・

バランスのとれた食事・適度な運動を心がけ、感染予防に努めて下さい。そして、学習面・生活面・体力面のそれぞれに目標を作り、「目標のある無駄のない生活」を目指して下さい。学校とちがいが、励ましてくれたり・アドバイスをしてくれる先生はいません。「自分が自分の先生」になって、夏休みが終わった時に「自分で自分をほめる」ことのできる充実した時間にしましょう。

夏休みの生活 毎日チェック！！

一定時間以上学習している

(1年：70分 2年：80分 3年：90分 塾以外)

学習の計画を立て実行している

早寝・早起きをしている

学校と同じリズムで生活している

社会・学校・家庭のルールを守っている

日記をつけている

一日一善

適度な運動をしている

検温と手洗いをしている



チェック数

8~9 あっぱれ！！

2~3 喝！！

0~1 大喝！！

チーム常陽の活躍

令和2年度 尼崎市中学校総合体育大会 代替大会

【男子バスケットボール】

V S 南武中 70 - 59

V S 武庫中 79 - 58



【女子バスケットボール】

V S 南武中 56 - 52

V S 武庫中 51 - 57



【サッカー】

1回戦 V S 成良中 0 - 1



【軟式野球】

1回戦 V S 立花中 4 - 2

2回戦 V S 大庄中 0 - 5



【バレーボール】

1回戦 V S 園田東中 2 - 0

2回戦 V S 南武中 0 - 2



【バドミントン】

シングルス 予選リーグ2位 決勝トーナメント進出

貞光 雪愛 上濱 輝 宮本 莉桜奈

ダブルス 準優勝 奈良 楓 赤崎 心



【水泳】

松本 大輝 100m背泳 1 13 65 3位

200m背泳 2 31 31 2位



一日一善

今月の言葉

この言葉には、「一日に一つだけでいいから、誰かのために善いことをしましょう。」という意味があります。大きな事をする必要はありません。小さな事でいいのです。皆さんの周りには、すぐのできる「善いこと」がたくさんあります。そして、誰かのために善いことをすると「ありがとう」の言葉が生まれます。「ありがとう」は、自分の心と人の心を和ませる魔法の言葉です。明日から始まる夏休み。「一日一善」を心がけ、「ありがとう」の言葉があふれる毎日にしましょう。 8月7日 全校集会 校長講話