



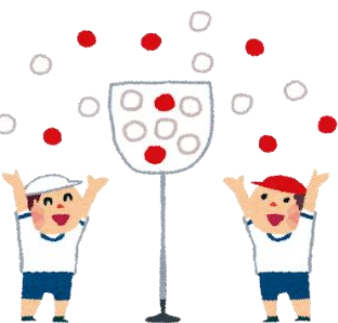
尼崎市立大庄北中学校  
学校だより  
校訓『自律、協調、自愛』

令和8年5月号  
校長 西村 純一

## 「学校の様子」

5月13日から3年生が2泊3日で四国方面に修学旅行に行ってきました。今回は初日にラフティング、2日目は津波の防災教育を受けて、そのあとそれぞれが選択した体験学習を行いました。最終日には香川で「うどん打ち体験」をしてから、金毘羅山への長い階段を登ってきました。3年生にとって忘れられない貴重な体験ができました。そして、たくさんの素敵な笑顔が見られました。

5月22日は「道徳の参観授業」がありました。たくさんの保護者の方が授業の様子を見にきていただき、生徒たちも嬉しそうでした。



5月29日には、1年生が兵庫県立芸術文化センターで行われる「わくわくオーケストラ」へ行きます。普段はあまり聴けないオーケストラの演奏を聴いてきます。

最近、校庭からは毎日、体育大会に向けた元気な声が聞こえてきます。6月4日(木)の体育大会本番に向けて、どの学年も一生懸命に練習をしています。頑張ってください。

## 「この時期は・・・」

昔から5月は「五月病」と言い、新学期からの緊張や疲れによるストレスがピークとなり「なんとなく、しんどい」や「食欲がない」といった症状が出てくるころです。さらに、6月に入ると雨の日が多く気圧の変化で身体に不調が出てきます。対策としては、睡眠と栄養と運動をしっかりすることと生活リズムを整えることです。

そして、熱中症の予防は、水分補給と帽子だけではありません。十分な睡眠と栄養補給（特に朝ごはん）が重要となります。各自で自分のできる体調管理をして、この時期をのりこえましょう。



## 保護者のみなさまへ

- ・体育大会の練習に向けて十分な水分を水筒に持参させてください。また、おうちにある帽子をなるべく着用してくるよう促してください。
- ・育友会より「令和8年度 定期総会について」のプリントが配布されています。（書面決議）ご確認ください。
- ・前回、「不要な制服（かばん、ネクタイ、体育館シューズ等）リサイクル」のお願いをしましたが、数件のご協力がありました。とても感謝しています。まだ、おうちに不要な制服等がある方は是非、ご協力ください。



尼崎市立大庄北中学校HP  
学校からのお知らせ  
月間行事予定表  
学校だより&保健だより

