



上尾市立大谷中学校だより

えごの木

令和5年 5月号

〒362-0045 上尾市向山 4-10

TEL (048) 781-9080

FAX (048) 726-3959

<https://www.city.ageo.lg.jp/>

site/oya-juniorhighschool/



QRコード

上尾市立大谷中学校 学校教育目標

明るく、夢を持ち、たくましく生きる生徒

目指す生徒像 知「自ら考え、自ら学ぶ生徒」 徳「心豊かに実践する生徒」 体「たくましい生徒」

大谷中のキャッチフレーズ
まじめ けじめ ゆめ

爽やかな5月、自分のペースを大切に

校長 酒井 一昭

風薫る5月、1年のうちでもっとも過ごしやすい季節になります。

この5月に関連した言葉には「五月雨」「五月晴れ」などがあります。「五月雨（さみだれ）」は旧暦の5月（現在の6月）に降る雨、つまり梅雨のことです。そして、「五月晴れ（さつきばれ）」はもともと、その「梅雨の晴れ間」の意味ですが、現在では「5月の晴れわたった空」という使い方も一般的になってきているようです。晴れわたった空のもと、気持ちも体も外に向かっていきたいものです。

新しい年度になってから1ヶ月が経ちました。1年生はだんだんと中学校生活に慣れてきました。朝の登校では、元気なあいさつをしてくれる人が多く、清々しい気持ちにさせてくれます。2年生も「先輩」としての自覚ある生活態度が色々な場面で見られます。部活動では1年生の良い見本となるよう頑張ってくれています。1年生と比べると2年生は技術面がとても向上していることがよく分かります。3年生は大谷中の「顔」として先頭を切って取り組んでくれています。1年生に向けた大谷中オリエンテーション、部活動オリエンテーションなどでは3年生の立派な姿を沢山見ることが出来ました。たった1ヶ月ですが、子どもたちの成長は本当に素晴らしいと感心しきりの状況です。良いスタートが切れたのでは、と安心をしているところです。



でも、ここまで頑張り続けると、途中で「息切れ」をしてしまうのではないかと心配しています。頑張ることは良いことですが、頑張りすぎてしまうと心や体が急にストップしてしまうかもしれません。

また、新しい生活は、慣れないことも多く知らず知らずのうちにストレスがたまるものです。気づかないうちに意欲がわかない、物事を悲観的に考えてしまう、よく眠れない、食欲がないなどの心身の症状が現れることがあります。これを「五月病」といいます。五月病は、正式な医学用語ではありませんが、一般に、この季節に起こりやすいため、こう呼ばれています。

「五月病」みたいな状況を防ぐには次のような対応もあるようです。

「ストレスは必ずあるもの」と認識して、ストレスと上手につきあう方法を考えましょう。十分な睡眠、休息を取るように心がけ、自分に合ったストレス解消法を見つけることが重要です。特に几帳面でまじめ、嫌と言えずに物事を引き受けてしまう、何でもやってみようとするタイプの人になりやすいと言われているので、注意が必要です。深刻に物事をとらえ過ぎず、新しい環境ではうまくいかないことや失敗はつきものと考え、「できる範囲でいいや」と気を楽に持つことも大切です。

自分のペースで進めていくとよいと思います。雑で良い、適当で良いということではなく、頑張りすぎず肩の力を抜くことが必要なことなのです。また、ひとりで悩みを抱え込まずに、日頃から友達や担任の先生方、家族などの身近な人に相談するようにすると良いようです。放っておいて難しい状況になる前に、SOSサインを早めに出せると良いですね。



上級生から1年生に当たったメッセージカードがたくさん貼ってあります。

爽やかな5月、全ての大谷中生が気持ちよく日々の学校生活を送れることを常に願っています。

5月の主な行事予定（変更する場合あり）



日	曜	主な行事・予定	日	曜	主な行事・予定
1	月	1年心臓検診 学校運営協議会 地区別確認	15	月	振替休業日（5/13分） 部活動停止期間
2	火	離任式⑤ 金曜日課	16	火	部活動停止期間
3	水	憲法記念日	17	水	部活動停止期間 尿検査2次 あいさつ運動
4	木	みどりの日	18	木	中間テスト 部活動休養日
5	金	こどもの日	19	金	上尾市小・中学校一斉避難訓練13:40～
6	土		20	土	
7	日		21	日	
8	月	水曜日課	22	月	
9	火	上尾市通信陸上予選会 内科検診（3年・あおば）	23	火	専門委員会 眼科検診（午後）
10	水	月曜日課 上尾市通信陸上予選会 あいさつ運動 全校朝会 学級討議	24	水	生徒朝会 あいさつ運動
11	木	金曜日課 埼玉県学力・学習状況調査 （1年①～③、2・3年①～④） 歯科講演会（1年） 部活動休養日	25	木	部活動休養日
12	金	木曜日課	26	金	生徒総会リハーサル（放課後）
13	土	木曜日課 授業公開②～⑤ 弁当持参 ⑤3年修学旅行説明会 歯科保健活動説明会 部活動全体保護者会 部活動別保護者会	27	土	
14	日	部活動停止期間	28	日	
			29	月	⑤3年修学旅行事前指導
			30	火	3年修学旅行（1日目）
			31	水	3年修学旅行（2日目）

**5月13日（土）授業公開日は
弁当持参になります。
よろしくお願いいたします。**

※木曜日は原則、部活動休養日となります。

6月の主な行事予定 （変更の場合あり）



部活動顧問一覧表

部活動指導委員会担当（運動部）
（文化部）

1日（木）	3年修学旅行3日目
2日（金）	3年登校10:10 ⑤⑥生徒総会
6日（火）	3年実力テスト
7日（水）	全校朝会 専門委員会
8日（木）	歯科検診
9日（金）	かがやキッズDAY（学校閉庁日）
12日（月）	生徒朝会（壮行会）
13日（火）	内科検診1年（午後）
15日（木）	学校総合上尾市予選会中心日 給食なし
16日（金）	学校総合上尾市予選会中心日 給食なし
22日（木）～29日（木）	部活動停止期間
23日（金）	3年第1回進路説明会
28日（水）	開校記念日（学校閉庁日）
29日（木）	期末テスト1日目 貧血検査（2年希望者）
30日（金）	期末テスト2日目 非行防止教室（1年）

部活動名	顧問名
野 球	
サ ッ カ ー	
バスケットボール(男)	
バスケットボール(女)	
バレーボール(女)	
バドミントン(男)	
バドミントン(女)	
ソフトテニス(女)	
卓 球(男)	
陸 上(男)	
陸 上(女)	
吹 奏 楽	
美 術	
スポーツ&クラフト	

4月の大谷中学校の様子



4/10 2・3年生のクラス発表の様子です。緊張する中、歓喜の声も上がっていました。新しい学年、気を引き締めて頑張りましょう。



4/10 学活の様子です。先生の話をよく聞いていました。



4/10 始業式に代表生徒から今年の意気込みを発表してもらいました。



4/10 1年生のクラス発表の様子です。不安とうれしさが伝わってきました。大きい制服が初々しさを引き立てているようです。



4/10 上から見た1年生のクラス発表の様子です



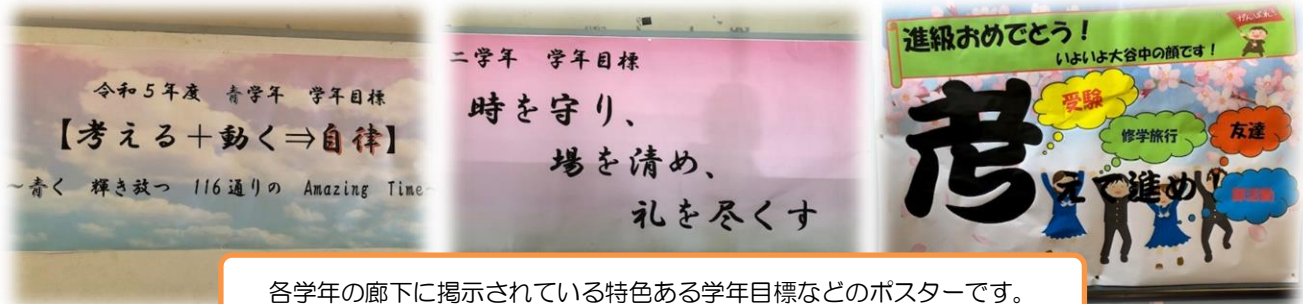
4/10 入学式前、教室で待機している1年生の様子です。緊張感がいっぱいです。とてもよい雰囲気です。



4/12 大谷中オリエンテーションの様子です。1年生は一生懸命話を聞き、よく見てくれています。素晴らしいですね。



4/12 部活動オリエンテーションの様子です。上級生は一生懸命に部活動の紹介をしていました。入場の時と同じように、1年生は上級生に作ってもらったアーチをくぐり、見送られながら退場しました。



各学年の廊下に掲示されている特色ある学年目標などのポスターです。



1年生各クラスの授業の様子です。理科の授業では早速タブレットを使っています。美術の授業では文字のレタリングに挑戦していました。英語ではALTの先生と一緒に学習していました。中学校の授業は色々な形で行われています。



4/14 各クラスの集合写真を体育館で撮影しました。指先、足先まで神経を使って姿勢を整えていました。場面を考えて何をすべきかを考え、しっかり出来る様子はとても素晴らしいですね。



あおば学級の様子です。左は給食時間、右は誕生日や行事を一覧にした予定づくりにみんなで協力して作成しています。



4/21 授業参観の様子です。話し合いではお互いに意欲的に発言をしてとても素晴らしいかったです。頑張り大谷中生！



集団行動の基本を行っている体育の授業の様子です。左側は1年と3年の合同授業で3年生が1年生にアドバイスを送っていました。

