

明石市立大久保北中学校

第38回生
学年通信



2024年
7月5日
第174号

三者懇談会が始まります

来週の水曜日から三者懇談会です。内容は、1学期の生活・学習の状況、中3夏休みの大切さ、進路についてなどです。進路については、現時点での状況を伝えますが、これからの努力次第で変わっていきます。今後の生活、学習のあり方をしっかりと考え、実行していくことが何よりも大切です。次のことを考え、今から計画を立てていきましょう。

◎夏休みの生活

リズムを崩さないようにしましょう。

起床時刻と就寝時刻を大きく崩さないようにしましょう。

三度の食事をきちんと摂りましょう。

◎勉強時間の確保

まとまった時間を必ず確保しましょう。

午前に3時間、午後（夜）に3時間など。

◎適度な運動

部活動がある人は継続して参加しましょう。

自主トレーニングを日課にするのもいいですね。

◎説明会・体験入学

積極的に参加しましょう。

自分の目で確かめ、情報を収集しましょう。

<明石市総体結果>

陸上競技部 男女総合 優勝 男子 優勝 女子 優勝

共通男子

・200m 第1位 ・400m 第4位 第5位 ・800m 第1位 第5位
・4×100mR 第5位 ・走高跳 第1位 第4位 第5位 ・走幅跳 第1位 第7位
・三段跳 第4位 ・砲丸投 第5位 ・円盤投 第1位 ・四種競技 第4位 第5位 第6位

みんな
よく頑張った!

2・3年男子

・1500m 第1位 第5位

共通女子

・200m 第2位 第8位 ・4×100mR 第3位 ・1500m 第3位 第4位

・走高跳 第3位 第4位 第6位 ・走幅跳 第1位 ・砲丸投 第5位

・円盤投 第4位 ・円盤投 第4位 ・四種競技 第8位

3年女子

・100m 第2位 第3位

2・3年女子

・800m 第4位 第5位

男子ハンドボール部 準優勝 東播総体出場

女子ハンドボール部 準優勝 東播総体出場

男子バレーボール部 第3位 東播総体出場

女子バレーボール部 準優勝 東播総体出場

男子バスケットボール部 第3位 東播総体出場

サッカー部 準優勝 東播総体出場

野球部 1回戦

男子卓球部 ・団体 1回戦 ・シングルス 2回戦 ・ダブルス 2回戦

女子卓球部 ・団体 第3位 東播総体出場

・シングルス 第5位 第7位 東播総体 ・ダブルス 第3位

男子ソフトテニス部 ・団体 2回戦 ・ダブルス ベスト16(3ペア) 東播総体出場

女子ソフトテニス部 ・団体 第3位 ・ダブルス 優勝 ベスト16 東播総体出場

水泳部 男女総合 準優勝 男子 第5位 女子 優勝

男子の部

・50m自由形 第2位 ・1500m自由形 第2位 ・100m背泳ぎ 第2位

・200mバタフライ 第3位 ・200m個人メドレー 第2位

女子の部

・400m自由形 第3位 ・800m自由形 第1位 第3位

・100m背泳ぎ 第2位 ・200m背泳ぎ 第1位 ・100m平泳ぎ 第3位

・200m平泳ぎ 第3位 ・200mバタフライ 第2位 第3位 ・200m個人メドレー 第3位

・400m個人メドレー 第3位 ・400mR 第2位 ・400mメドレーR 第3位

毎学ノート終了 継続は力なり

~7月5日

6冊目...⑥〇〇〇〇 5冊目...⑥〇〇〇〇

3冊目...④〇〇〇〇 ⑤〇〇〇〇

2冊目...②〇〇〇〇 ④〇〇〇〇 ④〇〇〇〇 ⑤〇〇〇〇 ⑥〇〇〇〇 ⑥〇〇〇〇

⑦〇〇〇〇 ⑦〇〇〇〇 ⑦〇〇〇〇 ⑦〇〇〇〇

1冊目...①〇〇〇〇 ①〇〇〇〇 ②〇〇〇〇 ②〇〇〇〇 ②〇〇〇〇 ②〇〇〇〇

②〇〇〇〇 ④〇〇〇〇 ④〇〇〇〇 ⑦〇〇〇〇 ⑦〇〇〇〇

