

長岡第三中学校の生活について

長岡第三中学校 生徒指導部

1 時間への意識を高める

【本校の基本的な校時】

7：45 部活動朝練習 登校時刻 ※7：30以前に登校しないこと。
※7：35までカギの貸出しは行わない。

8：15 部活動朝練習 終了
8：35 朝学活（～8：45）
8：50 1校時開始
17：15 部活動終了（冬季は16：45）
17：30 完全下校（冬季は17：00）

（1）登校時刻を守る（遅刻について）

- ・午前8：35のチャイムが鳴り終わった時点で、教室の自分の座席に着席していること。
※担任の先生が、8：35に教室で出欠・遅刻の確認をする。
- ・部活動の朝練習については、8：15で終了する。
※朝練習やその片付け等は、遅刻の理由にはならない。
- ・欠席や遅刻などについては、担任の先生に連絡する。

【連絡方法】※欠席連絡は、保護者からしてもらう。

- ① スクリレで事前、または当日に連絡を入れる。
- ② 当日の7：45～8：30の間に学校に電話連絡を入れる。

（2）ベル着を守る

- ・始業ベルが鳴るまでに授業の準備を済ませ、始業ベルが鳴った時には、教室の自分の席に座っていること。
- ・移動教室の場合は、移動を速やかに行うこと。（10分間で、更衣・移動を済ませる。）
- ・昼休みは予鈴で終了する。予鈴後は速やかに行動し、5校時本鈴でベル着をすること。

（3）完全下校時刻を守る

- ・安全確保の面から、できるだけ集団での登下校をする。
- ・部活動終了後は速やかに下校準備をし、完全下校時刻までに下校する。

2 正しい服装とマナーを守る

（1）基準服を正しく着用する（時と場に応じた服装）

- ・登下校時は、「基準服」または「部活動の服装か体操服」を着用する。
※1時間目と6時間目が体育のとき、部活動の朝練習、放課後の練習後は、体操服または、部活動での服装での登下校を許可する。
※朝学活と終学活は、部活動着、防寒着・防寒具は着用しない。1時間目と6時間目が体育のときは、体操服のままでもよい。
※カーディガンやセーター等を着用するときは、必ずブレザーを着て登下校すること。
- ・始業式、終業式、修了式、学年集会については、
「**カットシャツ（ポロシャツ）の第二ボタンまで留め、ブレザーのボタンを留める。」**
※防寒のためにブレザーの下にカーディガンやセーターを着用することは可。

・入学式、卒業式、その他の式典については、

「**カットシャツ（ポロシャツ）の第一ボタンまで留め、ブレザーのボタンを留める。」**

※防寒のためにブレザーの下にカーディガンやセーターを着用することは可。

※くるぶしが隠れる靴下を着用する。（色は白・黒・紺・茶・ベージュ・グレー）

（2）注意事項

- ①カットシャツ・ポロシャツは、白無地に限る。（ボタンダウン可。）
- ②セーター、カーディガン、ベストの色は、白・黒・紺・茶・ベージュ・グレーのものを着用する。
※オーバーサイズ・スリット入り・ダメージ加工が施されているものは不可。
- ③アンダーシャツは、白・黒・紺・茶・ベージュ・グレーのものを着用する。
※ハイネックのアンダーシャツは不可。
- ④ズボンのはき方や、スカート丈等の着こなしに留意する。
※スカート丈は、椅子に座った時にスカートの裾がひざ頭にかかる長さにする。
- ⑤靴下は、キャラクターが全面にあるもの以外は全て可とする。
※タイツやレギンスは、黒の無地のものに限る。
- ⑥靴は、運動に適した靴を履いて登校する。（色の指定はない）
- ⑦部活動においては、「体操服」または「部として購入しているユニフォーム・Tシャツ等」で活動すること。冬期には顧問が認めたウインドブレーカー等の着用は可。
- ⑧服装の移行期間や衣替えの時期は特別に設定しない。
※ブレザーの着脱や調節着、防寒着などは通年、気候や体調によって個人の判断にする。
- ⑨ヘアピンとヘアゴムは「白・黒・紺・茶・ベージュ・グレー」とし、髪飾りやシュシュ等、学校生活に不要なものは不可。
- ⑩服装や頭髮等に問題がある場合には、家庭と連携しながら、必要に応じて個別指導を行う。

（3）身だしなみについての考え方

- ①学習の場である学校において、本当に必要なものを考え、日々の授業や学校行事、様々な取組に集中できるようにするため。
- ②進路指導や校外学習の際もこの内容で指導をしており、社会に出ていくための基本的な身だしなみや服装のマナーをしっかりと身に着けるため。
- ③入学式、卒業式については、保護者や地域の方、来賓も来られる公的な式典であるため。

3 生活環境と心を整える

（1）気持ちのいい挨拶を

- ・挨拶は全てのコミュニケーションの基本。お互いが気持ちのいい挨拶を常に心がけ、よりよい人間関係を築いていけるようにしていこう。

（2）生活環境を美しく

- ・全員が清掃活動（掃除）に全力で取り組み、長岡第三中学校で生活する全ての人が気持ちよく、快適に学校生活を送れるようにしよう。

（3）期限を守る

- ・提出物や各教科の課題は、提出期限を自分で守れるようにしよう。もしも、忘れてしまったり、遅れそうな場合は、自分から先生に相談し、どう対処するかを決めていこう。
※忘れ物をした場合は、途中外出できないので要注意。

以上の決まりを全員が自分から守り、よりよい学校生活を送れるようにしていきましょう。

【服装・頭髪・身嗜み】 令和7年度『私たちのきまり』 【学校生活・持ち物・その他】

ブレザー	・前のボタンをしっかりと閉めて着用する。（教室での着席時は外してもよい）
シャツ	・学校指定のものはない。 ・白無地のみ可。（ワンポイント不可）※ボタンダウン可 ・第一ボタンは開けてもよい。（式典の際は、第一ボタンまで留める） ・カッターシャツはスラックス、スカートの中に入れる。 ・ポロシャツはスラックス、スカートの中に入れなくてもよい。
スラックス スカート	・腰パンや裾をまくり上げたりはしない。 ・スカートは、座った時にスカートの裾が膝頭にかかる長さより短くしない。
靴	・運動に適した靴を着用すること。（色の指定は特に無し） ※雨が強い日には、雨靴での登校も可。
靴下	・キャラクターが全面にあるもの以外は、全て可とする。 ・タイツやレギンスは、黒の無地のものに限る。 ・くるぶしソックスは可。※ルーズソックスは不可。 ・式典については、「白・黒・紺・茶・ベージュ・グレー」のものとする。
アンダーシャツ	・色は調整着に準ずる。（部活動着の着用も同様） ・ハイネック、タートルネックは不可。
調整着	・調整着は、「セーター・カーディガン・ベスト」を可とする。 ・調整着の色は、「白・黒・紺・茶・ベージュ・グレー」とする。 ・ダメージ加工やスリット加工、過度なオーバーサイズは不可。 ・トレーナー、ハイネック、ファスナータイプ・フード付き、ひも付きは不可。 ・セーターやカーディガン等での学校生活は可。（登下校時は不可） ※ワンポイントの大きさは10cm四方以内とする。（自分でワッペンを付けるなどは不可） ・タイツやレギンスの色は、「黒無地」のものに限る。（七分丈等は不可） ・日差し対策の帽子は「キャップ」のみ着用可。（通気性のよいもの・華美でないもの）
防寒着 防寒具	・防寒着は必ず、ブレザーの上に着用し、登下校以外での着用はしない。 ※緊急時の例外有り。（その場合は、教師から指示をする） ・高価なものを避け、各自のロッカー等で保管できるものとする。 ※保管時は椅子に掛けたりしない。 ・ブレザーの中にパーカー等を着用することは不可とする。 ・防寒具は、「手袋・マフラー・ネックウォーマー・ニット帽・耳当て」の着用を認める。※レッグウォーマーの着用は不可。 ・ひざ掛けは、教室内の使用のみ可。（移動教室への持参も可）
頭髪関係	・学校生活に適した髪型で生活すること。 ・脱色、染髪、パーマ、整髪料による加工等は不可とする。 ・ヘアピンとヘアゴムの色は「白・黒・紺・茶・ベージュ・グレー」とする。 ・シュシュや大きな髪留め、髪飾り等は不可とする。

貴重品 腕時計 携帯電話	・学校生活に不要なお金や貴重品は持ってこない。 ・部活動に関するお金は、朝学活までに顧問の先生に直接渡す。 ・腕時計は、登下校時と部活動中のみ着用可。※スマートウォッチ不可。 ・家庭の事情で、やむを得ず携帯電話を持ってくる場合は、登校後すぐに学年の先生（基本は担任の先生）に渡し、下校前に返却してもらうこと。
不要物	・カードゲーム類、ゲーム機類、携帯電話・スマートフォン等の通信機器類、マンガ・雑誌類、化粧品、装飾品（ネックレス、ミサンガ、ピアス等）、整髪料、お菓子、ジュース等、学校生活に必要なものは持ってこない。
冷却グッズ	・「うちわ・扇子」は、休み時間のみ使用可。（登下校中は使用しない） ・「冷却タオル・クールリング」は、休み時間と登下校中の使用可。 ※いずれの冷却グッズも、授業中の使用は不可。
飲料物	・飲料物については、「水」または「お茶」とする。 ※「スポーツドリンク」は、熱中症の恐れがある場合のみ可。 ・ペットボトルは可（ゴミは必ず持ち帰る）※缶・瓶は不可。 ・授業中の水分補給は、授業の先生の指示に従う。
iPad の使用	・情報教育部の基準に準ずる。 ※不適切な使用や過度な破損等があった場合は指導対象となる。
登下校	・登下校時は寄り道をせず、速やかに帰宅する。 ※帰宅せずに遊びに行く、買い食いする、溜まって喋ることはしない。 ・部活動終了後は速やかに下校準備をし、完全下校時刻までに下校する。
荷物整理	・朝学活が始まるまでに、ロッカー等の所定の場所に荷物を整理して置くこと。 ※教室の床に荷物を置かない。できるだけ机の横に物をかけない。
教室移動 フロア移動 トイレの使用	・他教室への出入り、他学年のフロアには行かない。（ベランダも含む） ・教室、廊下、階段で座りこんだり、寝転んだりして、他の人の邪魔をしない。 また、暴れたり、走ったりして怪我や事故のないようにする。 ・ベランダで、大声を出す、物を落とす、身を乗り出す等はしない。 ・「手を洗う」または「用を足す」以外でトイレへ行くことはしない。 ※トイレ内に溜まって話す（遊ぶ）ことはしない。
更衣	・更衣は指定された教室で行う。（カーテンをするなどの配慮もする） ・制服等は袋に入れ、整理整頓を心がける。（他人の物には触れない）
再登校	・忘れ物等で再登校する場合は、基準服または体操服、部活動着を着用し、登下校と同じ移動手段で再登校する。（保護者による送迎は可）
その他	・どのような場面においても化粧はしない。（アイプチ等も含む） ・リップクリーム（色付きは不可）、目薬の使用は可。 ・制汗剤（スプレーやシート）、クシ、洋服ブラシなど、最低限の身だしなみを整えるものの使用は可とする。 ※過度の使用や用途と違う使用をした場合は指導対象となる。

