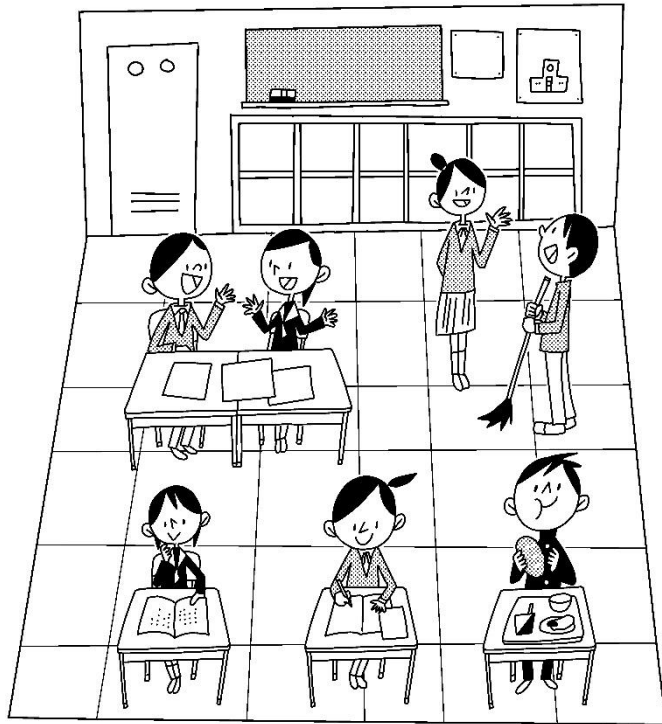


令和8年度

中学校生活のしおり



年 組 番

氏名

精華町立精華南中学校

中学校での生活

1、精華南中学校の1日

活	動	50分授業	45分授業
朝	読書	8:30~ 8:40	8:30~ 8:40
朝	学活	8:40~ 8:45	8:40~ 8:45
1	校時	8:50~ 9:40	8:50~ 9:35
2	校時	9:50~10:40	9:45~10:30
3	校時	10:50~11:40	10:40~11:25
4	校時	11:50~12:40	11:35~12:20
給	食準備	12:40~12:55	12:20~12:35
給	食	12:55~13:10	12:35~12:50
昼	休憩	13:10~13:20	12:50~13:00
5	校時	13:25~14:15	13:05~13:50
6	校時	14:25~15:15	14:00~14:45
清	掃	15:15~15:30	14:45~15:00
終	学活	15:30~15:40	15:00~15:10
部	活動	15:40~	15:10~
下	校	4月~10月上旬 17:00 10月中旬 16:45 11月~ 16:30 1月~ 16:45 2月~ 17:00	最終下校時間は、季節によって異なる。 また、左の時間をめやすに、時期によってこれ以外の下校時間も設定されます。

1) 登校時

- ① 家を出る前にもう一度、服装、持ち物（提出物・忘れ物）を点検しましょう。
- ② 必ず制服で登校しましょう。
- ③ 安全に留意し、交通ルールを守りましょう。
- ④ 始業は8:30です。8:25には登校しましょう。
 - ・ 8:00までは登校してはいけません。
 - ・ 朝礼時は体育館で出欠確認をします。（8:30までに体育館に集合し、整列します）
- ⑤ 欠席や遅刻の連絡は、連絡システムには当日の8:25まで、電話連絡は8:00~8:25に必ず保護者の方からしてもらいましょう。
- ⑥ 8:30の始業に遅刻した時は、職員室に報告に来てから、教室に行きましょう。

2) 朝読書・朝学活 (SHR)

朝読書・朝学活 (SHR) の流れ

- ① カバンをロッカーに入れ、健康観察を各自ですませて8:30までに着席する。
- ② 8:40まで朝読書をする。※席を立たない。
- ③ 号令
- ④ 保健・給食部委員によるキャットレッヂ
- ⑤ 先生からの連絡
- ⑥ 8:45から授業準備を始める。

- ① 必要なものを出して、カバンをロッカーに入れ、着席しましょう。
- ② iPadによる健康観察を行います。体調のすぐれない人や怪我をしている人は報告しましょう。
- ③ 8:30~8:40まで朝読書をしませう。
・本は、各自家から持参します。(図書室で借りることもできます。マンガや雑誌、参考書は不可)
- ④ 日直班の確認
※班単位で日直を行い、1日ごとに交代します。仕事の内容は決まっていますので仕事を忘れないように注意しましょう。

3) 授業を受けるに当たって

- ① 授業が終わったら、次の時間の準備を必ずしましょう。
- ② 教科によっては授業場所が変わりますので、教科係は先生と連絡を取り、学級に確実に連絡し、鍵等を職員室に取りに行きましょう。
- ③ 体育の授業見学は、連絡帳に見学理由を保護者に書いてもらうか、「欠席連絡システム」にて保護者から連絡してもらい、担任と体育の先生の許可をもらいましょう。見学の服装は体操服です。
- ④ 担当の先生が不在の場合は、学級委員が職員室へ連絡に行きましょう。

4) 休憩時間

- ① 次の授業の準備や移動の時間であって、遊び時間ではありません。
- ② 教室内や廊下などで暴れないようにしましょう。
- ③ 他の教室、空き教室には原則として入室禁止です。



5) 給食

- ① 机は前向きのまま食事をしましょう。
- ② 全員がそろってから号令係による「いただきます!」をしましょう。
- ③ 給食終了5分前から下膳できます。
- ④ 給食終了チャイムで全員着席をして、号令係による「ごちそうさま!」をしましょう。
- ⑤ 食べ終わっていない人は、昼休み中に食べ、5時間目予鈴までに各自で下膳しましょう。
- ⑥ 給食当番は、配膳から片付けまで、責任をもって行いましょう。

6) 清掃

- ① 進んで物事に取り組む姿勢や、協力する態度を養いましょう。
- ② 時間内は決められた清掃場所で隅から隅まで掃除をしましょう。
- ③ 担当の先生の点検が終わってから、教室に戻りましょう。
- ④ 清掃用具は丁寧に扱い、使用後は所定の用具入れにきちんと片付けましょう。
- ⑤ 清掃時間は、防寒着・防寒具の着用を可とします。

<毎日の清掃内容>

HR教室

- 1 イスを机の上へのせ、前に運ぶ。(引きずらない)
※移動教室等の授業が、掃除時間の前にある時は、その前の授業時間の終了後に運んでおく。
- 2 ほうきで教室の床をはく。
- 3 自分の雑巾で床を水拭きする。(バケツに水を入れて置いておく。)
- 4 後ろが拭けたら、机を後ろに運ぶ。(引きずらない。)
- 5 黒板は、黒板消しで一定の方向に向かって拭く。
 - 何回か黒板消しで拭いていくときれいになる。
 - 黒板の溝はチョークの粉を掃いてきれいにする。
- 6 金曜日はゴミをピロティーに出しに行く。
- 7 適宜、黒板クリーナーの掃除を行う、とくに中のスポンジなど。



廊下・階段

- 1 ほうきでごみをはく。
- 2 自分の雑巾で廊下をふく。(モップに雑巾を挟んで使用する。)

特別教室

※ 場所によって清掃方法が異なるので、担当の先生の指示に従って行う。

トイレ

- 1 使い捨ての手袋をつける。(掃除の時間は基本つけておく。)
- 2 床をはく→ゴミを回収する。
- 3 床を掃除ワイパーでふく。
 - ① 洗面所の床 ② 洋式・和式便所のまわりの床 ③ 小便器の下
- 4 便器の掃除
 - ① 便器の中に洗剤を少し流し、トイレブラシでフチの裏側を中心にこすり洗いをする。
 - ② ウェットティッシュで便座や便器の外側をふく。
- 5 洗面所の掃除
 - ① スポンジを使いこすり洗いをする。
- 6 ゴミを捨てに行く。
 - ① サニタリーボックスのゴミを黒ビニール袋にまとめ、ピロティ横の階段下に捨てに行く。
(黒ビニール袋は職員室にあります。)
- 7 トイレトペーパー、ワイパー用替えシートがなければ、職員室に取りに行き、補充しておく。
- 8 片付け

7) 終学活 (SHR)

終学活 (SHR) の進め方

司会進行…学級議長

- ① 配布物を配る (日直)
- ② 明日の時間割の確認
- ③ 係、委員会からの連絡
- ④ 先生からの話

- 1 掃除終了後、終学活に備えて準備をする。
 - 配布係(日直)は職員室へ行き、配布物を配布ボックスから受け取る。
 - 時間割係(日直)は職員室前ホワイトボードで明日の連絡を確認し、教室のホワイトボードに貼る。
 - 教科係はホワイトボードに連絡を書く。
※教科係は、連絡ができるように、あらかじめ先生に聞いておく。(持ち物や宿題の確認等)
- 2 司会進行は学級議長が行い、明日の連絡などを行う。
- 3 各自、連絡帳に翌日の連絡や持ち物をメモする。

8) 部活動

基本的に放課後は、部活動に加入している生徒は、部活動に参加します。係の仕事などをしなければいけない時は、顧問の先生に申し出ましょう。また、教室やクラブボックスに置いてもよいものは決まっています。みんなで使う場所は、いつもきれいに保つように心がけましょう。

部活動での服装についてのきまり

- ① 学校指定の制服や体操服、又は部活動で購入した服装で活動しましょう。
- ② 靴や靴下はスポーツの特性に応じたものを使用することができます。
- ③ 平日の部活動終了後は学校指定の体操服や部活動で購入した服装で下校することができます。
※顧問の先生の指示に従いましょう。(制服に更衣をせずそのまま下校してもよい)
- ④ 休日の部活動は学校指定の体操服や部活動で購入した服装で登下校することができます。

9) 放課後・下校時

- ① 最終下校を守りましょう。
- ② 部活動・委員会・係活動等がない場合は、速やかに下校しましょう。
- ③ 買い食いや寄り道をしないでまっすぐ帰りましょう。
- ④ 最後の授業(6時間目等)が体育の場合は、部活動の有無に関わらず、体操服で下校することができます。

2、服装についてのきまり

1) 制服

①冬服 1学期始業式・入学式・2学期終業式・3学期始業式・卒業式・修了式

- ・ 学校指定のブレザー、ポロシャツ（半袖及び長袖）、スラックス、スカートを着用しましょう。
- ・ 学校指定のセーター、ベストはブレザーの下に着用することができます。
※セーター、ベストだけでの登下校は認めない。

②夏服 1学期終業式・2学期始業式

- ・ 学校指定のポロシャツ（半袖及び長袖）、スラックス、スカートを着用しましょう。
※上に書いた式の時以外でも、行事等の時には決められた服装を着用しましょう。

③ 共通事項

「服装」

- ・ 学校内では制服に名札を付けましょう。
- ・ アンダーシャツを着る場合は、無地で、白、黒、グレー、紺のものを着用しましょう。
※ハイネックのものや、ポロシャツから袖が出るようなものは禁止です。
- ・ ブレザーの第1ボタンはとめましょう。
- ・ ポロシャツは、第2ボタンは必ずとめます。第1ボタンは開けていてもいいですが、式典のときには全てとめましょう。

「靴・靴下」

- ・ 靴は運動靴（色は自由）を履きましょう（マジックテープの靴はOKです）。
- ・ 靴下（スクールソックス）は、白、黒、紺、グレーをベースとしたスクールソックスをはきましよう。
- ・ 行事等指定のある日は白、黒、紺、グレーの無地の靴下をはきましよう。

「通学カバン」

- ・ 学校指定のカバンとします。

④ 注意事項

- ・ 学校内で生活しているときには、ポロシャツの上からセーターやベストを着用するだけでも構いませんが、登下校のときや、行事等の指定がある日は、ポロシャツのみか、ブレザーを着用しなければいけません。
- ・ ズボンを腰まで下げたり、スカートを折ってはいたりすることは禁止です。
- ・ 校舎外、校舎内、体育館と必ず靴を履き替えましよう。（3足制）
（体育館では、スノコより上は体育館シューズ）

2) 防寒着、防寒具、熱中症対策

① 防寒着

- ・ 登下校時及び清掃時に着用可とする。（体育の授業では学校指定のもののみ着用できる）
- ・ 学校指定のウインドブレーカー、膝上丈のコート・ジャンパー。
- ・ 防寒着を着用する際には、ブレザーの着用を前提とし、そのうえで必要な場合は着用すること。
- ・ スカートの下にウインドブレーカー（下）を履くことは禁止。
- ・ 教室内での着用は不可とする。

② 防寒具

- ・ マフラー、手袋、ネックウォーマー、耳当て、レッグウォーマー
- ・ タイツ、ストッキング、スパッツ、レギンス→ベージュ・黒・紺・グレーの無地のもの。
→ スパッツ、レギンスと靴下の隙間はなくす。
- ・ 膝掛けを使用する場合は、原則、普通教室内で着席時のみとする。
→ 肩からかけるなど、本来の使用法以外では使わない。
* 清掃中は校舎内外問わず防寒着及び防寒具の着用は認める

※上記の学校指定でない物については、入試時に着けていけるものが望ましい

③ 熱中症対策

- ・ 帽子、日傘、ネッククーラー、うちわ（ハンディーファン可）の登下校時の使用を認めます。
- ・ 体調を崩さないよう、水分補給はこまめに行いましょう。（スポーツドリンクも可）

3) 頭髪

- ① 染髪、整髪料、パーマ、付け毛、ラインは禁止です。
- ② 髪をくくったり留めたりするゴムやヘアピン等は、黒色、紺色、茶色とし、髪飾り（シュシュ、カチューシャ、ヘアクリップ等）は禁止です。

4) 不要物の持ち込み禁止

- ① 不要物
 - ・ お菓子類、携帯電話(スマートフォン)、マンガ、雑誌、ゲーム機、カード類、化粧品等
- ② 持ち込んだ場合
 - ・ 持ち込みを確認した時は、一旦学校で預かり、保護者に返却をします。

3、その他

1) 挨拶

- ① 「おはようございます」や「さようなら」など毎日の挨拶をしましょう。
- ② 来校者や先生には丁寧な言葉遣いをしましょう。

2) 職員室

- ① ノックをして入り、入り口で先生を呼びましょう。
- ② 職員室に入るときは「失礼します」と言い、クラス、名前、要件を伝えましょう。その際、カバン・帽子等は廊下に置きましょう。退室時には「失礼しました」と言いましょう。
- ③ 丁寧な言葉遣いを心がけましょう。

3) 保健室

- ① 調子が悪いときや相談したいときに来室しましょう。
- ② 原則として、1時間休憩して様子を見て、それでも回復しない場合は、保護者へ連絡し、以降の過ごし方を相談します。

4) トラブル発生時

校内の器物が破損した時や、誰かがケガをした時などは、すぐに先生に連絡しましょう。

中学校での学習

1、授業を大切にしよう

学習の基本は何といっても授業です。授業を大切にすることが、学習効果をあげるためにもっとも大切なことです。

1) 時間を守る（休み時間は次の準備！）

チャイムが鳴ると同時に授業開始です。この時、授業の準備がしっかりとできているかどうかでその時間の授業に集中できるかが決まってきます。チャイムが鳴ってからあわてないように、授業が終了したら、次の授業の用意をしましょう。また、時間がきたら席に座ってチャイムを聞くようにしましょう。

2) 忘れ物をしない

連絡帳に連絡事項を書きとめ、各教科の持ち物を確認しましょう。

※休み時間に、自分で取りに帰ることはできません。

3) 授業に集中する

机上の整理をして、聞く姿勢をしっかりと保ちましょう。

4) 発表や質問をして興味を深める

発言は、よりよい授業となるためにも重要なのです。また、わからないことがあればその場で質問をして解決しておくことが大切です。

5) iPad の使用について

学習のための道具です。担当の先生からの指示のない使い方をしないようにしましょう。

2、家庭学習を習慣にしよう

1) 毎日時間を決めて継続的に学習する

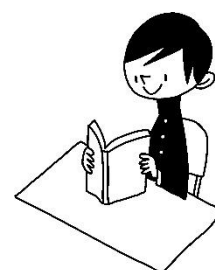
定期試験前や入試直前に急に勉強しようとしてもできるものではありません。それは学力が一朝一夕には身につかず、積み重ねることによってはじめてつくものだからです。毎日こつこつと学習しましょう。

2) 予習と復習をする

学校での学習内容を定着させるためには、「予習」と「復習」をすることです。予習をすることで授業内容のイメージをつかみ興味を持って取り組むことができます。また、復習をすることで、どこがわかってどこがわからなかったかをつかむことができます。予習から授業へ、授業から復習をするという流れを作りましょう。

3、読書で幅広く教養を身につけよう

将来の自分の「生き方」について、考えを深めることができるようになるのが中学生です。いろいろな本を読みましょう。自分の「生き方」について考えるヒントが得られるはずです。朝読書等の時間でも活用してください。



4、教科学習の留意点

1) 教科ごとに先生が変わる

それぞれ専門の先生に教わります。それぞれの教科ごとに学習方法に違いがあります。いろいろな先生から幅広く影響を受けて成長していきましょう。

2) 学習用具は原則として持って帰る

教科書やノートやiPad（持ち帰り時は申請が必要）などの学習用具は、家庭学習に必要なものは各自で判断し持って帰りましょう。ただし、体育館シューズや授業で使うファイルのように、指示があったものはロッカーに入れておいてもかまいません。先生の指示にしたがって管理しましょう。

3) 各学期に定期試験がある

学期ごとに定期試験（中間・期末）があります。学校で学んだことが、どれだけ自分のものになっているかを確認するためのものです。部活動も試験の時は1週間前から停止になり、学習に集中して取り組めるようになっていきます。しかし、その期間だけ頑張るのではなく、普段からコツコツとやっておくことが重要です。

また、一部の教科では、単元終了後に単元確認試験があり、中間試験や期末試験と同様に重要です。

4) 提出物の期限を守る

宿題、ノート、レポート提出が多くあります。各教科の先生からそれぞれ指示がありますので、自分自身で計画を立てて、きちんと仕上げ提出してください。原則、一度帰宅してからの登校は控えましょう。

5) 字は丁寧に書く

誰が見てもわかるように丁寧にしっかりと書くようにしましょう。

6) ノートは教科ごとに準備する

基本は大学ノートを使いますが、教科によっては最初の授業で担当の先生からどのようなノートを準備したらいいのか説明があります。複数の教科を1冊のノートで兼用するようなことは認めません。

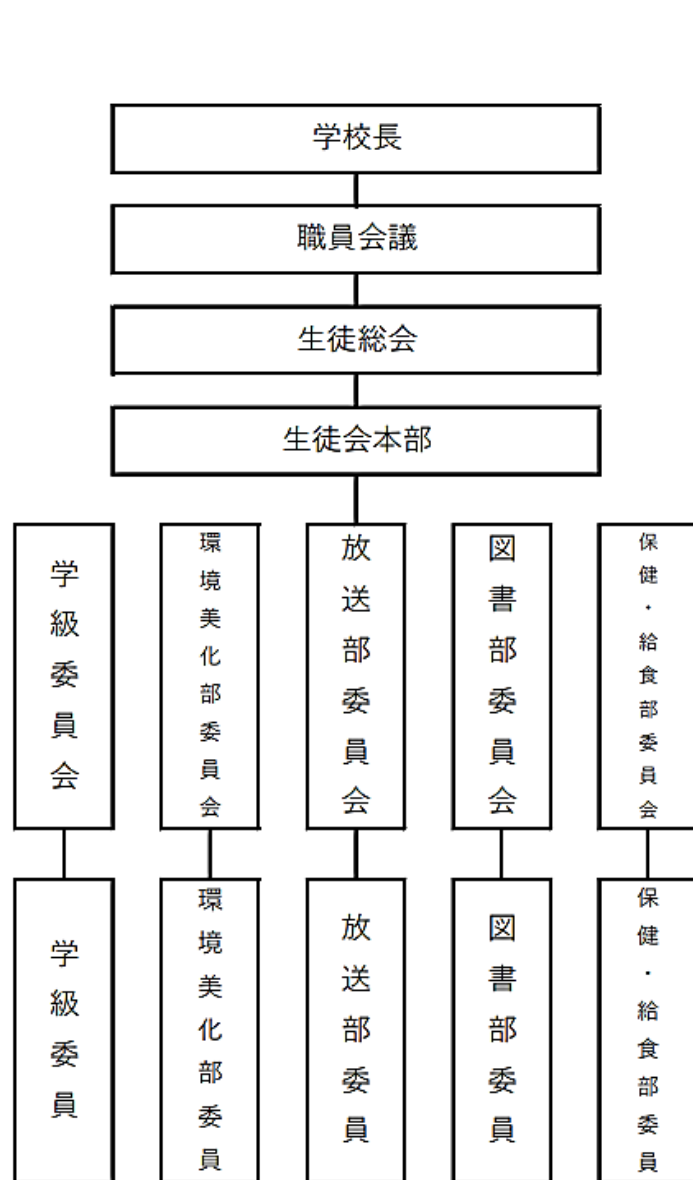
7) 教室移動はすみやかに

HR教室以外で授業のある場合は、休み時間中に移動します。その時は、日直の班で消灯や戸締りを、責任をもってしましょう。

生徒会活動について

生徒会は生徒全員でつくられた一つの「集団」であり、生徒会会則や総会（全生徒が参加する集会）で決めた目的などを達成するために活動します。集団には、その目的に応じて、それにふさわしい指導者（リーダー）が必要です。例えば、生徒会本部は生徒会長をリーダーとして生徒の代表となって活動します。また、校内美化活動に取り組む環境美化部委員や、図書室の活性化に取り組む図書部委員など、各執行部委員会もそれぞれの目的を決めて活動します。

1) 生徒会の組織図



2) 生徒会役員の選出

- ① 生徒会本部役員については、会長1名を含む5名が選挙で選出されます。
- ② 任期は1年で、10月頃に改選されます。

3) 執行部委員会の役割とねらい

執行部委員会		役割とねらい
学級委員会	2名	学級のまとめ役です。学級委員会に出席して学級の意見をみんなのものにするために活動します。また、学年リーダー会に所属し、学年の仕事をします。決定したことに責任を持ち、取組の先頭に立ちます。学校生活を規律正しいものにしていけるようにする取組も行います。
環境美化部委員会	2名	学校での生活環境を整え気持ちよく学校生活を送るため、教室整備や校舎内外を美しくするための活動を行います。週1回のごみ回収日に各清掃場所のごみをまとめます。
保健・給食部委員会	2名	みんなが健康管理を自ら進んでできるようにするために活動します。毎朝のキャットレッチを中心となって行います。また、食事に関するポスター（毎月の給食目標など）の作成や献立紹介を通して、食事の大切さをみなさんに伝える活動も行います。
図書部委員会	2名	図書室を全生徒に使用してもらい、みんなにたくさんの本を読んでもらう活動を行っています。そのために本の整理整頓、貸出など読書しやすく借りやすい環境づくりに努めています。また、新しい図書の紹介なども「図書だより」により行っています。
放送部委員会	2名	昼食時や清掃時、放課後などに計画的に校内放送を行い、よい音楽を流したりします。また、体育大会のアナウンスなどを担当します。

4) 学級の係

各教科の係等、よりよい学校生活が送れるようにクラスに様々な係をおきます。これらの係にも積極的に立候補しましょう。

学級の係には次のような係があります。

① 運営

- ・ 議長（2名）： 終学活の運営と学年リーダー会に所属します。
- ・ 号令： 活動の始まりと終わりにあいさつの号令をかけます。

② 教科係

- ・ 国語、社会、数学、理科、英語、音楽、美術、技術、家庭、保健体育（男女各1名）などがあります。