

令和8年度 面縄中学校生徒心得
～ 生活ガイダンス資料 ～



伊仙町立面縄中学校 生活指導部

令和8年度 面縄中学校生徒心得

1 登下校

- (1) 決められた通学路を通る。
- (2) 交通ルールやマナーを守り、放課後は、速やかに下校する。(寄り道をしたり、校門前の自動販売機付近に待機したりしない。)
- (3) 冬期(11月～3月)は、日の入りが早いため、すぐに帰宅する。

2 学校生活

- (1) 7時30分以前には登校しない。7時55分までに正門を通過し、8時までに教室入室し、邁進等の課題をすぐに提出する。

8時10分までに全員が着席を完了する。その後、静かに朝活動やコグトレ等を行う。生徒の登下校は、正門から行う。ただし、天候不良等でグラウンドの状態が悪い時は除く。

※ 係の生徒は、8時10分までに提出物を職員室前の机に持って行く。

- (2) 欠席・遅刻・早退は、必ず保護者が『tetoru』で学校に連絡する。
- (3) 欠課・早退等をするときには、担任に報告する。ただし、担任が不在の際は、副担任または教科担任に報告する。
- (4) 登校後の校外への外出は、原則として認めない。
- (5) 公共物・備品の無断使用は、禁止する。学校施設を破損したり、破損に気付いたりしたときは、必ず届け出る。
- (6) 休日等の校舎・公共物・備品の使用については、必ず前日までに校長の許可を受けて使用する。ただし、生徒だけの使用は禁止する。
- (7) 不要物(金銭、菓子・ジュース類、スマホ、音楽プレイヤー、雑誌、マンガ、ゲームなど)の持ち込みは、禁止する。
- (8) 無香料の制汗スプレー、汗ふきシート、無色・無香料で薬用のリップクリーム、日焼け止めクリームは、使用を認める。

※ 不要物の持ち込みがあった場合は、学校で預かり、保護者に返却をする。

- (9) 授業で使用する道具や金銭等の貸し借りをしない。
- (10) 所持品を失くしたり、落とし物を拾ったりしたときは、すぐに届け出る。
- (11) 自分が出したゴミ(ティッシュ・マスク・制汗シートなど)は、各自で持ち帰る。

3 服装

(1) 制服等

ア 男子

(ア) 夏，冬とも本校指定の学生服，白の半袖シャツ

(イ) 肌着は，ワンポイント可とする。

(ウ) 寒い時は，学生服の中にトレーナーやセーターを着用しても良い。ただし，色は，「白」「黒」「紺」「グレー」とする。

(エ) 黒のベルトを必ずつける。

イ 女子

(ア) 本校指定のセーラー服，スカートの丈は，膝頭が隠れる程度の長さ（膝立ちをしたときに床につく長さ）とする。冬服のスカートは，必ずスカートホールに通し，短く結ばない。

(イ) 肌着は，ワンポイント可とする。

(ウ) 寒い場合は，冬服の上から学校指定のジャージを着用しても良い。それでも寒い場合は，冬服の中にトレーナーやセーターを着用しても良い。ただし，色は，「白」「黒」「紺」「グレー」とする。

(エ) 着替える際は，2F女子更衣室を利用する。利用する際は，『更衣室の利用のルール』を必ず守る。

(2) 靴

白色の運動に適した靴とする。（靴ひもは，しっかりと結ぶようにする。）

(3) 靴下

ア 色は，白・黒・グレー・紺とする。

イ ワンポイントは，可とする。

ウ 行事の日は，白にそろえる。

(4) その他

ア 掃除時間の服装は，体育服又はジャージとし，給食終了後に更衣をする。

イ 登校時は，体調に応じた制服で登校する。なお，部活動生のみ，部活動指定の服装での下校を認める。

4 頭髪

(1) 前髪は，目にかからない長さとする。

(2) 奇抜な髪型にしない。

(3) 肩につく場合は，髪を束ねる。その場合，目立たない色・大きさのゴム等で束ねる。

5 その他

- (1) 化粧をしたり，ピアス・ネックレス・ミサンガなどを身に付けたりしない。
- (2) 衛生面・安全面に考慮し，爪は長く伸ばさない。
- (3) ハンカチやハンドタオルを持つ習慣を身に付ける。タオルが必要なときは，たたんで持つようにする。（首に巻いたり，肩に掛けたり，ポケットに入れたりしない。）体育大会練習等以外では，タオルを持って集会等に移動しない。
- (4) 眉そり，眉抜きをしない。（部活動等においては，規定により試合に出場できない。）
- (5) 特に配慮が必要なことがある場合は，保護者を通じて担任等に相談する。
- (6) 校内の備品や道具等を大切にし，クーラーなどの操作を無許可で行わない。
- (7) 登校は，スクールカバンで登校する。
- (8) 廊下や教室での座り込み，校舎内の走り回り，机や黒板への落書き，服装の乱れ，棚に座ることはしない。
- (9) 校舎周辺のセメント部分までは上履きでよい。土部分や芝生部分，体育館への移動の際には，靴に履き替える。
- (10) 保健室を利用する際は，担任又は教科担任の許可を得る。
- (11) スクールカバンに目印のためのキーホルダーを付けてもよいが，極端に大きくないもの（こぶしの大きさまで）を1つまでとする。
- (12) 自分の持ち物には，必ず記名する。
- (13) 水筒持参について
 - ア 登校したら各学年の所定のカゴに置く。
 - イ 各学年の所定の場所で飲む。
 - ウ 衛生上，他人の水筒の飲料を絶対に飲まない。
 - エ 水筒の中は，水，お茶，スポーツドリンクとする。
- (14) 更衣室利用のルールについて
 - ア 個人の持ち物を置いたままにしない。
 - イ 制汗シートなどのごみは，各自で持ち帰る。
 - ウ 更衣を済ませたら，すみやかに外に出る。
 - エ 最後に利用した人は，必ず窓を閉める。

【 一日の生活の流れ 】

〈 朝 〉

- ① 登校・・・7:55までに正門を通過し、8:00までに教室に入室し、邁進や各教科の課題等を提出する。8:10までに全員が着席完了し、朝活動（朝読書、コグトレ等）の準備を始める。
- ② 朝の活動・・・8:15～8:30
火曜日：集会や学級専門部会　木曜日：朝読書　金曜日：コグトレ
※ 月曜日と水曜日は、朝活動なし。

〈 授 業 〉

- ① チャイムが鳴る1分前に、授業の準備をして着席し、立腰・黙想をする。チャイムの音と同時に号令係の【起立】【姿勢】【礼】の号令で、全員で元気よく【お願いします】と言い、着席する。→語先後礼で行う。
- ② 授業の終わりも号令係の号令で起立し、【起立】【姿勢】【礼】の号令で、全員で元気よく【ありがとうございました】と言い、着席する。→語先後礼で行う。
- ③ 休み時間は、次の授業の準備をする時間である。忘れ物をした場合は、授業が始まる前に職員室に行き、教科担任に必ず伝える。

〈 給 食 〉

- ① 当番でない生徒は、4校時終了後、3分以内に手洗い・うがいをして着席する。
- ② 給食当番は、エプロン・三角巾・マスクをきちんと着用し、担任のチェック後、並んで給食室へ取りに行く。給食後は、速やかに片付けを完了させ、歯磨きをする。
- ③ 食べ物（パン、牛乳、デザート等）は、教室の外には一切持ち出さない。

〈 昼 休 み 〉

- ① A校時は、体育服に着替える。（B校時でも体を動かす場合は、着替える。）
- ② ボールは、校庭と体育館で使用できる。
- ③ 校舎内では、走らない。
- ④ 自分の学級以外の教室に入らない。特別教室に入ったり、備品に触ったりしない。
- ⑤ 黒板や机等に落書きをしない。

〈 清 掃 〉

- ① 清掃時は、体育服で行う。
- ② 昼休み終了5分前の予鈴で掃除場所へ移動し、本鈴で黙想をし、作業を始める。
無言で作業を行い、終了後は、振り返りをして速やかに更衣をする。

〈 放 課 後 〉

- ① 日直は、帰りの会終了後、戸締まりなどをしっかりとする。
※ 部活動生は、靴を履き替えた後は、走って活動場所に移動する。
- ② 定期テスト期間中は、原則として5日前から部活動練習は行わない。