

# < 南部中学校の一日 >

～あいさつと身だしなみの南中生～

## 1 登校

- ・正門から登校しましょう。
- ・8:05までに昇降口を通過し、8:10までに教室に入りましょう。
- ・8:15のチャイムが鳴ったときにナップをロッカーにしまい着席し朝読書・朝学習をしていなければ遅刻です。
- ・8:15～8:25までは朝読書または朝学習の時間です。
- ・朝会・集会は金曜日にあります。はやめに登校しましょう。
- ・交通ルールやマナーを守り、時間に余裕をもって登校しましょう。  
※欠席・遅刻・早退の連絡について
- ・連絡は、保護者から8:00までに学校(454-4591)へお願いします。8:00を過ぎた場合は、電話で連絡をお願いします。
- ・遅刻して登校した場合は、一度職員室に寄り、先生の指示を受けましょう。
- ・早退は、学校から保護者に連絡をし、原則として保護者に迎えに来てもらいます。



## 2 黙想

- ・8:25の朝の黙想では、1日の目標を立てましょう。
- ・黙想は、目をとじて、姿勢を正し、手は膝の上、足は床につけましょう。
- ・やむを得ない事情により教室で黙想できない場合は、その場で目をとじて気をつけの姿勢で黙想をしましょう。

## 3 朝の会

- ・黙想終了後に朝の会があります。制服で落ちついた雰囲気を進めましょう。

## 4 休み時間

- ・10分の休み時間は、次の授業の準備をしてから席を立ちましょう。  
3分前入室、2分前着席、1分前黙想を徹底しましょう。
- ・教室内や廊下等で、ふざけたり、追いかっこをしたりしてはいけません。

※廊下歩行について

- ・廊下では、走ったり騒いだりせず、静かに歩行しましょう。
- ・お客様に会ったときには、心のこもった挨拶をしましょう。



※職員室・体育館・特活室について

- ・職員室は「公(おおやけ)」の場です。挨拶、身なり、言葉遣い等に気を配り入試の面接や社会に出た時の練習をしましょう。
- ・体育館や特活室は、体育の授業・集会・部活動以外は入ってはいけません。
- ・昼休みの体育館開放は行っていません。

※トイレの使用について

- ・みんなが使う場です。きれいに使いましょう。
- ・トイレットペーパーの無駄遣いをやめましょう。
- ・トイレにたむろしたり、騒いだりするのはやめましょう。



## 5 授 業

- ・始業のチャイムは教室の自分の座席で黙想をして聞きましょう。
- ・授業の最初と最後の挨拶は「けじめ」です。元気よく挨拶をしましょう。
- ・授業は、自分自身のためだという自覚をもち、発表したり、しっかりとノートをとったりして前向きに取り組みましょう。
- ・授業の雰囲気悪くする要素（私語・忘れ物・居眠り・手紙まわし・離席など）は、絶対にしないようにしましょう。
- ・自習の時は、黙って活動しましょう。
- ・与えられた課題に粘り強く取り組みましょう。



## 6 給 食

- ・4校時終了後は、休憩時間ではなく給食への準備時間という意識をもって行動しよう。
- ・給食当番は、服装を整えて授業終了後5分以内に配膳室に給食を取りに行きましょう。
- ・給食当番以外の生徒も、授業終了後5分以内に準備をして、教室に入っています。
- ・はしと白いマスクは、毎日持参しましょう。
- ・残食をなくし、片づけも速やかにいきましょう。（床等に食べ物が落ちていないこと）

## 7 昼 休 み

- ・13:00から予鈴が鳴る13:25までが昼休みです。給食を早く食べ終わっても、時間までは教室から出ないようにしましょう。
- ・予鈴が鳴ったら、速やかに授業の準備をしましょう。
- ・とこしえの庭や車が置いてあるところ、体育館・特活室まわりでは、鬼ごっこやボール遊びはしないようにしましょう。
- ・教科委員は、昼休み終了までに次の授業のご用聞きをし、予定黒板に記入しましょう。

## 8 清 掃

- ・自分たちの学校・公共物に感謝の気持ちを込めて清掃を行いましょう。
- ・服装は、校内服で、始めの会と終わりの会を行い、清掃をしましょう。
- ・集めたゴミは、清掃終了3分前に南校舎1F中央階段に捨てに行きましょう。
- ・用具の不足や破損については、すみやかに先生に申し出ましょう。

## 9 帰りの会

- ・帰りの会の前に、教室で「南中の生活」の記入や帰りの支度をしましょう。
- ・黙想・帰りの会で1日の反省を行いましょう。

## 10 部活動

- ・帰りの会終了後、15分後には活動が始められるように移動をしましょう。
- ・原則、部活動の休みは月曜日です。
- ・部活動を欠席・遅刻・早退する場合は、「部活動連絡票」により、担任と顧問の先生に許可を得ましょう。
- ・休日の部活動を欠席・遅刻・早退する場合は、保護者が直接顧問に連絡をお願いします。



## ・部活動の活動時間

完全下校時間（正門を出る時間）は以下の通り

月	4	5・6・7	9	10	11	12	1	2	3
時間	18:30	18:30	18:30	18:00	17:30	17:15	17:30	17:45	18:00

※長期休業中は、17:00とします。

※学校外での活動については、顧問から指示が出ます。

## 11 下校

- ・活動終了後は、すみやかに下校しましょう。
- ・帰宅途中での、寄り道や買い食いは禁止です。
- ・交通ルールやマナーを守って帰宅しましょう。



## < 校外生活 >

- ① 外出時は、身分証明書を携帯すること。（身分証明書は4月に発行します。）
- ② 善悪の正しい判断をし、非行や虞犯行為をしたり、その仲間に入ったりしない。
- ③ 夜間外出は、なるべくさけ、必要のある場合は、用事が済み次第直ちに帰宅する。
- ④ 23:00～4:00の間に外出すると、深夜徘徊として補導の対象となります。
- ⑤ 情報通信端末（スマホなど）を使ったSNSでのトラブルには十分注意しましょう。

## < 教育相談 >

思春期を迎えた皆さんは、体のこと、心のこと、将来のこと、人間関係のこと、様々な悩みを抱えていることでしょう。悩みはあって当たり前ですが、悩みや心配ごとが気になってしかたがない、心が苦しいという人は、先生やスクールカウンセラー（SC）に相談してみてください。

悩みを信頼できる人に相談することにより、気持ちが軽くなり、前向きに行動できるようになります。また、適切なアドバイスをもらえることでしょう。

- ① 自分自身の性格や行動、健康、体のことなどについて悩んでいるとき
- ② 学習や成績、進路などについて悩んでいるとき
- ③ いじめや人間関係に悩んでいるとき
- ④ 学校やクラスになじめないとき
- ⑤ 家族や家庭のことで悩んでいるとき
- ⑥ その他のことで心が晴れないとき
- ⑦ 人との違いが気になるとき

★スクールカウンセラー(SC)は毎週金曜日に学校にいます。相談したい場合は、担任の先生に声をかけてみてください。

