

練馬中学校のきまりについて、確認します。生徒手帳にある「練馬中学校の決まり」を詳しく説明したものです。一人ひとりが「きまり」の意味を理解し、しっかりと守っていくことで練馬中学校を過ごしやすい学校にしていきたいと思います。

1、登校・下校について

家を出てから帰るまでが学校生活です。

1 日の始まりと終わりにけじめをつけましょう。

- ①登校時間と下校時間を守る。
- ②通学路では、安全に気をつけ、周囲の迷惑とならないようにする。
- ③登校後、授業の準備をして着席し朝の読書や学習する。
- ④登校してから下校までは、特別の理由がない限りは外出できない。特別の理由がある場合は、必ず担任の先生に許可を得ること。
- ⑤下校時刻まで学校に居残る場合は、必ず先生の許可を得ること。
- ⑥登下校時に寄り道や買い食いなどはしない。

- ①予鈴(8:25)までに登校し着席しましょう。
一般生徒の通常の下校時間は
5 時間授業・・・14:45
6 時間授業・・・15:45
3 時間授業(土曜日)・・・12:00
※部活動での最終下校は 通年で18:00
- ②8:45以降に登校した場合は、必ず職員室に行き、学年の先生に登校したことを伝えてから「遅刻届」に必要事項を記入し、担当の先生のサインをもらう。
- ③特別な事情により、途中外出および途中下校する場合は、担任または副担任の先生の許可を得る。
(保健室からの早退は、養護教諭の指示に従う)

2、学習について

学ぶことは、学校生活での中心となる大切な活動です。様々な活動が学びにつながると考え、自己の力の向上ができるよう積極的に取り組もう。

- ①休み時間に、授業の準備・教室移動をしてチャイム着席を必ず守ろう。遅刻した場合は、先生に理由を報告する。
- ②授業には集中して取り組み、勝手な私語や立ち歩きはしない。
- ③学習道具の貸し借りは認めない。やむを得ず、借りたときは先生に届けて指示を受ける。
- ④体育の授業を見学する場合は、生徒手帳に理由を書き、教科担任に前もって提出する。

- ①生徒手帳後半に「諸届欄」のページがあるので、保護者の方に書いてもらう。朝学活のうちに、担任の先生のサインをもらい、体育見学の場合は保健体育の先生へ提出する。

欠席 遅刻 早退 欠課 見学 忌引き

× ● □ △ ○ ▲

月/日	記号	理由	保護者印	担任印

3、休み時間について

休み時間を有効に活用し、生活にけじめをつけましょう。

- ①10 分間の休み時間は、次の授業の準備をする。
- ②他の教室へ入らない。
- ③昼休みはボールの貸し出しを行う。生徒手帳を出してボールを借りられる。

- ①他学年の階や廊下に行かない。
- ②中央玄関でボールの貸し出しを行う。必ず借りた人が返却すること。

4、給食について

給食は、和やかな雰囲気の中で食事をしましょう。

- ①4 校時終了後は、速やかに手洗いを行い、各自の教室に戻り給食の配膳を行う。当番の無い生徒は、着席して静かに待つ。
- ②給食当番はエプロン・三角巾を着用し、週末には持ち帰って洗濯をする。

- ①4校時終了後は、休み時間ではなく給食準備の時間です。12 時 45 分までには全員が教室に入り、12 時 50 分には「いただきます」ができるように協力しましょう。

5、美化について

人は環境に影響を受けます。自分の周りの環境を清潔に、気持ちの良いものにしましょう。

清掃はみんなで協力し合い、終了時には担当の先生に点検を受ける。

- ①清掃終了後(指示があれば清掃前にも)全員で担当の先生に挨拶し、点検を受ける。

6、公共物について

学校にあるものは、皆さんが使うものです。大切に使いましょう。

- ①学校の設備や用具は、丁寧に扱うこと。もし壊したり、使えなくなったときは、必ず先生に申し出る。
- ②学校の品物を借りるときは、必ず先生の許可を得ること。使用後は元の場所に返すこと。

- ①ガラス等の公共物を壊してしまったときは、故意・故意でない場合どちらも、正直に名乗り出ること。そして、「破損届」を書き、後日担任の先生に提出する。
- ②リボンや上履きなどを借りたときは、必ず担当の先生に返却し、「ありがとうございました」と挨拶をする。

7、礼儀について

礼儀はお互いの人格を尊重することです。

正しい礼儀作法を身につけ、社会の一員として恥ずかしくない行動をとれるようにしましょう。

- ①朝の会・帰りの会・授業の始めと終わり・給食時は、きちんと声に出してあいさつをすること。
- ②学校内外で、先生・生徒および知人などに会った場合は、自分から気持ちよくあいさつしよう。
- ③職員室や他の部屋には、無用で入らない。用事がある場合は、礼儀作法に注意して声をかける

- ①朝の会:「おはようございます」
帰りの会:「さようなら」
授業:「お願いします」「ありがとうございました」
給食:「いただきます」「ごちそうさまでした」
をきちんと発声すること。
- ②大勢での入室はしない。カバンやコート類は持ち込まず、職員室前の廊下に置く。部活の道具や鍵などをとる場合は、近くの先生に依頼する。
「失礼します。〇年〇組の(〇〇部の)です。〇〇を取りに来ました。(〇〇先生お願いします)」
「失礼しました」

8、服装について

服装は心の現れです。いつも清潔に保ち、品位のある身なりを心がけよう。

- ①校内や登下校時は、決められた服装をする。

	男子	女子	備考
上衣	ブレザー (紺)		夏期は着用しなくてもよい
下衣	原則、男子は学生用ズボン (グレー)、女子は学生用スカート (グレーチェック) またはズボン (グレー)		丈は膝頭が隠れる長さ
ベスト		学校指定 サマーベスト	アボリー 女子のみ
Yシャツ ポロシャツ	Yシャツ・ポロシャツ (白・紺・黒) を着用し、その下にTシャツやカッターなどのシャツを着用する。(色が透けたり柄が透けない色)		ボタンダウン可。 夏期はポロシャツ可。
初めは	原則、男子はストライプのネクタイ、女子はピンク柄のリボン		
靴下	ルーズソックスやニーハイソックスでないもの。 くるぶしが隠れる長さのソックス		<色> 白・黒・紺・グレー
セーター	冬季のみVネックのセーター・カーディガンを着用できる。袖や裾がブレザーから出ないようにします。		<色> 白・黒・紺・グレー・茶色
コート	冬季のみPコートやダッフルコート、ステンカラーコートなど着用可。(ボアコート・ジャンパー類でないもの)		

- ②標準服の着用はきちんとし、幅・丈など決められたようにすること。ベルトは地味なものを着用する。
- ③防寒用のマフラー・ネックウォーマー・手袋の着用は、登下校時のみとする。
- ④防寒用のセーター・カーディガン・ベストは、ブレザーの下に着用する。

- ①Yシャツやポロシャツの裾はきちんとズボン・スカートの中に入ること。
- ②靴下についてワンポイント程度ならば良い。
- ③ベルトは、華やかな装飾がないもの。
- ④セーターについて、袖や裾がブレザーから出でだらしないにならないように、適切なサイズのものを着用する。
- ⑤非常時に急いで移動できるよう上履きのかかとは踏まない。上履きを忘れた場合は職員室で先生に申し出て、名簿に記名して貸し出しの上履きを借りることができる。
- ⑥革靴は、かかとの高くないものにする。
- ⑦頭髮について、男女とも、自然体な髪型にする。華美になつたり不潔にならないようにし、過度な刈り込みはしないようにしましょう。
- ⑧髪が肩につく程度の長さの場合は、安全に学習に取り組めるように頭の後ろで、ゴムなどで束ねます。(ゴムの色は、黒・紺・茶)
- ⑨リップクリームについては、色のつかない薬用のものを使っても良い。また、制汗剤なども無臭のものとし、使用後は自宅に持って帰る。
- ⑩夏期、女子でYシャツの場合は、指定のベストを着用する。

- ⑤儀式では、スカート着用時はふくらはぎが隠れる程度の黒・または紺の靴下とする。
- ⑥冬季のみ女子はタイツを着用できる。色は黒・紺とし、肌が透けないもの。体育の授業のときは靴下に履き替えること。
- ⑦上履きは、学年カラーの体育館履き兼用のもので、下履きは運動靴か革靴（ローファー）とする。必ず記名すること。
- ⑧頭髪は、整髪料や、パーマ、脱色、染毛などせず、授業に支障がないようにし、清潔にする。
- ⑨化粧品・色つきリップアクセサリ等などはしない。
- ⑩体育着を着るときには、必ずシャツの裾をハーフパンツの中に入れる。

9、持ち物について

学習に集中できるように自分の持ち物に絶えず関心を持ち、準備をしっかりとっておこう。

- ①生徒手帳は常に持参し、必要なときに見られるようにしておく。
- ②自分の持ち物には必ずはっきりと学年・組・名前を書いておく。
- ③貴重品や現金は持ってこない。持ってきた場合は担任の先生に預ける。
- ④生徒間でお金や物のやりとりや貸し借りをしない。
- ⑤他人の物は無断で触らない。（使わない）
- ⑥校内での紛失や拾得物は、すべて先生に届ける。
記名のない拾得物は、忘れ物ボックスに展示するので申し出て受け取る。
- ⑦学習に関係のないものは、学校に持ってこない。
- ⑧翌日の学習道具は前日にそろえておく。
- ⑨学用品は、許可のある物以外は持ち帰る。
- ⑩カバンは、華美な飾りやデザインがないものが望ましい。

- ①生徒手帳は、校外活動でも身分証明書としてとても大切です。必要事項を保護者の方に聞きながら記入しておこう。
- ②自分の物に名前を書く習慣をつけよう。ワークやプリントなどに記名がなく、提出物などで困るときもあります。書く字は丁寧に書きましょう。
- ③連絡用の小銭やテレホンカードは持参可。
- ④違反物を持ってきた場合は、保護者に連絡し、基本的には保護者に返却する。
- ⑤スポーツバック・デイパック等学校生活に必要な物が十分に入るもの。特に色の指定はない。

10、健康・安全について

学校生活が安全で楽しくできるようにするためには、一人一人の心がけが必要です。

- ①規則正しい生活をし、積極的に体を鍛えよう。
- ②身体、特に頭髪・爪等はいつも清潔にしておく。
- ③校内で走ったり、ふざけたりしない。思わぬ事故につながるので注意する。
- ④非常時に使用する施設設備に手を触れない。
- ⑤けがをしたり、具合が悪くなったときは先生に早く知らせる。
- ⑥校内の危険な場所や事故を発見したらすぐに先生に知らせる。
- ⑦非常の際について、次のことを心にとめておく。
※非常の際には、先生の指示に従う。
※避難の際は、「押さない・かけない・話さない・戻らない」を守る。

- ①規則正しい生活の基本は、まず「起床時間」をしっかり守ることが大切です。1日の生活を健康に過ごせるように、十分な睡眠時間が確保できるよう、就寝時間を考えよう。夜更かしすることで、朝が起きられなくなり、朝食を十分にとれず、体調が優れない等の原因になります。学校背活を有意義にするためにも健康な生活を心がけましょう。
- ②公共の場所での生活の仕方を身につけましょう。学校生活の場は、公共の場です。
- ③自分の体調を考え、早めに相談して下さい。
- ④お互いの安全を守るためにもみんなで協力しましょう。

11、諸届・諸連絡について

報告・連絡・相談は大切なことです。学校生活での自分の行動をきちんと先生や保護者の方に知らせ、手続きをきちんとしましょう。

様式	内容
保護者による電話連絡 もしくは 生徒手帳、保護者 印もしくは書面に て届け出る	欠課・見学・外出・・・忌引・その他（けが等で異装する場合など）・転居
別紙用紙	公共物破損・生徒手帳再発行 学割（担任に申し出る）
保健室連絡カード	授業時に保健室へ行きたいときに教科担任に書いてもらう。
<input type="checkbox"/> 頭（届）	事故に遭った場合、紛失物、拾得物、下校後の教室への出入り、貴重品の預かり、など

12、校外生活について

校外でも責任ある行動をし、練馬中学校の生徒としての自覚を持って生活しましょう。

- ①地域の方々と協力し、地域の一員である事を意識して生活する。
- ②交通安全を心がける。
- ③中学生らしい服装を心がけて生活をする。
- ④他人の迷惑になることはしない。
- ⑤危険な道具や危険な場所での遊びはしない。
- ⑥外出の際は、行き先・同行者・帰宅時間を保護者の方に知らせる。
- ⑦夜間の外出は控える。やむなく出かける場合は保護者と安全を確認する。
- ⑧校外生活でもお金や物の貸し借りはしません。

13、保健室の利用について

◎具合が悪くなったり、ケガをして保健室を利用する場合

（1）原則として休み時間に利用する。

※生徒は保健室に行くことを次の授業の教科担任に報告する。

①授業中の場合

教科担任が許可した上で「保健室利用連絡票」を受け取り、保健室に持って行く。一人で不安な場合は保健委員に付き添ってもらう。

②休み時間の場合

保健室に行って、手当後に「保健室からの連絡票」を受け取り、教科担任に提出する。

③保健室で休む場合

- ・保健室で休むのは原則 1 時間までとする
- ・養護教諭は担任または学年の教員に連絡する。
- ・回復しない場合は早退とする。

※生徒手帳後半に「諸届欄」のページがあるので、必要に応じて使用して下さい

欠席 遅刻 早退 欠課 見学 忌引き

× ● □ △ ○ ▲

月/日	記号	理由	保護者印	担任印

※欠席・遅刻の連絡は、生徒手帳・または電話で 8:15までにする。

※校外生活については、保護者の方とよく話し合おう。中学生に関する事件や事故が報道されています。身近な問題として考え、行動しましょう。

14、相談室の利用について

- ①相談する時間は昼休みなど、休み時間とする。
- ②授業中に相談する場合は、担任（学年教員）とスクールカウンセラー・心のふれあい相談員の方と事前に連絡を取っておくこと。

15、水筒の持参について

練馬中学校では、1 年を通じて水筒の持参を許可しています。

- ①中身は、水・お茶・スポーツドリンクとする。
- ②自席に座って飲むこと。立ち歩きながら飲まない。
- ③ペットボトルは不可。
- ④水筒を利用して良い時間は、休み時間とする。登下校中の飲み歩きはしない。部活動中については、顧問の先生の指示に従うこと。
- ⑤他の生徒の水筒を勝手に飲んだり、触れたりしないこと。

16、その他

練馬区内の中学校では、共通の約束・決まり事があります。

- ①部活動等で行われる練習試合・公式試合の応援は原則禁止されています。
- ②他の学校の行事（運動会や文化祭、授業公開など）には行かない。逆に練馬中学校の行事に他校生を呼ばない。