

生 活 心 得

令和7年度 佐世保市立福石中学校

1 始 業

- ①登校は**7時30分**から行う（それまでは校舎に入らない）。8時10分までには朝の準備等を済ませ、着席する。
- ②**朝の準備が済んだら朝の活動を始める**。（始業8時15分）
- ③欠席や遅刻などの場合は、8時00分までに必ず学校に連絡する。
- ④遅刻した場合は、職員室玄関から入り、遅刻した理由等を**職員室に報告し、教室に上がる**。

2 学校生活について

- ①物の貸し借りをしない。
- ②他教室に入室はしない。
- ③安全のため、登校後は許可なく、忘れ物を取りに帰るなど、学校の敷地外にでない。
- ④廊下でたむろ、座り込みなど、通行の妨げにならないように努める。
- ⑤校舎内で、走る、騒ぐ、大声を出す、奇声を発するなどしない。（マナー）
- ⑥昼休みは、運動場で過ごす。もしくは、静かに図書室などで本を読んだり、会話を楽しんだりする。
- ⑦学校生活に不要なもの（例：ゲーム機・腕時計・携帯電話・刃物・玩具・菓子類）は学校に持ってこない。部活動の際も同様とする。判断に迷った場合は必ず申し出ること。
- ⑧平日・休日にかかわらず、自転車での登下校及び途中登校は禁止とする。
- ⑨学校生活上で問題（けんかや器物破損などのトラブル）が起きた場合については、すみやかに担任の先生もしくは、近くの先生に報告する。



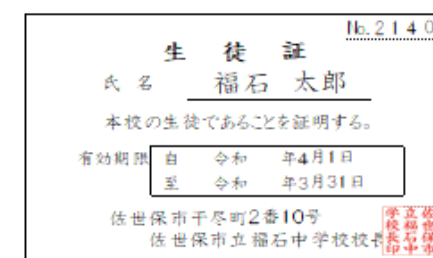
3 身なり・持ち物

頭 髪	①学習活動をする上で、安全の妨げにならないようにする。 ②顔がはっきり分かるように、前髪は目を隠さないようにする。 ヘアピン等は目立たない大きさで華美でないものとする（黒・紺・茶など）。 ③髪の長さが肩に掛かる場合は、ゴム紐で結ぶ。ゴムは華美でないものとし（黒・紺・茶など）、耳の付近で結ぶ。 ④前後左右が極端に長さの異なる髪型（奇抜な髪型）をしない。デザインになるような刈り込みをしない。 ⑤人工的な変形（パーマ等）・染髪等薬品を使った加工をしない。 ⑥眉そり・アイブチ・まつげパーマ（ビューラー）・化粧・マニキュア・ピアスは禁止する。
服 装	①衛生面を考え、ジャージを制服の下に着用しない。 ②ボタンはきちんと留める。ホックについては、儀式的な行事（式と名前の付いたもの）の際は、きちんと留める。 ③ジャージのファスナーは最上部まで上げて着用する。（安全のため） ④ワイシャツの袖を捲り上げるときには、袖のボタンはきちんと留める、もしくは、折り曲げる。 ⑤（スカート）規定のスカートで膝（前後）が隠れる程度とする。 ⑥（ズボン）標準ストレート学生ズボンとし、ベルトをつける。 ⑦ベルトの色は黒・紺・茶とし、華美なものは着用しない。また、 ⑧ズボンのホック（ボタン）を留め、腰骨の上の位置にベルトがくるように着用する。
上 着	◇夏季 （男子） ①白地の半袖開襟・カッターシャツとする。 刺繍やマークなどの付いていないものとし、襟や袖などに特殊なデザインがあるものは禁止する。 ②中間服は、白の長袖カッターシャツとする。 （女子） ①本校指定の半袖オーバーブラウスとする。 ②中間服はベストと白の長袖カッターシャツとする。（ボックスを脱いだ状態） ◇冬季 （男子） ①学生服を着用する。学生服は標準服とし、白色のカラーをつける。（カラー不要の標準学生服は可。） ②学生服の下には白のカッターシャツを着用する。 （女子） ①規定の通学服を着用する。ボックスの下にはベスト、白のカッターシャツを着用する。 寒いときはセーター・トレーナー類をカッターシャツの上から（ジャージの場合はジャージの上から）着用してもよいが、ボックス（ジャージ）から出ないように着用すること。色は白・黒・紺・灰などの華美でないものとする。ただし、フード付きのパーカー、タートルネック類は禁止。指定ジャージの着用はしない。

名 札	校内では常に着用しておくこと。男子はポケットの上部（2 cm程度）に、女子は上着の左ポケットのふちに付ける。
シ ュ ェ ヅ	①運動に適した白基調の運動靴とする。紐の色は白のみとする。 ②体育館内では体育館シューズとし、校舎内では上履きを使用する。 体育館シューズや上履きの学年別色分けは次の通りとする。 1年:黄色 2年:赤色 3年:青色 （令和7年度） ③通学靴・上履き・体育館シューズのかかと付近に記名すること。 ④校舎内での体育館シューズ、来賓用スリッパの使用は禁止とする。 ⑤忘れた場合には、職員室の貸し出し用のサンダルを着用すること。（学年職員に申し出て借用すること。）
靴 下	①色は白とする。 ②ポイント（ロゴ）は足首付近、白・黒・紺・灰などの華美でないものとし、ラインは不可とする。 ③ショートソックス（くるぶし上部までが隠れないソックス）・ルーズソックスは禁止とする。
か ば ん	①登下校には、リュック、エナメルバッグを使用する。 ②ビニール・紙袋等のカバンとしての使用は禁止する。 ③バッグにつけるキーホルダー・お守りは、目印の目的で認めるが、こぶしより小さいもので1個とする。
そ の 他	①汗拭きシート・日焼け止め等の使用は、スメルハラスメントに配慮して使用する。（スプレーは禁止。） ②手袋、マフラー（白・黒・紺・灰などの華美でないもの）は、登下校の時だけ許可する。下足箱で着脱し、校舎内では着用しないこと。 ③寒気が強まるときには、携帯用カイロ等の利用を認める。ただし、ポケットなどにしまうようにして、見えないように利用し、使用後は必ず家に持ち帰る。 ④寒気が強まるときには、制服の上から上着（コート・ジャンパー）を着用してもよい。その際、以下の点に留意すること。 ・制服の色に合った、黒・紺の無地単色のコート・ジャンパーとする。 ・ワンポイントは可とする。 ・材質や形は特に規定しない。 ・丈は膝より上のものとする。（グランドコートは不可） ・各自のロッカーやバックに収納する。 ⑤クロムブックは毎日持ち帰り、情報を得る。（貸し与えられている高価なものです。個人管理。）

4 外 出

- ①部活動への参加等学校に登校するときは、通学服、または本校指定の体操服・ジャージ、各部で揃えたジャージ（ユニフォーム）を着用する。
- ②**生徒証**は常に携帯する。



5 飲 食

- ①校舎内外を問わず、買い食いはしない。部活動の際も同様である。
- ②保護者同伴以外の飲食店への出入りはしない。

6 携帯電話・インターネット

- ①携帯電話等は、家庭でルールを決めて使用する。
- ②他人を誹謗中傷する書き込みやメールをしない。
- ③インターネット上に、自分や友達の名前、住所、顔写真等、個人に関する情報を公開しない。
- ④SNSの使用については、本人・保護者の責任によるものとする。
- ⑤県教育委員会発行の「SNS ノート長崎」を参考に、SNS等を適切に使用できるよう努力する。

7 外出時間

- ①年間を通して午後6時までに帰宅する。ただし、部活動・通塾は除く。
- ②長崎県青少年育成条例により、午後11時以降～日の出までの外出については、保護者同伴であっても場合によっては補導対象になる。
- ③**友人宅への外泊は禁止とする。また、大人がいない友人宅には上がらない。（トラブルの原因）**

8 興行物等

- ①原則として保護者同伴とするが、映画館については、保護者の許可があれば、利用を可とする。
- ②生徒だけのゲームセンター・カラオケボックス・インターネットカフェ等の遊技場への出入りは、禁止とする。

判断に迷った場合は、勝手に判断せず、生徒指導の先生に確認すること。

