

学校生活ハンドブック

+学校ソーシャルスキル



クラス	番号	氏名

Q. 学校の生活を送るうえで一番大切にしなければいけないことは何ですか。

A. 学校で配られたプリントや生徒手帳などをよく読み、自分で判断して行動することが大切です。

* 1日の生活

Q 1. 朝は何時頃起きるのがよいでしょうか。

A. 家を出る1時間半ぐらい前をひとつの目安にしてください。検温、健康カードの記入、朝食、トイレなどを、余裕をもって行えるように起きましょう。

Q 2. 朝、ぐあいが悪い時はどうすればよいでしょうか。

A. 休んだり、遅れたりするときは、8:10までに家の人から担任の先生に「すぐーる」で連絡をしていただきましょう。(電話可)
学校のTEL 3987-6285~7
生徒手帳で届ける場合も8:10までに職員室に届けてください。

Q 3. 遅刻して登校してきた場合どうしたらよいでしょうか。

A. 8時25分以降登校してきた場合、生徒玄関は閉まっています。先生方の玄関から入り下駄箱ではきかえ、職員室に寄って健康カードを提出し、学年の先生に連絡カードを書いていただいてから教室に行き、教科の先生に渡してください。

Q 4. 学校で具合が悪い時はどうすればよいでしょうか。

A. (授業中) 教科担当の先生に相談して、その指示にしたがってください。
(休み時間) 付き添いが必要な場合は保健委員とともに養護の先生の所に行き相談してください。進藤先生は、保健室または職員室にいます。養護の先生がいらない時は職員室に行き学年の先生に相談してその指示にしたがってください。
保健室利用は、原則1時間(50分)までです。朝、家で具合が悪い場合は、具合がもっと悪くなることが多いので無理しないようにしましょう。授業に遅れそうな時は、保健室に行くことを必ず伝えてから行くようにしましょう。

Q 5. 生徒はどのトイレを使用したらよいでしょうか。

A. 原則的には、自分の階のトイレか、更衣室のトイレを使うことになっています。教職員トイレは使用しません。なお、原則として授業中はトイレには行けませんので休み時間に済ませましょう。

Q 6. 忘れ物をした時に、家に取りに戻ってもよいですか。

A. 一度登校したら下校時まで家に帰ることはできません。どうしても困ることなら担任の先生に相談してください。だまって学校を出てはいけません。

Q 7. 体育の授業を休むときは、どうしたらよいでしょうか。

A. 生徒手帳に保護者の方が記入、保護者印を押してもらい、担任の先生に確認印をもらってから体育の先生に提出しましょう。

Q 8. 放課後、学校に忘れ物をして取りに行くにはどうすればよいでしょうか。

A. 学校に来る場合は、**どんな時でも標準服又は学校指定の体育着で登校**し、管理員さんにことわってから校舎内に入ってください。また、職員室に来校したことを告げてから教室などに行ってください。用事が済んだら職員室にも管理人さんにも「終わりましたので、帰ります。」と告げて下さい。

Q 9. 家の用事で早く帰りたいのですがどうしたらよいのですか。

A. 生徒手帳を使って早退届を出して下さい。学校で急病や大きなケガの時は、電話連絡をしてから帰らせます。ひどい時は病院に連れていったり保護者に迎えに来ていただきます。

Q10. 物をこわしたり、ガラスをわったりした時はどうしたらよいのですか。

A. 理由を担任の先生に申し出て破損届を書いてください。大切に使っても壊れることもあります。事情によっては、君たちに弁償をしてもらうことがあります。

Q11. 上ばきを忘れた時はどうしたらよいでしょうか。

A. 担任の先生や、学年の先生に相談してその指示にしたがってください。指示を受けてスリッパを借りた場合は、下校時に返却してください。

Q12. 休み時間はどのようにすごしたらよいでしょうか。

A. 10分間の休み時間は、次の授業の準備に使います。まず、**次の時間の準備をしてから休憩**しましょう。昼休みは、校庭や体育館で遊ぶことができます。（ただし、学年によって使える日が決まっています）
また、用もないのに**他の学年の階や自クラス以外へは行かない**ようにしてください。

Q13. いくつか階段がありますが、どこを使えばよいですか。

A. 特に指示がなければ**中央階段の螺旋（らせん）側を使用**してください。ただし、自学年のフロアへの移動は教室・学習室側を使うことができます。

持ち物

Q14. 学校に時計を持ってもよいのですか。

A. いいですが自己管理です。教室、体育館、校庭どこにでも時計があります。ただし、ゲームや通信機能がついている物、音が出るものはだめです。また、その他の貴重品類（携帯電話・スマートフォン・音楽プレーヤー、カメラなど）も不可です。

Q15. お金を持ってきた場合どうすればよいのですか。

A. 特別な場合をのぞいて、お金を持ってくるはいけません。部活や教材などの費用で**お金を持ってきた場合は、登校時に担当の先生に伝えて預かってもらって**ください。

Q16. スマートフォン、音楽プレーヤー、雑誌、マンガなどを持ってきてよいのですか。

A. いけません。授業に関係ないものは、持ってきてはいけません。
（持ってきた場合は、担任の先生が預かり、**保護者に引き取りに来て**もらいます。）

授業

Q17. 校内で物をなくした時、どうすればよいのですか。

A. 1F特活室前の落とし物ケースや職員室に届いていることがあります。もし自分の物が届いていたら、先生に声をかけてください。お返しします。

Q18. 教科書をなくしました。どこで買えばよいのですか。

A. まずよくさがしてください。どうしてもなければ担任の先生や教科担当の先生に相談してください。副教材も同じです。（手に入るまで時間がかかります）

Q19. 定期考査とは、どういうものですか。

A. 中学校では、定期考査というテストがあります。年間5回の定期考査があり、一学期は中間考査、期末考査、二学期は中間考査と期末考査、三学期は学年末考査があります。定期考査の試験は、ひとつの教科を50分間（基本）で行います。小学校と違い1教科の範囲が広いので、2週間前から計画的に取り組みましょう。

Q20. 教科書などを忘れた時は友達から借りてもいいのですか。

A. 友達との貸し借りはしてはいけません。

Q21. 教科書などを学校の机やロッカーの中に置いて帰ってもいいのですか。

A. 教科によって異なるので、「置いていって良いもの」を確認しましょう。置いていく場合は、プリント類はファイルにまとめ、ロッカーの中はキレイにしましょう。

Q22. タブレットを忘れたときはどうしたらよいでしょうか。

A. 貸し出し用のタブレットはありません。前日に充電をして忘れないように気をつけましょう。忘れた場合は、忘れたことを担当の先生に伝え、指示をもらいましょう。

その他

Q23. 家でどのくらい勉強すればよいのですか。

A. 適当な学習時間は、学年プラス1時間とされていますので目標にしてみましょう。（1年生は2時間、2年生は3時間、3年生は4時間）日課表を作り、だらだらやらずに計画的にやる習慣をつけることが大切です。（その日習ったことは、その日の内に復習しましょう）
テレビの見すぎやゲーム、インターネット、SNS等をやりすぎないように、時間やルールを決めるなど十分注意をしてください。

Q24. 他に困ったことやわからないこと、心配なことがあった場合どうしたらよいですか。

A. 担任やどの先生でも構いませんので、遠慮なく相談してください。また、スクールカウンセラーの先生が、1階の教育相談室にきています。相談室前に予約ポストがあります。きっといい方法が見つかります。

学校ソーシャルスキル

学校生活は集団生活です。集団生活でお互いが気持ちよく生活するために必要な、人と関わる知識と技術のことを「ソーシャルスキル」と言います。

「学校ソーシャルスキル」は、日常的な学校生活を円滑に送る中学校生活での基本的な方法で、思いやるスキルと関わるスキルから成り立っています。

ソーシャルスキルは、社会生活をする上で知っておくべき常識、マナーと言われるものですので、周りの人は、みんなできて当たり前だと思っています。そのため、できていないと大きなトラブルになったり、信用を失い、人間関係がうまく築けないことがあります。いつも意識し、ときどき見直して生活をしましょう。

① あいさつ

- 自分からあいさつをする
 - ながらあいさつをしない（起立をしながら礼をしない）
 - 場に応じたあいさつをする
 - 知っている人には、自分から、すれ違うたびに
 - 友達には、声をかけるなどのあいさつもする
 - 2度目以降は会釈で
 - 始業のあいさつは、一つ一つの動作をしっかり
- ①起立、②気を付け、③礼（言葉を言う）、④着席

② 話を聞く

- 話を最後まで聞く（途中でさえぎらない）
- 話をしている人に体を向けて、顔（目）を見る
- あいづちを打ち、相手の言いたいことを考えながら聞く
- 相手が話し終わったら、自分の意見や感想を言ったり、補足を付け加えたり、質問をしたりする。

③ 姿勢よく座る

- イスを引き、足を床につける
- 机の天板から、両膝がはみ出ない
- ×ほおづえ、下敷き等であおぐ、イスをぐらぐら傾ける、足を組む、足を補強材の上に乗せる

④ 食事のマナー

- 食事前に手洗いをする。
- 食事中は立ち歩かない（用がある時は許可を得る）
- 食べ物には平等に分ける。残す場合は、はしをつける前に減らす

⑤ ものを大切にする

- 自分のものには必ずまずていねいに名前を書く
- 机の中・周り、ロッカー、下駄箱を整理整頓する（ロッカーの上に私物を置かない）
- みんなのものをていねいに扱う（破損してしまったら、隠れない！逃げない！素直に申し出る！）

- 6 授業の準備と心構え
- 前日までに、「宿題」「持ち物の確認」「予習・復習」を済ませる
 - 休み時間中に、次の教科の用意をし、今日やるページを開いておく
 - 教科係は、前日に持ち物の連絡をする。また、授業前の休み時間に準備の有無を担当の先生に聞きに行く

- 7 授業ノート
- 文字はていねいに書く
 - 黒板を写すだけでなく、先生の発言もメモする
 - 重要事項は強調する（文字の大きさ、色マーカー）
 - プリントはノートに貼るか、教科ごとにファイルする
 - ノートを忘れたときは、別のノートに書き、後で貼っておく

- 8 授業での発言
- 分かったら、手を挙げ、指名されたら答える
 - 友達の意見を参考にする
 - 分からないことは、すぐに必要なことや他の人にもためになることは手を挙げて質問をする。その場合以外は、先生の説明が終わってからや活動の区切りの時、授業の後などに質問をする。
 - 授業の雰囲気壊すマイナス発言は禁句

- 9 提出物
- 期限内（提出日の朝まで）に指示された形式で提出する。
 - 提出日を確認をし、間に合うように計画をする。
 - 保護者へのプリント類はその日のうちに保護者に渡し、提出の必要があるものは、メモを書いたり手渡しで頼んで、すぐに書いてもらうようにする。
 - 万が一、期限に遅れても、必ず提出する。
 - 忘れたり、遅れたら、あやまる。
 - 遅れるときは、「〇月〇日の朝学活までに」と提出期限を具体的に言う。
 - 提出前に、不備がないか（名前・クラス・出席番号が書いてあるか、指示された範囲を最後までやってあるか、〇つけをしてあるか）を確認する。
 - 再提出する場合は、休み時間や部活動などより優先する
 - 金銭は封筒に入れ、名前と金額を明記し、朝のうちに必ず担任か担当の先生に提出する。

- 10 時間を守った行動
- ギリギリの時間に焦ることのないよう、余裕をもって登校する。
 - チャイム2分前着席を守る
 - 時計を見ながら、5分前行動を心掛ける
 - 休み時間の始めに、次の授業の準備をする
 - 時間割をまめにチェック、朝の会で一日の予定を把握

- 11 先生との接し方
- 敬語で話す
 - 指示を聞いたら「はい」と返事をし、すぐに行動する
 - 職員室やその周辺で、ルールを守って行動する
 - ・ 職員室前の「入室の仕方」を確認する
 - ・ カバンや持ち物、コートは職員室の外に置く

- ・ノックをし、入口で「失礼します」「～に来ました」「～先生いらっしゃいますか」と大きな声で伝える
(先生が職員室にいるときは「～先生お願いします」と大きな声で伝える)
- ・騒がない、大声で話さない、暴れない、走らない
- ・用がすんだらすぐ退室する
- ・退室するときは「失礼しました」

12 目上の人(先輩)との接し方

- ていねいな言葉遣いをする(ですます調、はっきりと聞こえる声)
- 自分からあいさつ
- 返事は「はい」と、大きな声で
- お願いするときは、「～していただけますか？」
- 先輩、年長者の意見をよく聞き、尊重する
- 不当な要求は断る
 - ・金銭のやりとり
 - ・物の貸し借り
 - ・難しいときは、先生や周りの大人に相談する

13 身だしなみを整える

- 生徒手帳の決まりを守る
- 制服を清潔にし、着飾らない
(ボタンは留める、長さ・大きさも体に合わせる)
- 上履きのかかとを踏まない
- 頭髪は伸びたら切る(肩についたら結ぶ)(色は黒・茶・紺の三色)
- 寝グセは直すが、整髪料は不可、加工した頭髪は禁止
- 香料・着色は使用不可。制汗スプレーは禁止だが、無香料汗拭きシートは可
- 制服で出かけない(登下校時のみ着用)

14 テストの準備と心構え

- テスト前は、勉強を最優先する(お互いのために友達と遊ばない)
- 学習計画を立てて、実行する
- 答案用紙が返却されたら、テスト直しをし、その範囲の弱点を克服しておく。
- 問題用紙と答案用紙をファイルしておく

15 携帯電話・スマートフォン

- 学校、家庭での約束を守る
 - ・学校には持ってこない。
 - ・万が一持ってきてしまったときは、朝のうちに担任に預ける
(その他の不要物も同様)
- 【家庭の約束の例】 夕食後はリビングで預かる、メールは9時以降はしない、メール、SNSは親が見ても構わない、料金は～円まで、など
- 個人情報や顔の分かる写真は載せない、人のメールアドレスを教えない
- メールだけの知り合いや顔の知らない相手には絶対に会わない

16 朝読書

- 8:25までに、本を準備し着席する。
- 静かに集中して、自分で用意した本を読む
(漫画、雑誌、教科書、教材、クロームブック等は不可)
- クラス全員が協力し、落ち着いて一日をスタートさせる
- 毎日の読書が、大きな財産になる

17 当番

- 給食・掃除の時間は何よりも優先してすぐに取りかかる
- 自分の仕事が終わったら、他の仕事を手伝う
- 当番でなくても、当番の仕事がはかどるように協力する
- 役割を全員が行い、早くきれいにできるように工夫する
- 絶対にさぼらない、さぼらせない
- しっかりやった人、やったことを認め合おう

18 仕事の優先順位<基本>当番→委員→係→教科→学級→部活動

- 当番は時間が確保されているので、毎日の活動をしっかりと行う
- 委員会は学校の代表としての活動なので、責任をもって積極的に取り組む
- 係は、クラスのために働く仕事なので、個人より優先
- 教科の居残りなどは、先生の許可を得て自分の責任で行う
- 学級の仕事や提出物は居残りか再登校で行う
- 上記の全ての活動ができた上で、部活動に参加できる