

葛城中学校

2026



学校生活のしおり

年 組 番 氏名

【1】学級活動について

みなさんは、この1年間、ほとんどの学校生活をこの学級の仲間とともに過ごします。学級の生徒全員が、学習面、生活面など人間的に成長していくためには、みんなが協力し学級の雰囲気を前向きなものにしていくことが大切です。また、一つの教室で多くの人間が生活するには、様々な役割分担が必要です。このようなことを毎日取り組んでいくのが、**学級活動**です。朝の読書、朝礼、授業、昼食、掃除、終礼などをみんなが協力し合い、実行していく。学級の仲間のことを思いやり、話し合い、理解し合っていく。その中で学級、個人が成長していきます。

◎班と班長

学級の活動は、班で役割分担して行います。日番、昼食、掃除、宿泊行事などは、個人ではなく班単位で取り組むことが多いです。班での取り組みを通して、お互いを理解し認め合い、問題を解決していくことで人間性が豊かになります。この班活動の中心になるのが班長です。学級は、学級委員がまとめ役（リーダー）ですが、班では、班長がまとめ役（リーダー）です。班長は班員の一人ひとりのことを考え、思いやり、班員全員が成長していけるよう学級代表、担任の先生と協力します。

班員の中に、生活や学習、友達、部活動などのことで悩んでいる子がいるときに、班員みんながそれを理解し、時にはアドバイスや手助けをして、問題を解決していきましょう。「自分はひとりじゃない、自分のことを考えてくれる友達がここにいる」そう思える班や学級にしていきましょう。班長や学級代表がその中心になりましょう。

最初から気の合うもの同士でかたまたまたりせず、取り組みを通して本当の仲間づくりをしていきます。また、必要に応じて一斉に班長会議を行う時間があります。6～8週に1回実施します。そこで学級委員、担任の先生と学級の様子について話し合います。また、必要に応じて臨時で班長会議を行う場合もあります。班長の任期は席替えまでですが、席替えをいつするかは各学年で決めます。

◎朝読書の時間について

本校では、総合的な学習の時間の一環として、「朝の読書活動」(朝読)を実施しています。目的は活字に触れることと、1日の学校生活を読書から始めることで落ち着いて学習に取り組めるようにすることです。自分の興味のある本を用意し積極的に取り組みましょう。

○ 実施時間

8:30～8:40の10分間です。8:25の予鈴で準備を始めましょう。

※机の上は本だけにして静かに読みましょう※

(定期テストの日・緊急の学年集会など以外は原則実施します。また、テスト1週間前はテスト勉強に取り組んでも構いません)



◎葛中タイムについて

朝読書と同じく、総合的な学習の時間の一環として、「葛中タイム」を毎週木曜日の朝読の時間に実施します。目的はコミュニケーション能力の育成です。葛中タイムは週1回です。1回1回を大切にしましょう。

【2】授業について

○ 授業の準備

チャイムとともに授業が始まります。チャイムは、授業開始の合図です。チャイムが鳴るまでに、全員が自分の席に着いていること(ベル着)、そして授業を受ける態勢をつくりましょう。そのためには、チャイムが鳴るまでに、次のような準備が必要です。

- ① 教室の環境整備(机の列、棚等の整理整頓、^{せいりせいとん}黒板をきれいにする)
- ② 学習用具の準備(休み時間中に使っていた教科書等をかばんに直し、次の授業の教科書等を机の上に準備する)
- ③ 教室の移動(時間に余裕をもって移動する)

○ 授業のルール

クラス全員で授業に取り組み、授業の内容を理解するためには守らなければならないルールがあります。それは授業に集中することです。先生や友達の話をしっかり聞き、手遊びやよそ見、居眠りなどはやめましょう。私語や立ち歩きは、他の人の迷惑になるのでやめましょう。また、理科の実験、技術家庭の実習、体育の実技などでは、怪我や命に関わるものが起きるかもしれませんので特に注意が必要です。

○ 学習の仕方

各教科によって学習の仕方が違います。教科担任の先生の話をしっかり聞いて、その教科に合った学習方法を身につけましょう。家庭学習は、授業の復習や教科書、ノートの見直しなどをしましょう。定期テスト前は、毎日の復習の上で計画的に再度学習すればテスト勉強も効果が上がります。

○葛徳(葛中トーク)について

葛城中学校では授業中に仲間と意見交換する時間を「葛徳(葛中トーク)」と呼び、葛中タイムでつけた力を使って意見交換を行います。葛徳(葛中トーク)を活かして学びを深め、学力向上に努めましょう。

○タブレットPC(学習用PC)について

葛城中学校ではタブレットPCを生徒一人ひとりが自分で管理します。PCを使うときはルールを守って、みんなが安心して使えるようにしていきましょう。

タブレットPCを管理するためのルール

1. 授業で指示されていないときは机の上に出さない。
2. 指示のない限り、教室内で使いましょう(教室外に持ち出さない)
3. 勝手に人の写真・動画を撮影しない。(人を傷つけるような使い方はしない)
4. 他の人に自分のタブレットPCを貸したり、借りたりしない。
5. 教室内を走らない。(気づかないうちにPCを壊してしまう恐れがあるため)
6. タブレットPCは学習のための道具として活用しましょう。

○ テストについて

① 定期テスト

1年間に5回あります。1・2学期は中間テストと期末テスト、3学期は学年末テストです。(4教科のテストは1・2学期の2回のみです)

② その他のテスト

- ・1、2年生は夏休み明けに夏休みの宿題テスト、1月にチャレンジテストがあります。
- ・3年生は4月に全国学力状況調査テスト、9月にチャレンジテスト、8月、10月、11月、1月に計4回の学力診断テストがあります。

○ テストの受け方

① 休み時間に次のテストの準備をしよう。またトイレは早めにすませておきましょう。

・試験に必要な物以外は、すべてカバンの中にしまう。

・机の中は、何も入れず空にしておく。

・筆記用具(鉛筆・シャープペン(濃いもの HB 以上)・消しゴム・直定規・教科で指示されたもの)の確認。

※忘れ物をしたとき、試験中の貸し借りはできません※

② テスト中は机の横にかばんをかけたり、ものを置いたりしません。

③ テストはクラス全員がそろっていない場合は問題を配布することができません。休憩時間はトイレに行く以外は教室で待機しておき、すぐにテスト問題が配布できるように準備しておきましょう。

④ テストが配られ「始め」の合図で必ず「クラス・番号・名前」を記入して問題にとりかかりましょう。

⑤ あわてず、落ち着いて問題をよく読み解答していきます。どうしてもわからないところで時間をかけすぎないようにしましょう。

⑥ 解答が終わり、時間が余れば、必ず見直しをしましょう。うっかりミスをしてあとで後悔してしまう人がよくいます。

⑦ テスト中、次のようなときは黙って手を上げ、先生の指示を受けよう。

・テスト中に筆記用具や問題用紙を落としたとき

・トイレに行きたくなったときや、気分が悪くなったとき

・テストに関する必要な質問があるとき

(緊急を要する質問以外は先生が回ってきたときにする)

- ⑧ テスト終了のチャイムで、速やかに筆記具を置きましょう。
- ⑨ 列の最後の人番号順に解答用紙を上重ねて回収します。
- ⑩ 問題は保管しておきます。テスト返却後に復習を必ず行いましょう。

○ テストを受ける心構え

テストのときは開始3分前の予鈴で着席しましょう。テストで大切なことは正々堂々と、自分が努力してきた学習の成果を出すことです。点数のためにカンニングなどの不正行為をして自分自身の値打ちを下げようようなことはやめましょう。

※禁止事項※

- ・忘れ物をしたとき、試験中の貸し借りはできません
 - ・テスト配布中やテスト中の私語
 - ・他の人に迷惑をかける行為
 - ・不正行為、不正と疑われるような行為
- 終わりのチャイムがなっても筆記用具を持っている など
- 不正行為については指導を行います。協力した人がいた場合は、その人も含みます。(テストが無効になる場合があります。)
- ・携帯電話等の使用(電話が鳴るなど)も不正行為とみなします。許可をとって持ってきている人は朝の時間にきちんと預けましょう。

○ テストに遅刻した場合

当日に遅刻した場合は、教室または別室に入り、残りの時間でテストを受けます。また、そのテストを遅刻で受けなかった場合は次の時間のテストから受けます。

○ テスト当日に体調が悪い場合

インフルエンザなどの感染症の場合はテストを受けることができません。体調不良で教室で受けることが困難な場合は事前に先生に相談しましょう。



【3】給食について

毎日を健康で生き生きと生活できるようにするためには、食事、運動、休養の調和のとれた生活習慣を身に付ける必要があります。また、友人と和やかに食事をする事は、豊かな心や望ましい人間関係を育成する上からも、大切な役割を果たすものです。葛城中学校では、班活動を使って給食の当番を行い、班ごとに決められた仕事をこなします。

○ 給食当番の仕事について

- ① 授業が終わればすぐに手を洗い、エプロン、三角巾、マスクをつけ、手指の消毒を行う。
- ② 廊下に整列し、班長が確認。担任の先生と一緒に配膳室にむかう。
- ③ 配膳室で、自分の当番の食缶・食器を取り、教室に運ぶ。
- ④ 教室の配膳台に持ってきた食缶・食器をセットする。
- ⑤ 全員で協力して配膳する。
- ⑥ 片付けも自分の担当のものを配膳室にもっていく。(配膳台も直す。)

※注意事項※

- ◎ 三点セット(三角巾、エプロン、マスク)は週末に持って帰り、洗濯しましょう。
- ◎ 自分の当番の週を必ず確認して、準備や当番を忘れないようにしましょう。
- ◎ 髪の毛が長い生徒は必ず髪をくくりましょう。
- ◎ 手洗い → エプロンと三角巾の装着 → 手指消毒の順で行いましょう。
- ※ エプロンをつけた状態でトイレに行って手を洗うことは衛生的によくありません。
- ◎ 三点セットは教室を出発する前から配膳が終わるまでつけておきましょう。
- ※ 三点セットを着用していない場合は食缶、食器などを渡すことができません



【4】昼休みについて

昼休みは自分の給食の片づけが終わり、当番の人は配膳室に食缶などを返したあと遊ぶようにしましょう。

○ 外遊び

昼休みに限り、ボール遊びを許可しています。グラウンドはどの学年が使ってもよいですが、ゆずりあって使うようにしましょう。ボールは、学校で許可されたボール（サッカーボールやポン球など）を許可された場所（グラウンド）で使うようにしましょう。

※無断で持ち込んだボールなどを使って遊ぶことは安全上禁止です。

※ボールの貸し出しは各学年で行います。

テニスコートの上のバスケットコートは（3年男→女→2年男→女→1年男→女）の順に使えます。美術室前の中庭は1年生を優先とします。

○ 中遊び

友達とお話する以外にも、学校でトランプやウノを貸し出しています。貸してほしい場合は、学年の先生に声をかけてください。特に雨の日は危険なので、絶対に校舎内を走り回ったりせず、落ち着いて過ごすようにしてください。また、図書室も開室しています。いろいろなジャンルの本があります。本が好きな人もそうでない人も、図書室を活用してください。

○ 雨の日の体育館の利用について

雨でグラウンドが使えない日は体育館を使うことができます。ただし使える学年は1日1学年です。どの学年が使えるかは当日の給食中に放送が入ります。（できる種目はバスケットボール、バレーボール、ドッジボール、バドミントンです。）

※ 5時間目開始の5分前に予鈴が鳴ります。予鈴が鳴れば、すみやかに教室に入って次の授業の準備をしましょう。

【5】掃除について

学校は多数の人が活動しているので、教室や廊下などにはゴミやほこりがたまります。掃除をおろそかにすると、ほこりを吸い込んだり、給食を食べている時に空中のほこりがご飯に落ちてきたりと衛生上良くありません。

○ 教室

- ① 6限終了の挨拶が終わったら、自分のいすを机の前足にかけて、各自で教室の前に運ぶ。
- ② 教室の後ろ半分のゴミを掃いていく → 机といすを教室の後ろへ運ぶ教室の前半分を掃いていく。ゴミを取りゴミ箱に捨てる。→ 机といすを整列させる。その後いすをおろす。
- ③ 黒板の溝、机の上などを雑巾で水ぶきする。
- ④ 黒板消しは黒板消しクリーナーできれいにする。
- ⑤ ゴミがいっぱいになったら、ゴミ袋を正門横のゴミ捨て場に持っていく。新しいゴミ袋を先生にもらい、ゴミ箱へセットする。

○ 廊下・階段

ほうきで掃きゴミを取る。必要に応じてモップをかけ、窓ふきをする。

○ 洗面所

スポンジでよくこすって水あか・汚れを落とす。その後、ぞうきんできれいに拭く。

○ トイレ

- ① 便器は水を流し、柄付きたわしでよくこする。
- ② 女子のエチケット箱は、必要に応じて袋ごと取り替える。
- ③ トイレトペーパーは、使い切っている場合、先生にもらって補充する。

※ 床は水を流してよい床とダメな床があります。必ず確認しましょう

○ 後かたづけ

- ① 使ったぞうきんやモップはよく洗って、しっかりしぼり、決められた場所にかける。
- ② ほうきは、各担当の場所にかたづける。
- ③ 教室以外の分担場所の清掃が終わったら、すぐに教室にもどり、教室の掃除を手伝いましょう。



【6】終礼について

掃除終了後、放送委員による終礼放送が流れます。終礼放送では学校全体の次の日の連絡が放送されます。また、その他の大切な連絡なども終礼放送で連絡されるので、落ち着いて、静かな状態で聞くようにしましょう。終礼放送後は、担任の先生からの連絡をうけて終礼は終わりです。



【7】班の係について

学級の全員が、一日の学校生活を気持ちよく過ごすため、学級での必要な日番の仕事を班で担当します。

- 班長…班をまとめ、担任や教科の先生の指示を班員に伝える。
- 日誌…授業時間の様子がどうだったか、一日の生活がどうだったか記録する。
- 黒板消し…休み時間のたびに黒板を消してきれいにする。

【8】クラスの係について

班の係以外にも学級全体の係もあります。学級の係は担任の先生や、クラスの数によっても違いますが、各クラスでしっかりとルールをつくり、**役割(責任)をしっかりと果たすようにしましょう。**

例) 音楽係

テストの時に音楽の提出物を集める。また、音楽の授業があるときは教室の戸締りを行い、移動教室にカギを持っていく。

例) 体育係

男子体育係は、教室のカギ責任を持ってしめ、体育の先生に預ける。女子体育係は女子更衣室のカギの開け閉めを担当し、体育の先生に預ける。準備・片付けなどに協力する。テストの時に提出物を回収し届ける。など

【9】生徒会活動について

生徒会執行部は生徒会活動の中心として、目標を定め各専門委員会と協力しながら活動をすすめます。役職は会長、副会長、書記、広報、各学年代表です。それ以外にも専門委員会として、学級と学校を支える活動もあります。

専門委員会一覧

○ 学級代表

学級のまとめ役です。**学校生活のすべての場面で学級のリーダーとして、声をかけや指示を行い、学級をリードします。**班長会議では班長とともに学級の課題について取り組んでいきます。また委員会で学年の課題を整理して目標を決めていきます。加えて、学年の行事においても中心的な役割を責任をもって行います。

○ 保健体育委員会

体育大会の運営や、学年の保健体育行事に協力します。また、給食の手洗いなど、衛生面の呼びかけもします。

○ 文化委員会

昼休みの図書の貸し出しや、学校図書の整理などみんなの図書館の利用をすすめます。本の紹介などもします。

○ 美化委員会

みんなが過ごしやすい環境を整えるため、学校内の環境を整えます。例えば、掃除をしたり、花壇を整えたり、生き物の世話などです。

○ 放送委員

終礼放送で翌日の連絡や体育大会の放送を行います。

○ 選挙管理委員会

生徒会執行部を決める選挙を円滑に行うための準備や司会、開票作業などを行います。

【10】部活動について

葛城中学校の部活動は、運動系と文化系の2種類があり、現在活動している部は7クラブです。どのクラブも熱心に頑張っています。部活動に参加するかしないかは個人の自由ですが、部活動を通して学べることも大変多いです。また、葛城中の部活動参加率は非常に高く、つながりも非常に強いです。ぜひ入部してください。中学校の部活動は、ただ試合で勝つことや芸術家を養成することが目的ではありません。学級を離れた他学年の生徒が、同じ興味・関心のある活動を通して、文化やスポーツの楽しさや喜びを体験し、学校生活をより豊かにすることが目的です。顧問の先生がいますが、キャプテンを中心に自主的な活動を行い、協調性や責任感といったことも身につけていってほしいと思います。

○ 運動部

野球部・バレー部・男子テニス部・女子テニス部・剣道部

○ 文化部

美術部・吹奏楽部

※注意事項※

- ◎ 準備、片付けも含めて部活動です。使った場所に感謝の気持ちを込めて、押し付けたりせず全員で準備と片付けをしましょう。
- ◎ 平日の部活動の活動時間は基本的に6時が最終の下校時間となりますが、冬季は日も短いため、5時半が最終下校となります。(10月中旬～1月)
- ◎ 水曜日の部活動は原則16時50分まで、17時完全下校とする。
- ◎ 定期テストの1週間前、職員会議などの時に活動はできません。
(公式戦が間近にある場合、全職員の合意の上、顧問管理下において準備・片づけ等を含めて1時間を超えない程度で特別に許可されることもあります。)
- ◎ 半日授業日やテスト最終日、休日中の活動などで、学校で昼食を食べるときは顧問の許可した場所を使用し、後かたづけ等責任を持って行う。なお、**昼食は登校時まで用意し、活動中に校外に買いに行ってもいけません。**
- ◎ **忘れ物をした場合も、取りに帰ることは許可できません。**顧問の先生に正直に申し出るようにしてください。

○ 部活動の試合観戦について

原則として学校会場(葛城中学校、他の中学校)でのクラブ活動の試合等は見学できません。公共の施設やグラウンドで試合がある場合は見学に行くことができます。ただし各クラブの規定や会場の都合で見学できない場合もあります。見学する場合は事前に顧問の先生の許可をもらうようにしましょう。



【11】生徒指導部より

『葛中生』に頑張ってもらいたいこと！

① 勉強が1番！

学校生活のほとんどが授業です。それだけ学校は勉強が大切という事です。たくさん先生の先生から多くの事を学び、自分の力にしてください。そして、ほとんどの生徒が目指す高校進学に向けて頑張ってください。もちろん、勉強は高校のためだけではありません。生きていく上で、将来の自分を助けてくれる大きな力となってくれます。『知は力なり』

② 仲間を大切に！

一緒に生活する仲間を大切にしてください。仲間や友達是一生の宝物となります。仲の良い友達だけでなく、クラスメイト、学年など葛中生全員が大切な仲間です。『自分だけが楽しかったらいい』、『あの子には嫌な事をしよう』、などは絶対にだめ！『イジメ』も絶対にだめ!もし、トラブルやケンカになってもすぐに仲直りして、葛中生全員が毎日笑顔で生活できるようにしましょう。

③ みんなは地域の宝！

子どもは地域にとっては1番大切なものです。子どもが主役です。みんなが良い大人になるように地域の方も含めて全員でみんなを支援します。その反対に、地域の方々も気持ちよく生活できるよう、みんな気をつけて行動しましょう。

学校での悩みについて

もし、色々なことで悩んだ場合はすぐに相談しましょう。家の人や、友達、先生、学校にはスクールカウンセラーさん（週に1度学校に来てくれます）もいます。以下のような相談窓口を使うこともできます。

子ども相談ダイヤル(児童・生徒専用) 072-426-1052

* 午前9時～午後5時 月～金曜日（年末年始、祝日・休日は除く）

【12】保健室より

○ 来室する時

- ・来室は緊急でない場合は、休み時間か放課後にしましょう。
- ・授業中、緊急の場合は先生に了承を得て、許可証をもって来室しましょう。
- ・休み時間に来る場合でも次の授業開始に遅れそうな場合は、次の授業の先生か学年の先生に言ってから来ましょう。

○ ケガした時

- ・保健室では応急処置を行いますが、継続した治療はできません。家でのケガや、翌日以降の湿布、ばんそうこの交換などは各自で用意しましょう。

○ 体調不良の時

- ・発熱や体調不良の時は保護者に連絡のうえ、早退します。
- ・授業復帰をめざしての休養時間の目安は1時間程度まで。
- ・学校には、飲み薬はありません。必要な場合は各自で準備しましょう。

○ その他

- ・「寝不足で眠い」という理由で休養はできません。
- ・保健室では、落ち着いて静かに過ごしましょう。
- ・保健室にあるものは先生の許可なしに勝手に触らないようにしましょう。触る場合も丁寧に扱きましょう。
- ・保健の先生が不在の時に保健室で休養することはできません。

○ AED について

- ・職員室に、緊急用の AED を設置しています。

○ 健康観察について

- ・毎朝、登校前に検温や健康観察をしましょう。
- ・体調が悪い場合は無理をせず休みましょう。