

「牧中ネットワーク」は、保護者及び生徒のみなさんへの「生徒指導だより」です。

1 身なり等について

新年度のスタートにあたり、頭髪・服装等の身なりを確認しましょう。



(1) 頭髪

中学生らしく、学習や運動に適した髪型を心がけましょう。

- ・ 男子… 前髪は眉毛程度まで、横は耳にかからず、後ろはえりにかからないようにしましょう。
- ・ 女子… 前髪は眉毛程度までとし、髪が肩にかかる場合は、黒色系のゴムでしばるようにしましょう。

(2) 服装

- ・ 名札を胸ポケットに縫い付けてください。
- ・ ソックスは、白無地でくるぶしが隠れる長さとしします。
- ・ 男女とも制服の下(アンダーシャツ)は、白・黒・紺・灰色を基調としたワンポイントまでのものとしします。男子はカッターシャツでもよいこととしします。
- ・ アンダーシャツは、制服の下から大きく出ないものを着用し、学生ズボンやスカートの中に入れるようにしてください。
- ・ 女子のスカートは、膝が隠れる長さとしします。また、女子は紺のネクタイを常に付けましょう。

(3) シューズ

- ・ 通学用シューズは、白を基調とした運動シューズ または 本校指定の外履きシューズ(靴紐は白色)としします。
- ・ 中学生らしく男女ともかかとの低い歩きやすいものとしします。派手なもの、革製のもの、高価なもの、かかとの高いものは認めません。

(4) その他

- ・ 持ち物には必ず記名をしてください。
- ・ 部活動の服装は、学校の運動服または各部でそろえたジャージ等を着用することとしします。
- ・ 携帯電話をはじめ、学校生活に不必要な物を学校に持ってきてはいけません。
- ・ 目印として通学用カバンやサブバックに付けるアクセサリは、できるだけ小さいものを1個までとしてください。

2 衣替えの移行期間について

移行期間 5月18日(月)～5月29日(金)

- ・ 夏服にも、名札を縫い付けてください。女子のネクタイは冬服と同じです。
- ・ 夏服の下は、白色(ワンポイント可)のものを着用してください。
- ・ 6月1日(月)より、全員夏服での登校となります。

※ 1年生の終日校外学習と2年生の宿泊学習は冬服、3年生の修学旅行は夏服の予定です。

3 連休中の生活について

4月25日(土)より、1年間で最も祝日が多い時期(ゴールデンウィーク)になります。有意義で充実した連休になるよう、次のことに気を付けてください。

生活面

健康に留意し、規則正しい生活を送りましょう。

- ・ 正しい食生活と十分な睡眠(早寝、早起き)を心がけましょう。
- ・ 外出する時は、中学生らしい服装を心がけ、用件、行き先、同行者、帰宅時間等を必ず家の人に告げましょう。
- ・ 交通ルール、マナーを守りましょう。
- ・ 夜間の外出は、保護者同伴とします。
- ・ 生活ノートを書くことで一日を振り返り、次の生活に生かしましょう。
- ・ 部活動には、積極的に参加しましょう。

学習面

自分にあった目標と計画を立て、その達成に向けて努力しましょう。

- ・ 計画的に学習に取り組みましょう。
- ・ 読書を家庭生活の中にも取り入れ、豊かな心を育てましょう。

教育相談

スクールカウンセラーに、昨年度と同様に

黒川 千鶴(くろかわ ちづる)先生
久湊 尚子(ひさみなと なおこ)先生

が着任されました。

中学生の時期は、心と体が大きく変化し、大人へと成長する大切な時期です。心身のバランスがとれず、時として強いストレスを感じたり、気持ちが不安定になったりする場合があります。

次のような悩みをもつ生徒や保護者のみなさん、どうぞ気軽にご相談ください。

スクールカウンセラーの来校日時等につきましては、5月号の「牧中ネットワーク」にてお知らせする予定です。お急ぎの方は学校まで連絡をお願いします。

高岡市立牧野中学校 … TEL 82-2483

- ・ 学校や家庭など、自分のまわりにいる人のことで悩みがある。
- ・ 体の調子が悪い。睡眠不足になる。食欲がない。
- ・ なかなか友達ができない。話をできる友達が少ない。
- ・ 学習や部活動に悩みや不安がある。
- ・ 進路や将来に悩みや迷いがある。 など