

が っ こ う せ い か っ

学校生活のしおり

令和6年度



科 年 氏名

北海道新篠津高等養護学校

1 がっこうせいかつ
学校生活をおくるために

2 とうこう げこう がっこうせいかつ
登校から下校までの学校生活

3 せい い とこころえ
生徒心得

- ① じ か ん まも 時間を守ることにについて
- ② 「あいさつ」について
- ③ ともだち かか こうさい 友達との関わりや交際について
- ④ しょかつどう 諸活動について
- ⑤ しょじひん 所持品について
- ⑥ こうないせいかつ 校内生活について
- ⑦ こうがいせいかつ 校外生活について
- ⑧ つうがく 通学について

4 ふくそう とうはつなど
服装・頭髪等のきまり

- ① ふくそう 服装について
- ② とうはつなど 頭髪等について
- ③ ころもが 衣替えについて
- ④ きしょう 記章について
- ⑤ た その他

1 学校生活をおくるために

よりよい学校生活をおくるためにまもりを守ったり、心 がけておかなければならない事柄に
ついて学 習し、望ましい人間関係をつくる行動がとれるようにしていきましょう。



2 登校から下校までの生活

本校の日課 (月曜日～木曜日)

※金曜日は午後の日課が変わります

日課	生徒の活動	心がけること
8:30 登校	指定された通路を通して登校します。	あいさつをしましょう。
着替え	登校したら、必要な着替えをします。	更衣室の整理整頓に心 がけて 使いましょう。
8:45 SHR	朝の会をはじめます。	
9:00 1校時 ～ 4校時	日課にあわせて学 習します。	時間に遅れないように行動し ましょう。 授 業に必要なものを準備しま しょう。
12:35 給 食	うがい、手洗いをし、給 食 の準備を します。	食事の準備は 協力 して行い ましょう。
13:20 予 鈴	予鈴がなるまでに歯磨きや服薬を終わ らせ、自由にすごします。	予鈴がなったら次の時間の 準備をし、移動しましょう。
13:25 5校時 ～6校時	日課にあわせて学 習します。	
15:10 清掃・更衣	自分の担当区域を掃除します。 担当の先生と反省します。 (水曜日は掃除をしないでSHR)	協 力して掃除をしましょう。
15:25 SHR	帰りの会をはじめます。	
15:35 下校	指定された通路を通して下校します。 (水曜日の下校時間は15:20)	※下校時間の変更があるときは、 連絡があります。
	部活動をしている生徒は、16:40まで に下校します。(月、木曜日)	用事のない生徒はすぐに帰り ましょう。

3 せいとこころえ 生徒心得

1 じかん 時間を守ることについて

わたし たちは、じかん 時間に合わせて生活しているの、で、じかん 時間を守ることはこうこうせい 高校生としてたいせつ 大切な決まりのひとつです。また、そつぎょう 卒業してしゃかいじん 社会人になると、じぶん 自分のせきにん 責任でじかん 時間に合わせてこうどう 行動しなければなりません。がっこう 学校にいるうちにしっかりとみ 身につけましょう。

●とうこう 登校、げこうじこく 下校時刻を守りましょう。

●しぎょう 始業のチャイムが鳴る前に、しぎょう 学習のじゅんび 準備をしましょう。

2 「あいさつ」について

あいさつはひと 人とこころ 心をかわせる手段です。はじめて 初めであひつ 出会うひと 人と、あいさつをとおしてじぶん 自分をし 知ってもらったり、あいて 相手のことをし 知ったりすることができます。あいて 相手をたいせつ 大切におも 思うこころ 心のこもった「あいさつ」をするようにしましょう。

・あいさつはひと 人とひと 人とのかんけい 関係をうまくつくるためにひつよう 必要なものです。

・あいさつは、おこな 行なうじかん 時間、ばしょ 場所、あいて 相手によってちが 違います。

じかん 時間→あさ 朝 「おはようございます」

ひる 昼 「こんにちは」

よる 夜 「こんばんは」

かえ 帰り 「さようなら」

ばしょ 場所→がっこうない 学校内、げんばじっしゅうさき 現場実習先、しゃかいじん 社会人としてはたら 働く

にゅうしつ 入室 「しつれいします」

たいしつ 退室 「しつれいしました」

あいて 相手→おきゃく 客さん、ほごしゃ 保護者、せんせい 先生、せんばい 先輩、こうはい 後輩、どうきゅうせい 同級生



3 友達との関わりや交際について

(1) 高校生の心の変化について (心も体も大人になる準備をする時期)

- ア まわりの人の気持ちを考え、責任をもった行動や言葉づかいができるように変わってきます。
- イ 自分のことを他の人に認めてもらいたい気持ちが強くなり、思いどおりにならないことで自信をなくすことがあります。
- ウ 思い悩み、イライラしてケンカをしまったり、反抗的になることもあります。
- エ 物事に一生懸命にとりくんだり、正しい行動をとろうとしたりする前向きな気持ちが、うまれてくる時期です。

(2) 生徒どうしの関わりについて

生徒同士がお互いを理解し、認め合う関係をきずくためには、自分のことをよく知ること (自己理解) や相手のことをよく知ること (他者理解) がとてもたいせつです。学校では、多くの友達と関わる時間がたくさんあります。

学校には、おちついて勉強したい人、友達との関わりを楽しみたい人、できることをふやしたい人など、たくさんの生徒がいます。自分勝手な言葉や行動、けんかやいじめなどのトラブルがあると、まわりの人に迷惑をかけてしまいます。学校で多くの友達と仲良くすごすためには、一人ひとりの個性や違いを認め、相手を大切に思う気持ちが必要になります。

相手の気持ちを考えない言葉や行動をとったり、力づくでいうことを聞かせたりするような、相手を大切にしない態度や行為はやめましょう。また、自分たちのことだけを考えてまわりの人に迷惑をかける行為もいけません。仲の良い友達同士でも嫌なことは嫌とはっきり断れる対等な関係をきずけるようにしましょう。

体は成長していても心はまだ大人になりきれていない時期なので、心身の違いや特徴を正しく学習し、相手のことをよく理解し、お互いを大切に思う気持ちをもちましょう。

仲良くする上でのルールをしっかりと守り、互いに励まし合い、意欲をもって高校生活を送りましょう。

(3) 交際について

人を好きになることは、相手のことを考えたり思いやったりすることのできるすてきなことです。お互いが好き同士であれば、交際に発展することもあります。交際は自己理解や他者理解、また人間関係を学ぶ上でとても大切なことです。しかし、そればかりになると、まわりの友達や状況を考えない行動をしてしまうことがあり、注意が必要です。

まわりの人に見られても、不審に思われたり不快に思われたりしないような言動を意識することが大切です。交際している生徒同士でも適切な距離をとり、お互いの体には触らないようにしましょう。まわりの友達や先生方に支えられ、応援されるような交際にとともに、

こうさい ふたり たが みと あ たか あ かんけい
交際をしている二人がお互いを認め合い、高め合っているような関係をきずいていきましょう。

こうさい おも もんだい はってん ばあい
交際をすることで、思わぬトラブルや問題に発展することもあります。そのような場合に
こま たが ほごしゃ たんにん せんせい きしゅくしゃ せんせい そうだん
困らないためにも、お互いの保護者や担任の先生、また寄宿舍の先生にいつでも相談できるよ
うにしましょう。

4 諸活動について

(1) 各係活動

がっきゅう せいとかい じっこういいんかい やくいん やくわり しかく まか やくわり
学級、生徒会、実行委員会などの役員は、それぞれの役割を自覚して、任された役割
せっきよくてき は
を積極的に果たすようにしましょう。

ぶかつどう しんこうさい たいいくたいかい た ぎょうじ せっきよくてき さんか かつどうもくひょう たっせい
(2) 部活動、新高祭、体育大会、その他の行事には積極的に参加し、それらの活動目標を達成
するようにしましょう。

■ 部活動については、次のとおりです。

ア 入部を希望する場合、担任・室担の先生、保護者の同意が必要です

イ 部活動は、月曜日と木曜日の午後3時35分から4時40分までです。

たいちょうふりょうなど やす ばあい かなら たんにん せんせい ぶかつどうたんとう せんせい れんらく
体調不良等で休む場合は、必ず、担任の先生、部活動担当の先生に連絡しまし
う。

ウ 対外的な活動（試合や発表会など）は、部活動顧問の先生の話をよくきき、
ほごしゃ どうい さんか
保護者の同意をもらって参加しましょう。

エ 部活動が終わったあとは、教室にもどらず速やかに下校しましょう

(3) 委員会活動

いいんかいかつどう
委員会活動は基本的に月2回、金曜日にあります。活動内容は次のとおりです。

せいとかい やく あさ うんどう ぜんこうしゅうかい せいれつしどう よび かけ せいとかいし みらい
生徒会四役・・・朝のあいさつ運動、全校集会での整列指導や呼びかけ、生徒会誌「未来」
げんこうらいり おこな
の原稿依頼などを行います。

しっこういいんかい
執行委員会・・・生徒総会の準備や進行、いじめ防止啓蒙活動を行います。

(学級委員長)

せいかついいんかい あんぜんきょうしつ うんえい こくばん け そうじ おこな
生活委員会・・・ネットスマホ安全教室の運営、黒板消しクリーナーの掃除を行います。

たいいくいいんかい たいそう えんじ たいいく ごうれい たいいくかん せいそう おこな
体育委員会・・・ラジオ体操の演示や体育の号令、体育館の清掃などを行います。

ほうそういいんかい ひるやすみ ほうそう きかく ぎょうじ おこな
放送委員会・・・昼休みの放送、企画、行事のアナウンスなどを行います。

としょいいんかい としょか だ としよしつりよう よ かけ つく おこな
図書委員会・・・図書貸し出し、図書室利用の呼び掛け、ポスター作りなどを行います。

ほけんいいんかい けんこう かん さくせい どうがさくせい けんこう おこな
保健委員会・・・健康に関するポスター作成や動画作成、健康チェックなどを行います。

きゅうしょくいんかい きゅうしょく ぶん けいじ おこな
給食委員会・・・給食にまつわるアンケートやポスター作りと掲示などを行います。

ぶんかいいいんかい がっこうさい きかく うんえい かべしんぶん さくせい おこな
文化委員会・・・学校祭での企画や運営、壁新聞の作成などを行います。

5 所持品について

- (1) 自分の持ち物にはすべて名前を書き、責任をもちましょう。定期券や財布、携帯電話などの貴重品は、担任の先生や寄宿舎の先生に預けましょう。
- (2) 学習その他、授業に必要な物は持ってこないようにしましょう。事前に許可が必要です。

6 校内生活について

(1) 各教室について

ア 職員室・事務室

先生方が仕事や、話し合いをするところです。用事があるときは、静かに入って、できるだけ早く用事を済ませましょう。

イ 廊下

廊下は基本的には、右側通行です。座りこんだり、通る人をじろじろ見たりするのはよいことではありません。また、走り回ったり大きな声で叫んだりすることもやめましょう。

ウ 玄関

カーペットの上では、靴を履かないようにしましょう。靴箱は、上段は上靴、下段は外靴です。

エ 更衣室

更衣室はみんなで使う場所です。ゆずりあって気持ちよく使いましょう。

自分の衣類は自分のロッカーに整理整頓して入れましょう。

(ア) 更衣は手早くして、次の授業に間に合うようにしましょう。

(イ) 汗などで汚れた衣類は、持ち帰って洗濯しましょう。

・洗濯したTシャツや下着を入れる袋と、汚れたものを入れる袋をわけて入れましょう。週末には、ジャージも持ち帰り、洗濯しましょう。

・作業服は、クリーニング科で洗濯しますので指定された日に専用の袋に入れて出します。ポケットの中を必ず確認してから出しましょう。

(2) 用事のあるときの入室から退室までについて

ア 入室のときはノックをし、「失礼します」と言って、入り口で礼をして用事のある人のところまで行きます。カバンやコートはまとめて廊下に置いて、入室します。

イ 仕事や話を遮らなくてはならない場合は、「お仕事中（お話中）失礼します」と言って、用件を告げます。

ウ 退室の時には「失礼しました」と言って、礼をします。

エ 出入り口が混みあっている時には、譲り合いましょう。



(3) 公共物の扱いについて

自分がイライラしたからという理由で物にあたったり、壊したりする行為はやめましょう。これらが壊れたりしてしまうと、次の人が使えなくなるほか、まわりの人が嫌な気持ちになったりします。また、直すのにもお金がかかり、みなさんの保護者や税金から支払われるので、みんなの迷惑にもなります。

◎みんなで使う物は、大切に使うように心がけましょう。

(4) 集会等について（※感染対策を行っているときは、変わることもあります）

ア 儀式的行事では、各学級一列で縦、横揃えて並び、静かにしましょう。

イ 服装は、制服で行います。

(5) 安全・避難について

ア 健康

(ア) 汗をかいたら、着替えをします。

(イ) 運動や作業のあとは、うがい、手洗いをします。

(ウ) 頭がいたい、お腹がいたい、体がだるいなどの時は、がまんしないで担任の先生や授業担当の先生に言ったあと、保健室に行き、保健室の先生にみてもらって下さい。友達についても、調子が悪そうなときは先生に伝えてください。

イ 火事や地震の時の対応

(ア) 非常ベルやサイレンが鳴ったら、静かにして放送を聞きます。

(イ) 放送や先生の指示に従って、四原則を守って避難します。『お・は・し・も』

◎四原則とは、「押さない」「走らない」「しゃべらない」「もどらない」です。



7 校外生活について

(1) 休日、帰省中の過ごし方

ア 自分で目標を持ち、規律ある生活をしましょう。また、食事や睡眠、運動など規則正しい生活をしましょう。

イ 家族やまわりの人に心配や迷惑をかけない生活をしましょう。

(2) 外出にあたっては、次のことを守りましょう。

ア 外出の際には、身分証明書を持ち、「いつ」「どこへ」「誰と」「どういう手段で」でかけるか、また、「帰る時間」を必ず家族に知らせましょう。

(3) 自転車に乗るときは、ヘルメットを着用し、交通事故等に十分注意し、交通ルールを守りましょう。

(4) プール、海水浴、キャンプ、スキー、スケート等の運動、野外活動の際は、保護者や引率
かのおとな いっしょ こうどう
可能な大人と一緒に行動しましょう。

(5) 犯罪や事故につながる火遊び、飲酒、喫煙、薬物使用は絶対にやめましょう。また、高校生
はんざい じ こ ひ あそ いんしゅ きつえん やくぶつしよう ぜったい こうこうせい
が入れない場所にも絶対に行かないようにしましょう。

(6) 事故に巻き込まれないようにしましょう。万一事故が発生した場合には、すぐに保護者、
じ こ ま こ まんいちじこ はっせい ばあい ほごしゃ
担任、学校その他の関係機関に連絡して対処してもらいましょう。

(7) 卒業生 との交遊について

ア お酒やたばこなどをすすめられたときは、断りましょう。

イ お金に関わるやりとり（おごる・おごられる・貸し借り）はしないようにしましょう。

ウ 携帯電話やスマホでやりとりする場合は、誰と交流 があるか必ず家族に知らせてお
けいたい でんわ ばあい だれ こうりゅう かなら かぞく し
きましょう。

エ 卒業生 と会う場合も、(2) の外出 にあたってのことを守りましょう。

(8) 携帯電話やスマホのマナーについて

携帯電話やスマホは保護者を買ってもらった高価なものです。使用については保護者に
けいたい でんわ ほごしゃ か こうか しょう ほごしゃ
迷惑をかけないように十分 に注意して、大切に使いましょう。

～携帯電話やスマホのマナー～

ア 朝早くからの電話、夜遅くの電話は相手に迷惑になるのでやめましょう。

イ 長時間の電話やSNSのやりとりはやめましょう。

ウ 電話については、通話料 金が高い場合もあるので、保護者に確認しましょう。

エ SNSやメール、ネットゲームなどのしすぎに注意しましょう。

オ むやみに、電話番号やID、メールアドレス等を教えないようにしましょう。

カ 友達の電話番号やメールアドレス等を他の人に教えないようにしましょう。



8 通学について

(1) 登校、下校の際は、交通ルールやマナーを守り、迷惑にならないような言葉や態度を
とうこう げこう さい こうつう まも めいわく ことば たいど
心がけましょう。

(2) 電車、バスでの通学のときはきまりを守りましょう。乗り物の中で大きな
でんしゃ ふうかく まも の もの なか おお
声でさわいだり、ふざけたりするのは、まわりの人がとても嫌な気持ちに
こえ ひと いや き も
なります。友達と話をするときには、まわりの迷惑にならないように小
ともだち はな めいわく ちい
さな声で話しましょう。優先席は、高齢者や体の不自由な人が優先的に
こえ はな ゆうせんせき こうれいしや からだ ふじゆう ひと ゆうせんてき
座る場所です。



- (3) 登校、下校時には、他の場所に立ち寄らないようにしましょう。
万一遅れた場合は、保護者や学校にすぐに連絡しましょう。

4 服装・頭髪等のきまり

これから書いてあることは、良い学校生活をしていくために大切な「きまり」として必ず守ってください。

1 服装について

(1) 制服の着用について

夏服 ワイシャツまたはブラウス、ネクタイ、スラックス
またはスカート



※夏服期間中は、ネクタイをつけないで第一ボタンを外してもよいです。

また、ワイシャツやブラウスのかわりに、指定ポロシャツを着用してもよいです。

冬服 ワイシャツまたはブラウス、ネクタイ、スラックスまたはスカート、ブレザー

※ストッキング（タイツ）は、落ち着いた色で柄が目立たないものが基本です。

寒い場合は、靴下やハイソックスの重ね履きをしてよいです。

・防寒のためにカーディガンやベスト（派手ではない）を着る場合は、ブレザーの中に着用し、はみ出さないようにしましょう。

・体育や体力づくりでは、ストッキングを脱ぎ靴下をはきます。

・スカートは、腰のところで折るなどして短くせず、正しく身に着けましょう。

・ネクタイは、ゆるめてだらしなくならないように、正しく身に着けましょう。

(2) 作業服・ジャージについて

ア 校内が寒いときは、作業服やジャージの上にウィンドブレーカー（スキーウエア）等を着てもよいです。また、上着の中にトレーナーなどを着てもよいですが、派手ではない色にし、上着からはみ出さないようにしましょう。

イ Tシャツは学校指定のTシャツを着用します。Tシャツのすそは、TPOに
じて自分で判断をして出し入れができます。

〔「安全性」「学習内容で必要な時」など必要な場面では、ジャージの中に入れるようにしましょう〕

（スポーツ用アンダーウエア等は、黒、紺、白等の派手ではないものにしましょう）

(3) その他

ワイシャツまたはブラウスの中に着る肌着等は、色が目立たないようにすること（無地の白等）が正しい服装のマナーです。



2 頭髪等について

(1) 頭髪について（髪の色や縮毛などの悩みについては相談してください）

- パーマ、髪の色や縮毛などの加工、極端な長髪や一部分だけ長すぎたり短すぎたりするようなきばつな髪型、まゆ毛のそり落としなどは禁止です。
- 清潔感のある髪型を心がけ、現場実習や就職活動が行える、周りの人に違和感を与えない髪型にしましょう。
- 肩より長い髪の場合は、体育・体力づくり、専門教科の時はきちんと結びましょう。



(2) 学校に必要な装飾品は持ってきてはいけません。また、化粧やマニキュア、イヤリング、ピアスについても同じです。

3 衣替えについて

夏服 6月1日前後2週間程度で行う。

冬服 10月1日前後2週間程度で行う。

4 記章について

(1) 校章は、ブレザーの襟につけます。名札は、ブレザーの胸ポケットにつけます。

(2) 夏服の時には、つけなくてもよいです。つける場合は、ワイシャツやポロシャツの胸ポケットにつけるようにしましょう。

5 その他

(1) 長期休業中のアルバイトや在学中の自動車学校への入校（3学年のみ）は、事前の届け出と許可が必要です。担任や室担、保護者と相談してからにしましょう。

(2) 友達同士での外泊をする場合には、必ず保護者の許可を得てください。

(3) 学校では、携帯電話やスマホの使用は禁止です。友達との電話番号やメールアドレス、SNS等のID交換をする場合は互いの保護者に確認してからにしましょう。

(4) 18歳になって成人した生徒でも、社会的にも経済的にも保護者から自立していないため、在学中は、未成年と同じような範囲で、相談して行動しましょう。
(相談をしないで、契約や婚姻等を行うことは、危険なこともあるのでやめましょう)