



朝が一日を決める

朝ごはんでスイッチON！

時間割を見て、その日の授業や予定を再確認
服装 持ち物 提出物
宿題 読書本 端末

元気に登校、さわやかに挨拶
8:20～8:30
みんなで朝読書

Check! 名中学習規律
どの教科もそろえています

- チャイムが鳴る前に席に着く
- 開始・終了の挨拶をしっかりとる（姿勢・声・目線）
- 正しい姿勢で座る（背筋を伸ばす）
- 全体に聞こえる声と返事
- 話す人を見ながら最後まで聞く
- むだ話や手遊びをしない
- 机の上は必要な物だけ出す
- 授業後に次時の学習準備をしてから席を離れる

どの教科も
基本形をそろえています

- 見通す これまでの学習を確かめます。何を学びゴールは何か見通します。
- 追究する 一人で考えたり、仲間と話し合ったりして、粘り強く課題を追究していきます。
- 振り返る 学習を振り返り、課題をまとめたり、定着のためのドリルや次時の予想をしたりします。

学
習

家庭学習は大切です

宿題 北海道全体の取組では
1年生 80分
2年生 90分
3年生 100分

A I ドリル 端末を有効活用しよう

自分なりの課題 さらに力を伸ばすために

ご家庭でも温かい声かけを！

進んで取り組もう

- 1人1台端末を有効活用！
各教科の授業だけでなく、家庭でも端末で学習が可能に！！
- A I ドリル導入！！
端末で各教科の課題に取り組むことができます。
・ いつでもどこでも振り返りが可能！
・ 小1～中3までの範囲を網羅！
・ 解けば解くほどA Iが得意不得意を分析してくれます！

カバンは軽く
でも復習は確実に！

○端末は毎日持ち帰り！

※教科書類は、テスト前や宿題で活用する際、各自必要に応じて持ち帰っています。

カバンを軽く！！

漢字検定や英語検定にも
チャレンジできる！！

お願い

欠席・遅刻の連絡
8:05までに

- 欠席遅刻の連絡は安心安全メールでお願いします。体育の見学や体調等気になる点については、電話での連絡も可能です。

夜間は留守番電話です

- 部活動終了後を目処に翌朝の7:30までは留守番電話になります。
- 緊急時は教育委員会学校教育課(3-2111)へ。

2025年度主な予定

1学期始業式	4月7日(月)
入学式	4月7日(月)
PTA総会	4月19日(土)
3年全国学調	4月14日(月)・17日(木)
3年修学旅行	5月6日(火)～9日(金)
体育祭	5月30日(金)
2年宿泊研修	7月8日(火)～9日(水)
夏季休業	7月24日(木)～8月18日(月)
名中祭	9月5日(金)
冬季休業	12月23日(火)～1月15日(木)
卒業式	3月12日(木)
修了式	3月24日(火)

身だしなみを整えよう

高校入試を受験する際にふさわしい態度・服装・頭髪で過ごします。週の始まり、儀式や集会、テスト、指示がある日は制服登校です。それ以外の日はジャージ登校です。

- 制服の時は、ネームをつけ正しく着用します。
- 夏服、冬服の期間がその季節ごとに連絡されます。
- Tシャツ・靴下・ストッキングの色の指定があります。
→ 校内生活のきまり確認

登下校について

登校 … 8:00 玄関解錠
8:20までに教室へ

通常の下校 … 15:35
5時間授業の下校 … 14:35
部活動終了(夏期) … 18:30
部活動終了(冬期) … 18:00

4月中旬に許可されてから自転車通学ができるようになります。ルールやマナーを繰り返し指導します。

生
活

基本的な生活習慣の確立を推進しています！

- きちんとしたあいさつ
- 規律ある生活
- きれいな環境
- 気づかう心

4K運動

中学生なら意識できます

- ・頭髪や服装は？・あいさつは？
- ・時間は？・整理整頓は？
- ・係活動は？・学習環境は？
- ・授業への集中は？・学習計画は？
- ・自転車の乗り方や交通マナーは？
- ・ネットの使い方は？

いじめは「しない」「させない」「見逃さない」… 当たり前のことが当たり前にできる学校づくりを推進しています。

絶対に
いじめは許されません！

本校の「いじめ防止基本方針」をWebでご確認ください。→

校舎は古いけど
整理整頓しています悪天候
大災害

- 臨時休業や屋外行事の中止等、6:30に判断し安心メールでお知らせします。
- 下校時に悪天候の場合は生徒を学校で待機させる場合があります。
- 洪水の際は、本校校舎の2階以上が避難場所に指定されることも考えられます。

部活動に変化

- 昨年度より年間104日以上の休養日を設定しています。
- 週2回(平日1回、土日のどちらか1回)を休養日にするのが基本です。ただし、大会等の関係から休養日を別の日に振り替えることがあります。

- 市ガイドラインに準じる
- 燃え尽きる活動にしない
- 高温時の活動に留意する

その
他

子どもが学校に行き渋っている

- 学級担任、または本校の心の相談員にご相談ください。
- 外部の相談機関と連携することもできます。

子どものスマホでトラブル

- スマホの契約者と使用者が責任を負います。ネットいじめ等については学校または名寄警察署生活安全課へ。
- 子どものネットやゲーム依存を防止するためにも、ご家庭で「使用の約束」を！

校内のケガで病院に行った

- 日本スポーツ振興センターに加入の方は補償対象になります。学級担任または部活動顧問にご連絡ください。必要書類をお渡しします。

子どもに発達障害の傾向がある

- 本校の特別支援教育コーディネーターにご相談ください。
- 「児童虐待の防止に関する法律」により、虐待が発見された場合は、即時通告します。

保健室から

まずは生活リズム

- 登校時から体調不良で学習に集中できない生徒が増えています。朝のご家庭での健康観察もお願いします。
- リズムのある規則正しい生活習慣が学習、運動を支えます。

病院ではありません！

- 保健室は、一時的に応急手当を行い、経過を見る場所です。
- 緊急時には保護者への連絡、お迎え、または救急車を要請することがあります。

臨時休業等の緊急の連絡は、「名寄中学校安心メール」でお知らせいたします。

通常→

読書・学活	1校時	2校時	3校時	4校時	給食	昼休み	5校時	6校時	学活・清掃
8:20	8:45	9:45	10:45	11:45	12:35	13:05	13:25	14:25	15:15

特別→

学活	1校時	2校時	3校時	4校時	給食	昼休み	5校時	6校時	放課後活動
8:20	8:35	9:35	10:35	11:35	12:25	12:55	13:05	14:05	15:10

5時間授業の日は
14:35下校です