

欠席・遅刻・早退・連絡

欠席・遅刻・早退などの連絡は、保護者がRAKUME（楽メ）で学校へ連絡をしてください。

●連絡がない場合、家庭や勤務先への連絡・訪問等で所在・安全の確認をします。  
●ケガや病気によって体育等の見学を希望する場合も必ずご連絡ください。

体調不良等により学習の継続が困難になった場合、お迎えをお願いします。

【電話対応時間帯】  
平日 8：00～17：00  
☎33-3007  
※上記時間内におかけください。

登下校・帰宅時刻

●登校 8:00～8:30  
(玄関解錠は 8:00 です)

●下校 5 時間授業 14：50  
6 時間授業 15：50

※部活動がある場合は、遅くなります。

遅刻等、ご用事のある場合は、職員玄関インターホンをご利用ください。

●安全のため、放課後外出時は「だれと」「どこで」「何時に帰る」を必ず保護者に伝えましょう。

校外での約束

絶対ダメ！

●いじめ、危険な行為はダメ！

●下校途中に友達の家へ寄って遊ぶのはダメ！

●下校途中に店に入るのはダメ！

●お金の貸し借り、おごる・おごられるのはダメ！

●子どもだけのカラオケ店・ゲームコーナーの利用はダメ！

●外泊については認めていません。

●保護者同伴であっても、午後 11 時～午前 4 時は、条例により、外出禁止です。

生活

自転車の約束事

●自転車通学は、認めていません。  
●自転車ステッカーを全校生徒へ配付します。必ず貼りましょう。  
●車の通りがとても多いです。自転車の乗り方や歩道の歩き方など、交通ルールをしっかりと守りましょう。  
●自転車使用期間は 4～12 月（別途指示がです。）  
●自転車の二人乗り・危険な乗り方はしないこと。  
●駐輪場に自転車を駐輪する時には、指定された場所に並べて駐輪しましょう。  
●普段から自転車の整備をしておきましょう。  
●4 月 1 日より、全ての自転車利用者の乗車用ヘルメット着用が努力義務化されます。自転車の安全な利用のため、ヘルメット着用をお願いします。

持ち物・服装

●服装 黒の詰め襟型推奨服、紺色のイートン型推奨服、スカートまたはズボン、もしくは指定ジャージ。  
※登下校時は指定ジャージか推奨服を着用すること。  
※なお、学校行事など決められた日は推奨服になります。

持ち込みを禁止しています  
●携帯電話・スマートフォン  
●お金  
●学習に必要なもの  
(※やむを得ず持ってくる場合は、事前に学校までご相談・ご連絡ください。その場合、朝のうちに担任に預けること。)

部活動

〈運動部〉  
●野球 ●サッカー ●陸上競技  
●卓球 ●バレーボール（女子）  
●バスケットボール ●ソフトテニス  
●バドミントン（女子）  
  
●男子バレーボール（合同チーム）  
●柔道 ●水泳 ●新体操 ●剣道  
●アイスホッケー（合同チーム）  
●スピードスケート  
●フィギュアスケート  
  
〈文化部〉  
●吹奏楽 ●美術  
  
※各部活動ごとに部活動費がかかります。

学習用具

●年度始、教科ごとに、教科担当から指示が出されます。  
  
●ノート … 教科担任より指示があります  
●筆記用具…鉛筆またはシャープペンシル  
●消しゴム、定規、コンパス  
  
●自分用のタブレットがあります。  
  
●ロッカーがあります。置いていても良いものは、担任の先生から指示がありますが、教科書など家庭学習で使うものは、自分たちでしっかりと判断して計画的に持ち帰らせています。  
  
●季節で使うもの（体育 スケートなど）は別途、教科毎に指示があります。

各種テスト

●定期テスト以外にも、教科毎に小テストや単元テストなどがあり、テスト前には必ず教科担任から連絡されます。

学力テスト 全学年	●3 年、年 4 回実施。 ●1・2 年、年 1～2 回実施。 ※テスト範囲表をご確認ください。
全国学力学習状況調査 3 年生	●4 月 19 日実施。 ●毎年、3 年生を対象に実施されます。
標準学力 検査 2 年生	●1 2 月 14 日実施。 ●教育研究所の実施要項に基づき実施されます。

定期テスト

●定期テストを実施しています。

定期テスト	前期中間テスト	6月15日（木）
	前期期末テスト	9月 7日（木）
	後期中間テスト	1・2年 11月21日（火） ※3年生は実施しません
	後期期末テスト	1・2年 2月15日（木） 3年 12月 8日（金）

学習

家庭学習

学力向上の極意  
●その日のうちに復習する  
●短時間でも毎日取り組む

●家庭学習は 宿題 + 自主学習  
●最低でも学年 + 1 時間は取り組もう

●国語 語句の意味調べ新出漢字の練習。ワークで復習。  
●社会 その日のうちに復習。問題をたくさん解こう。  
●数学 教科書、ワークの問題を繰り返す。同じ問題を何度でも！教科書の太字用語やグラフは重要。同じ問題を繰り返す。  
●理科 教科書を何度も音読。単語は言えて、書けるまで練習。  
●英語

朝が大切！

朝ごはんを必ず食べよう！

●朝食によって体や脳のエネルギーが補給され、意欲的な活動に必要な体温上昇が引き起こされます。  
●お腹が満たされることによって情緒（気持ち）が安定し、心の余裕や意欲が生まれます。我慢したり忍耐強く頑張ったりする力の源であり、子供のチャレンジと成長を支えます。

みんなで取り組む  
朝読書 8:30～8:35

●朝の落ち着いた雰囲気、その後の一日を充実させます。  
●各自で用意します。  
●漫画・雑誌以外のものとします。

保健室から

思春期！！真っ只中！！

●子どもは「依存」と「反抗」を繰り返しながら成長します。その依存（甘え）が素直な形で表現できないのが思春期の特徴です。反抗は自立に向かう子ども達の一面にすぎません。どんな形で自立しようとしているのだろうと見ていて欲しいと思います。  
●心の状態が言葉になる前に体の不調となって現れることが多いです。保健室で体調と心の問題をつなぎ、自分の気持ちに気づく関わりをします。  
●上手いかわないことがあっても、必要以上に落ち込むのではなく、短時間で心を回復させる「しなやかな思考をもって生きることができる力」を育てる関わりをします。

令和5年度 主な行事

前期	始業式・入学式	4 月 10 日（月）
	体育祭	5 月 27 日（土）
	夏休み	7 月 22 日（土） ～8 月 17 日（木）
後期	文化祭	9 月 30 日（土）
	開校記念日	10 月 9 日（月）
	冬休み	12 月 23 日（土） ～1 月 11 日（木）
	修了式・離任式	3 月 22 日（金）

●その他の行事については、詳細が決まりしだい、学校便りや学年通信、ホームページ等で随時お知らせいたします。

学校からの連絡

RAKUMEで配信します

安全メールは、帯広市教育委員会が契約し、市内の小中学校または市教委が、登録者である保護者に対して一斉にメールを配信するサービスです。

配信内容（例）  
●「自然災害時の登下校」「不審者情報」など安全面に関する情報。  
●「体育祭など行事等の実施の可否」など。  
●帯広市 PTA 連合会から、各単 P の役員さんへの連絡。

西陵中ホームページでも各種情報を配信します。  
<http://www.seiryu.obihiro.ed.jp/>

おねがい

大きな災害が起こったとき

●授業中に大きな災害が発生した場合は、生徒を校舎内で守り、保護者にお迎えに来ていただきます。  
●大災害時、連絡は安全メールやホームページで行いますが、停電等で使用できない場合は、直接、学校にお越しください。

お車で来校するとき

●駐車場には限りがありますので極力徒歩または自転車にてご来校ください。

送迎時などの車の乗降は、校舎東側（生徒玄関前）及び西側駐車場をお願いいたします。近隣施設及び路上駐車はご遠慮ください。

連携

西陵中 P T A 組織

●西陵中学校 P T A（三役）  
会長 1 名 副会長 3 名  
監査 2 名 幹事若干名

総務部 各学級から 1 名  
教養部 各学級から 1 名  
広報部 各学級から 1 名  
社会部 各学級から 1 名  
学年部 各学級から若干名

P T A に関する問い合わせは  
西陵中 0155-33-3007 事務局まで

参観日・面談等・PTA

前期	PTA 総会・参観日・懇談会・課外活動後援会・部活動後援会	4 月
	PTA 環境整備	5 月
	保護者面談(1・2 年)	
後期	教育相談（全学年）	6 月
	参観日・懇談会	7 月
	教育相談（全学年）	10 月
	三者面談(3 年)	11 月
	参観日・懇談会	12 月
	PTA 役員総会 学年・学級懇談会 (1・2 年)	3 月

相談

●本校では、生徒の健やかな成長と安全確保のために積極的に関係機関と連携しています。  
●ご相談はお気軽に、学校または下記に直接ご連絡ください。

●帯広市教育委員会 0155-65-4205  
●帯広市役所 0155-24-4111  
●帯広児童相談所 0155-22-5100  
●子供支援センター 0120-3882-56  
●子供 SOS ダイアル 0120-0-78310  
●子供の人權 110 番 0120-007-110

《虐待は通告します》  
「児童虐待の防止等に関する法律」により、学校には虐待を早期発見し、通告する義務があります。

(通常日課) (6 時間授業)

8:30 10:50 11:50 12:40 13:10 13:30 14:30 15:20 15:30 15:50

日課 登校 朝読書 朝の会 1校時 2校時 3校時 4校時 給食 昼休み 5校時 6校時 帰りの会 清掃 下校

(5 時間授業)

13:10 13:30 14:20 14:30 14:50

【西陵中学校（教職員）勤務時間】平日 8:20～16:50 ※本校は、働き方改革を進め、ご家庭・地域の皆様とともにより質の高い教育の推進に努めます。

規則正しい生活をしましょう！

●早寝・早起き・朝ご飯●時間・ルール無制限のゲームやスマホ・ネット利用は、依存症やトラブルにつながります。使い方をよく話し合いましょう。