



令和6年度・長田中のルール



項 目	備 考
頭髮に関すること (髪色や髪型)	☐ 本来の自分の髪色や髪質を大切にしよう。 ・ パーマや染色は禁止しています。 ・ 中学校では「進学」「就職」などそれぞれの進路に向けて指導をします。
頭髮に関すること (くくり方など)	☐ 肩より長い髪の毛はゴムでくくりましょう。 ・ ポニーテール、ふたつくり、ひとつくり、三つ編み、団子くりでくくります。 ・ ハーフアップは肩より短い生徒は認めます。それより長い人は上記の髪型で結びます。 ・ 整髪料は持参しません。自宅でケアする際は固めない・匂わないものを使います。
制服に関すること	☐ 制服は標準服を着用しよう。 ・ スラックス・スカートは選択制です。ネクタイ・リボンは入学時に選択しどちらかを着用します。 ・ スカート着用の際はベストを着用します。
制服のルール	☐ 今年度より完全更衣期間は定めません。体調等に応じて個々に対応しましょう。ただし式典や行事の際は統一した服装で参加しましょう。 ・ 教室内は冷暖房を使用しています。教室内では個々の体温調節のために、制服の上からジャージを着たり、セーターで活動して構いません。その際は腰に巻いたり、頭にかけたりせず、正しい方法で着用します。
下着	☐ 下着の色指定はありません。 ☐ 肌着は目立たない単色のもの（白、グレー、ベージュ等）を着用しましょう。 ・ 社会マナーとして「シャツからインナーは透けないように」というものがあります。袖や襟からはみ出ているもの、色が濃く透けてしまうものは社会マナーとして好ましくありません。中学生のうちから意識していきましょう。
靴	☐ 白基調の運動靴（紐靴）を着用しましょう。 ・ メーカーのマークやワンポイントは認められています。 ・ 運動しやすい飾り気のないものを着用します。
靴下	☐ 黒・紺・グレー・白基調の靴下を着用します。メーカーマークやワンポイントも認めます。
名札	☐ 学校内でのみ着用しましょう。
鞆	☐ 指定カバンを使用しましょう。 ・ お弁当や水筒は別の袋に入れても構いません。高価なものや華美なものは使用しません。
その他 (防寒着等)	☐ 学校指定外の防寒具（上着）・指定ウィンドブレーカー・マフラー・手袋・タイツ・カイロが認められています。 ・ 学校指定外の防寒具は「カバンに入る」「自己管理ができる」「華美でない」を認めます（冬場に限り） ・ タイツはベージュか黒のものを着用します。マフラーや手袋に指定はありません。

頭髪編

(髪色や髪型について)

- ・ 自分の髪色や髪質など本来もっているものを大切に、清潔な髪を心掛けましょう！

Q：なぜ染髪・脱色はいけないの？

A：染髪・脱色について

中学校では自然な髪色＝自分の本来持っているものを大事にしてほしいと指導しています。染髪や脱色ではなくあなたにしかない個性を大切にしてください。

A：全般について

中学校では「就職」「進学」等それぞれの進路に向けて指導をしていきます。長田中を巣立ち、社会に出るその時にふさわしい髪型や服装を意識しましょう！見た目で決まるものではないかもしれませんが、見た目で判断されることもあります。中学生生活を通して様々なことを学んでいきましょう！（奇抜な髪型は声をかけることもあります）

(くくり方などについて)

- ・ 肩より長い髪の毛はポニーテール、ふたつくり、ひとつくり、団子くりでくくります。
- ・ ハーフアップは肩より短い生徒は認めます。
⇒ それより長い人は上記の髪型で結びましょう！
- ・ 整髪料は持参×。自宅でケアする際は固まらない・匂わないものを使いましょう！

Q：どことなくくり方はよくないの？

A：編み込み、肩より長い髪をくくらない など

服装編

(制服に関すること)

- ・ 制服は標準服を着用します
- ・ スカート・スラックス・ネクタイ・リボンは選択制です
- ・ スカート着用の際はベストを着用します

(更衣に関すること)

- ・ 完全更衣期間は定めません。体調等に応じて個々に対応しましょう。ただし式典や行事の際は統一した服装で参加します。
- ・ 教室内は冷暖房を使用しています。教室では個々の体温調節のために、制服の上からジャージを着たり、セーターで活動して構いません。その際は腰に巻いたり、頭にかけてたりせず、正しい方法で着用します。

(下着・肌着について)

- ・ 下着の色指定はありません
- ・ 肌着は目立たない単色のもの（白、グレー、ベージュ等）を着用します

Q：なぜ肌着は目立たない単色でないとダメなの？

A：肌着の色について…

社会マナーとして「シャツから肌着や下着は透けないように」というものがあります。インナーが袖や襟からはみ出ているもの、色が濃く透けてしまうものは社会マナーとして好ましくありません！中学生のうちから意識していきましょう！

（靴・靴下に関すること）

- ・ 白基調の運動靴（紐靴）を着用します。
- ・ 運動しやすい飾り気のないものを着用するようにしましょう
- ・ 黒・紺・グレー・白基調の靴下を着用します。メーカーのマークやワンポイントも認めます。

Q：なぜ白基調の運動靴（紐靴）でないといけないの？

A：運動のしやすさと購入のしやすさから

長田中学校では通学靴で体育の授業、部活動も実施します。動きやすいこと、けがを防ぐことを考えた時に最も安全性が高いのは紐靴です。

白基調の理由は購入のしやすさや統一感を考慮して。すべてを自由にしてしまうと材質や形状、値段など…様々な部分で個人差がでてきます。中学生は成長著しい時期です。靴サイズの変更や破れ・汚れなども頻繁にでてきます。そのため、一般的に購入がしやすく統一しやすい白基調を本校ではルールとしています。

その他

（カバン・防寒具等について）

（カバンに関すること）

- ・ 指定カバンを使用します
- ・ 補助カバンを使用しても入りきらない荷物（部活用シューズやラケット、楽器）や傾けたくないもの（お弁当や水筒）は別の袋に入れても構いません。ただし、高価なものや華美なものは使用しません。

Q：なぜ指定カバンでないといけないの？

A：3年間使用を見越した丈夫な作りと統一感から

中学生は日々、様々な荷物を扱います。そのため指定カバンは負担がかかりにくく、荷物が多く入るものを採用しています。また、靴同様にすべてを自由にしてしまうと材質や形状、値段など…様々な部分で個人差がでてきます。様々な荷物を詰め込み、学校生活に部活に使用しますので故障なども考えられます。高額なものや破れやすいものを使用することでトラブルも予測されます。「制カバン・補助カバンでは入りきらない！」という人は水筒やお弁当、部活のシューズ・ラケット・荷物などの荷物は各自で用意した袋・カバンを使用してもらっても構いません。

（防寒具に関すること）

- ・ 学校指定外の防寒具（上着）・指定ウィンドブレーカー・マフラー・手袋・タイツ・カイロが認められています。
- ・ 学校指定外の防寒具は「カバンに入る」「自己管理ができる」「華美でない」を認めます（冬場に限り）
- ・ タイツはベージュか黒のものを着用します。マフラーや手袋に指定はありません。

Q：なぜ防寒具は「カバンに入る」「自己管理ができる」「華美でない」ものでないといけないの？

A：個人差や管理の問題を考慮して

上記のカバンと同じ理由で、すべてを自由にしてしまうと材質や形状、値段など…様々な部分で個人差がでてきます。また、ダウンジャケットなどの嵩のある衣料は学校ロッカーに収納ができません。防寒具は高額なものや破れやすいものもあります。学校に着用してくること、置いておく（椅子にかける等）ことで破損などのトラブルも予測されるため「カバンに入る」「自己管理ができる」「華美でないもの」と規定しています。指定ウィンドブレーカーは登下校、部活動中、冬季の体育授業などでも使用できますが学校指定外の防寒具は登下校のみ着用可能です。