

令和2年度版

# 三暘の子の くらしときまり



鶴岡市立朝暘第三小学校

鶴岡市新形町17番24号

TEL 22-0318

FAX 22-0319

このページは、冊子『三陽の子のくらしときまり』から抜粋したものです。  
より詳しくお知りになりたい方は、『三陽の子のくらしときまり』をご覧になるか、学校にお問い合わせください。



．．． 目 次 ．．．

- ◆ 表紙 (p.1)
- ◆ 学校教育目標・鶴岡市子ども像・校章とその由来 (p.2)
- ◆ 三陽しぐさ (p.3~4)
- ◆ 一日のくらし (p.5~9)
  - ・ 登下校
  - ・ 服装や持ち物
- ◆ 学習の仕方 (p.10~11)
  - ・ 学習用具
  - ・ 図書館と家庭学習
- ◆ 校外生活 (p.12~14)
  - ・ 外出や遊び
  - ・ 交通安全と自転車乗り
- ◆ 体力づくり (p.15~16)
  - ・ プールの使い方



## 学校教育目標

つよく やさしく かしこく

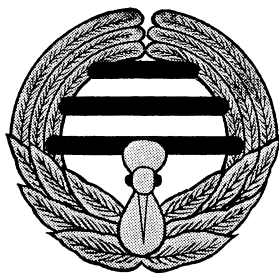
- (1) よく考えて学ぶ子ども
- (2) 思いやりのある子ども
- (3) 体をきたえる子ども

最後までやりとげる子ども

## 鶴岡市子ども像

私たちは  
いのち育むまち鶴岡を愛し  
真心をつくし  
夢に向かって学びます

## 校章とその由来



- 鶴岡市の「鶴（つる）」と三小の「三」をとってデザインした。
- 鶴が大空にはばたくように元気いっぱい活動し学校が大きく伸びていくようにという願いがこめられている。
- 丸い形になっているのは、みんながなかよく学校生活を送られるように…そして、心も体も大きくなるようにとつくられました。

# 三陽しぐさ2013

朝三小では「きまりだからやる」から「みんなで気持ちよく生活できるよう、自分で考えて行動できる」子どもへの成長を願い、江戸時代の粋な心づかい「江戸しぐさ」に倣って「三陽しぐさ」を進めています。三陽の子の合言葉として、ともに生きることを学ぶ窓口として、みんなで広めていきましょう。

<sup>み</sup>**見つけひろい** (福祉) 落とし物やごみを見つけて進んで拾おう



<sup>ことば</sup>**あい (愛) 言葉** (言葉遣い) 相手を思いやる温かい言葉をつかおう

あたたかい言葉を聞くとあたたかい言葉を使いたくなる…不思議



<sup>どうく</sup>**道具もどし** (整理整頓) 使った物はもとの場所へきちんとかたづけよう

<sup>かえ</sup>**やさしさ返し** (思いやり) 自分がしてもらってうれしいことを他の人にも返そう

<sup>き</sup>**聞き** <sup>め</sup>**目パッチリ** (聞き方)



話を目と耳で聞けば勉強への効き目もパッチリ!

<sup>け</sup>**こまめ消し** (エコ)

使わない電気はこまめに消してエコ生活



<sup>しょく</sup>**サンキュウ食** (給食)

おいしい給食がいただけることに感謝し残さず食べよう

※鶴岡は学校給食発祥の地です。みんなで“食”を大切にしていましょ。



<sup>ろうか</sup>  
**そろそ廊下** (廊下歩行)

みんなが通る廊下や階段はしずかに右側を歩こう



**ズックいたわり** (使い方)

ズックのかかをつぶさず  
ひもも結んで大切にはこう

<sup>さき</sup>  
**先あやまり** (仲良く)

相手をせめる前に自分の  
悪かったところを先にあやまろう



**ニコニコあい(愛)さ2** (あいさつ)

笑顔いっぱいのあいさつでお互  
いに元気をとどけよう

<sup>め</sup>  
**目うえしゃく** (会釈) 目上の人とすれちがう時は  
「こんにちは」と軽くおじぎを

<sup>どう(とお)</sup>  
**にっこり、ありが10** (感謝) 1日10回は笑顔を添えて「ありがとう」

<sup>めめかた</sup>  
**目と目語り** (対話) 話すときは目と目を合わせて心が通い合う会話を

<sup>さき</sup>  
**先ゆずり** (相手への気遣い)  
「お先にどうぞ」と譲り合う  
気持ちを大切に



<sup>みなお</sup>  
**さわやか美直し** (美しく)  
そろえたりかたづけたりして  
気持ちよい環境に

<sup>じぶんほこ</sup>  
**自分誇り** (記名・返事)  
持ち物にはしっかり記名、名前をよばれたらしっかり返事

# 一日のくらし



## 登校のしかた

1. 登校班ごとにまとまって登校しましょう。
2. きめられた通学路を通して、歩道がない道は1列で歩き、登校しましょう。
3. グラウンドを通らないで登校しましょう。
4. 冬になったら、旧家政高校側の体育館そばの道路は通りません。
5. 学校には、8時ぐらいをめどに登校しましょう。(7時45分昇降口が開きます)
6. 登校のとき、近所の人、友達、交通指導員さん、先生に元気にあいさつをしましょう。
7. 交通のきまりを守り、事故に気をつけて、遊んだりしないで歩きましょう。
8. 雨のとき、1・2年生は、雨ガッパを着て登校しましょう。  
かさは、さしません。
9. 登校の途中、忘れ物に気がついても家にはもどりません。

## 登校したら

1. はきものは、自分のくつ箱にかかとを手前にそろえて入れましょう。  
(上段内ズック、中段外ズック、下段登校靴)
2. かさは、まいてから雨具かけにかけて、カップや防寒着などは、昇降口にかけておきましょう。帽子や手ぶくろは、ランドセルに入れましょう。
3. 教室に入ったら、学習用具を机の中に入れ、ランドセルはロッカーに入れましょう。
4. 教室に置いてあるネームプレートをつけましょう。ない人はお家の人に言って買ってもらいます。
5. チャイムが鳴るまで自分の予定にしたがって行動しましょう。  
(体力づくり、図書の本返・貸し出しなど)
6. 火曜日には、全校集会があります。8時10分には学級ごとに並んで体育館に静かに移動しましょう。集合したら口をとじて静かにまちましょう。
7. 月・水～金曜日は、計画にしたがって8時15分から朝学習を始めましょう。  
(木曜日は学年集会、金曜日は朝読書)
8. 時計を見て行動しましょう。  
特に休み時間の終わりと掃除の始まるの時刻
9. 学校に着いたらすぐに教室に入りましょう。

## 職員室への入り方・出方

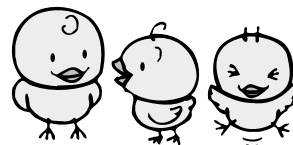
1. 失礼します。
2. ○年○組の○○○○です。
3. ○○先生に用事があって来ました。  
…※その先生のそばに行ってから用件を話す。  
…
4. (向きなおって) 失礼しました。  
\*ランドセルや上着は廊下に置いて、印刷室側から出入りする。

## あいさつ

1. 朝や帰るときは、「おはようございます」「さようなら」のあいさつをいつもしっかりしましょう。
2. 校内で先生やお客さまに出会ったら、先にえしゃくをしましょう。
3. 友だちは「さん」「くん」をつけて呼びましょう。

## 廊下の歩きかた

1. 右側を広がらないで、静かに歩きましょう。
2. 階段は、静かに上り下りしましょう。
3. 階段の飛び下りや、手すり乗りはしません。
4. 登下校の時は、中央廊下・中央階段を使用しましょう。  
(1年生は南階段を使用します。)
5. 廊下を走ってしまったら、歩いてもどきましょう。



## ワークスペースの使い方

1. ワークスペースは教室です。走ってはいけません。
2. 暖房がはいったら、ワークスペースの戸は、しめておきましょう。

## みんなのもの

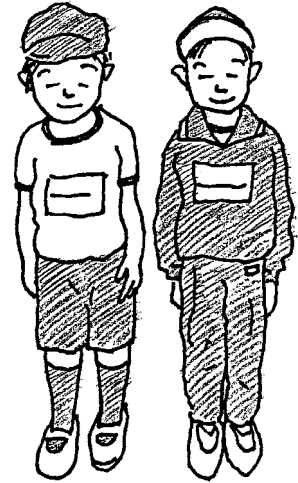
1. 学校のものは「みんなのもの」です。大切に使い、使ったらもとのところに整理、整頓しましょう。
2. まちがってこわしたり、ガラスなどをわってしまったりしたときは、すぐに担任の先生に話をしましょう。
3. 教室の机の上、配膳台、ロッカーの上、窓のしきいなどに腰かけたり、上がったりをしません。
4. 特別教室には勝手に出入りしません。

## 窓のあけしめについて

1. 窓のあけしめには十分に気をつけましょう。
  - ・1・2年生は、先生があけしめをします。
  - ・3・4年生は、先生といっしょにあけしめをします。
  - ・5・6年生は、十分に気をつけて、あけしめをします。
2. 窓からは、ぜったいに物をおとしません。
3. 窓の手すりでは遊びません。

# きちんとした服そう

1. 学校生活にふさわしい活動しやすい服を着ます。
2. 運動をする時は、運動着を着ます。
  - ・冬季は、長袖、青色の上下です。(中には半袖、短パン)
  - ・夏季は、(6月頃から10月頃まで)  
上衣は、丸首で白の半袖(襟、袖口は青線入り)  
下衣は、青色のハーフパンツ
3. ズックは極端に底の厚いものはさける。
  - ・内ばき……1・2年は、白地でひもなし、3年以上は、白地でひも付ズックでもよい。
  - ・外ばき……1・2年は内ばきの形でふちに青の線入り、3年以上は、青地のひも付ズックでもよい。



※内ばき・外ばきともに、線の本数など、細かい形や製造メーカーについての指定はありません。

4. 運動着、ズックいずれにも必ず記名をしておきます。
  - ・ズックの種類については、下の写真を参考にしてください。



1・2年の例



3～6年の例



平成29年度から1～6年で推奨している外ばき

# 下校のしかた

1. 下校時刻は学年によってちがいます。特別に用事のない人は下校時刻を守って、あとしまつをきちんとして下校しましょう。
2. 通学路を通り、まっすぐ帰宅しましょう。
3. さそい合って、二人以上で下校しましょう。
4. グラウンドを通って下校はしません。
5. 知らない人にさそわれても、車に乗ったり、ついていったりしません。

# 欠席や遅刻の連絡は

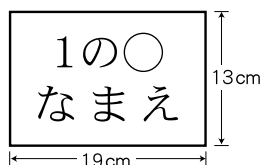
1. 病気や都合で欠席したり、遅刻したりする場合は連絡ノートに書き、近所の友達にたのみ、担任の先生に連絡しましょう。  
(やむをえず電話連絡する場合は、7時50分～8時15分の間をお願いします。)  
※インフルエンザなどの感染のおそれがある場合は、連絡ノートでなく、電話で連絡をしてください。



# 持ち物には名前をつけましょう

1. 学習用具はランドセルに入れて通学しましょう。
2. 図書館の本は本バッグに入れて持ち運びしましょう。
3. 運動着などは運動着袋に入れて持ち運びしましょう。
4. 持ち物には、それぞれ学年・組・氏名をはっきり書いておきましょう。
5. 学校には、いらぬお金は持って来ません。
6. 持ち物の記名や袋の大きさは、次のようにしましょう。

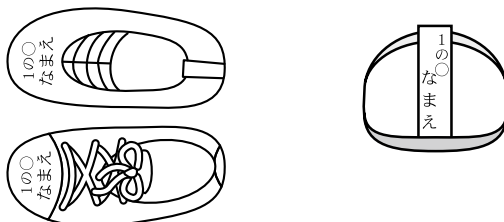
## ① 運動着上 (胸中央)



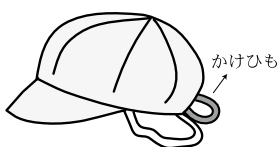
## ② 運動着下 (後ろポケット)



## ③ ズックは前の方だけでなく、後ろのかかとも名前をつけましょう。



## ④ 運動するとき、清掃のとき、赤白帽子をかぶりましょう。 赤白帽子、防寒着などには、かけひもをつけてください。



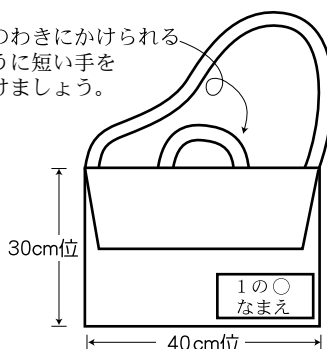
## ⑤ かさは柄の部分に大きく名前を書きましょう。



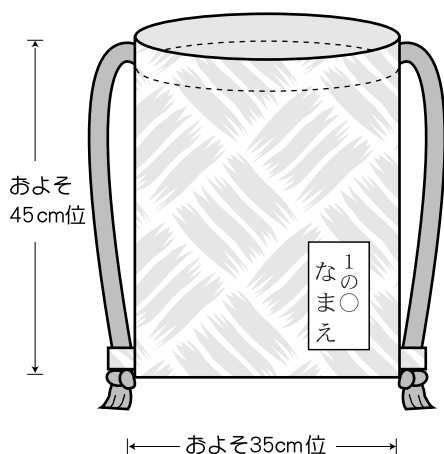
## ⑥ 図書館の本を入れる本バッグ

- ・肩から下げられるようにしましょう。
- ・ふたがかけられるようなもの

机のわきにかげられるように短い手をつけましょう。



⑦ 運動着袋（運動着上・下）



厚手の布地でなく、なるべく薄手の布地でお願いします。

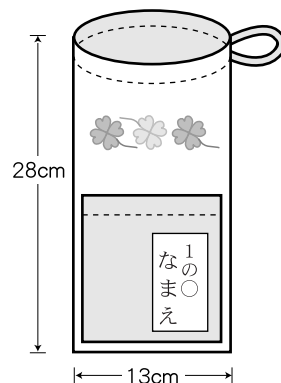
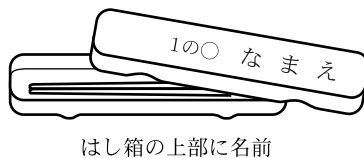
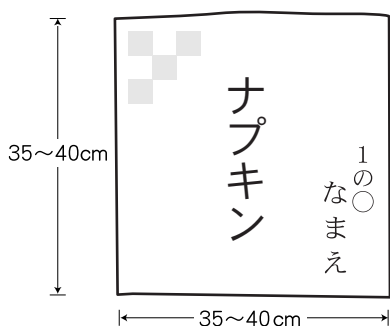
リュック型にしてランドセルの上から背負えるように。紐の長さを調節して下さい。

また、夏場は半袖・半ズボンだけを持ち帰ることも多いので半袖・半ズボン用の小さい袋を併用すると便利です。

- ・袋は、自分のロッカーに入れましょう。
- ・運動着はよごれたら、袋に入れて家に持ち帰り、洗濯をしてきましょう。

⑧ 給食用具入れ（マスク、ナプキン、はし箱）

- ・マスクは給食準備中に使います。いつも準備しておきましょう。
- ・ナプキンは給食の時、おぼんの上にしきます。2～3枚用意しておき毎日清潔なものを使いましょう。
- ・はし入れは毎日もち帰り、家で洗ってきましょう。



- ・はし袋にマスクを入れられるポケットがあると便利です。
- ・袋の口をとじた状態で、ひもの端(上)から袋の端(下)まで40cm位になるようにすると、机の脇に、床につかずにかけることができます。

# 学習のしかた

## 1. 学習のまえに

- (1) 学習に必要なものを忘れないように、予定表を見て、きちんとそろえておきましょう。鉛筆は毎日家でけずります。
- (2) 学習用具は、シンプルで無地のものを準備し、全てのものに記名しましょう。
  - 筆入れ… 低学年は、箱型がのぞましいです。
  - 筆入れの中…〔1・2年〕鉛筆（Bか2B）5本ぐらい、赤青鉛筆1本、白の消しゴム1個、名前ペン1本、定規
  - 〔3年以上〕鉛筆（BかHB）5本ぐらい、赤青鉛筆1本または赤ボールペンと青ボールペン、白の消しゴム1個、名前ペン1本、定規、学年で決めたもの※ノック式のペン、シャープペンシルは持ってきません。
- 下じき…無地のもの
- (3) 時計を見てタイム着席をし、静かに自習して待ちましょう。

## 2. 学習の中で

- (1) 正しい姿勢で学習に取り組みましょう。
- (2) 先生や友だちの話をよく聞き、自分の考えをしっかり持って進んで発表しましょう。

〈聞き方のポイント〉

- ①まず、しっかりと聞こうという気持ちを持ちましょう。
- ②お話の中身を頭に思い描いて、考えながら聞きましょう。
- ③耳だけでなく、目でも聞きましょう。（話し手の方をよく見て聞きましょう）

〈発表のしかたのポイント〉

	目 標	例
低学年	自分が思ったことを話します。	わたしは～だとおもいます。 はい～です。
中学年	わけをつけて話します。	わたしは～だと思えます。わけは～だからです。 わたしは～に賛成です。理由は～だからです。
高学年	友だちの意見につなげて話します。	つけたして言うと～。～に質問ですが～。 もう少しくわしく言うと～。まとめて言うと～。

### 3. 図書館利用

- (1) 貸し出しの時間は次の通りです。  
朝（～8：10まで）中間休み、昼休み
- (2) 貸し出し日数は7日間です。返却日を守りましょう。毎日最大4冊まで借りることができます。
- (3) 本は必ずビニール・本バッグに入れて持ち歩きましょう。
- (4) 図書館の本は、みんなで使う大切なものです。ていねいにあつかってみんなが気持ちよく読書できるようにしましょう。  
よい本を読むことは、いろいろな世界を楽しめるとともに知識も豊富になります。たくさんよい本と出会ってください。
- (5) 調べ学習でも図書館をおおいに利用しましょう。

#### 読書のめあて

1・2年 80さつ、3・4年 60さつ、5・6年 40さつ

### 4. 家庭学習

- (1) 家庭学習のてびきを参考にして、宿題や自主学習に取り組みましょう。
- (2) 自分から進んで学習する習慣を身につけましょう。
- (3) しっかりとした基礎基本となる学力を身につけましょう。

#### ○家庭学習の習慣づくり

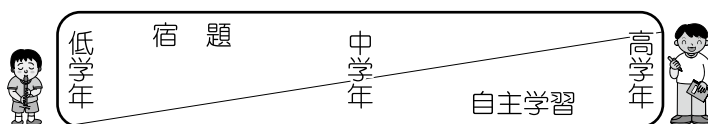
- ① 毎日、かならず決まった時間に勉強する。
- ② テレビを見ながら、おやつを食べながらの「ながら勉強」はしない。
- ③ 机の上をきれいにし、姿勢よく行う。

#### ○家庭学習時間のめやすくこのめやすは、最低基準です

学年×10分以上(例えば、3年生なら3×10分以上=30分以上)

※期待する時間 低学年 20分～30分、中学年 40分～50分、  
高学年 60分～70分

※宿題と自主学習  
の割合



# 校外生活

## 外出するとき



1. 家の人に行き先や帰る時刻などをことわりましょう。
2. 子どもだけでは学区内からでません。
3. スーパーマーケットやショッピングセンター、ゲームセンターでは、お家の人と一緒に行動します。
4. 映画は、お家の人と一緒に見ます。
5. 夕方は、早めに家へ帰りましょう。  
家へ入る時刻…4月～9月 午後6時までに家に帰りましょう  
10月～3月 午後5時までに家に帰りましょう
6. 知らない人のさそいについていきません。
  - ・知らない人の車にはのりません。
  - ・あぶないときは、「子ども110番」のお店や近所の家などに助けをもとめましょう。
7. 花見やお祭には、子どもだけでは行きません。

## 遊びについて



1. 一度、家に帰ってから出かけましょう。
2. きけんな遊びはしません。
  - ・川のそばや線ろの近く、工事現場などでは遊びません。
  - ・ザリガニとりには、大人の人といっしょに行きましょう。
  - ・火遊びは、けっしてしません。(花火は、大人の人といっしょにしましょう。)
  - ・早朝や夜間の虫とりは、大人の人といっしょにしましょう。
3. 休みの日は、午前9時までは友だちをさそいません。
4. お金をもって遊びに行きません。子どもだけで、お店には入りません。
5. だれもないお家に遊びに行きません。

## その他

1. テレビやゲーム、パソコン、スマホなどはお家の人と決めたルールを守ってしましょう。
2. インターネットやスマホ等での言葉づかいに気をつけましょう。(悪口や暴言は言わない)
3. ソフトの貸し借りはしません。また、もの(カード・シールなど)をあげたり、もらったりしません。
4. お金をむだに使ったり、他の人にかりたりしません。

# 交通安全と自転車乗り

1. 交通ルールは、必ず守りましょう。
2. 1・2年生は、道ろでは自転車に乗りません。（おうちの人と一緒にの時はよい。）
3. 3年生はPTAの交通安全教室後に道ろで乗ることができます。  
4・5・6年生は各町の安全点検後に乗ることができます。  
交通安全教室のあとでも、道ろで乗るときは家の人と話し合い、決めましょう。
4. 三小ステッカー（点検せいびのすんだしるし）のついた自転車にだけ乗りましょう。
5. 雨の日は自転車に乗りません。
6. 雪がふったら春まで自転車に乗りません。
7. 4～6年生は、自転車点検前は、今年度のステッカーのついた自転車、点検後は、次年度のステッカーのついた自転車に乗りましょう。いずれも、保護者の許しを受けてから乗りましょう。
8. 道路交通法の改正により、子どもにヘルメットを着用させる努力義務が明記されました。自転車に乗る時は、安全のためヘルメットをかぶりましょう。

鶴岡市立朝暁第三小学校

## 1・2年生用じてん車てんけんようし



町子ども会		てんけんした日	月	日
年 組		名まえ		
〇てんけんすること		〇てんけんのけっか		
1	大きさはのる人の体にあっているか。	<input type="checkbox"/> あっている <input type="checkbox"/> 大きすぎる		
2	サドルにまたがってりよう足がじめんとどくか。	<input type="checkbox"/> とどく <input type="checkbox"/> とどかない		
3	まえとうしろ、りようほうのプレーキはきくか。	<input type="checkbox"/> どちらもきく (まえ・うしろ)がきかない		
4	ライトはつくか。	<input type="checkbox"/> つく <input type="checkbox"/> つかない		
5	ハンドルは、あんぜんうんでんできるハンドルか。	<input type="checkbox"/> あんぜんなハンドル <input type="checkbox"/> あんぜんなハンドルではない		
6	じてん車に名まえはかいてあるか。	※ご家庭で判断いただいでけっこうですの で、自分の自転車かどうかわかるように してください。		
7	ほかにわるいところはないか。	<input type="checkbox"/> わるいところはない <input type="checkbox"/> わるいところがある どこ→( )		
8	ヘルメットはじゅんびしてあるか。	<input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない		
てんけんして下さったかた		<input type="checkbox"/> じてん車やさん <input type="checkbox"/> 町やくいんのかた <input type="checkbox"/> おうちの人		
そのほかにきづいたこと				

このてんけんようしを、じてん車てんけんのときにもっていきましょう。

## 新3年生以上用自転車点検用紙

町子ども会		点検した日	月	日
年 組		名前		
○点検すること		○点検の結果		
1	大きさは乗る人の体に合っているか。	<input type="checkbox"/> 合っている <input type="checkbox"/> 大きすぎる		
2	サドルにまたがってりょう足が地面にとどくか。	<input type="checkbox"/> とどく <input type="checkbox"/> とどかない		
3	前と後ろ、両方のブレーキはきくか。	<input type="checkbox"/> どちらもきく <input type="checkbox"/> (前・後ろ) がきかない		
4	ライトはつくか。	<input type="checkbox"/> つく <input type="checkbox"/> つかない		
5	ハンドルは、安全に運転できるハンドルか。	<input type="checkbox"/> 安全なハンドル <input type="checkbox"/> 安全なハンドルではない		
6	自転車に名前は書いてあるか。	※ご家庭で判断いただいてけっこうですの で、自分の自転車かどうかわかるように してください。		
7	ほかに悪いところはないか。	<input type="checkbox"/> 悪いところはない <input type="checkbox"/> 悪いところがある どこ→( )		
8	ヘルメットは準備しているか。 (自転車に乗る際は必ず着用します。)	<input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない		
点検してくださった方		<input type="checkbox"/> 自転車屋さん <input type="checkbox"/> 町役員の方 <input type="checkbox"/> おうちの人		
その他に気づいたこと				

## 新3年生以上用自転車技能点検用紙

チェックポイント	十 分	だいたい	不十分
①安全な発進			
②安全な停止			
③ふらつかない安定した運転			
④まわりの安全確認と判断力			

以下は新3年生の保護者の方が○をつけてください。

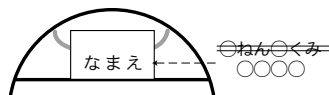
- ( ) 自転車点検と交通安全教室を受けたので、学校の安全教室が終わったら自転車に乗せるつもりです。
- ( ) もうしばらく様子を見てから自転車に乗せるつもりです。
- ( ) 不安なので、まだ自転車に乗せないつもりです。

お願い… 新3年生は地域の安全教室と新学期の学校安全指導が終了してから自転車に乗ることができますが、乗れるかどうかの判断は、お子さんの安全意識や運転技術を見て各家庭でおこなってください。

**この点検用紙を、自転車点検のときに持って行きましょう。**

# プールのつかい方

1. 水泳の授業がある時は、お家で体調を確認し、プールカードに記入して学校に持ってきてきましょう。体調が悪い時はプールに入れません。
2. 決められた場所で着がえます。
3. ぬいだシャツやパンツは、袋に入れて、決まった場所におきます。
4. 帽子は朝三小指定のもの（学年カラー）をかぶります。



5. プールに入る前には、かならず次のことをします。
  - ① トイレに行っておきます。
  - ② 髪は帽子の中に入れます。
  - ③ 準備体操をします。
  - ④ シャワーで体をきれいに洗います。

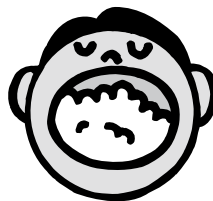


6. プールに入ったら気をつけましょう。
  - ① プールの中で小便、大便をしません。
  - ② たん・つば・鼻汁はオーバーフローに流します。
  - ③ 絶対に飛びこみはしません。
  - ④ おぼれたまねやいたずらはしません。
  - ⑤ コースロープは下をくぐります。



7. プールのまわりでは次のことに気をつけましょう。
  - ① まわりを走ったり、ふざけたり、大声を出したりしません。
  - ② シャワーのせんは、きちんと閉めます。

8. プールからあがったら
  - ① 体をきれいに洗います。
  - ② 体をタオルできちんとふきます。
  - ③ よく口をすすぎます。



9. その他
  - つめを切り、体を清けつにします。
  - カットバンをつけて入りません。



## 9. プールに入る順序

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| ① トイレに行く。    | ⑦ シャワーで体を洗う。<br>※目は洗わない |
| ② 着がえる。      | ⑧ タオルで体をふく。             |
| ③ 準備運動をする。   | ⑨ 口をすすぐ。                |
| ④ シャワーで体を洗う。 |                         |
| ⑤ プールに入る。    |                         |
| ⑥ プールからあがる。  |                         |

## 10. 夏休み中のプール使用について

- わりあての日、入れる時間以外は入らない。  
(わりあての日・時間はお便りにのります。)
- プールカードにお家の人から印をもらって持ってくる。
- 脱衣所 男子・体育館アリーナ 女子・体育館ギャラリー
- 服を入れたバッグは、プールサイドに持っていく。
- 決められた所のほかは、学校の中を歩かない。
- 帰る時はプールカードをもらって帰る。
- 学校には歩いてくる。交通事故のないように注意する。
- 学校の行き帰りに買い食いはしない。