



【服装・身だしなみ】

- ① 規定の制服、体操服で生活する。
 - 制服で授業を受ける。部活動を終えた下校時は体操服・部活動指定の練習着での下校可。
 - 3限までに体育がある時は制服に着替えなおす。
 - 4限以降に体育があり、部活動がある時は制服に着替えなおさなくてもよい。
 - ノー部活動の日は制服に着替えてなおして下校。
 - 雨の日は体操服で登下校してもよいが、登校した後に制服に着替える。
- ② 人に嫌な印象を与えないような身だしなみを心掛ける
 - 靴のかかとを踏まずに、しっかり履こう。シャツや体操服の裾をズボンの中に入れよう。
 - 袖口から下の服が見えないようにしよう。体操服のファスナーを半分以上は上げておこう。
 - ※ 熱中症対策として、クール東中(体操服登校)の時期で、体育大会などの行事を除き、体育の授業で運動をするときは、服を外に出しても良い。その際、肌が見えないように留意する。(できればインナーを着用)
 - ※ それ以外の授業や学校生活(廊下や教室など)は出していない。

【制服規定】

- ① スラックスにベルトを付ける。ベルトは黒の3cm程度のものを使用する。
- ② 制服の下に体操服を着用してはいけない。衛生面・体を守ることを考え、肌着を必ず着用すること。
 - 肌着の色は目立たない色とする。
 - 黒の防寒肌着(タートルネック不可)・黒またはベージュのストッキング・タイツ可。
- ③ 靴について
 - 運動・体育に適していて安全なもの
 - 制服に合う色にする
 - ※ 派手さや贅沢さを避け、清潔感・上品さ・控えめさ・機能性を重視し、TPO(時・場所・場合)に合った落ち着いた服装や身だしなみを重視すること。
- ④ 靴下について
 - 運動・体育に適していて安全なもの
 - 色 ① 制服に合うもの ② 儀式的行事では無彩色(白から黒の間色)に統一
 - 長さ 運動・体育に適している長さ(けが防止の観点)
 - ※ 派手さや贅沢さを避け、清潔感・上品さ・控えめさ・機能性を重視し、TPO(時・場所・場合)に合った落ち着いた服装や身だしなみを重視すること。

⑤ 頭髪について

- 清潔で学習に集中できる、安全なもの
- 髪の毛を染めない
- 眉毛は整える程度は可
- 髪の毛をくくる位置の指定はなし。ただし、学習に支障が出ないようにすること
- ゴム・ピンの色は制服に合う色
- ピンは安全なものを使用する
- 整髪料 ① 無香料のみ可 ② 学校には持ってこない
- 縮毛矯正、ストレートパーマはする際には許可を出しなくても良い。それ以外のパーマは認めない

【防寒具】

- ① 手袋 色：派手さがなく、落ち着いたもの。
- ② マフラー ※ ネックウォーマー可。
 - 色：派手さがなく、落ち着いたもの。長すぎるのは不可。
- ③ ウインドブレーカー(上着)
 - 色：白を基調色としたもの。部活動に参加している生徒は部指定のもの。
 - 着用してよい時：登下校、部活動時、外掃除や体育の授業で指示のあった時。
- ④ インナーウェア
 - 冬服や体操服の下にスクールセーター・トレーナーなどを着用してもよい。制服の袖口や下からはみださないように、学生服やジャケットから見えないように着用すること。色は無地で無彩色(白、黒、グレーなど)。
- ⑤ 制服の下には体操服を着用しない。

【その他】

- ① 日焼け止めは使用可。家で塗ってくることを推奨するが、トイレ、部室、更衣室では使用してもよい。それ以外の場所では使用しない。
- ② 制汗剤(制汗シート・制汗スプレー)は、無香料であればよい。
 - ※ 必ず、人目につかないところで使用し、使用後は持ち帰るか、ゴミ箱に必ず捨てる
- ③ リップクリーム・ハンドクリームは、唇・肌がある等の理由による使用は可。ただし、無色・無香料のみ可。
- ④ くしは使用は、トイレ等目につかない場所で使用する。
- ⑤ 鏡は不可。
- ⑥ スポーツドリンクは通年持ってきてもよい。
- ⑦ かばんのキーホルダーは一つまで可。
 - ※ 大きさは、邪魔にならない程度(5センチ程度)
 - ※ 自転車の鍵にキーホルダーをつける(走行の邪魔にならない程度)