

宿舎日課表・留意事項

中島中学校寄宿舎 青潮寮

夏季時間	日課	冬期時間	留意事項
6:20	睡眠 ----- 洗面・用便	6:20	起床 ○ 起床後、部屋の換気、寝具の整頓、着替え、洗面、用便等を済ませましょう。
6:35	点呼 ----- 登校準備 配膳	6:35	点呼 ○ 登校時の服装で点呼を受ける。 ○ 壁からコンセント類は全て抜く。 配膳 ○ 配膳当番は、食堂で寮母、調理員さんの指導を受けて配膳する。 ○ 食べる量については、食前に配膳当番に調整してもらいましょう。 ○ 配膳当番以外は自室の整理整頓をしましょう。 ○ 配膳当番以外は登校用意をしてカバン類を玄関周辺に置く。
6:50	----- 朝食	6:50	朝食 ○ 週番伝達後、“いただきます”を大きい声で言いましょう。 ○ 残さないように、時間内に食べるようにしましょう。 ○ 食事のマナーを守る。楽しい会話ができるようにしましょう。
7:05	----- 登校	7:05	※ 配膳当番は片付けをする。
7:30	登校完了 ----- 下校	7:30	登校 ※ 最後に登校する人は各階の照明を消してから登校する。 ○ 元気よくあいさつをしてから登校しましょう。
18:35	帰寮 ----- 夕食配膳	18:00 (17:30)	配膳 ○ 帰寮時のあいさつを元気よくしましょう。 ○ 配膳当番は早めに帰寮し、配膳する。 ※ テスト前で、早く帰寮したときは、学習に使いましょう。洗濯は可。
18:45	----- 夕食	18:10	★ 11月からは、完全下校が17:15となり、帰寮が17:30となります。 夕食までの時間は、読書などをして有意義に過ごしましょう。
19:05	----- 入浴・洗濯 (前半)	18:30	夕食 ○ 舎監より諸連絡を聞く。残さないように時間内に食べましょう。 ○ 食事のマナーを守る。 ※ 配膳当番は片付けをする。
19:30	----- 入浴・洗濯 (後半)	19:00	入浴洗濯 ○ 入浴のマナーを守ろう。 ○ 最後はイス、桶の整頓をしよう。
19:55	----- 第1自習 食堂	19:30	学習 ○ 全員食堂で学習する。一言も話さないようにしましょう。 ※ 全自動洗濯機を使用しての洗濯は可。 ※ 全員で大掃除をすることがあります。
20:45	----- 休憩 おやつ	20:20	休憩 ※ 風呂掃除(毎日)、トイレ掃除(月・水)は舎監または寮母の点検を受ける。 ○ テレビ、ステレオの音は低めにしましょう。 ○ おやつの後始末をきれいにしましょう。
21:25	----- 第2自習 食堂	21:00	学習 ○ 食堂で学習しましょう。他人の邪魔になる会話や行動は慎みましょう。
22:15	----- 就寝準備	21:50	○ 翌日の学習準備、就寝準備をする。
22:25	点呼 ----- 就寝 第3自習 (食堂か 自室)	22:00	点呼 ○ 就寝する者は就寝時の服装で点呼を受ける。点呼以後も学習を続ける者は終了時間を報告する。 就寝 ○ 第3自習は食堂か自室で行う。 ※ 第3自習も積極的に活用しましょう。
24:00	----- 完全消灯 睡眠	24:00	消灯 ※ 原則として、完全消灯後は就寝とする。 ただし、3年生、テスト前については舎監(舎監長)に事前に相談し、完全消灯後も学習を続けてもかまわない。ただし健康管理には十分気をつける。 ※ 最終の女子は寮母に報告する。

※ 夏季(4月～10月中旬:新入大会まで) 冬季(10月中旬～3月)とします。

※ 寮の備品の貸し出しは舎監に申し出て確認を受ける。