

中学校ガイドブック

～中国語版～



愛知教育大学

はじめに

平成25年に、『幼稚園・保育園ガイドブック』を発行し、大きな反響をいただき、その後、平成27年に『小学校ガイドブック』を発行いたしました。保育園・幼稚園、小学校とくれば、当然中学校もということで、『中学校ガイドブック』を是非！という声を本当に多くの方からいただきました。しかし、私たちは『中学校ガイドブック』の発行を踏みとどまっていました。なぜなら、中学校には進路という大きな問題があり、高校入試は、地域によって違いがありますし、高校進学について、私たちはどのように扱っていいか分からなかったからです。その後、私たちは、この『ガイドブック』の目指すところをもう一度振り返って考えてみました。先生方に保護者が必要としている情報に気づいていただき、保護者とのコミュニケーションに役立てていただくこと、そして、保護者に中学校を理解してもらい、行事や活動に参加してもらうことで、日本で成長していく子ども達の支援につなげることが、この『ガイドブック』の目指すところです。義務教育の最後の中学校は、今後の進路を決める重要な時期です。だからこそ、『中学校ガイドブック』は、絶対に必要であると考え、今回作成に踏み切りました

外国にルーツをもつ子ども達やその保護者への支援は、決して彼らだけのためではなく、日本人の子ども達や保護者をはじめとするすべての人の幸せに繋がるということを、私たちは『幼稚園・保育園ガイドブック』の時から変わらず大切にしています。この気持ちを大切にして、『中学校ガイドブック』を作成いたしました。

平成30年3月

愛知教育大学外国人児童生徒支援リソースルーム
川口直巳・スタッフ一同

推薦のことば

現在日本には、多様な生活様式や文化をもった多くの外国人が暮らしています。当然、日本の学校に対するイメージも、子どもの教育に対する思いもさまざまです。

私は、外国にルーツをもつ児童が全校児童の約6割を占める公立小学校の校長を経験し、多くのことを学びました。たとえば日本にやって来たばかりの外国人保護者の多くは、「遠足」という学校行事を知りません。遠足の持ち物で「水筒」と言えば日本人保護者はわかりますが、外国人保護者は中身の入っていない水筒だけをイメージします。「水かお茶を入れた水筒」と説明する必要があります。これは小学校での一例ですが、今回の『中学校ガイドブック』においては、中学校での生活面・学習面・運動面だけでなく、卒業後の進路選択の問題から思春期を迎える子どもの健康やアイデンティティーの問題に至るまで、きめ細かな指導についての説明がなされています。

どうか先生方におかれましては、学校に在籍することになった外国にルーツをもつ生徒とその保護者の視点に立って指導をしていただくことと、このガイドブックの趣旨を活かしつつ、お勤めの学校に応じたアレンジをしていただいて広く活用をお願いできたらと思います。

平成30年3月

愛知教育大学外国人児童生徒支援リソースルーム
アドバイザー 杉浦 茂

ガイドブックの使い方について

(1) 外国にルーツをもつ保護者を、より理解してもらうために

このガイドブックを読むことで、保護者が日本の学校についてどんな情報が欠けていて、どのような情報を必要としているのかを、理解することができます。

日本人保護者に渡すプリントをただ訳すだけでは、外国にルーツをもつ子どもの保護者には理解できないことがたくさんあることを知っていただけだと思います。

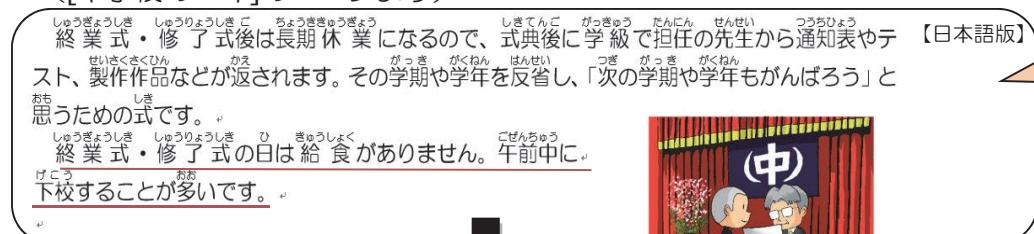
(2) 外国語版が必要な保護者に渡すとき

必要に応じて必要なページをコピーして保護者に渡すようにしてください。まとめて渡してもなかなか読んでもらえません。また渡すときにはできるだけコミュニケーションをとるようにしてください。本当に書かれている内容を理解してもらっているかどうかを確認することも必要です。

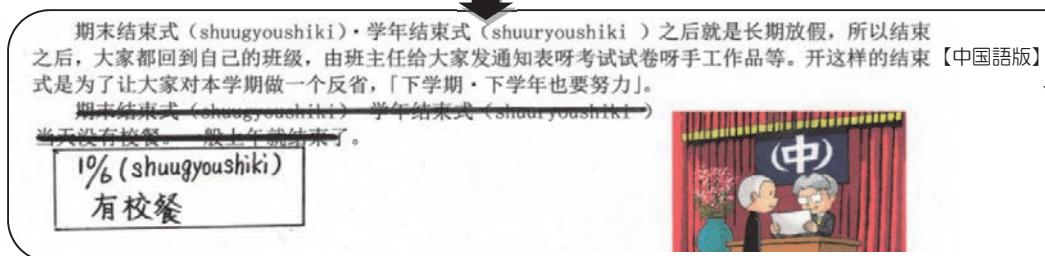
(3) 内容について

このガイドブックは一般的な内容で書かれています。中学校によってガイドブックに書かれている内容と異なる場合があります。保護者に渡す前に必ず目を通してください。必要に応じて絵や写真を差し替える、不要な部分を消すなどして、それぞれの中学校に合わせた内容に修正してから、保護者に渡すようにしてください。日本語版と外国語版が見開きで対応しています。以下は修正の例です。

([中学校の一年]のページより)



うちの中学校は2学期制で前期の終業式の日(10/6)に給食がある。



対応する翻訳文を消して、「給食がある」という表現を他のページなどから探して加筆する。

(4) ☈ (えんぴつマーク)について

ガイドブックの中に ☈ (えんぴつマーク) が出てきます。そこにはそれぞれの中学校に合わせた内容を記入して、完成させてください。

(5) 吹き出しについて

日本語版のページの中に「※先生方へ※」という吹き出しが出てきます。保護者に説明するときに先生方に知っておいてほしいことやちょっとしたアドバイスなどが書かれています。文化の違いを意識すると、説明しなければ通じないことが見えてくると思います。吹き出しの内容を参考にしてみてください。吹き出しの内容は、先生方のためのものなので、翻訳されません。

(6) その他

このガイドブックに書かれている内容は全ての中学校に当てはまるわけではありません。それぞれの中学校に合わせた内容に修正しながら使用しなければ、保護者がガイドブックに書かれた内容をそのまま受け取る、もしくはこちらの意図とは異なる受け取り方をしてしまい、本来伝えたい内容が伝わらず、そこからトラブルが生じる可能性もあります。このガイドブックを使用することで伝える手間、質問する手間を省くのではなく、ガイドブックと一緒に見ながら、コミュニケーションをとる機会を増やしてください。

中学校ガイドブック ~目次~

初中指南手册 ~目录~

1. 日本の中学校について 关于日本初中

(1) 日本の中学校ってどんなところ?	日本初中是什么样的地方?
中学校の一日	初中的一天.....1
中学校の一年	初中的一年.....7
長期休暇	较长的假期15
学習について	关于学习19
服装・身だしなみ	服装·仪容仪表31
中学校で必要なもの	初中需要的东西39
登下校	上下学45
中学校への連絡	跟学校联系49
緊急連絡	紧急联络55
休校(中学校が休みになるとき)	临时放假(初中临时放假的时候)59
出席日数について	关于出勤天数65
部活動	社团活动67

(2) 日本の中学校の行事 日本初中的活动

入学式	入学典礼73
先生とのお話	与老师的谈话77
(家庭訪問・懇談・参観日)	(家访·谈话·参观日)
校外學習	校外学习81
職場体験學習	职场体验学习83
野外學習	野外学习87
修学旅行	毕业旅行91
防災訓練・避難訓練	防灾训练·避难训练95
体育大会	体育大会97
文化祭	文化节103
卒業式	毕业典礼107

(3) 子どもの体や成長 孩子的身体和成长

病気やけがのとき	生病或受伤的时候111
体と心の成長	身体和心理的发育成长117
予防接種	预防接种121
感染症	传染性疾病125
健康診断	健康检查129
衛生管理	卫生管理133
生活習慣	生活习惯139

(4) 食事について 关于饮食

給食	校餐149
お弁当・水筒	盒饭·水壶153

2. 進路について 关于毕业后的去向

(1) 中学校を卒業したら	初中毕业后157
(2) 進学	升学161
(3) 就職	就业193

3. コラム 专栏

① アイデンティティーに悩む子ども	苦恼于自己身份的孩子197
② PTA活動	PTA活动201
③ 子どものために	为了孩子205

4. 便利帳 方便实用的记录

① 事前確認事項	事先确认事项207
② 行事のおしらせ	学校活动的通知208
③ 参考URL	可供参考网址209

ちゅうがっこう いちにち 中学校の一日

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

中学校の一つの学習時間は50分です。自分のクラスの担任の先生はいますが、勉強は教科ごとに専門の先生が教えます。そのため教科ごとに違う先生に教えてもらうことになります。これが小学校との違いです。1クラスは40人以下で編成されています。土曜日と日曜日・祝日はお休みですが、部活動があることがあります。



★1年生の時間割 (ある中学校の例)

		月	火	水	木	金
① 部活動(部活動がない曜日もあります)						
8:50	②朝の活動	集会	読書	読書	読書	読書
9:40	1 ③学級活動	理科	数学	数学	理科	
④ 休み時間						
9:50	2 理科	国語	保健体育	国語	国語	
10:40						
10:50	3 英語	美術	社会	保健体育	保健体育	
11:40						
11:50	4 社会	社会	英語	英語	数学	
12:40						
⑤ 給食						
13:50	5 数学	技術家庭	音楽	総合	数学	
14:40						
14:50	6 技術家庭	国語	道徳	総合・音楽	美術	
15:40						
15:45	帰りの活動					
15:55						
16:00	下校・部活動(部活動がない曜日もあります)					

初中的一天

如果有不懂或感到困惑的事情，请向老师咨询。

一节课的时间是 50 分钟。自己的班级都有一位班主任，但是课程都是由专业的老师教。所以每一门课的老师也不一样。这是和小学不一样的地方。班级人数是 40 人以下。星期六、星期日和节假日(祝日 shukujitsu)都放假。但有时会有社团活动。



★一年级的课程表 (以一所初中为例)

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
		① 社团活动 (也有没有社团活动的时候)				
8:50 9:40	② 早上的活动	集体大会	阅读	阅读	阅读	阅读
	1	③ 班级活动	理科	数学	数学	理科
④ 课间休息						
9:50 10:40	2	理科	语文	保健体育	语文	语文
10:50 11:40	3	英语	美术	社会	保健体育	保健体育
11:50 12:40	4	社会	社会	英语	英语	数学
⑤ 午餐时间						
⑥ 打扫卫生						
13:50 14:40	5	数学	技术家庭	音乐	综合	数学
14:50 15:40	6		技术家庭	语文	道德	综合·音乐 美术
	放学 活动					
放学 · 社团活动 (也有没有社团活动的时候)						

中学校の一日

① 部活動

日本のほとんどの中学校では部活動があります。運動部から文化部まで様々です。一日の授業の後に練習を行います。朝、早く行って練習を行う部活動もあります。部活動によって活動時間が違い、土日に練習がある場合もあります。入部前にはしっかり説明を聞き、自分に合った部活動を選びましょう。分からないときは相談しましょう。(p.67「部活動」のページを見てください)

② 朝の活動

授業の前に、出欠確認や担任の先生からの連絡があります。その後、読書・ドリル・スピーチなどの短い活動をする学校もあります。学校集会がある場合もあります。

③ 授業

教科ごとに専門の先生の授業を受けるので、いろいろな先生に勉強を教えてもらうことができます。

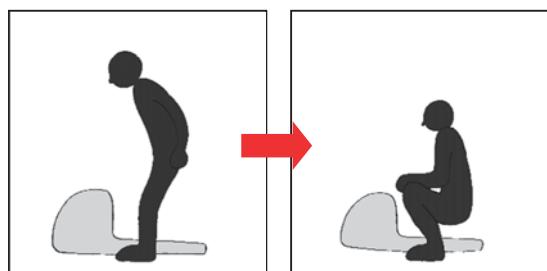
(p.19「学習について」のページを見てください)



④ 休み時間

中学校の授業の間にある10分間の休み時間は、遊ぶ時間ではありません。トイレに行ったり、授業の準備や教室移動をしたりする時間です。次の授業のはじまりには、席に着いていなければなりません。日本の中学校のトイレは、家のトイレと形が違う場合があります。使い方を事前に確認しておくと安心です。

＜和式トイレの使い方＞



※日本のトイレでは使ったトイレットペーパーはトイレに流してください。女子トイレの個室には、使い終わった生理用品を入れるゴミ箱があります。生理用品をトイレに流してはいけません。

①社团活动 (bukatsudou)

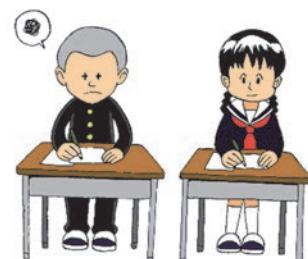
在日本几乎所有的初中都有社团活动 (bukatsudou)。从运动部到文化部各种各样都有。一天的课程结束后练习。也有的社团活动 (bukatsudou) 是早上早一点到校练习。社团活动 (bukatsudou) 的时间都不一样，有时候周末也要练习。入团之前要好好听说说明，以便选择适合自己的社团活动。如果有什么不明白的请咨询。（p. 68 请参考「社团活动」一页）

②早上的活动

在上课之前，要确认大家的出勤状况，有时老师会通知一些事。之后，有的学校会有阅读・做练习题・小演讲等活动。有时也会有学校全体集合大会。

③上课

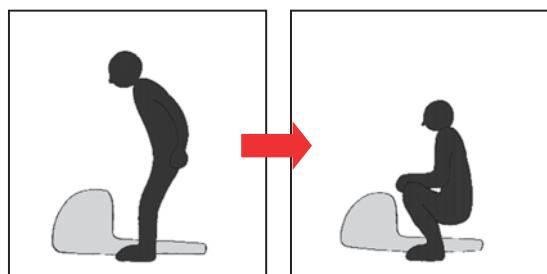
课程都是由专业的老师教。所以可以跟不同的老师学习不同的知识。
(p. 20 请参考「关于学习」一页)



④课间休息

初中的课间休息的 10 分钟，没有玩的时间。这是去厕所、准备下一节课的东西、换教室的时间。在下一节课开始的时候一定要坐在自己的座位上。日本的初中的厕所有时跟家里的不一样。提前确认学校的厕所的使用方法比较好。

<和式【下蹲式】厕所的使用方法>



※在日本厕所用的手纸可以扔在便器里用水冲。女生厕所里，有专门放用完的生理用品的垃圾箱。生理用品不可以扔在便器里冲。

中学校の一日

⑤ 給食

中学校の給食は、生徒が自分たちで準備や後片づけを行います。およその目安は、「準備15分」「食事20分」「片づけ10分」です。みんなでそろって楽しく、栄養バランスのとれた食事をいただきます。(p.149「給食」のページを見てください)

⑥ 掃除

日本の中学校では、自分たちの使う教室やトイレ、運動場などを、みんなで分担し、きれいに掃除します。いつも同じ場所を掃除するのではなく、何か所かを交替して掃除します。

⑦ 帰りの活動

先生からの連絡を聞いたり、次の日の時間割の確認をしたりします。次の日の時間割や持ち物は、黒板に書いてあるものを自分でノートに書き写すことが多いです。

⑤校餐 (kyuushoku)

初中的校餐 (kyuushoku) 是由学生们自己准备自己收拾。大概需要的时间是：「准备 15 分钟」「吃饭 20 分钟」「收拾 10 分钟」。大家一起愉快地吃营养搭配良好的午餐。
(p . 150 请参考「校餐」一页)

⑥打扫卫生

在日本的初中，自己使用的教室、厕所、操场等都要大家一起分担，打扫地干干净净的。而且不是每一次都打扫同一个地方，大家要轮流打扫。

⑦放学时的班会

放学的班会是确认第二天的上课内容和通知一些事。第二天的上课内容，需要带来的东西都写在黑板上，大多需要自己抄写在笔记本上。

ちゅうがっこう いちねん 中学校の一年

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 中学校の一年

にほん ちゅうがっこう がつ はじ がつ お
日本の中学校は、4月に始まって、3月に終わります。

つき 月	がっせい 3学期制		がっせい 2学期制		おも ぎょうじ 主な行事
がつ 4月		にゅうがくしき しぎょうしき 入学式・始業式		にゅうがくしき しぎょうしき 入学式・始業式	ていき 定期テスト (中間・期末・学 年末テスト)
がつ 5月	1 学 期	ちゅうかん 中間テスト	前 ぜん		かだい 課題テスト
がつ 6月	2 学 期	きまつ 期末テスト	期 き	ちゅうかん 中間テスト	じつりょく 実力テスト
がつ 7月		しゅうぎょうしき 終業式			
がつ 8月		なつ やす 夏休み			
がつ 9月		しぎょうしき 始業式		きまつ 期末テスト、終業式	
がつ 10月	2 学 期	ちゅうかん 中間テスト	後 こう	しぎょうしき 始業式	たいいくたいかい 体育大会
がつ 11月	3 学 期	きまつ 期末テスト	期 き	ちゅうかん 中間テスト	
がつ 12月		しゅうぎょうしき 終業式			
	心ゆ やす 冬休み				
がつ 1月	3 学 期	しぎょうしき 始業式 がくねんまつ 学年末テスト(3年生)		がくねんまつ 学年末テスト(3年生)	ぶんかさい 文化祭・合唱コン クール
がつ 2月	学 期	がくねんまつ 学年末テスト (1・2年生)		がくねんまつ 学年末テスト (1・2年生)	
がつ 3月		しゅうりょうしき 修了式・卒業式		しゅうりょうしき 修了式・卒業式	
	はる やす 春休み				

2. 学年

ちゅうがっこう ねんかんかよ
中学校は、3年間通います。年齢による3学年制です。

がつひつか よくねん がついたち ねんれい がくねんせい
4月2日～翌年4月1日に 13才になる子ども → 第1学年 (1年生)
14才になる子ども → 第2学年 (2年生)
15才になる子ども → 第3学年 (3年生)

初中的一年

如果有不懂或感到困惑的事情，请向老师咨询。

1、初中的一年

日本的初中是，4月开始、3月结束。

月份	3个学期制		2个学期制		主要的活动
4月	第一学期	入学典礼・开学式	前期	入学典礼・开学式	定期考试 (期中・期末・年级最终考试) 课题考试 实力考试
5月		期中考试			
6月		期末考试		期中考试	
7月		期末结束式			
8月	暑假				
9月	第二学期	开学式	后期	期末考试、期末结束式	
10月		期中考试		开学式	
11月		期末考试	后期	期中考试	
12月		期末结束式			
	寒假				
1月	第三学期	开学式 年级最终考试(3年级)	后期	年级最终考试(3年级)	
2月		年级最终考试 (1・2年级)		年级最终考试 (1・2年级)	
3月		学年结束式・毕业典礼		学年结束式・毕业典礼	
	春假				

2、年级

初中要上三年，根据年龄分为三个年级。

- | | |
|--------------|-------------------|
| 4月2日～第二年4月1日 | 13岁的孩子 → 第一学年（初一） |
| | 14岁的孩子 → 第二学年（初二） |
| | 15岁的孩子 → 第三学年（初三） |

3. 学期

1年間をいくつかの期間に分けています。3学期制の中学校と、2学期制の中学校があります。子どもの通っている中学校がどちらの学期制なのか、よく確認しましょう。

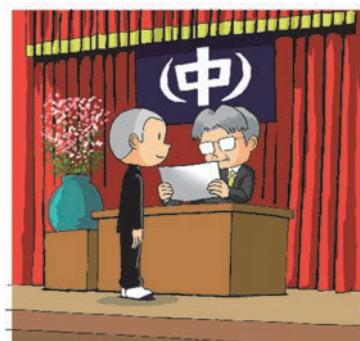
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3 学 期 制	1 学期 (4月~7月)		夏 休 み		2 学期 (9月~12月)		冬 休 み		3 学期 (1月~3月)		春 休 み	
2 学 期 制	前 期 (4月~9月)		夏 休 み			後 期 (10月~3月)		冬 休 み			春 休 み	

4. 始業式

各学期の初日に、始業式を行います。始業式では、全校生徒が体育館に集まって、校長先生の話を聞いたり、代表の生徒による意見発表を聞いたり、校歌を歌います。学校生活に節目を付け、落ち着いた雰囲気の中で「新しい学期もがんばろう」と思うための式です。
始業式の日は給食はありません。午前中に下校することが多いです（2学期制の後期の始業式の日には給食がある場合もあります）。

5. 終業式・修了式

3学期制の1学期・2学期、2学期制の前期の最終日に、終業式を行います。年度末である3学期制の3学期、2学期制の後期の最終日には、修了式を行います。
始業式と同じように、全校生徒が集まり、校長先生の話や意見発表、校歌斉唱などをします。コンクールやスポーツの大会などで入賞した生徒の表彰もあります。
終業式・修了式後は長期休業になるので、式典後に学級で担任の先生から通知表やテスト、製作作品などが返されます。その学期や学年を反省し、「次の学期や学年もがんばろう」と思うための式です。
終業式・修了式の日は給食はありません。午前中に下校することが多いです。



3、学期

1年的课程分几个阶段。有3个学期制的初中，也有2个学期制的初中。请确认您的孩子上的初中是几个学期制的学校。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3 个 学 期 制					暑 假				寒 假			春 假
	第一学期（4月～7月）					第二学期（9月～12月）				第三学期 (1月～3月)		
2 个 学 期 制			前期（4月～9月）		暑 假		后期（10月～3月）		寒 假			春 假

4、开学式（shigyoushiki）

每个新学期的第一天要开开学式（shigyoushiki）。开学式（shigyoushiki）的时候，全校学生在体育馆集合，听校长讲话、学生代表发表意见、合唱校歌。这是为了给学校生活开个头，并让大家在安静的氛围中默默地告诉自己「新学期也要努力哦」。

开学式（shigyoushiki）当天没有校餐。一般上午结束后就放学了（2个学期制的后期的开学式（shigyoushiki）当天有时会有校餐）。

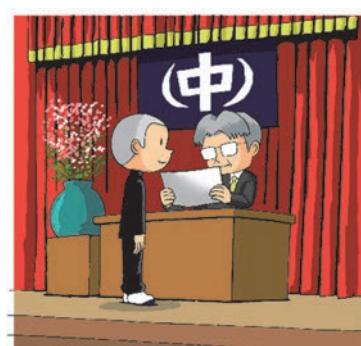
5、期末结束式・学年结束式（shuugyoushiki・shuuryoushiki）

3个学期制的第一个学期第2个学期、2个学期制的前期的最后一天，要开期末结束式（shuugyoushiki）。学年末的3个学期制的第3学期2个学期制的后期的最后一天，要开学年结束式（shuuryoushiki）。

跟开学式（shigyoushiki）的时候一样，全校学生集合，听校长讲话，发表意见，合唱校歌等。还有对在各种比赛呀体育大会中得奖的学生进行表彰。

期末结束式（shuugyoushiki）・学年结束式（shuuryoushiki）之后就是长期放假，所以结束之后，大家都回到自己的班级，由班主任给大家发通知表呀考试试卷呀手工作品等。开这样的结束式是为了让大家对本学期做一个反省，「下学期・下学年也要努力」。

期末结束式（shuugyoushiki）・学年结束式（shuuryoushiki）
当天没有校餐。一般上午就结束了。



6. 年間の主な行事

(1) 主な行事

[全学年が参加する大きな行事]

- ・体育大会、文化祭、球技大会

[各学年で決まっている大きな行事]

- ・1年生・・・入学式、入学時オリエンテーションなど
- ・2年生・・・職場体験学習など
- ・3年生・・・修学旅行、卒業式など

校外学習や野外学習に行く学年は、学校によって違います。

(2) テストについて

2学期制の中学校では年に4回、3学期制の中学校では年に5回の定期テスト（中間・期末・学年末テスト）があります。長期休暇の後に課題テストや実力テストがあるところもあります。各教科の成績を決める大事なテストです。授業の中で各教科の先生がテストの出題範囲を発表しますので、よく聞いてテストに備えて学習内容の復習をしましょう。

(p.19 「学習について」のページを見てください)

(3) 保護者が参加する行事

生徒だけが参加する行事と、保護者も参加したり見に行ったりする行事があります。

[生徒だけが参加する行事]

校外学習、野外学習、職場体験学習、修学旅行など

[保護者も参加する行事]

入学式、卒業式、家庭訪問、懇談会、授業参観、避難訓練（引き渡し訓練）、体育大会、文化祭など

7. 集金について

(1) 集金の種類について

中学校では様々な種類の集金があります。毎月決まった金額を集金するものや、何回かに分けて集金し、積み立てるものがあります。子どもの通う中学校がどんな費用を・いつ・何円払うのかを事前によく確認し、お金を準備しましょう。

[集金する費用の例]

- ・毎月決まった金額を集金するもの・・・給食費、PTA会費、生徒会費など
- ・何回かに分けて集金し積み立てるもの・・・修学旅行費、卒業アルバム代など
- ・年に何回か集金するもの・・・副教材費（教科書以外に授業で使う教材費）など

※経済的な理由により、これらの支払いが難しい時には、教育費の一部を援助する就学援助制度があります。詳しくは中学校に確認してください。

6、一年主要的課外活動

(1) 主要の課外活動

[全年級參加的大型活動]

- ・體育大會、文化節、球技大會

[各個年級定期大型活動]

- ・初一・・・入学典禮、入学説明会等
- ・初二・・・職場体験学習等
- ・初三・・・卒業旅行、卒業式等

去參加校外學習或野外學習的年級，各個學校不一樣。

(2) 關於考試

2個學期制的中學校一年有4次、3個學期制的中學校一年有5次定期考試（期中・期末・年終考試）。有的學校在長假之後有時候會有課題考試或實力測驗。這些都是決定各科成績的重要考試。在上課的時候各科老師會告訴大家考試範圍，要認真聽並為考試好好複習。

（p.20 請參考「關於學習」一頁）

(3) 需要家長參加的活動

有只有學生參加的活動，也有需要家長一起參加或觀看的活動。

[只是學生參加的活動]

校外學習、郊外學習、職場體驗學習、卒業旅行等

[家長也一起參加的活動]

入学典禮、卒業典禮、家訪、家長會、觀摩課堂、避難訓練（交接訓練）、體育大會、文化節等

7、關於交費

(1) 關於交費的種類

初中有各種各樣的費用需要交。有每個月固定金額的費用，也有分幾次交積攢的費用。您的孩子上的初中需要交什麼費用、什麼時候交、交多少錢，請事先確認並準備好。

[交費的範例]

- ・每個月固定金額・・・校餐費、PTA 會費、學生會費等
- ・分幾次交積攢的費用・・・卒業旅行費用、卒業相冊費用等
- ・1年交幾次的費用・・・輔助性教材的費用（除了教科書以外的需要上課用的教材）等

※由於家庭的經濟原因，支付這些費用困難的話，可以利用補助部分教育費的學習補助制度（syuugakuenjyoseido）。具體事宜請向中學校確認。

(2)自動引き落としについて

中学校に納めるお金を現金ではなく、銀行や郵便局の保護者の預金口座から自動的に支払う方法があります。子どもが学校に現金を持って行かなくてすむので、落としたり、なくしたりする心配がなく、保護者も現金を手元に用意する手間がいりません。手続きの方法についてわからないうがあれば、先生に確認しましょう。

(2) 关于自动转账

给初中交的费用不是现金，是通过银行或邮局，从家长的帐户自动支付的方法。孩子不用带现金去学校，所以不用担心孩子把钱掉了或弄丢。家长也省得特意准备。关于手续的方法，如果不清楚的话，请向老师确认。

ちょうききゅうか 長期休暇

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

1. 長期休暇ってなに？

中学校では、夏・冬・春に長期休暇があります。3学期制の中学校は、長期休暇を境に1学期・2学期・3学期と分かれています。2学期制の中学校では、10月の秋の連休を境に前期・後期を分けています。(p.7「中学校の一年」のページを見てください)長期休暇の期間は学校によって違うので、中学校に確認しましょう。

2. どう過ごしたらいいの？

長期休暇中は、自由に使える時間が多くなります。その分、不規則な生活になりやすいです。休みだからといってだらしない生活(朝寝坊や夜更かし、暴飲暴食、ゲームのやりすぎ)にならないよう、規則正しい生活を心がけましょう。計画を立てて学習に取り組んだり、部活動に参加したり、家の手伝いをしたりして、有意義に過ごしましょう。

映画館、カラオケ、ゲームセンター、マンガ喫茶、インターネットカフェなどには子どもたちだけで行かず、必ず保護者と一緒に行きましょう。

3. 学校に行く日について

長期休暇中でも何日か登校する日があります。けがや病気になったり、一時帰国したりするときは必ず中学校に連絡しましょう。中学校に行く日に連絡をしないで欠席すると、先生がとても心配します。休むときは必ず連絡をしましょう。

[登校する日の例]

- 夏休み：登校日、学習日、補習授業、プール開放、部活動など
- 冬休み：学習日、面談、部活動など

[部活動について]

練習や試合などのため、夏、冬、春休み中にも部活動をする学校が多いです。欠席する場合には部活動の先生に連絡しましょう。

4. 宿題は出るの？

長期休暇中も宿題があります。宿題の例です。

- 夏休み：問題集、自由研究、読書感想文、ポスターなど
- 冬休み：問題集、書き初めなど
- 春休み：問題集など



较长的假期

如果有不懂或感到困惑的事情，请向老师咨询。

1、较长的假期是什么？

初中在夏季・冬季・春季都有较长一些的假期。3个学期制的初中按假期为界限分为第一学期・第二学期・第三学期。2个学期制的初中按10月秋季的连休【连着放几天假】为界限分为前期和后期。（p.8 请参考「初中的一年」一页）

较长一些的放假时间每个学校都不一样，请向学校确认。

2、怎样度过比较好呢？

较长一些的假期中，能自由支配的时间比较多。那样就容易使生活变得没有规律。即使是放假也不要让生活变得懒散（睡懒觉、熬夜、暴饮暴食、过度玩游戏），要努力让生活过得有规律。做一个假期计划来学习、参加社团活动、帮忙做家务，过一个有意义的假期。

孩子们不要独自去电影院、卡拉OK、游戏厅、漫画吧、网吧等，一定要跟家长一起去。

3、关于临时去学校

放假期间也会有几天需要临时去学校。受伤、生病或临时回国的时候，一定要告诉学校。临时去学校的当天，不跟老师联系也不去的话，老师会非常担心的。不能去的时候一定要跟老师联系。

[临时去学校的日子的范例]

- 暑假：报到日、学习日、补课、开放游泳池、社团活动等
- 寒假：学习日、面谈、社团活动等

[关于社团活动]

很多学校，为了练习或比赛，暑假、寒假、春节期间也有社团活动。不能参加的话要跟社团负责的老师联系。

4、有作业吗？

较长的假期期间也有作业。下面是作业的例子。

- 暑假：练习题、自由研究、读后感、海报等
- 寒假：练习题、新春试笔（kakizome）【新年第一次写毛笔字】等
- 春假：练习题等



長期休暇

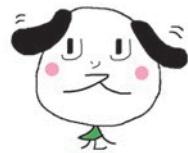
宿題について分からないことがあれば、先生に確認しましょう。提出日が決まっているので、休みの終わりに慌てないように、計画を立てて早めに宿題をしましょう。登校日に提出する宿題もあるので、それぞれの宿題の提出日を確認しましょう。宿題が難しそうなときは、休みの前に先生に相談しましょう。出された宿題にがんばって取り組みましょう。

※先生方へ※

長期休暇は学校の授業が進まないため、外国にルーツをもつ子どもにとっては、少しでも周りに追いつくことのできる貴重なチャンスです。子どものレベルに合った宿題を出したり、補習学習を計画したり、子どもとじっくり向きあう時間を作ったりしてみてはいかがでしょうか。



关于作业有不明白的事的话，请向老师确认。有规定好的提交日，所以要有计划性地做作业，而不是等到了要开学了，才急急忙忙地做。有的作业是要在报到日的时候提交，什么作业什么时候提交，请好好确认。如果作业太难的话，放假前找老师商量。老师布置的作业，要努力去完成。



がくしゅう 学習について

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。

1. どんな勉強をするの？

中学校ではいろいろな勉強をします。授業は教科担任制で、それぞれの教科ごとに専門の先生が教えます。先生が教室に来て授業をします。教科によっては音楽室や理科室などの別の教室で勉強をすることもあります。

日本の中学校では授業は日本語で行います。日本語が分からないと授業を理解することが難しくなります。しかし、日本語が十分に使えるようになるまで授業をうけないでいると、どんどん遅れてしまいます。そうすると、進学が難しくなります。日本では義務教育は中学校までです。高校へ進学するためには試験を受けなければいけません。日本語が分からぬい子どもは、日本語を勉強しながら、できるだけ早く教科の勉強を進めていくことが大切です。

また、母国で義務教育を受けて来日した子どもは、最初は日本語での授業を理解するために辞書や翻訳教材を使うことも1つの方法です。

教科書は無償でもらえます。なくしてしまっても新しい教科書はもらえません。3年間ずっと使う教科書もあります。捨てたり、なくしたりしないように大切に使います。ノートや文房具などは自分で買います。授業で使用する道具の中には、集金をして学校でまとめて購入するものがあります。高くてすぐには買えない場合、卒業生からゆずってもらえないか先生に相談してみましょう。学年の途中に転入して、ほとんど使うことがない道具は、学校のものを借りることができないか先生に確認してみましょう。

(1) 教科の学習

国語、数学、社会、理科、外国語（英語）、音楽、美術、保健体育、技術・家庭科

国語

日本語を使って聞く、話す、読む、書くなどの活動を通して表現する力、考える力、想像する力をつけます。

中学校では、古文・漢文という昔の日本語も勉強します。古文や漢文が分からぬからといって、日常で生活するのに必要な日本語に困ることはありませんが、進学を考えていれば受験の時に必要になることがあります。

关于学习

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、学习什么？

在初中有各种各样的学习。课是课程担任制，各门功课都是由各专业的老师担任。老师来教室授课。根据课程有时也需要去别的教室上课。比如音乐教室、理科实验室等。

日本的初中都是用日语授课。如果不懂数学的话就听不懂。但是，如果等日语学会了以后再去学习各门功课的话，课程的学习就会越落越多。那样的话升学就会很难。在日本，义务教育只到初中。要想升学到高中的话必须参加考试。所以对于不会日语的孩子来说，重要的是努力学习日语的同时，也要尽早地开始各门功课的学习。

另外，在自己的国家受过义务教育之后来日本的孩子，刚开始为了理解日语的授课，利用词典、翻译教材等也是一个不错的方法。

教科书是免费提供的。但是如果弄丢了就不再配发了。有的教科书是用3年。一定要爱惜，不要扔也不要弄丢了。笔记本等文具需要自己购买。上课的时候用的学习用品中，有的是向学生收钱统一由学校购买。有的东西觉得很贵不想马上购买的话，可以问问老师可不可以向毕业生借用。如果是在学年途中转学，不太用的工具可以问问老师可不可以借用学校的。

(1) 课程的学习

语文、数学、社会、理科、外语（英语）、音乐、美术、保健体育、技术・家庭科

语文 (kokugo)

通过用日语听、说、读、写等活动来培养表达能力、思考能力、想象能力。

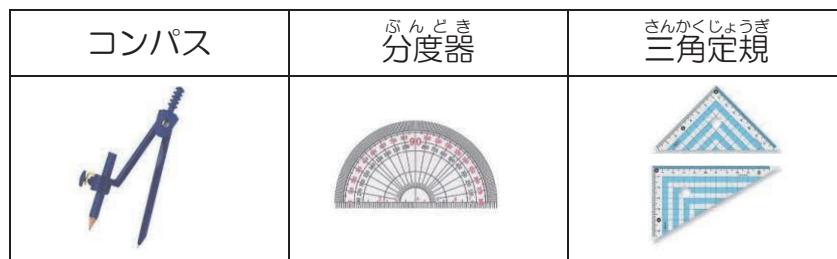
在初中，还要学习古文 (kobun)・汉文 (kanbun)。即使不懂古文 (kobun) 或汉文 (kanbun)，日常生活中对生活用的日语也不会造成障碍，但是如果考虑到以后的升学，考试的时候会用到。

学習について

すうがく

数学

かず けいさん すけい かんすう しりょう かつよう べんきょう くに ひっさん ぶんすう
数、計算、図形、関数、資料の活用などについて勉強します。国によって筆算や分数などの
けいさん しかた ちが こた あ まちが かんちが
計算の仕方が違うことがあります。そのため、答えは合っているのに間違っていると勘違いし
てしまう場合があります。母国のやり方と日本のやり方をどちらも知っておくと便利です図形
がくしゅう ほこく かた にほん かた し べんり すけい
の学習ではコンパスや分度器、三角定規を使うことがあります。日本では小学校でも使うの
がくしゅう ふんどき さんかくじょうぎ つか にほん しうがっこう つか
で、ほとんどの子どもが自分のものを持っています。すぐに準備できない場合やどんなものか
わからぬときには必ず先生に相談しましょう。



しゃかい

社会

れきし ちり こうみん べんきょう にほん ちり れきし せかい ちり れきし
歴史、地理、公民について勉強します。日本の地理や歴史だけではなく世界の地理や歴史
べんきょう こうみん せいじ けいさい べんきょう きょうしつ
も勉強します。公民では政治や経済について勉強します。

りか

理科

ぶつり かがく せいぶつ ちがく べんきょう しょくぶつ どうぶつ たいよう つき ほし しじん かんさつ
物理、化学、生物、地学について勉強します。植物や動物、太陽や月や星など自然を観察
ひかり おと あつりょく でんりゅう かがくてき じっけん べんきょう きょうしつ
したり、光や音、圧力や電流など科学的な実験をしたりして勉強します。教室だけではなく、理科室や校庭、校外で実験や観察をすることもあります。

外国語（英語）

えいご つか き はな よ か のうりょく きそ つく
英語を使って聞く、話す、読む、書くなどコミュニケーション能力の基礎を作ります。いつも日本人の先生が教えますが、ときどき日本人以外の先生がきて、英語でコミュニケーションしながら授業をすることあります。

えいご じゅぎょう ぶんぽうてき せつめい もんだい にほんご つか
英語の授業といっても、文法的な説明やテストの問題などはほとんど日本語を使います。
えいご りかい にほんご わ てんすう わる
英語が理解できても日本語が分からないと、テストの点数が悪くなってしまいます。

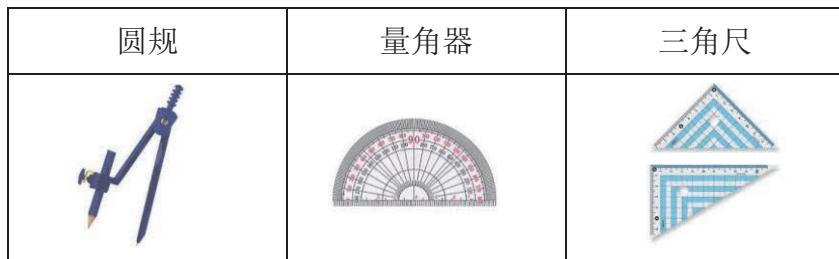
※先生方へ※

英語のスピーチコンテストや外国人生徒向けの日本語スピーチコンテストなどに参加させてあげるのも良いでしょう。目標を持ち、やり遂げる経験をすることにより、日本語学習への意欲や自信につながります。



数学 (suugaku)

学习数字、计算、图形、函数、资料的活用等。关于笔算和分数等的计算方法，每个国家可能计算方法不太一样。因此，有时候答案是对的，但会误认为是错的。如果能知道自己的母国的算法也知道日本的算法的话是最好的，也很方便。在学习图形的时候，会用到圆规、量角器、三角尺。在日本，小学的时候也用，所以很多孩子都有自己的这些学习用具。如果不能马上准备或不知道该准备什么时，一定要找老师商量。



社会 (shakai)

学习历史(rekishi)・地理(chiri)・公民(koumin)。不光是学习日本的地理(chiri)和历史(rekishi)，也学习世界地理(chiri)和历史(rekishi)。公民(koumin)是学习政治和经济。

理科 (rika)

学习物理(butsuri)、化学(kagaku)、生物(seibutsu)、地学(chigaku)。通过观察植物・动物以及太阳・月亮・星星等自然事物来学习。也做一些关于光・声音・压力・电流等的科学试验。所以不光是在教室里学习，有时候也去理科实验室做实验，或去校园・校外进行观察。

外语 (eigo)

打好使用英语(eigo)来听说读写的基本的交流能力的基础。基本上都是由日本人教师来上课，但有时候也会有日本人以外的教师来给大家用英语一边交流一边上课。

虽然说是英语(eigo)课，但语法的说明还有考试时的问题几乎都是日语。所以即使理解了英语，但如果不会日语的话，考试成绩也不会很好。



学習について

おんがく

音楽

うた うた 歌を歌つたり、楽器を演奏したり、いろいろな曲を鑑賞したりします。音楽室で勉強することが多いです。他の人のものを使うことができないアルトリコーダーは買わなければいけません。小学校のときに使うのはソプラノリコーダーです。ソプラノリコーダーとアルトリコーダーは違うので、気をつけましょう。



びじゅつ 美術

え か 絵を描いたり、作品を作ったり、いろいろな美術作品をみて楽しんだりします。1年生のときにポスターカラーのセットを買って準備します。また、作品を作るときに彫刻刀を使うことがあります。日本では小学校でも使うので、ほとんどの子どもが自分のものを持っています。すぐに準備できない場合やどんなものか分からないときには必ず先生に相談しましょう。



ほけんたいいく 保健体育

うんどうじょう たいいくかん りくじょうきょうぎ きかいうんどう きゅうぎ ぶどう うんどう 運動場や体育館で陸上競技、器械運動、球技、ダンス、武道などいろいろな運動をします。また、体や心の成長についても勉強します。保健体育は男子と女子に分かれて授業を行います。

保健体育の授業では体操服や水着に着替えます。体操服は持ち帰って定期的に洗濯をします。夏には、プールで水泳をします。水着と水泳帽とゴーグルを準備します。水着や水泳帽は学校で決められた形や色があります。また、プールの授業は水遊びではありません。感染のおそれのある症状がある場合や女子で生理になっている場合などを除き、全員が参加します。特に女子は体の成長に合わせて普段から下着を変えたり、胸パットなどを使ったりするようになります。日本では服の上からバストやバストトップが目立たないように気を付けます。ブラジャーの上にキャミソールやタンクトップを着ている子どももいます。
宗教上、服装に制限があるときには必ず事前に先生に相談しましょう。

音乐 (ongaku)

唱歌、演奏乐器、欣赏各种乐曲。基本上都在音乐室上课。不能跟别人共用的中音竖笛需要购买。在小学时用的是高音竖笛。请注意，高音竖笛跟中音竖笛是不一样的。



美术 (bijyutsu)

画画、做手工、欣赏各种各样的美术作品。初一的时候要购买广告画颜料套盒。另外，在制作作品的时候有时也会用到雕刻刀。在日本，小学的时候也用雕刻刀，所以几乎所有的孩子都有自己的雕刻刀。不能马上准备好或不知道准备什么样的东西的话，一定要找老师商量。



保健体育 (hokentaiiku)

在操场、体育馆做各种运动，比如田径、器械运动、球类运动、舞蹈、武道等。还要学习身体和身心的成长。保健体育 (hokentaiiku) 课时，男生和女生分开上课。

保健体育 (hokentaiiku) 课的时候，要换上体操服或游泳衣。体操服要带回家定期清洗。夏天的时候，要在游泳池游泳。所以需要准备游泳衣、游泳帽和潜水眼镜。游泳衣和游泳帽，每个学校会指定样式和颜色。还有，游泳课不是玩水。所以除了有感染可能的病时或女学生的生理期以外，要求全体参加。

特别是女学生随着身体的成长，平时就要注意换适合的内衣，使用胸垫等。在日本，大家都会特别注意不要让别人从衣服外边看见胸部或文胸。所以很多女孩子会在文胸外边穿一件吊带或背心。

如果宗教信仰上，对服装有限制的人，请务必事先找老师商量。

学習について

かていか

家庭科

ちょうりじっしゅう 調理実習をしたり、裁縫道具やミシンを使って作品を作ったりします。日常の家庭生活に必要な知識と技術を身につけます。裁縫をするときには裁縫道具を準備します。日本では小学校でも使うので、ほとんどの子どもが自分のものを持っています。すぐに準備できない場合やどんなものか分からぬときには必ず先生に相談しましょう。また、調理実習のときにはエプロンや三角巾、マスク、ふきんを準備します。料理を作る材料として、家から野菜や果物などを持って行くこともあります。調理実習はほとんどの場合、グループで作ります。材料を忘れるときには先生に相談しましょう。

宗教上、材料や調理方法に制限があるときには必ず事前に先生に相談しましょう。

裁縫道具	エプロン・三角巾
	

ぎじゅつ
技術

もっこり 木工、電気回路、パソコンなどの実践的、体験的な学習をします。1年生のときに木工作業に必要な道具のセットを買って準備することもあります。危険な作業も多いため、使い方を間違えると大ケガをしてしまいます。使う前に先生が使い方や注意点を説明してくれます。日本語が分からず使い方や注意点を理解できないまま使うのは危険です。先生に絵や図で手本を示してもらいましょう。



(2) 教科以外の学習

そごうてき がくしゅう 総合的な学習の時間・道徳 (2019年度から教科化)・特別活動

家庭课 (kateika)

学习烹饪、用裁缝工具和缝纫机做一些作品。通过家庭课，能让孩子们掌握一些日常家庭生活中需要的知识和技术。裁缝的时候，需要准备裁缝工具。在日本，小学的时候也用，所以几乎所有的孩子都有自己的裁缝工具。不能马上准备好或不知道准备什么样的东西的话，一定要找老师商量。烹饪的时候，需要准备儿童用围裙、三角巾、口罩和擦食具的抹布。有时候也需要从家里带一些蔬菜和水果去作为烹饪的材料。烹饪的时候，一般都是分组实施。如果自己忘了带材料，将会让同组的同学为难。如果家里没有、或不知道带什么东西，请务必找老师商量。

如果宗教信仰上，对烹饪材料或烹饪方法有限制的人，请务必事先找老师商量。

裁缝工具	围裙・三角巾

技术 (gijyutsu)

关于木工、电路、电脑等实践性、体验性的学习。初一的时候可能需要准备木工操作所需的工具。因为有很多操作伴随着危险，用法不对的话可能会受伤。在使用之前，老师会给大家讲使用方法和注意事项。因为日语听不懂，对使用方法和注意事项不能正确理解就操作的话，很危险。请老师画图或做示范。



(2) 学校课程以外的学习

综合学习时间・道德（2019 年开始成为学校课程）・特别活动

2. テストについて

日本の中学校には、定期テストと実力テストがあります。

【定期テスト】

○各学期の途中にある中間テスト、各学期の終わりにある期末テスト、各学年の終わりにある学年末テストがあります。3学期制の学校では1年間に合計5回、2学期制の学校では1年間に合計4回行われます。

○中間テストは、国語、数学、理科、社会、英語の5教科ですが、期末テストと学年末テストでは5教科に加えて音楽、美術、保健体育、技術・家庭科のあわせて9教科のテストを行います。

○テストの1~2週間前にテスト範囲が発表されます。テスト範囲は教科書や問題集のページの範囲で示されます（テスト後にテスト範囲のノートや問題集を提出しなければならない学校もあります）。前のテストから今回のテストの間に授業で勉強した内容が出題されることが多いです。範囲が決まっているので、そこを集中して勉強しましょう。

○テストの1週間前から、テスト勉強をするために部活動は休みになります。子どもは早く家に帰って、集中してテストに向けて家で勉強します。勉強ができるように家族の理解と協力が必要です。

○テストの点数をもとに学年順位がでます。日本では自分の順位しか教えてもらえない。また定期テストは成績に大きく影響します。

【実力テスト】

○1年に数回行われます。特に3年生になると高校受験に向けて実力テストの回数が多くなります。

○実力をはかるテストなので、テスト範囲は基本的にこれまで勉強してきた範囲全てが対象となります。

○テストの点数をもとに学年順位がでます。日本では自分の順位しか教えてもらえない。

○実力テストの結果を進学先を決めるときの参考にすることあります。

定期テストや実力テストの日は、午前中だけテストを受けて家に帰ります。昼食は家で食べます。早く帰ってきたら遊びに行かないで、次の日のテストの勉強をしましょう。

その他に、夏休みや冬休みが終わったときに休み中の宿題を範囲とする課題テストを行ったり、授業中に単元テストや小テストを行ったりすることがあります。

日本語が十分に理解できていないからといってテストを全く受けないでいると、成績をつけることができなくなります。テスト問題の漢字によみがながなれば少しほどできる、数学の計算問題ならできる、英語のテストならできる問題がいくつあるなど、子どもの学習状況に合わせて先生と相談しながらテストに取り組ませましょう。

2、关于考试

日本初中有定期考试 (teikitesuto) 和实力测验 (jitsuryokutesuto)。

【定期考试 (teikitesuto)】

- 各个学期中途有期中考试、各个学期结束的时候有期末考试、各个学年结束的时候有年终考试。3个学期制的学校1年总共有5次、2个学期制的学校1年总共有4次考试。
- 期中考试有5科，语文(kokugo)、数学(suugaku)、理科(rika)、社会(shakai)、英语(eigo)。期末考试和年终考试，在这5科的基础上加上音乐(ongaku)、美术(bijyutsu)、保健体育(hokentaiiku)、技术·家庭科(gijyutsu・kateika)，总共是9科。
- 在考试前的1~2周会告诉大家考试范围。考试范围是用教科书和练习题的页码来出示（有的学校在考试结束后需要提交考试范围笔记本或练习题）。一般都是在上次考试之后到这次考试之前所学习的内容里出题。考试范围都定好了，所以要好好集中复习。
- 考试前的1周开始，为了复习功课而停止社团活动。孩子们每天早一点回家，然后在家里集中精力复习功课准备考试。所以这就需要家里人的理解和配合，为孩子们创造一个良好的学习环境。
- 根据考试的成绩排年级名次。在日本，只告诉学生自己的名次。而且定期考试 (teikitesuto) 对成绩的影响很大。

【实力测验 (jitsuryokutesuto)】

- 1年有好几次。特别是到了初三，为了高中升学考试，实力测验 (jitsuryokutesuto) 会多一些。
- 这是为了检测大家的实力，所以考试的范围是到目前为止所学的所有内容。
- 根据考试的成绩排年级名次。在日本，只告诉学生自己的名次。
- 有时在决定升学时，会将实力测验 (jitsuryokutesuto) 的成绩作为参考。

定期考试 (teikitesuto) 和实力测验 (jitsuryokutesuto) 当天，上午参加考试完后就可以回家了。中午饭一般在家吃。早一点回家后不要去玩耍，要为第二天的考试复习。

另外，寒暑假结束后，有时会有以假期作业为范围出一些课题考试，上课期间也会有单元测试和小测验。

如果以不能完全理解日语为理由不参加考试的话，就不能决定成绩。如果说，考试试卷的汉字如果有注音的话会做一点、数学的计算问题的话会做、英语的考试会做一些，根据孩子的学习状况，可以跟老师一起商量来认真面对考试。

学習について

※テストのまるつけについて

日本では正しい答えに○、間違った答えに×、✓のしるしをつけます。

3. 成績について

子どもの中学校での勉強の成績(教科の学習)や中学校生活の様々な活動の様子などは、各学期の終わりに担任の先生から通知表で伝えられます。通知表は中学校によって、その名前や形式や記入の仕方が違います。成績は「1~5」段階(5が一番評価が高い)で評価されます。勉強の成績は、テストの点数だけで決まるものではありません。授業中の態度や決められた提出物を出すことも成績に関係します。テストで点数がとれなくても、態度や提出物をがんばれば、とても悪い成績にはなりません。いい評価がつくと、子どものやる気ができます。各学期の終わりに必ず通知表が渡されますので、子どもと一緒に見て、がんばったところをほめてあげたり、次の目標と一緒にたてたりしましょう。

通知表は1年間同じものを使用する学校が多いです。休み中に汚したり、なくしたりしないように大切に保管し、次の学期が始まる時には忘れないように必ず中学校に持っていきます。通知表には保護者が見たことを先生が確認できるように、印鑑を押す欄があります。忘れないで印鑑を押しましょう。

通知表の見かたや意味が分からぬときは、先生に聞いてみましょう。

※日本の中学校では、成績が悪いからといって落第することはほとんどありません。また、成績がいいからといって飛び級できる制度はありません。ほとんどの場合、年齢に応じて学年があがります。いい面もありますが、勉強が理解できないまま学年があがってしまうことがあります。子どもの勉強は毎日の積み重ねが大切です。一時帰国などで長い間学校を休むことは子どもの勉強に影響します。できるだけ子どもが続けて勉強できる環境にしましょう。

4. 宿題はとても大切です。

日本の中学校ではほとんど毎日宿題があります。日本語が分からなくてできないからといって何もしないのはよくありません。先生に相談して、できる宿題に変えてもらうことができます。



※先生方へ※

子どもの成績を少しでもあげるために、子どものレベルに合わせた、できる宿題を準備してあげましょう。

日本語が十分に身についていない子どもにとって、日本人の子どもが勉強する内容と日本語の勉強の両方が必要です。とても大変なことですが、日本人の子ども以上に努力しなければいけません。中学校の授業だけでは十分ではありません。家庭で宿題などの勉強をすることはとても大切なことです。家の手伝いや弟や妹の世話を大切ですが、子どもが家庭で勉強できる時間や場所を作りましょう。

※关于考试的判卷方法

在日本，正确的答案打○、错误的答案打×、✓。

3、关于成绩

关于孩子在初中的学习成绩（学校课程的学习）、学校生活的样子和各种课外活动的样子，在各学期结束的时候，班主任会通过通知表（tsuuchihyou）来告诉各位家长。通知表（tsuuchihyou）的名字、样式和写法，每个学校都不太一样。成绩以「1～5」个等级（5是最高评估）来评估。学习成绩不只是考试分数，上课的学习态度和作业的提交状况也会跟成绩挂钩。所以，即使考试分数不是很高，如果上课态度很好，作业也认真完成并按时提交的话，成绩就不会很糟。拿到一个好的评估的话，孩子也会更加有信心、更加努力。各个学期结束的时候，一定会收到这样的通知表（tsuuchihyou），请家长们和孩子一起看。孩子努力的地方，请表扬他，并一起设定下一个目标。

有很多学校通知表（tsuuchihyou）要使用一年。所以在放假期间一定要注意不要弄脏或弄丢，要妥善保管，新学期开学的时候也不要忘记带到学校。为了让老师知道家长已经看过了，有盖章的地方，所以家长看完以后一定不要忘记在上面盖章。

如果不知道通知表（tsuuchihyou）怎么看或有不明白的地方，请问老师。

※ 日本的初中不会因为成绩不好而留级。也没有因为成绩好而跳级的制度。都是根据年龄而升级。这样的制度有一定的好处，但是有时候有的孩子还没有完全掌握所学内容就强制升级了。对于孩子的学习每天的积累很重要。所以因为临时回国等原因长时间请假的话，会对孩子的学习造成一定的影响。所以请家长们要尽量地为孩子创造一个持续学习的良好环境。

4、作业很重要

日本的初中几乎每天都有作业。以不会日语为理由什么作业也不做，这样的想法和行为很不好。可以找老师商量，老师会根据个人的能力布置作业。



对于日语还没有完全掌握的孩子来说，又要和日本的孩子一样学习各门功课，又要学习日语。这是相当辛苦和困难的事，所以要比日本的孩子付出更多的努力才行。只是学校的上课是远远不够的，回家后做作业、复习功课也是非常重要的。当然帮助家里人做家务、照顾弟弟妹妹也很重要，但是希望家长们能在家里也给孩子创造一个良好的学习环境和学习时间。

ふくそう み 服装・身だしなみ

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。

1. 中学校での服装

中学生は、中学校に私服を着て行くことはありません。それぞれの学校で決まっている制服、カバン、体操服があります。中学生はそれらを身につけて、学校生活を送ります。

保護者は子どもが中学校に入学する前に、制服、カバン、体操服など用意する必要があります。学校が指定するものを用意しなくてはいけません。これらの購入については入学前に中学校から案内があります。どこで、どうやって用意するのか、案内をみてきちんと確認しましょう。安いものではありません。日ごろから貯金を心がけましょう。

きょうだいが使っていたものをもらってもいいですし、中学校を卒業して必要ななくなった知り合いがいたら、その方にもらってもいいですね。また、地域によっては学校でバザーをひらいていて、そこで他の人が使わなくなった制服を安く買うこともできます。

2. どんな服装？

制服	夏服		セーラー服&カッターシャツ ブレザー	<p>中学生は登下校・授業中などの時間、ほぼ制服を着て過ごします。制服にはセーラー服、学生服、ブレザーなど、いろいろな種類があります。またそれぞれの種類の中でも少しづつデザインが違います。子どもが通う中学校の制服がどんなデザインか確認をしましょう。</p> <p>中学生は成長する時期です。特に男子はみんな大きめのサイズを買っています。</p> <p>また、制服には夏服と冬服があります。夏服は5月ごろから10月ごろまで、冬服は10月ごろから5月ごろまで使用します。冬服と夏服の変わり目には一週間ほどどちらの服を着てもいい期間があります。</p>
	冬服		セーラー服&学生服 ブレザー	

服装・仪容仪貌

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

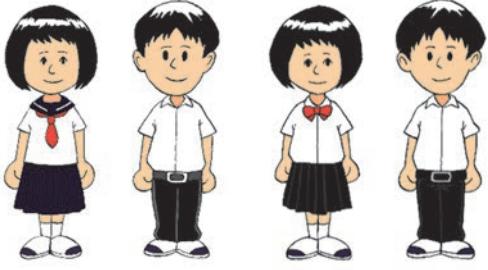
1、初中的服装

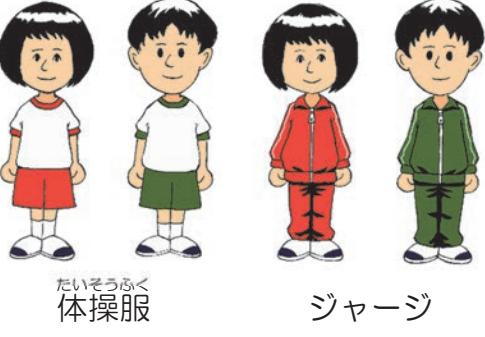
中学生不可以穿便装去学校。每个学校都有自己的校服（seifuku）、书包、体操服。中学生要穿着这些度过学校生活。

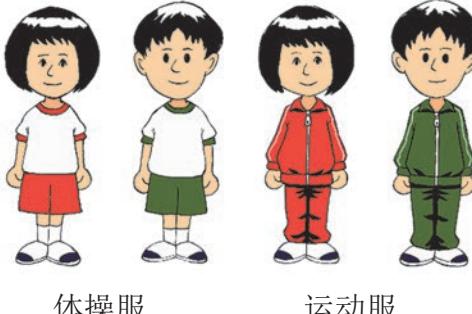
家长要在孩子入中学之前，准备好校服（seifuku）、书包、体操服。而且必须准备学校指定的东西。关于这些东西的购买，在入学前学校会通知各位家长。要认真看通知并确认在哪里买、怎么买。而且这些东西都不是便宜的东西，所以为这些平时一点一点积攒的话可能比较好。

兄弟姐妹用过的东西也可以，如果有中学已经毕业不再需要的朋友的话，也可以向朋友要过来。还有，有的地区会在学校里举办集市，也可以在这里很便宜地购买别人不用的校服（seifuku）。

2、什么样的服装呢？

校服 (seifuku)	夏季的校服		<p>水兵服&衬衫</p> <p>轻便西装式校服</p>	<p>中学生在上下学・上课等的时候，几乎都是穿着校服（seifuku）度过。</p> <p>校服（seifuku）有水兵服、学生服、轻便西装式等很多种类。而且各个种类里样式也会不一样。请家长们确认自己的孩子上的初中的校服（seifuku）是什么样式的。中学生正是长身体的时候，尤其是男孩子，所以一般大家都买比较大一点的。</p>
	冬季的校服		<p>水兵服&学生服</p> <p>轻便西装式校服</p>	<p>校服（seifuku）有夏季的和冬季的。夏季校服是从5月到10月，冬季校服是从10月到5月使用。在换校服的期间，有一个星期左右是穿哪个都可以的。</p>

	カバン		<p>教科書や筆記用具など、その日に必要なものを入れて登下校します。</p> <p>学校指定のものを使うことが多いです。学校によって指定している力バンが違います。確認しましょう。</p> <p>またカバンにものが入りきらないときは、サブバッグを使用することができます。サブバッグも学校指定の場合が多いです。こちらも確認しましょう。</p>
く	体操服	 たいそうふく 体操服	<p>体育の時間には体操服を着ます。</p> <p>冬季はジャージを着ることもできます。体操服、ジャージには誰のものかわかるように、名前の刺しゅうやゼッケンが必要です。</p> <p>また授業中や部活動登校時、ジャージの着用を許可している中学校もあります。</p>
	ブレーカー		<p>冬の寒い時期は、学校指定、もしくは部活動で使用するウィンドブレーカーの着用を許可している中学校もあります。</p>
	屋外		<p>白いスニーカーを指定されることが多いです。登下校時、体育の時間にはきます。</p> <p>見えるところに名前を書きましょう。</p>
	屋内		<p>屋内用の上履き、体育館用の体育館シューズなど各学校で指定があります。子どもの学校がどのようなくつを指定しているか確認しましょう。</p>
く	体育館		<p>見えるところに名前を書きましょう。</p>
	靴下		<p>白い靴下を指定している中学校が多いです。ワンポイントを許可している学校もあります。また、冬季は女子の黒タイツ着用を許可している中学校もあります。</p>

书包			<p>教科书和笔记用具等，当天用的东西要装进书包上下学。一般要用学校指定的东西。每个学校的书包都不太一样。要确认好。</p> <p>另外，如果书包里装不下的话，大家一般会再拿一个辅助包。辅助包一般也要用学校指定的。这个也要确认。</p>
体操服	体操服	 体操服 运动服	<p>体育时间要穿体操服。冬季也可以穿运动服。体操服和运动服为了不拿错，需要刺绣名字或写名字。</p> <p>有的初中也允许上课的时候或社团活动、上下学的时候穿运动服。</p>
	挡风服		<p>冬天冷的时候，有的初中允许穿学校指定的，或社团活动用的挡风服。</p>
鞋	室外		<p>一般都指定穿白色的运动鞋。上下学时、体育时间的时候穿。</p> <p>在能看见的地方写上名字。</p>
	室内		<p>室内用的室内鞋、体育馆用的体育馆专用鞋等，每个学校也都会指定。请各位家长确认自己的孩子上的初中是规定穿什么样的鞋。</p> <p>在能看见的地方写上名字。</p>
	体育馆		
	袜子		<p>一般指定穿白色袜子的中学校比较多。有的初中也允许可以穿单一图案的袜子。到了冬季，也有的初中允许女生穿黑色的连裤袜。</p>

3. 髪の毛

だんしじょしきょうつう 男子女子共通

- 脱色、染髪、剃りこみ、パーマなどはしない。
- 前髪が眉毛にかかるない。
- ワックス、ヘアスプレー、ムースなどをつけない。

だんし 男子	じょし 女子
<ul style="list-style-type: none"> • 横髪は耳にかかるない長さにする。 • 後ろ髪は襟にかかるない長さにする。 	<ul style="list-style-type: none"> • 髮が肩にかかるときはヘアゴムで結ぶ。 • ヘアゴムとヘアピンは黒か紺か茶。 • カラフルなものやヘアアクセサリーは使わない。

4. 寒いときには…

ふゆ あいだ がっこうない さむ おお かくがっこう きょか ぼうかん ぐ ちが
冬の間、学校内は寒いことが多いです。各学校によって許可されている防寒具は違います。
こ ちゅうがっこう なに きょか なに きんし かくにん
子どもの中学校が何を許可していて、何を禁止しているのか確認しましょう。



チェック		チェック		チェック	
	セーター (制服の下に着用)		タイツ (女子)		マフラー ネックウォーマー
	てぶくろ 手袋		コート (暗めの色)		つか 使い捨てカイロ

5. 清潔にしよう！

ふゆ せいふく かんたん あら さいきん あら せいけつ
冬の制服は簡単に洗えるものではありません（最近は洗えるタイプのものもあります）。清潔
さを保つため、制服の下には下着を身につけましょう。
たも せいふく した したぎ み まいにちあら ちゅうがくせい
また、子どもが身につけた下着、靴下、体操服、夏の制服などは毎日洗いましょう。中学生の
からだ せいちょうき おとな ちか あせ
体は成長期にあり、大人に近づいています。汗からにおいがしてくることもあります。に
おいがすると、子どもの人間関係にまで影響が及ぶかもしれません。
せいけつ み えいきょう およ がっこうせいかつ おく
清潔なものを身につけて、子どもが気持ちよく学校生活を送れるようにしましょう。

6. よくある質問

- ① こうすい がっこう
香水を学校につけてきてはいけません。どうして？
- ほん こ こうすい しゅうかん ちゅうがっこう こうすい
日本の子どもは香水をつける習慣ありません。中学校に香水をつけていくと、そ
れがいい香りでも「くさい」と言われてしまうかもしれません。
かお い
またお風呂に毎日入らないため、子どもからにおいがしてきて、香水をつけさせること
があるかもしれません。しかし、日本の気候は気温も湿度も高く汗をかきやすいです。
まいにちよご あせ お こうすい つか
毎日汚れや汗をきちんと落として、香水を使わないようにしましょう。

3、头发

男女生共通	
不可以脱色、染发、剃花形、烫发。	前面的头发不可以遮住眉毛。
男生	女生
两边头发的长度不可以超过耳朵。 后面头发的长度不可以超过衣领。	头发长度超过肩膀的话要用皮筋扎起来。 皮筋和发卡要使用黑色或黑蓝色或咖啡色。 不可以使用颜色鲜艳的皮筋和发卡。也不可以使用头发装饰品。

4、冷的时候…

冬天的时候，学校里面比较冷。每个学校允许的防寒用品不一样。孩子的初中允许用什么，不允许用什么，请务必确认。



打记号		打记号		打记号	
	毛衣（穿在校服 (seifuku) 的里面）		连裤袜（女生）		围巾 围脖
	手套		外套（暗颜色）		暖身贴

5、保持干净卫生！

冬天的校服（seifuku）不容易洗（最近也有可以洗的）。为了保持干净卫生，在校服（seifuku）的里面穿一件贴身衣服比较好。

还有，孩子穿的贴身衣服、袜子、体操服、夏季的校服（seifuku），要每天清洗。中学生的身体处于成长期，慢慢接近大人。有时出汗后会有异味。有异味的话，有可能会影响到孩子的人际关系。

身穿干净的衣服，让孩子心情愉快地度过学校生活。

6、常见问题

① 去学校的时候不能用香水。为什么呢？

→ 日本的孩子们没有用香水的习惯。所以如果喷了香水去学校的话，即使是很香的气味，也有可能被说很臭。

而且，在有的国家可能没有每天洗澡的习惯，所以有可能害怕孩子身上有气味而给孩子用香水。但是，日本的气候是高气温高湿度，容易出汗。所以每天要洗澡，把脏啊汗啊洗干净，而不用香水。

② **ピアスやネックレスなど、アクセサリーをつけて行きたいんだけど…？**

→ 日本では、中学校にアクセサリーをつけていません。中学校の基本的な考え方としては「学校生活に必要のないものを持ってこない」です。子どもがアクセサリーを身につけたまま登校すると、学校の先生に没収されてしまう可能性があります。子どもが悲しい思いをしないためにも身につけさせずに登校させましょう。

③ **どうして髪を染めたり、お化粧をしたりしちゃいけないの？**

→ 他の国では中学生が髪を染めたり、お化粧をしたりして、おしゃれをするのはよくあることかもしれません、日本の中学校では許されていません。髪を染めたり、お化粧をしたりしていると、ルールを守らない子だと思われてしまいます。日本の中学校にも髪を染めたり、化粧をしたりしている子どももまれにいますが、それはルールを守っていない子どもたちです。真似をしないでルールを守るようにしましょう。

また、日本人の子どもはほとんどが黒髪なので、茶髪や金髪だと目立ってしまいます。生まれつき茶髪や金髪の場合は黒色に染める必要はありません。先生に伝えておくといいでしょう。

② 想戴耳环、项链等首饰品去学校，可以吗？

→ 在日本，去初中的时候不戴首饰。初中的最基本的观点是「学校生活不需要的东西就不带来」。如果孩子戴着首饰去上学的话，有可能被老师没收。为了不让孩子经历这样的伤心事，请让孩子不要戴首饰去上学。

③ 为什么不可以染头发、不可以化妆？

→ 也许在其他的国家，中学生染头发、化妆是很时髦很漂亮的行为，但是在日本的初中是不允许的。如果染头发、化妆的话，会被认为是不遵守规章制度的孩子。在日本的初中里偶尔也有染头发、化妆的孩子，请注意这些都是不遵守规章制度的行为。请不要模仿，认真遵守规章制度。

而且，日本的孩子几乎都是黑色的头发，如果染成咖啡色或金黄色的话，会很耀眼。如果生来就是咖啡色或金黄色的头发的话，没有必要染成黑色。请跟老师说明一下比较好。

ちゅうがっこう ひつよう 中学校で必要なもの

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

ちゅうがっこう にゅうがく 中学校に入学するときには、たくさんのものを準備します。中学校によって、学校で使うものにはそれぞれ細かいルールがあつたり（靴の色など）、学校が決めたお店でなければ購入できないものがあつたりするので、しっかり確認して準備するようにしましょう。もちろんルールで許されているものであれば、文房具や運動靴など小学校のときに使用していたものを続けて使うことはできます。また、制服やバッグなどは、知り合いや地域の方からもらえる場合もあるので、必要な場合は相談してみましょう。（p.31「服装・身だしなみ」のページを見てください）

とても たいせつ

すべてのものに、子どもの名前を書きましょう。

にほん ちゅうがっこう 日本の中学校では、制服や体操服など、全員が同じ形のものを使用する場合が多いです。着替え中に他の生徒のものと混ざってしまったり、落したりしたときに、名前が書いてあれば自分のところに戻ってきます。名前を書く場合、学校によって書く場所や大きさなど決まりがあることがあります。しっかり確認してから書くようにしましょう。また、誰かからもらったものを使う場合、前の人の名前を消して子どもの名前を書きましょう。

持ってきてはいけないもの

がいこく ゆる 外国では許されていても、日本の中学校では絶対に持ってきてはいけないので、気をつけましょう。

【例】

・アクセサリー類（ピアス、指輪、ネックレスなど）

・お菓子類（ガム、ビスケット、キャンディなど）

日本の中学校では休み時間におやつを食べることはできません。

・お金

日本の中学校にはお菓子やジュースを買うことのできる売店はありません。学校の帰り道に

お店に寄って、お菓子やジュースを買うこともいけません。

・携帯電話

・カード類

・ゲーム機

初中需要的东西

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

初中入学的时候，需要准备很多东西。根据学校不同，对所需要的学习、生活用品等有很细微的要求（比如鞋的颜色等）。而且有的东西需要在学校指定的商店购买。所以一定要确认清楚后再准备。当然，如果是在规定所允许的范围内的话，也可以用小学的时候使用的文具、运动鞋等。另外，校服（seifuku）和书包等，有时可能会有朋友或邻居给，那么必要的时候请向老师咨询。

（p. 32 请参考「服装・仪容仪貌」一页）

非常重要

要在所有的东西上写上孩子的名字。

在日本的初中里，一般像校服（seifuku）、体操服等大家都用一样的东西。换衣服的时候，有可能跟其他的学生的混在一起，也有可能落在哪里，如果有名字的话就能找回。而且，在写名字的时候，每个学校也有规定的地方和名字的大小。所以请确认清楚后再写。如果是朋友给的东西，请把以前用过的人的名字划掉写上自己孩子的名字。

不可以带的东西

请大家注意，有些东西是不能带到初中的。即使在外国可以带但在日本的初中里不允许的话，请一定不要带去初中。

【比如】

- 首饰用品（耳环耳钉、戒指、项链等）
- 小零食（口香糖、饼干、糖果等）

在日本，初中的休息时间是不能吃东西的。

- 金钱

在日本的初中里，没有可以买东西的商店。而且，回家路上也不能顺便去商店买东西。

- 手机
- 各种卡
- 游戏机

中学校で必要なもの

購入するものの一例

ここに挙げているのは、一般的な例です。中学校によって違いますので、必ず子どもが通う中学校で必要なものを確認しましょう。※教科書は無償で配布されます。

(1) 服装など (p.31 「服装・身だしなみ」のページを見てください)

中学校によって、決められたルールがあったり、学校が決めたお店でなければ買えないものがあったりするので、しっかり確認して準備するようにしましょう。制服や体操服などは、中学校にお店が来てくれる「一斉販売日」がある場合もあります。

制服	<ul style="list-style-type: none">男女で違います。夏服と冬服があります。
体操服	<ul style="list-style-type: none">長袖、半そで、ジャージ、ハーフパンツ、クオーターパンツなど洗濯することを考えて、2着以上ずつ購入することが多いです(体育大会の練習時などは、毎日体操服を使用することがあります)。
靴下	<ul style="list-style-type: none">基本白色のものが指定されている場合が多いです。靴下のラインやワンポイントは許可をしている中学校もあります。
履物	<ul style="list-style-type: none">室内用の上履き、体育館シューズ、通学用運動靴など体育館シューズを入れる袋も必要な場合があります。
かばん	<ul style="list-style-type: none">通学用かばん、サブバッグ(ナップサックなど)

※この他、部活動でもユニフォームやシューズを購入する必要があります。(p.67「部活動」のページを見てください)



(2) 筆記用具

筆箱	<ul style="list-style-type: none">必要な筆記用具が入るサイズを準備しましょう。
鉛筆・赤ペン シャーペンシル	<ul style="list-style-type: none">芯の濃さは、HB・Bくらいがよく使われます。シャープペンシルが禁止されている学校もあります。赤ペンは丸つけのために使います。
消しゴム	<ul style="list-style-type: none">学習用のよく消えるものを選びましょう
定規	<ul style="list-style-type: none">真っすぐに線を引くときに使います。筆箱に入るサイズのものが一本あると便利です。

比如需要购买以下的东西

这里所介绍的是一般的所需用品。根据学校不同会不同，所以一定要向孩子的初中确认所需用品和要求。※教科书是免费提供的。

(1) 服装等 (p . 32 请参考「服装・仪容仪貌」一页)

各个初中，都有规定的要求、指定的商店，所以请确认清楚后再准备。校服 (seifuku) 和体操服等的话，有时商店里的人会来学校，设定「统一贩卖日」。

校服 (seifuku)	<ul style="list-style-type: none"> 分男生的和女生的。 有夏季校服和冬季校服。
体操服	<ul style="list-style-type: none"> 有长袖、半袖、运动服、1/2 短裤 (haafupantsu) 【到膝盖以下】、1/4 短裤 (kuootaapantsu) 【膝盖以上、比较短的】等。 考虑到换洗，一般都会各买 2 件以上。(运动会练习的时候，有可能每天都穿体操服)
袜子	<ul style="list-style-type: none"> 基本上都规定穿白色的。 有的中学校允许可以穿带线条和单一图案的。
鞋	<ul style="list-style-type: none"> 有室内用的鞋、体育馆专用鞋、上下学穿的运动鞋等 有时也需要准备装体育馆专用鞋的鞋袋。
书包	<ul style="list-style-type: none"> 上学用的书包、辅助包（简便背包等）

※除此之外，社团活动也需要购买服装和鞋。（ p . 68 请参考「社团活动」一页）



(2) 笔记用具

笔盒	<ul style="list-style-type: none"> 请准备能装下所需的笔记用具的笔盒。
铅笔・红笔 自动铅笔	<ul style="list-style-type: none"> 经常用的笔芯是 HB・B。有的学校不允许用自动铅笔。红笔是判对错时使用。
橡皮	<ul style="list-style-type: none"> 请选择学习用、能擦干净的橡皮。
尺子	<ul style="list-style-type: none"> 画直线时使用。选择能放进笔盒的尺子比较方便。

中学校で必要なもの

下敷き	・ノートに字を書くときに使います。紙の下に敷くことで書きやすくなり、ノートをきれいに使えます。
ノート	・各教科のノートを購入します。学年のはじめだけ学校で一括注文する場合があります。



(3)給食

※地域や中学校によって必要なものは違います。

はし	・ケース付きのものを100円均一のお店でも購入することができます。
マスク	・準備をするときに使います。唾液が飛び、給食に入るのを防ぎます。
ナフキン	・机の上に敷き、机が食べ物で汚れるのを防ぎます。

★給食で使うものは、毎日持ち帰り、きれいに洗って翌日持っていきます。ナフキン、マスクは2、3枚準備しておくといいですね。

(4)その他

自転車 	ヘルメット 	雨ガッパ 
自転車通学の場合、中学校のルールにあった自転車の購入が必要です。中学校によって決められたルールがあるので確認しましょう。(p.45「登下校」のページを見てください)	自転車に乗るときに着用します。無償で配布する中学校もあります。	自転車で通学するときは、安全のため、傘ではなくカッパを着用します。セパレートタイプを指定されることが多いです。

垫板	• 在练习本上写字的时候使用。在纸的下面垫上垫板的话，容易写，从而能很干净地使用练习本。
练习本	• 购买各个教科的练习本。有时候新学年开始的时候，学校会统一订购。



(3) 校餐 ※不同的地区和中学校，需要的东西也不同

筷子	• 在百元店也可以买到带盒子的筷子。
口罩	• 在准备的时候使用。为了防止唾液飞溅到校餐里。
毛巾	• 为了防止食物掉在桌子上弄脏桌子，吃饭的时候铺在桌子上。

★ 校餐用的东西，每天一定要带回家清洗干净后第二天再带到学校。校餐用毛巾和口罩，准备两三套比较好。

(4) 其他

自行车	安全帽	雨衣

如果是骑自行车上学的话，注意需要购买符合初中规定的自行车。各个学校都对自行车有一定的规定。请确认。(p. 46 请参考「上下学」一页)

骑自行车的时候使用。有的初中会免费给学生配发。

骑自行车上学的时候，为了安全不能打伞，要穿雨衣。一般都规定穿上衣和裤子分开的雨衣。

とうげこう 登下校

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。

1. 登下校について

中学校では、家から学校までの通学する道（通学路）が決まっていることがあります。通学路は「車がない」「歩道がある」など、できるだけ安全な道が選ばれています。また繁華街などを避けた道が選ばれます。学校が決めた通学路を通って、登下校しましょう。

中学校は小学校と違って通学班などはありません。家が近くの友だちと声をかけ合って、一緒に登校しましょう。

2. 自転車通学

家から学校まで遠い場合、自転車での通学が許可されることがあります。自転車通学をするためには、たくさんあるルールを確認し、それに従わなくてはいけません。自転車通学で万が一事故が起こったときのために、日本スポーツ振興センターなど中学校から紹介される保険に加入しておくといいでしょう。やすいお金で入ることができます。

＜自転車通学のためのルール＞

- 学校側が自転車通学を許可しているエリアに住んでいる。
- ※許可エリア以外でも、けがや身体的な理由で自転車通学が許可されることがあります。
- ※許可エリア以外でも、部活動の練習試合、高校入試などで自転車通学が許可されることがあります。
- 自転車の整備を定期的に行う（ブレーキ、鍵、ベル、ライト、反射鏡など）。
- 自転車に、学校で配られる（もしくは購入）ステッカーを貼る。
- 乗車時にはヘルメットを着ける。
- 雨の日は雨ガッパを着る（傘を使わない）。

＜自転車通学のための自転車＞

- 派手な色、華美でないもの
- 変速ギアのついていないもの
- スタンドは両足スタンドのもの（1本でないもの）
- シティサイクルタイプのもの（マウンテンバイクや、折り畳み自転車は不可）
- 記名をする
- 防犯登録してあるもの
- 前かごのあるもの



上下学

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、关于上下学

初中有指定的从家到学校的路（上下学的路（tsuugakuro））。上下学的路（tsuugakuro）一般都是「车少」「有人行道」等，尽量选择比较安全的路。而且会选择远离繁华街道的路。请大家一定要利用上下学的路（tsuugakuro）来上下学。

初中跟小学校不同，没有上下学小组。自己跟家离得比较近的朋友互相约好，一起上下学。

2、骑自行车上下学

家离学校比较远的话，允许骑自行车上下学。利用自行车上下学的话，要确认其规则，并遵守。在骑自行车上下学途中，为了万一发生交通事故时做保障，加入由学校介绍的日本运动振兴中心等的保险比较好。付很便宜的保险金就可以加入。

＜骑自行车上下学时的规则＞

- 住在学校允许的自行车上下学区域范围内。
※即使是允许范围外，由于受伤或身体的原因，有时也允许骑自行车上下学。
- ※即使是允许范围外，社团活动的练习比赛、高中入学考试等的情况下，有时也允许骑自行车上下学。
- 要定期对自行车进行维修（刹车、车锁、车铃、车灯、反光镜等）。
- 要在自行车上贴上学校配发（或购买）的标签。
- 骑车的时候要戴安全帽。
- 下雨时要穿雨衣（不能打伞）。

＜用来上下学的自行车＞

- | | |
|-------------------|------------|
| ○没有鲜艳的颜色和华丽的外表 | ○没有变形的车把 |
| ○没有变速档 | ○没有涂鸦没有贴贴画 |
| ○有两个脚踏（不是一个） | |
| ○普通型（越野型、折叠式的不可以） | |
| ○要有签名 | ○要防范登录 |
| | ○前面要有车筐 |



登下校

3. 登下校時に気をつけること

- 交通ルールを守る。
- 通学路を通る。
- 遅刻をしないように登校する。
- 制服で登下校する。(部活動のために、再登校したり土日に登校したりする場合は、体操服、
ジャージ登校が許可される中学校もある)
- 寄り道や買い物をしない。
- 部活動で遅くなるときは、安全のため、できるだけ1人で帰らないようにする。

4. 日本の交通ルール

- 信号を守る。
- 原則、自転車は左側通行(例外もあります)。
- 徒歩通学も自転車通学も、道路上を横に広がって通らない。
- 自転車の二人乗りをしない。
- 交差点では一時停止をして、左右の安全確認をする。
- 自転車に乗るときは、傘をさしたり、携帯電話やスマートフォンを使ったり、イヤホンをつけたりしてはいけない。

3、上下学时需要注意的事

- 遵守交通规则。
- 利用上下学的路 (tsuugakuro)。
- 上学不能迟到。
- 穿校服 (seifuku) 上下学。(为了参加社团活动，放学后再来学校时、周末来学校时，有的初中允许穿体操服、运动服)
- 不可以绕道和买零食。
- 社团活动结束比较晚的话，为了安全，尽量不要一个人回家。

4、日本的交通规则

- 遵守信号灯。
- 原则上，自行车要靠左侧行（也有例外）。
- 不论是步行还是骑车，在路上都不可以横着并排走。
- 自行车不可以乘坐两个人。
- 在十字路口处要暂停，确认左右安全。
- 骑自行车的时候，不能打伞、不能使用手机及智能手机、不能戴耳机。

ちゅうがっこう 中学校への連絡



でんわばんごう
(電話番号)



❖かならず、保護者が電話をかけましょう❖

1. 中学校へ連絡しましょう

中学校を休む・遅刻・早退するとき、また学校に伝えておきたいことがあるときは、必ず保護者が電話で学校に知らせましょう。

小学校のときは、通学班の友だちに伝えたいことを書いた連絡帳を渡し、届けてもらうことができましたが、個人で登校する中学校ではそれは難しいです。

電話はその日の午前（時 分）までにかけましょう。

(注意) 日本では、雨がふる日、雪がふる日も中学校へ行きます。天気が悪いという理由では休みません。(※暴風警報などが発表されると、お休みになることがあります)
(p.59 「休校」のページを見てください)

2. 中学校へ連絡する時

次のようなときには、必ず中学校に連絡します。

○欠席：子どもの体調が悪いときや、家庭の用事などで中学校をお休みするときに、なぜお休みするのかを伝えます。体育大会のように土曜日や日曜日に学校行事がある場合があります。土曜日、日曜日でも欠席連絡が必要です。

○遅刻：何らかの理由で学校に行くのが遅れる場合、遅れる理由と、学校に行く時間を伝えます。

○早退：子どもが学校から早く帰る必要がある場合、何時に誰が迎えに行くのかを伝えます。通常、子どもだけで学校から早退することはできません。

※部活動を欠席、遅刻、早退するときや転居をするときも同じように連絡をしましょう。

体調が悪いときにお休みするのは悪いことではありません。しかし、日本の中学校では出席日数がとても大切です。高校進学にも影響してきます。本当に休みが必要なとき以外に安易に休むことは避けましょう。

跟学校联系



(电话号码)



❖请家长一定亲自打电话❖

1、跟学校联系

在想请假、迟到・早退的时候，或有什么事需要转告学校的时候，请家长务必亲自打电话告诉学校。

在小学的时候，可以将写好的联系本交给上学小组的小朋友，麻烦小朋友转交给老师。但是因为初中是个人上下学，所以麻烦别人传达比较困难。

请在当天的上午（　点　　分）以前打电话。

(注意) 在日本，下雨或下雪也要上学。没有必要因为天气不好而不上学。(※当暴风警告预报(boufuu keihou)发布时有时也会临时放假。)

(请参考 p. 60 「临时放假」一页)

2、跟学校联系的时候

以下的情况时，请一定跟学校联系。

○请假：当孩子的身体不舒服或因家里有事，需要向学校请假的时候，请说明为什么请假。像运动会等的课外活动有时是星期六或星期天，周末缺课的话也需要联系。

○迟到：由于某些原因上学迟到的话，请联系学校，并说明迟到的理由和到校的时间。

○早退：孩子需要提前回家的时候，请联系学校，并说明几点谁去接孩子。一般，不允许孩子一个人提前回家的。

※社团活动的缺席、迟到、早退，还有搬家的时候也需要跟学校联系。

身体不舒服的时候，请假并不是不好的事情。但是，在日本的初中，出勤率非常重要。将会影响升高中造成影响。除了非请假不可以外，请不要随便请假。

中学校への連絡

3. 電話連絡

でんわ ちゅうがっこう れんらく はな かた しょうかい
電話で中学校に連絡をするときの話し方を紹介します。

けっせきれんらく
〈欠席連絡〉



※ []に欠席理由を入れましょう。

ちこくれんらく 〈遅刻連絡〉



moshi moshi nen kumi ○○○ ○○○の 父(chichi) です。
「もしもし。ねんくみ、○○○ ○○○の 父(chichi) です。
(子どものクラス) (子どものなまえ) 母(haha)
kyou wa okure masu. ○○時○○分 に いきます。」
きょうは、おくれます。 ○○時○○分 に いきます。」
(じかん)

がっこう い じかん つた
※学校に行く時間を伝えましょう。

そうたいれんらく
〈星浪連絡〉



moshi moshi n en kumi ○○○ ○○○^{no} 父(chichi) desu.
「もしもし。○ねん○くみ、○○○ ○○○の 父(chichi) です。
(子どものクラス) (子どものなまえ) 母(haha)
kyou wa soutai shimasu
きょうは そうたい します。
○○時○○分 に ○○○○が mukaeni ikimasu
(じかん) (mukaeni iku hito no namae)
むかえに いきます。」

※何時に誰が迎えに行くか伝えましょう。

病気・けがの連絡

朝、子どもの表情や体調を見て、いつもと違うことがあったら、中学校に伝えておきましょう。

・いつもより元気がない



moshi moshi n en kumi, ○○○ ○○○desu. kodomono genkiga arimase n
「もしもし。○ねんくみ、○○○ ○○○です。子どもの元気がありません。」
(子どものクラス) (子どものなまえ)

※子どもの様子によっては、中学校を休ませましょう。

3、打电话联系

在这里介绍一下给学校打电话时的表达方法。

〈请假时的联系〉



moshi moshi 「もしもし。○ねん○くみ、○○○ ○○○の父(chichi)です。□母(haha)です。」
 (孩子的班级名) (孩子的名字)

kyouwa yasumimasu
 きょうは、やすみます。」

「喂，您好！我是○年级○班的○○○的爸爸/妈妈，因为□，今天想请假。」

※□是请假的理由。

kaze
 • かぜ
 感冒

netsu
 • ねつ
 发烧

kega
 • けが
 受伤

i e no y o u j i
 • いえのようじ
 家里有事

fukutsuu
 • ふくつう
 肚子痛

〈迟到时的联系〉



moshi moshi 「もしもし。○ねん○くみ、○○○ ○○○の父(chichi)です。母(haha)です。」
 (孩子的班级名) (孩子的名字)

kyouwa okuremasu
 きょうは、おくれます。○○時○○分にいきます。」
 (时间)

「喂，您好！我是○年级○班的○○○，今天晚到一会儿。○点○○分到。」

※告诉老师具体得到学校时间。

〈早退时的联系〉



moshi moshi 「もしもし。○ねん○くみ、○○○ ○○○の父(chichi)です。母(haha)です。」
 (孩子的班级名) (孩子的名字)

kyouwa soutaishimasu
 きょうは そうたいします。

○○時○○分に ○○○○が むかえに いきます。」
 (时间) (去接孩子的人的名字)

「喂，您好！我是○年级○班的○○○的爸爸/妈妈，今天向让孩子早退。○点○分 ○○去接。」
 ※几点、谁来接孩子，一定要告诉老师。

〈生病・受伤时的联系〉

早上，如果发现孩子的脸色和身体状况和平时不一样，请跟学校联系。

〈比如〉• 没有平时有精神 • 腹泻 • 咳嗽严重 • 受伤了



moshi moshi 「もしもし。○ねん○くみ、○○○ ○○○です。子どもの元気がありません。」
 (孩子的班级名) (孩子的名字)

「喂，您好！我是○年级○班的○○○。孩子今天不舒服。」

※孩子身体不舒服的时候，可以向学校请假。

Q&A よくある質問

○なぜ、休む日・遅刻する日に連絡するの？

子どもたちが、決まった時間までに中学校に来ないと、「家で病気やケガをしたのかな？」「来る途中で事故にあったのかな？」と先生たちは心配になります。 「休みます」「遅れます」と連絡してもらえると、先生たちは安心です。 かんたんな日本語で伝えられます。必ず連絡してくださいね。

○なぜ、早退する日に連絡が必要なの？

中学校の授業は子どもの在籍学級以外の場所で行われることもあるので、 急に迎えに行っても、すぐに帰ることができません。また保護者以外の人が子どもを迎えるに来ても、子どもを帰すことはできません。何時に誰が迎えに行くのかを事前に伝えます。また子どもに伝えさせるのではなく、保護者から伝えるようにしましょう。

○なぜ、体調が悪い日に連絡が必要なの？

中学校に登校させてしまうと子ども自身がつらい思いをしてしまいます。また 病気やけがが悪化することがあるかもしれません。 病院に連れて行く必要があるかどうかを相談するためにも、電話をかけてくださいね。感染を防ぐために、休まなければならぬことがあります。
(p.125「感染症」のページを見てください)

○なぜ、土曜日・日曜日に行事があるの？

平日（月曜日から金曜日）は仕事がある保護者に、行事を見にきてもらうためです。土曜日・日曜日でも、行事を休む日には、必ず連絡をしてくださいね。

Q & A 常见问题

○请假・迟到的时候为什么要联系呢？

如果孩子们在规定的时间没有到学校的话，老师们会担心的。「是不是在家生病或受伤了呢？」「会不会是在来学校的路上遇到什么事了？」

如果能告诉老师「请假」或「迟到」的话，老师们就放心了。
用最简单的日语就可以。一定要联系。

○为什么早退的时候要联系呢？

初中的课有时候也在所属教室以外的地方进行。所以如果不联系就突然来说的话，有可能不能马上接走孩子。还有，家长以外的人来接孩子的话，学校是不会随便把孩子交给别人的。所以几点、谁来接孩子，请一定要事先告诉老师。要注意的是不要让孩子转告老师，一定要家长亲自传达给老师。

○为什么身体不舒服的时候要联系呢？

孩子身体不舒服的时候去学校的话，孩子自己也很难受，而且病情或伤情也有可能会恶化。

而且给老师打电话的时候也可以和老师商量商量是否需要上医院，听听老师的意见。有时候为了防止传染，需要在家静养。

(请参考 p. 126 「传染性疾病」一页)

○为什么星期六、星期日有活动呢？

这是为了让平时(星期一到星期五)工作忙的家长也能来参加活动。星期六、星期日的活动不能参加的时候也要跟学校联系。

きんきゅうれんらく
緊急連絡

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

子どもが病気やけがをしたとき、地震や災害が発生したとき、中学校は保護者に連絡します。
保護者は戻間でも、できるだけ早く中学校へ子どもを迎えに行かなければなりません。
また、地震が発生したときや暴風警報・暴風雪警報・特別警報が発表されたときには、中学校からの連絡がなくても、できるだけ早く安全に子どもを迎えに行ってください。
保護者が迎えに行けない場合は、自分で帰れそうなときは子どもは自分で帰ります。ただし、どうしても迎えが必要な場合は、代わりの人に頼むことができます。その場合は誰が代わりに迎えに行くのか中学校に電話で連絡しましょう。

①けが	重大なけが	中学校の先生が、急いで子どもを病院へ連れて行きます。また必要に応じて、中学校の先生が救急車を呼びます。保護者は中学校の先生の指示にしたがってください。
	かる軽いけが	中学校で簡単な手当てをします。必要に応じて保護者に連絡して、様子を伝えます。保護者の判断で子どもを病院へ連れて行ってください。
②病気	重大な病気	中学校の先生が、急いで子どもを病院へ連れて行きます。また必要に応じて、中学校の先生が救急車を呼びます。保護者は中学校の先生の指示にしたがってください。
	感染症 (インフルエンザなど)	保護者が中学校に子どもを迎えて行きます。保護者が子どもを病院へ連れて行ってください。
③地震	東海地震注意報	①行く前に発表／発生 …中学校に行かないでください。
	警戒宣言 予知情報	②子どもが中学校に行ってから発表／発生 …中学校に子どもを迎えてください。
	震度5弱以上の 地震	
④警報	暴風警報	①行く前に発表 …中学校に行かないでください。
	暴風雪警報	②子どもが中学校に行ってから発表 …子どもは一斉に下校します。保護者のお迎えが必要な場合もあります。
	特別警報	

紧急联络

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

当孩子生病或受伤的时候，或者发生了地震灾害的时候，学校会联系各位家长。即使是白天，也请家长们尽快地去学校接孩子。

另外，当发生了地震，或者发布了暴风警告预报(boufuukeihou)、暴风雪警告预报(boufuusetsukeihou)、特别警告预报(tokubetsukeihou)的时候，即使学校没有联系您，也请尽快地去学校接孩子。

如果家长实在没有办法去接孩子的话，孩子自己可以回家的话就自己回家。但是，确实需要大人接的话，也可以找人代替自己去接孩子。这种情况下，请一定要事先给中学校打电话告诉老师。

①受伤	重伤	初中的老师会尽快地把孩子送到医院。而且根据需要老师会叫救护车。请家长遵从老师的指示。
	轻伤	在学校会进行简单的处理。根据需要会联系家长，传达孩子的状况。请家长自行判断是否需要带孩子去医院。
②生病	重大疾病	初中的老师会尽快地把孩子送到医院。而且根据需要老师会叫救护车。请家长遵从老师的指示。
	传染性疾病 (流行性感冒)	请家长去学校接孩子。请家长带孩子去医院。
	身体不舒服(发烧、腹泻、呕吐等)	传染性疾病治好了以后，需要向学校提交「上学许可证明」(toukoukyokashou)。请医院开此证明。
③地震	东海地震注意预报 (toukaijishinchuuihou)	①在去学校之前发布或发生 …请不要去学校。
	警戒宣言(keikaisengen) 预知情报(yochijouhou)	②孩子去学校以后发布或发生 …请去学校接孩子。
	弱5级以上的地震	
④警告 预报	暴风警告预报 (boufuukeihou)	①在去学校之前发布或发生 …请不要去学校。
	暴风雪警告预报 (boufuusetsukeihou)	②孩子去学校以后发布 …集体放学回家。有时候也需要家长去接。
	特别警告预报 (tokubetsukeihou)	

	ほか その他の警報	おおあめこうずいけいほう　はろうけいほう　たかしおけいほう　はっぴょう 大雨洪水警報、波浪警報、高潮警報などが発表されています。 ちゅうがっこう　やす るとき、中学校は休みなりません。 ちゅうい　じょうきょう　み　きけん　はんだん [注意] 状況を見て危険だと判断したときは、中学校 い　へ行かないでください。
⑤その他		こ　ちゅうがっこう　もんだいこうどう　お　れんらく　く 子どもが中学校で問題行動を起こしたときに連絡が来 るがあります。先生も冷静な時に本人から話を聞き たいので、一度冷静になってもらうために、家に帰すこと があります。

○連絡ツール

さいきん　がっこう　つうじょうれんらく　おお　ちゅうがっこう　はい
最近は学校からの通常連絡はメールでくることも多くなってきました。中学校からメール配
しん　あんない　あんない　じぶん　とうろく　れんらくさき
信サービスについての案内があります。案内にしたがって自分でメールアドレスを登録します。
とうろくほうほう　わ　せんせい
登録方法がよく分からぬときには先生にきいてみましょう。

ほごしゃ　ちゅうがっこう　でんわ　で　ちか　そ　ふ　ほ　しん　れんらくさき
また保護者が中学校からの電話に出られないときのために、近くの祖父母や親せきの連絡先
ちゅうがっこう　つた
も中学校に伝えておきましょう。

[関連ページ]	③地震… (p.95 「防災訓練・避難訓練」のページを見てください) ④警報… (p.59 「休校」のページを見てください)
---------	---

	其他的警告预报	当发布了大雨洪水警告预报(ooamekouzuikeihou)、波浪警告预报(haroukeihou)、高潮警告预报(takashiokeihou)时，初中要正常上课。 「注意」要看情况如果觉得危险的话请不要去中学校。
⑤其他		当孩子在学校出现什么问题的话，老师也会联系家长。老师也想等孩子冷静后问清是怎么回事，所以有时可能会为了让孩子冷静一下，先让孩子回家。

○联络方式

最近学校向各位家长联络时用电子邮件比较多。学校会事先对电子邮件的发信方式进行说明。请按照说明登录自己的电子邮件地址。如果不太明白登录方法的话，请向老师咨询。

另外，在学校给家长打电话的时候，有时可能接不了电话，所以如果能告诉老师附近的爷爷奶奶或亲戚的联系方式的话会更好一些。

「相关页」 ③地震…（请参考 p.96 「防灾训练・避难训练」一页）
 ④警告预报…（请参考 p.60 「临时放假」一页）

きゅうこう ちゅうがっこう やす 休校（中学校が休みになるとき）

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

けいほう ちゅういほう 警報と注意報

ちゅうがっこう やす ほうふうけいほう ほうふうせつけいほう とくべつけいほう はっぴょう おおあめけいほう
中学校が休みになるのは、暴風警報か暴風雪警報か特別警報が発表されるときです。大雨警報
あおあめこうすいけいほう はっぴょう ちゅうがっこう い おおあめちゅういほう たかしお
や大雨洪水警報が発表されているときは、いつもどおり中学校へ行きます。大雨注意報や高潮
ちゅういほう ちゅういほう はっぴょう ちゅうがっこう い そと
注意報などの注意報が発表されているときも、いつもどおり中学校へ行きます。ただし、外に
で き けん がっこう れんらく いえ す
出るのが危険なときは、学校に連絡して、家で過ごしましょう。

(1) 暴風警報

1. 暴風警報ってなに？

ぼうふうけいほう つよ かぜ ふ さいかい お ちゅうい
暴風警報は「とても強い風が吹きます。ひどい災害が起こるかもしれないでしっかり注意
いみ ほうふうけいほう はっぴょう あいた たてもの なか
してください」という意味です。暴風警報が発表されている間は、建物の中にいるほうがいい
です。

2. どんなときに発表されるの？

- たいふう にほん ちか
台風が日本に近づいているとき。
- たいふう にほん じょうりく
台風が日本に上陸しているとき。
- かぜ つよ
とても風が強いとき。



3. どうやって知るの？

ぼうふうけいほう はっぴょう かくにん ほうほう
暴風警報が発表されているかどうかを確認する方法はいろいろあります。

- み ① テレビを見る
 - き ② ラジオを聞く
 - しら ③ インターネットで調べる
- とにかく、日本のみで台風が発生しているときは、常に暴風警報が発表されているかどうか
を確認してください。

4. こんなとき、どうするの？

あさ ちゅうがっこう い じかん 朝、中学校へ行く時間に ぼうふうけいほう はっぴょう 暴風警報が発表されいたら…	→	そと で 外に出るのは危険です。中学校へ行つてはいけません。
こどもが中学校へ行ってから、 ぼうふうけいほう はっぴょう 暴風警報が発表されたら…	→	ひ じゅぎょう ちゅうし その日の授業は中止です。 いっせい げこう 一斉に下校します。

临时放假（初中临时放假的时候）

如果有不懂或感到困惑的事请向老师咨询。

警告预报和注意预报

在发布了暴风警告预报(boufuukeihou)或暴风雪警告预报(boufuusetsukeihou)或特别警告预报(tokubetsukeihou)的时候，中学校会临时放假。大雨警告预报(ooamekeihou)和大雨洪水警告预报(ooamekouzuikeihou)发布的时候，正常上学。大雨注意预报(ooamechuuuihou)和高潮注意预报(takashiochuuuihou)发布的时候也要正常上学。但是，外出危险的时候，请跟学校联络并待在家里。

（1）暴风警告预报(boufuukeihou)

1、什么是暴风警告预报(boufuukeihou)呢？

暴风警告预报(boufuukeihou)的意思是「风刮得很厉害。有可能会发生严重的灾害，请大家注意安全」。暴风警告预报(boufuukeihou)发布期间，待在建筑物里面比较安全。

2、什么情况下会发布呢？

- 台风接近日本的时候。
- 台风达到日本的时候。
- 有强风的时候。



3、怎样才能知道呢？

有以下几种方法可以确认有没有发布暴风警告预报(boufuukeihou)。

- ①看电视
- ②听广播
- ③网上查询

特别是当日本周围发生台风的时候，要频繁地确认有没有发布暴风警告预报(boufuukeihou)。

4、这种情况该怎么办呢？

早上要上学的时候发布了暴风警告预报(boufuukeihou)…	→	外出很危险。不要去学校。
孩子去学校后发布了暴风警告预报(boufuukeihou)…	→	当天的课全部取消。 集体放学回家。

(2) 暴風雪警報

1. 暴風雪警報ってなに？

暴風雪警報は「雪が降りとても強い風が吹きます。ひどい災害が起こるかもしれませんのでしっかり注意してください」という意味です。暴風雪警報が発表されている間は、建物の中にいるほうがいいです。



2. どんな時に発表されるの？

雪が降る時期の、風がとても強い日に発表されます。

3. どうやって知るの？

暴風雪警報が発表されているかどうか確認してください。確認する方法はいろいろあります。

- ①テレビを見る
- ②ラジオを聞く
- ③インターネットで調べる

4. こんなとき、どうするの？

朝、中学校へ行く時間に 暴風雪警報が発表されていたら…	→	外に出るのは危険です。中学校へ行ってはいけません。
子どもが中学校へ行ってから、 暴風雪警報が発表されたら…	→	その日の授業は中止です。 一斉に下校します。

(3) 特別警報

1. 特別警報ってなに？

特別警報は、「数十年に一度の災害がきています。命を守るために行動をしてください」という意味です。暴風警報や暴風雪警報のときよりもひどい災害が起こるかもしれません。しっかり注意しましょう。

2. どんな時に発表されるの？

とてもひどい災害が起きそうなときに発表されます。

3. どうやって知るの？

特別警報が発表されているかどうか確認してください。確認する方法はいろいろあります。

- ①テレビを見る
- ②ラジオを聞く
- ③インターネットで調べる

(2) 暴风雪警告预报 (boufuusetsukeihou)

1、什么是暴风雪警告预报 (boufuusetsukeihou) 呢?

暴风雪警告预报 (boufuusetsukeihou) 的意思是「下着雪而且风刮得很厉害。有可能会发生严重的灾害,请大家注意安全」。暴风雪警告预报(boufuusetsukeihou)发布期间,待在建筑物里面比较安全。



2、什么情况下会发布呢?

下雪时期并且风很强的时候会发布。

3、怎样才能知道呢?

有以下几种方法可以确认有没有发布暴风雪警告预报 (boufuusetsukeihou)。

- ①看电视 ②听广播 ③网上查询

4、这种情况该怎么办呢?

早上要上学的时候发布了暴风雪警告 (boufuusetsukeihou) ...	→	外出很危险。不要去学校。
孩子去学校后发布了暴风雪警 告预报 (boufuusetsukeihou) ...	→	当天的课全部取消。 集体放学回家。

(3) 特别警告预报 (tokubetsukeihou)

1、什么是特别警告预报 (tokubetsukeihou) 呢?

特别警告预报 (tokubetsukeihou) 的意思是「十几年才发生一次的灾害。大家要做好保护生命安全」。灾害情况可能要比暴风警告预报(boufuukeihou)和暴风雪警告预(boufuusetsukeihou)都严重。请大家注意安全。

2、什么情况下会发布呢?

当发生了非常严重的灾害时会发布。

3、怎样才能知道呢?

有以下几种方法可以确认有没有发布特别警告预报 (tokubetsukeihou)。

- ①看电视 ②听广播 ③网上查询

4. こんなとき、どうするの？

あさ ちゅうがっこう い じかん 朝、中学校へ行く時間に 特別警報が発表されていたら…	→	そと で きけん ちゅうがっこう い 外に出るのは危険です。中学校へ行ってはいけません。
こ ちゅうがっこう い 子どもが中学校へ行ってから、 特別警報が発表されたら…	→	ひ じゅぎょう ちゅうし その日の授業は中止です。 ほこしゃ ちゅうがっこう こ むか い 保護者は、すぐに中学校へ子どもを迎えに行ってください。

[参考]

けいほう ちゅういほう えいご し
警報・注意報を英語で知らせています。

ちゅうい ほか げんご
(注意) 他の言語はありません。

きしおうちょう えいごばん
気象庁HP英語版 (<http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html>)

→ Weather/Earthquake → Weather Warnings/Advisories

4、这种情况该怎么办呢？

早上要上学的时候发布了暴风雪警告(boufuusetsukeihou) ...	→	外出很危险。不要去学校。
孩子去学校后发布了暴风雪警告预报(boufuusetsukeihou) ...	→	当天的课全部取消。 请家长马上去学校接孩子。

[参考]

用英语通知警告预报・注意预报。

(注意) 没有其他的语言。

气象厅网页英语版 (<http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html>)

→ **Weather/Earthquake** → **Weather Warnings/Advisories**

しゅっせきにっすう 出席日数について

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

1. 出席日数

日本では、小学校の6年間と中学校の3年間は義務教育です。義務教育の期間は子どもにとって学校に行くことが最優先されます。体調が悪い時以外は学校を休みません（特定の感染症で学校に来てはいけないときや親族のお葬式の場合、休んでも欠席にならないことがあります。先生に確認しましょう）。家事手伝いやワールドカップ観戦や天気（警報発令中は学校が休みになることがあります（p.59「休校」のページを見てください）を理由に休むことはありません。1年間の出席日数、欠席日数、休んだ理由が学校に記録されます。そして高校受験のときには出席日数が十分であるかどうかも重要なになってきます。出席日数が足りないことで高校進学が難しくなることがあります。毎日学校に通うことは、とても大切です。

2. 日本語教室に通うとき

日本にきてすぐ、地域によっては短期間集中的に日本語の勉強をするために初期の日本語適応教室に通うことがあります。そのとき、在籍する中学校に行かないで、日本語適応教室がある別の学校に通うことがあります。教育委員会が運営している教室であれば、出席日数として認められます。安心して通いましょう。

ただし、個人的に学校を休んでプライベートの日本語教室に通う場合には学校の出席日数として認められないことが多いので、注意する必要があります。教育委員会に、子どもが通う日本語教室が出席日数として認められる教室かどうか確認しましょう。

3. 学校に行くのがつらいとき

慣れない日本での生活、言葉も文化も違う学校生活に疲れて、学校に行くのがつらくなってしまうことがあるかもしれません。

通常の学校生活を送ることが精神的に難しくなってしまった場合、別室登校という方法が認められる場合があります。学校には行きますが、子どもの教室ではない別の教室で個人的に勉強をすることで出席と認められます。別室登校が可能かどうかは学校によって対応が異なります。先生に確認しましょう。

关于出勤天数

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、出勤天数

在日本，小学校 6 年和初中 3 年是义务教育。义务教育期间，对于孩子来说去学校上学是最优先的事。除了身体不舒服以外，都要上学（由于特定的感染性疾病不能来学校的时候、亲戚的葬礼的时候，即使请假有时也不算缺课。请向老师确认）。以要帮助家里人做家务或为了观看世界足球比赛或天气（警告预报发表期间的话，学校也会临时放假（请参考 p. 60 「临时放假」一页））为理由向学校请假是不可以的。1 年的出勤天数、请假天数、请假理由，学校都有记录。而且在考高中的时候，出勤天数够不够也很重要。出勤天数不够的话，升高中有时会有困难。每天按时去上学是非常重要的。

2、上日语补习班的时候

来日本后，为了短期集中性地学习日语，有的人会去参加由地区组织的的初期日语补习班。这时，有的人不去自己的学籍所在的初中，而去别的日语补习班。如果是教育委员会运营的日语班的话，去日语班的时候也算初中的出勤，请放心地去学习。

但是，需要注意的是，个人决定不去学校而私自去参加日语补习班的话，一般地都不算初中的出勤。所以请向教育委员会确认自己的孩子上的日语补习班是否算初中的出勤。

3、去学校感到很痛苦的时候

日本的生活还没有习惯、在学校里语言文化也不同，这样有时孩子会感到很累，去学校也会感到很痛苦。

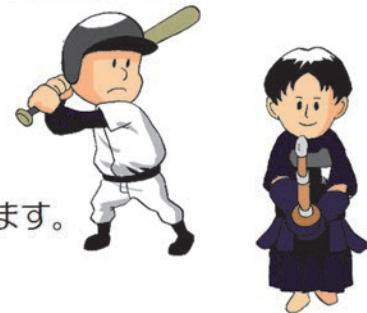
如果正常的学校生活，让孩子感到很痛苦的话，有时学校会允许在别的房间单独学习这样的上学方式。和其他的孩子一样去学校，但不是在自己的班级学习，而是在另外别的教室单独学习，但也算出勤。可不可以利用这种学习方式，每个学校的规定都不一样。请向老师确认。

ぶかつどう 部活動

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

1. 部活動ってなに？

日本の中学校では、授業の前や後、休みの日に、運動をしたり、音楽を演奏したり、絵を描いたりします。それを部活動といいます（部活と呼ぶことが多いです）。ほとんどの中学生が部活動に参加します。中学校では勉強だけでなく、部活動で友だちを作ったり、丈夫な体を作ったり、ルールを学んだりします。1年生から3年生の夏や秋まで（部活動によって違います）同じ部活動を続けます。



2. 部活動の種類

部活動には運動部（スポーツ）と文化部（運動部以外）があります。

【部活動の種類の例】（学校によって違います）

○ 運動部（スポーツ）

野球、サッカー、バレー、バスケットボール、ソフトテニス、ソフトボール、陸上、
水泳、卓球、弓道、柔道、剣道など

○ 文化部（運動部以外）

吹奏楽、合唱、科学、美術、家庭科、茶道など



3. 部活動には必ず入るの？

多くの中学校では、全員が何かの部活動に入らなければいけません。高校受験のときに、部活動を一生懸命した人は、有利になることがあります。

また、クラスだけでなく、部活動の中でも友だちができます。たくさんの友だちができれば、いろいろなことを相談にのってくれます。部活動では何かをがんばることや、人間関係を学べます。

部活動は中学校のとても良い思い出になります。

4. いつ部活動をするの？

部活動は、朝（授業の前）、夕方（授業の後）、休日などに行うことが多いです。部活動によって活動日数や活動時間が違います。テストの前は部活動はありません。季節によって部活動の時間が変わります。

社团活动 (bukatsudou)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、社团活动 (bukatsudou) 是什么？

日本的初中在上课前或上课后、休息日的时候，在学校里有运动、音乐演奏、画画等活动。这些活动叫做社团活动 (bukatsudou)（经常被称为bukatsu）。几乎所有的中学生都参加。在初中，不光是学习文化课，还通过社团活动 (bukatsudou) 来交朋友、锻炼身体、学习各种规则等。一般从初一到初三的夏天或秋天（也有的社团活动 (bukatsudou) 不一样）一直都参加同样的社团活动 (bukatsudou)。



2、社团活动 (bukatsudou) 的种类

社团活动 (bukatsudou) 有运动部（体育运动）和文化部（体育运动以外）。

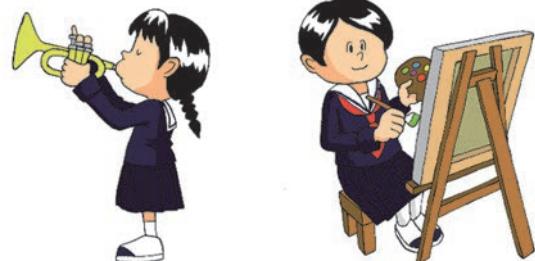
【社团活动 (bukatsudou) 的种类范例】（每个学校不一样）

○运动部（体育运动）

棒球、足球、排球、篮球、软式网球、垒球、田径、游泳、乒乓球、射箭、柔道、剑道等。

○文化部（体育运动以外）

吹奏乐、合唱、科学、美术、家庭科、茶道等。



3、必须参加社团活动 (bukatsudou) 吗？

很多初中要求每一位学生都得参加社团活动 (bukatsudou)。

考高中的时候，努力参加社团活动 (bukatsudou) 的学生有可能会有利。

而且，除了自己的班级以外，通过社团活动 (bukatsudou) 可以交朋友。能交到很多朋友的话，遇到什么事情的时候可以找朋友商量。在社团活动 (bukatsudou) 中，可以学到为某些事努力、还可以学到如何处理人际关系。

社团活动 (bukatsudou) 会为中学时代留下很美好的回忆。

4、什么时候参加社团活动 (bukatsudou) 呢？

社团活动 (bukatsudou) 一般是早上（上课之前）、下午（放学之后）、休息日比较多。每一种社团活动 (bukatsudou) 的活动次数、活动时间都不一样。考试之前没有社团活动 (bukatsudou)。根据季节社团活动 (bukatsudou) 的时间也会变。

かね 5. お金はかかるの？

ラケット・グローブ・シューズなど活動に必要なものは、自分で買います。部活動用のおそろいのウェアを買ったり、道具を買ったりすると、たくさんのお金が必要になることがあります。大会や練習試合に電車で行く場合、交通費がかかります。また自転車で行くこともあります。自転車で大会や練習試合に行く部活動に入ったら、通学に自転車を使っていなくても、部活動のために自転車とヘルメットを準備しなければいけません。自転車には乗れるようにしておきましょう。万が一、事故にあってしまったときのために保険にも入っておくといいでしょう。



※先生方へ※

国によっては、自転車を使う習慣がないところもあります。生徒が自転車に乗れるかどうか事前に確認するといいでしょう。

6. だれが教えてくれるの？

それぞれの部活動には、それぞれの先生がいます。その先生を「顧問」といいます。また、部活動によっては、専門の先生が特別に来て教えてくれることもあります。上級生が下級生に教えてくれることもあります。上級生のことを、下級生は「先輩」と呼びます。

部活動に保護者が参加することはありませんが、大会や練習試合で遠くに行くときに保護者の車に子どもたちを乗せて行くことがあります。保護者の車が必要なときには事前に連絡があります。車で送り迎えができない場合には、先生に相談しましょう。

7. どうやって部活動を決めるの？

中学校に入学すると、入る部活動を考えます。どの部活動に入るか決める前に、体験入部の期間があります。同じ部活動を続けられるように、入る前にはよく考えて決めましょう。子どもが部活動を決める前に、保護者会が開かれことがあります。わからないことや不安に思うことがあれば、保護者会のときに先生に聞いてみましょう。

【入部の手順の例】

「部活動説明会」→「部活動見学」→「体験入部」→「入部」
いくつかの部活動を体験してから決めましょう。

8. 部活動を休むときは、どうするの？

部活動は、学校の授業とは違います。教ってくれる先生も違います。欠席するときは、顧問の先生に忘れずに連絡をしましょう。

体調が悪いときは無理して参加しなくてもいいですが、できるだけ部活動は休まないようにしましょう。

5、需要付钱吗？

像球拍、棒球手套、鞋等社团活动（bukatsudou）要用的东西，需要自己购买。另外，有时还需要购买像社团活动（bukatsudou）的统一服装、道具等，这些的话可能会比较贵一些。

去参加大会或练习比赛的时候，需要花交通费。有时可以骑自行车去。如果加入的社团活动（bukatsudou）是需要骑自行车去参加大会或练习比赛的话，即使上下学不用自行车，为了社团活动（bukatsudou）也得准备自行车和安全帽。所以学会骑自行车比较好。还有，以防万一遇到交通事故，事先加入保险比较好。



6、谁来教呢？

每一个社团活动（bukatsudou）都有老师。社团活动（bukatsudou）的老师被称为「顾问（komon）」。有的社团活动（bukatsudou）有时也会有专业的老师特意来教大家。有时高年级的学生也会教低年级的学生。低年级的学生称高年级的学生为「前辈（senpai）」。

社团活动（bukatsudou）一般不需要家长的陪同，但有时去远一点的地方参加大会或练习比赛的时候，可能需要家长开车接送孩子。需要家长开车接送的时候，会提前通知。如果不能开车接送的话，请找老师商量。

7、怎么决定社团活动（bukatsudou）？

升入初中后就要考虑参加哪个社团活动（bukatsudou）。在决定参加什么样的社团活动（bukatsudou）之前，有体验入团期间。为了能长期参加同一个社团，在入团前一定要好好考虑清楚后再决定。

在孩子决定社团活动（bukatsudou）之前，学校会开家长会。如果有不明白的或担心的事情，在家长会的时候可以问老师。

【入团的程序范例】

「社团活动（bukatsudou）说明会」→「参观社团活动（bukatsudou）」
→「体验入团」→「入团」

可以体验几个社团活动（bukatsudou）后再决定入什么团。

8、社团活动（bukatsudou）缺勤的时候，怎么办？

社团活动（bukatsudou）跟学校的课是不一样的。担任的老师也不一样。缺勤的时候，一定不要忘了跟顾问（komon）老师联系。

身体不舒服的时候不用勉强参加，但是尽量不要缺席社团活动（bukatsudou）。

9. 注意することは何？

部活動ごとにさまざまなルールがあります。上級生（先輩）が下級生を教えてくれることも多いです。部活動では上級生やクラス以外の友達と関わって、人間関係を学ぶことができます。特に運動部では上級生との上下関係があり、とまどうことがあるかもしれません。しかし、日本ではその経験が社会に出てから生かされることもあります。何か困ったことがあったら、どんなことでも先生に相談しましょう。



※先生方へ※

ブラジルなど、国によっては部活動がないところもあります。外国にルーツをもつ子の場合、部活動の仕組み、先輩・後輩のしきたり、部活動の費用がわからない場合も多いです。特に保護者には、日本の部活動の仕組みについて、ゆっくりていねいに説明することが必要です。

9、需要注意些什么呢？

社团活动(bukatsudou)有各种规定规则。一般是高年级的学生(前辈(senpai))教给低年级的学生。社团活动 (bukatsudou) 中，要接触到高年级以及其他班级的同学，所以能学到怎样处理人际关系。特别是在运动部存在跟高年级学生的上下级关系，有时可能会感到困惑。但是，在日本，这样的经验以后步入社会后会很有用。如果遇到困惑的事，不管是什么样的事，都请找老师商量。



にゅうがくしき 入学式

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。

1. 入学式ってなに？

入学式とは、中学校に入る子どもとその保護者が集まって行う式です。子どもの成長をみんなで喜ぶ式です。また、中学校生活にむけて新しい出発を見守る式です。パーティーのように、にぎやかな式ではありません。中学校生活の最初の日です。中学校の先生と在校生が新入生を迎えてくれます。



2. だれが参加するの？

- (1) 子ども：新入生（在校生）
- (2) 保護者：日本では、お母さんまたはお父さんが子どもと一緒に入学式に参加します。両親で参加する家族も最近は多くなってきました。

3. どこですか？

入学式は中学校の体育館で行います。式の間は、子どもたちは前の方にクラスごとに並んで座り、保護者は子どもたちの後ろにまとまって座る場合が多いです。

4. なにをするの？

- (1) 入学式の会場に入る前に受付を済ませ、子どものクラスを確認します。
- (2) 子どもは教室に入ります。保護者は入学式の会場（体育館）で待ちます。会場では席が決められています。保護者の場所は、会場の後ろ半分です。
- (3) 入学式が始まります。子どもたちが担任の先生を先頭にクラスごとに入場します。校長先生、PTA会長からのお話があります。お話は静かに聞きましょう。動いたり、おしゃべりしたり、飲食したりしないようにしましょう。
- (4) 入学式が終わったら、子どもは教室に行きます。保護者もあとから子どもの教室に行きます。担任の先生から、子どもたちがどのような生活を送るか（1日の説明）、持ち物、行事、ルール、お願ひなどのお話をあります。大切なお話をばかりなので、きちんと聞きましょう。分からないことなどは、お話を後で先生に聞きましょう。
- (5) 教室で子どもに、教科書などが配られます。配られるものの量が多いので、全部そろっているか確認しましょう。足りないものがあったら、すぐに先生に言いましょう。家で全ての教科書に名前を書きましょう。

入学典礼 (nyuugakushiki)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、什么是入学典礼 (nyuugakushiki) ?

入学典礼 (nyuugakushiki) 是即将进入初中的孩子和他们的家长在一起举行的一个仪式。是大家一起庆祝孩子们成长的一个仪式。同时也是见证初中新生活开始的一个仪式。但是并不是像派对一样的热闹。是在初中生活开始的第一天举行。初中的老师和在校生一起欢迎新学生的入学。

2、都是谁参加呢？

- (1) 孩子：新入学的学生（在校生）
- (2) 家长：在日本，妈妈或爸爸和孩子一起参加入学典礼 (nyuugakushiki)。最近，父母一起参加的家庭也越来越多。



3、在哪里举行呢？

入学典礼 (nyuugakushiki) 在中学的体育馆举行。一般在仪式期间，孩子们在前方以班级为单位排列坐着，家长们集体坐在孩子们的后面。

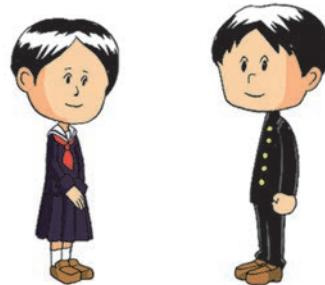
4、都做些什么呢？

- (1) 在进入入学典礼 (nyuugakushiki) 的会场之前请先登记，并确认孩子的班级。
- (2) 孩子进入教室。家长们去入学典礼 (nyuugakushiki) (体育馆) 等候。入学典礼 (nyuugakushiki) 的会场里的座位是指定的。家长们的座位在会场的后半部分。
- (3) 开始举行入学典礼 (nyuugakushiki)。孩子们由班主任带领按照班级入场。校长和 P T A 会长要讲话。讲话的时候一定要安静地听。不要乱动、不要说话、不要吃喝东西。
- (4) 入学典礼 (nyuugakushiki) 结束后，孩子们要回到自己的教室里去。家长们随后也要去孩子的教室。班主任会向各位家长说明孩子们每天在学校的生活（1天的说明）、携带物品、各种活动、各种规定、需要家长配合的事等。都是些非常重要的事，请认真地听。如果有什么不太明白的事，说明结束后可以单独向老师询问。
- (5) 在教室给孩子们配发教科书等。因为要配发的东西很多，所以自己要确认是否全都有。如果有短缺的东西，请马上告诉老师。回家后要在全部的教科书上写上名字。

5. 服装・何を持っていくの？

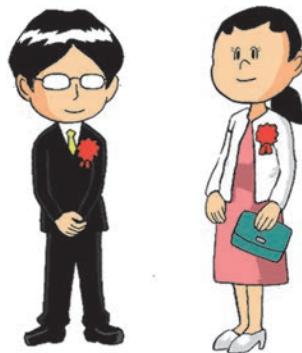
(1) 子どもの服装

中学校で決められた制服を着ます。パーティーではないので、アクセサリーをつけたり、化粧をしたりしてはいけません。髪型も派手なアレンジはしません。靴下のデザイン、制服の下に着る服も学校で決められたルールがあります。それを守ります。
(例：靴下は白色、またはワンポイントのものなど)



(2) 保護者の服装

新入生の保護者は、スーツやワンピースを着て行く場合が多いです。必ずしもそのような服装で行く必要はありませんが、ジーンズやTシャツなどのカジュアルな服装では行きません。



(3) 子どもの持ち物

①上靴

②学生鞄

③入学式のお知らせに書いてある持ち物

(4) 保護者の持ち物

入学式のお知らせに書いてある持ち物（入学許可証、スリッパ、靴を入れるビニール袋、筆記用具など）。

子どもの姿を写したい場合はカメラやビデオを持って行きます。カメラやビデオでの撮影は他の方の迷惑にならないようにしましょう。また、携帯電話はマナーモードにするか、電源を切っておきましょう。

※入学説明会などで渡された児童生徒調査票・健康カードなどの書類はとても大切なものです。あらかじめ記入をして、入学式のときに忘れずに持って行きましょう。

6. 早めに行こう！

入学式は決まった時間に始まります。集合時間の15分前には、中学校へ行きましょう。

7. 入学式はチャンスです！

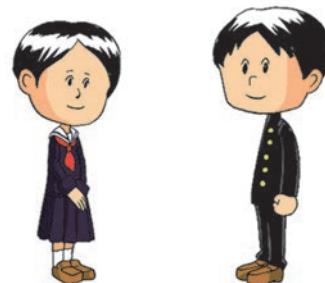
入学式にはほとんどの子どもや保護者、中学校の先生方が参加します。これから子どもがどのようなクラスで、どのような先生や子どもたちと過ごすのか見ることができます。また、子どもと同じクラスの保護者や担任の先生と直接話ができるチャンスです。入学前にいろいろ不安に思っていることも、ぜひこの日に先生に聞いてみましょう。

5、关于服装和需要带去的东西

(1) 学生的服装

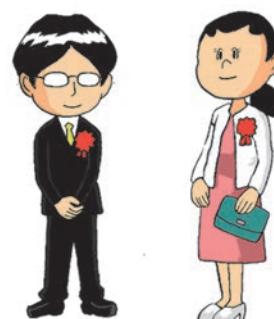
要穿中学规定的校服。因为不是派对，所以不可以带首饰、不可以化妆。发型也不要打扮得太耀眼。关于袜子的样式、校服里面穿的衣服，学校也有规定。请一定遵守。

(比如：袜子要穿白色、或带有单一图案的等)



(2) 家长的服装

新生的家长一般穿西装、女士套装、连衣裙。但并不是必须穿这样的衣服。当然也不能穿像牛仔裤或体恤衫等太随便的衣服。



(3) 学生需要带的物品

- ①室内穿的鞋
- ②书包
- ③入学典礼 (nyuugakushiki) 的通知书上写的所需物品

(4) 家长需要带的物品

入学典礼 (nyuugakushiki) 的通知书上写的所需物品（入学通知书、拖鞋、装鞋用的塑料袋、笔记用品等）。

如果想照相的话可以带照相机或摄像机。请注意照相或摄像的时候不要给周围的人造成麻烦。还有，要注意手机要调成静音或关掉电源。

※入学说明会的时候交给大家的儿童学生调查票 (jidouseitochousahyou)・健康卡 (kenkoukaado) 等资料都是非常重要的。请提前写好，入学典礼 (nyuugakushiki) 的时候不要忘记带到学校。

6、早一点去吧！

入学典礼 (nyuugakushiki) 要在规定好的时间开始。请在集合时间的 15 分钟以前到学校。

7、入学典礼 (nyuugakushiki) 是一个很好的机会！

几乎所有的学生和家长，还有初中的老师们都参加入学典礼(nyuugakushiki)。这个时候有机会看到孩子的班级、老师、同班同学。另外，也是可以和孩子的同班同学家长、老师直接说话的一个机会。在入学前可能会有很多担心的事，这一天可以向老师咨询、商量。

せんせい はなし 先生とのお話

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

中学校では、先生と保護者が直接会って、子どものこと、家庭のこと、中学校での生活のことなどを相談したり、卒業後の進路について話し合ったり、情報交換したりする日があります。中学校に行くときにはスリッパを忘れずに持って行きます。もちろん、先生と話したいときには、いつでも中学校に連絡してください。

かていほうもん 1. 家庭訪問

先生が、各家庭に行って家で保護者と話をします。先生が事前に都合のよい時間を聞いて、時間を調整します。時間が決まつたら、その時間は必ず保護者は家にいてください。

先生は計画を立てて、1日に何軒かまわります。そのため、1つの家庭で話ををする時間は決まっています。時間を延ばすことはできません。先生に相談したいことがある場合は内容をメモしておきましょう。

先生は、保護者と話をするだけではなく、子どもの家庭での生活の様子を見たり、家がある場所を確かめたりします。家中に入つて話ををする場合や、玄関で話ををする場合があります。先生を不審者と間違えないように、家族みんなにも先生が来る日時を伝えておきましょう。

おみやげやお茶、おかし、食事などを出す必要はありません。先生は時間が限られているので、出されても食べないことがあります。

長期欠席や無断欠席で保護者と連絡がとれない場合にも家庭訪問をすることがあります。保護者と話をせず、家の場所を確認するだけの学校もあります。

こべつこんだんかい 2. 個別懇談会／クラス懇談会

保護者が、中学校で先生と話をします。子どものことについて相談したいことや中学校の生活で先生に聞きたいことや知りたいこと、進路についてなど、直接話をすることができる貴重な時間です。

個別懇談会は、先生と保護者が1対1で話をする2者面談と先生と保護者と子どもで話をする3者面談があります。どちらも必ず参加します。特に卒業後の進路について話をするときは、子どものためにも必ず参加してください。話をする時間は決まっています。先生が事前に都合のよい時間を聞いて時間を調整します。時間に遅れないように少し早めに行きましょう。時間が過ぎてしまうと次の人の順番になります。決められた時間に行けなくなってしまった場合には、決められた時間の前に必ず中学校に電話をかけましょう。

与老师的谈话

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

初中专门有让老师和家长见面谈话的日子。谈一谈孩子的事情、家庭的事情、学校的生活等。还可以就孩子的毕业去向互相交换意见、互相交换信息。去学校的时候，别忘了带拖鞋。当然，如果有想和老师谈的事情，随时都可以跟学校联系。

1、家庭访问 (kateihoumon)

老师去各个家庭，在学生的家里和家长谈话。老师会事先问各位家长方便的时间，然后调整好时间后再去。时间定下来后，请家长一定要在家。

老师会事先做好计划，一天要去访问好几家。所以，在一个家庭谈话的时间是安排好的。不能延长时间。所以如果有想跟老师说的事，请提前写下来准备好。

老师的访问，不光是为了和家长谈话，也为了看看孩子在家里的生活样子、确认每一个孩子的住所。有时候会到家里面去谈话，有时候只在门口说话。为了不把来访的老师当成可疑人物，请把老师来的时间告诉家里所有的人。

不需要给老师准备礼物、茶水、点心、饭菜等。因为老师的时间很有限，即使准备了，老师也可能不吃。

由于长期请假或旷课，即使跟家长联系不上，老师有时候也会去家庭访问 (kateihoumon)。有的学校访问的时候，不跟家长谈话，只是确认家庭住址。

2、个别谈话 (kobetsukondankai) / 班级恳谈会 (kurasukondankai)

家长在学校和老师谈话。可以跟老师说一说关于孩子的事，问一问关于学校生活的事或自己不太明白的、想知道的事、关于孩子毕业去向的事，这是跟老师直接见面谈话的宝贵时间。

个别谈话 (kobetsukondankai) 有老师和家长 1 对 1 的双人谈话，和老师、家长、孩子的 3 人谈话。哪个都必须参加。特别是关于毕业去向，为了孩子请一定参加。谈话时间也是提前定好的。老师会事先问各位家长方便的时间，然后做调整。为了不要迟到，请尽量提前到。因为过了自己的谈话时间，就轮到别人了。如果因为某些原因，当天在定好的时间没有办法去的话，一定要在预定的时间之前给中学校打电话说明情况。

先生とのお話

クラス懇談会では、クラスの保護者が集まって、先生と話をします。クラスの保護者とも話ができるいい機会です。積極的に参加しましょう。



3. 参観日

子どもの中学校での生活の様子を保護者に見てもらうために、参観日があります。保護者は子どもの授業の様子を教室の後ろで見ます。子どもは授業中なので、保護者は子どもに話しかけてはいけません。また、教室の後ろや廊下で保護者同士でおしゃべりをすると子どもが授業に集中できなくなります。静かに見るようになります。携帯電話はマナーモードにするか、電源を切りましょう。

必ず、事前にお知らせがあります。日時と内容を確認して、中学校へ行きましょう。

4. 言葉が通じないときは…

家庭訪問や個別懇談会のとき、保護者が日本語を分からないと先生の話を理解することができません。また、先生に相談したいことも決められた時間の中で伝えることができません。学校によっては通訳の方に同席してもらうこともできます。通訳の方がいるかどうか、同席をお願いできるかどうかを中学校に確認してみましょう。

自分の知り合いに通訳できる人がいる場合にはお願いしてもいいかもしれません。ただし、子どもの方が日本語を理解できるからといって、子どもに通訳をさせるのはできるだけやめましょう。子どもが自分にとって都合の悪いことを通訳しなかったり、子どもにはあまり理解できない言葉が出てきたりすることもあります。先生と保護者はお互いに正しく通訳されているかどうかを確認できないため、通訳は先生と保護者の言葉をそのまま訳すことでのできる、信頼できる人にお願いしましょう。

班级恳谈会(kurasukondankai)是一个班级的所有学生的家长都集合到一起，和老师谈话。这也是可以跟其他同学的家长说话的好机会。请积极地参加。



3、参观日(sankanbi)

参观日(sankanbi)，是为了让各位家长们看看孩子们在学校的生活样子。家长们在教室的后面看孩子们上课的样子。因为是在上课，请家长不要跟孩子说话。另外，在教室后面或走廊，家长之间互相说话的话，会影响孩子上课的注意力。请安静地看。请关掉手机的电源或调成静音。

每个学校一定会提前通知各位家长。请确认好时间和内容，按时到学校。

4、语言不通的时候…

家庭访问(kateihoumon)、个别谈话(kobetsukondankai)的时候，如果家长听不懂日语的话，就不能理解老师说的话。而且，想跟老师说的事也不能在规定的时间内说完。有的学校，允许翻译的人和自己一起跟老师谈话。请事先向学校确认，有没有翻译的人、可不可以一起跟老师谈话。

如果自己的朋友中有可以给自己做翻译的人，也可以拜托朋友。但是，最好不要让孩子做翻译。因为孩子有时候对自己不太好的事就不翻译，而且有时候有些话孩子也不能理解。这样的话，老师和家长之间的谈话有没有被正确地翻译，没有办法确认。所以，如果找翻译的话，请找可以客观地正确地翻译老师和家长的谈话，并且可以信赖的人。

こうがいがくしゅう 校外学習

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

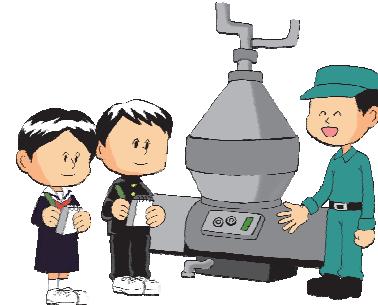
1. 校外学習ってなに？

学校以外の場所で知識や経験を広げる機会です。工場や博物館などに行き、施設を見学します。班ごとに別々の施設に行き、いろいろなことを調べたり、体験したりする学校もあります。3年生で行く修学旅行（p.91「修学旅行」のページを見てください）の練習、準備になります。校外学習は遊びではなく、学習です。お弁当を持って行くこともあります。

2. どこに行くの？

[行き先の例]

公共施設、美術館、博物館、科学館、工場などに行きます。



3. なにを着て行くの？ なにを持って行くの？

(1) 服装

① 制服

② 運動靴（新しい運動靴ではなく、いつもはいている靴）

(2) 持ち物

① お弁当（p.153「お弁当・水筒」のページを見てください）

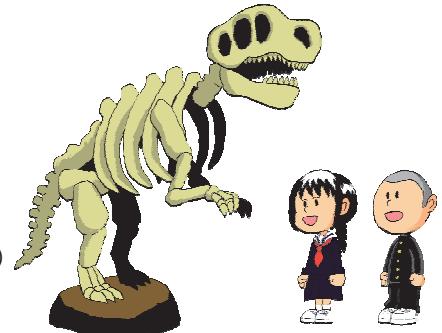
② 水筒（p.153「お弁当・水筒」のページを見てください）

③ 筆箱（えんぴつ・消しゴム）

④ 中学校で配られたしおり

（校外学習の予定や持ち物などが書かれたものを「しおり」といいます）

※持ち物に書かれていないもの（携帯電話、ゲーム機など）は、持って行ってはいけません。



子どもはみんな校外学習をとても楽しみにしています。

当日、病気で休むことがないように体調を整えるようにしましょう。休むときには

必ず中学校に連絡します。（p.49「中学校への連絡」のページを見てください）

校外学习 (kougaigakushuu)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

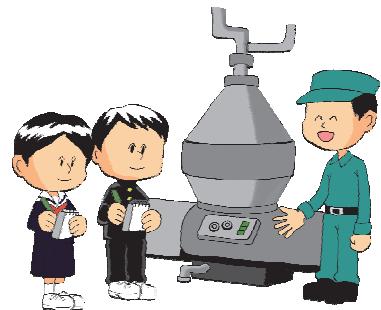
1、校外学习 (kougaigakushuu) 是什么？

这是在学校以外的地方扩展知识、积累经验的良好机会。去工厂或博物馆参观学习。有的学校以班级为单位，去不同的地方做各种各样的调查或体验一些事。这是为初三的毕业旅行 (shuugakuryokou) (p. 92 请参考「毕业旅行」一页) 做练习、做准备。校外学习 (kougaigakushuu) 不是玩耍，是学习。有时需要自带盒饭。

2、去哪里呢？

[去的地方的例子]

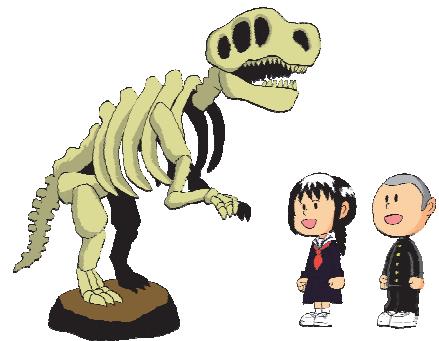
去公共设施、美术馆、博物馆、科学馆、工厂等。



3、穿什么衣服呢？带什么东西呢？

(1) 服装

- ① 校服 (seifuku)
- ② 运动鞋 (不要穿新的运动鞋，穿平时穿惯了的鞋)



(2) 需要带的东西

- ① 盒饭 (p. 154 请参考「盒饭・水壺」一页)
- ② 水壺 (p. 154 请参考「盒饭・水壺」一页)
- ③ 文具盒 (铅笔・橡皮)
- ④ 学校发的指南小册子

(写有校外学习的预定和携带物品的小册子叫「しおり」(shiori))
※携带物品里没有写的东西不可以带去 (手机、游戏机等)。

孩子们都很期待校外学习 (kougaigakushuu)

为了当天不会因为身体不适而缺席，请平时好好照顾身体。如果缺席的话，请一定要向学校请假。(p. 50 请参考「跟学校联系」一页)

しょくばたいけんがくしゅう 職場体験学習



分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 職場体験学習ってなに？

住んでる地域のお店や施設に行って、そこでの仕事を見て、体験することができます。
社会にどんな仕事があるて、働いてる人がどんな仕事をしているか知ることができます。
子どもが将来の自分の仕事を考える良い機会です。

2. いつするの？

中学2年生が職場体験学習に行きます。2日間から3日間、行う学校が多いです。

3. どこへ行くの？

中学校の近くには、働く場所がいろいろあります。学校が体験学習を受け入れてくれる職場を用意してくれます。その中から、自分が体験したい職場を決めます。「友だちと同じところ」という理由ではなく、自分の興味のある職場を選びましょう。

【体験学習の場所の例】

(食べ物関係) パン屋、喫茶店、レストラン、ファストフード店、スーパー、コンビニ
(食べ物以外) 理容院、美容院、ガソリンスタンド、郵便局、書店、病院、ホテル
(市町村の施設) 図書館、公民館、博物館、保育園、デイサービスセンター

4. 時間は？

体験先の仕事時間によって違いますが、16:00 ごろには終わります。

5. どうやって体験場所に行くの？

職場体験の日は中学校には行かないで、自分で体験場所に行きます。自転車に乗ったり、電車やバスを使ったりして体験場所に行くこともあります。



6. 職場体験学習のすすめ方

- （事前のあいさつ）体験前に職場へ行き、体験に必要な準備や注意事項などを聞きます。
- （職場体験中）それぞれの職場に分かれて職場体験をします。
- （職場体験後）体験したこと、学んだことをまとめて、学校で報告会を開きます。

职场体验学习(shokubataikengakushuu)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。



1、职场体验学习(shokubataikengakushuu)是什么？

去自己住的地区的商店或设施，在那里可以参观他们的工作并亲身体验。

通过这样的活动，可以让孩子们知道社会上有哪些工作、在各个地方工作的人是怎样工作的。这对于孩子们考虑自己的未来职业是一个良好的机会。

2、什么时候去呢？

初二的时候去参加职场体验学习(shokubataikengakushuu)。一般地都是两到三天。

3、去哪里呢？

在学校的附近，有各种各样的工作场所。学校会为大家准备好可以去体验学习的职场。大家可以从里面选择自己想去体验的职场。在选择的时候，不要以「和朋友一起」为理由去选择，要选择自己感兴趣的职场。

【体验学习场所的例子】

(饮食方面) 面包房、咖啡店、餐厅、快餐店、超市、便利店

(饮食以外) 理发店、美发店、加油站、邮局、书店、医院、宾馆

(市町村的设施) 图书馆、公民馆、博物馆、保育院、老人白天护理服务中心

4、时间是怎样安排？

根据职场不同，工作时间也不同，但是 16:00 左右就结束了。

5、怎么去体验场所呢？

职场体验的当天，不用去学校，自己直接去体验场所。
有时候可能需要骑自行车、坐电车或坐公共汽车去。



6、职场体验学习(shokubataikengakushuu)的流程

- 1 (事先的打招呼) 在体验之前要先去职场，去听体验时需要做的准备、注意事项等。
- 2 (职场体验的时候) 大家被分到各个职场去体验工作。
- 3 (职场体验后) 对体验的工作、学到的东西做一个总结，在学校开报告会。

7. 注意すること

- 絶対に時間に遅れないようにしましょう。決められた時間の10分前には、職場に到着しましょう。
- あいさつ、返事をしっかりしましょう。態度が悪いと、その中学校の生徒は来年から受け入れてもらえないなくなるかもしれません。
- 中学校の先生が、子どもの活動の様子を見に来ることがあります。困ったことがあれば、相談しましょう。
- 体験場所には、自分たちだけで行く場合が多いです。交通安全に十分、注意しましょう。
- 職場が飲食店の場合は、昼ごはんを出してもらえることがあります。アレルギーや宗教上の理由で、食べられないものがあるときは、職場の人に言いましょう。

7、需要注意的事项

- 1、绝对不能迟到。要在规定的时间 10 分钟以前到达职场。
- 2、不管是寒暄还是回答问题都要好好地认真地说。态度不好的话，第二年有可能就不再接受自己学校的学生了。
- 3、学校的老师有时会来看学生体验的情况。如果遇到困惑的事，请找老师商量。
- 4、一般地去体验场所，都是学生自己去。所以要特别注意交通安全。
- 5、如果职场是饮食店的话，有时候会有工作餐。如果自己有食物过敏或由于宗教的原因，有不能吃的东西的话，请跟职场的人说明。

やがいがくしゅう 野外学習

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 野外学習の目的

家や中学校を離れて、自然の中で1泊2日または2泊3日の集団生活を体験します。1年生は入学時オリエンテーションとして、中学生としての自覚を高め、団結力につける目的で、4月や5月に行くこともあります。2年生は自然に親しみ、みんなで協力することの大切さを知り、友だちを理解することが目的で、春から秋にかけて行くことが多いです。
学校によって、行く学年が違うことがあります。



2. どこに泊まるの？

現在では、ほとんどの学校が「少年自然の家」のような公的な宿泊施設を利用します。施設内の敷地で、1泊はテント宿泊を体験するところもあります。集団で食事や入浴をしますので、宗教的な理由やアレルギーで、食べられないものがある場合や、入浴やお祈りなど宗教的な配慮が必要な場合など、心配なことがあるときは、行く前に先生に相談しましょう。

3. なにをするの？

野外学習では、次のような活動を行います。

[活動の例]

- (登山) 山に登ります。
- (オリエンテーリング) グループごとに、目印を見つけながら制限時間内にゴールを目指します。
- (飯盒炊さん) 自分たちでご飯を炊いたり、食事を作って食べます。
- (キャンプファイヤー) 焚き火を囲んで、ゲームをしたり歌を歌ったりします。

4. なにを着て行くの？持つて行くの？

(1) 服装

- ① 体操服 (学校で決められた体操服を着ます) (p.31 「服装・身だしなみ」のページを見てください)
- ② 運動靴 (新しい運動靴ではなく、履きなれたいつの靴をはきましょう)

(2) 持ち物

学校から事前に「持ち物リスト」が配布されます。よく確認して、忘れ物のないように早めに準備をしましょう。宿泊するので、大きいバッグが必要です。キャスターがついたかばんはいけません。特に持ち物に書かれていないもの（携帯電話、ゲーム機など）は、持つて行ってはいけません。

野外學習

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、野外学习的目的

让孩子们离开家庭和学校，去大自然中体验集体生活。有的是一夜两天，有的是两夜三天。初一的学生，作为新生说明会，以提高学生的中学生意识、增强团结为目的，4月或5月去野外学习。初二的学生，以让学生对大自然产生亲近感、理解大家共同合作的重要性、理解朋友的概念为目的，春季到秋季之间去野外学习。

根据学校不同，去的年级也可能不同。



2、住在哪里呢？

现在几乎所有的学校都利用像「少年自然之家」之类的住宿设施。有的地方，还可以在设施的空地上支起帐篷体验一晚上露宿。大家要集体洗澡和吃饭。如果由于宗教信仰上的理由或食物过敏，有不能吃的东西、或对于洗澡或祈祷有什么需要特别照顾的事、或有什么担心的事情，可以事先找老师商量。

3、都有哪些活动呢？

野外学习，一般有以下活动。

[活动的例子]

(登山) 爬山活动。

(越野识途比赛) 是以小组为单位，大家边寻找记号，边在规定的时间内到达终点的一项体育运动。

(做饭) 孩子们自己做饭吃。

(营火会) 大家围着篝火，做游戏、唱歌。

4、穿什么衣服呢？带什么东西呢？

(1) 服装

①体操服（穿学校规定的体操服）(p. 32 请参考「服装・仪容仪貌」一页)

②运动鞋（不要穿新的运动鞋，穿平时穿惯了的鞋）

(2) 需要带的东西

学校提前给大家发一张「携带物品一览表」。请好好确认，并早一点准备好，不要忘东西。因为要住宿，所以需要大一些的包。不可以用带轮子的包。特别注意携带物品里没有写的东西不可以带去（手机、游戏机等）。

5. 気をつけること

- 事前に保護者向けの説明会があるので、必ず出席して、分からないう�があれば先生に確認しておきましょう。
- 宿泊施設では集団で入浴します。入浴の仕方が分からぬ場合や、宗教的な理由で入浴をみんなと別の時間にしてほしい場合などは、行く前に先生に相談しましょう。
- 途中で体調が悪くなった場合には、保護者に迎えにきてもらうことになります。必ず連絡がとれるようにしておいてください。
- 薬を持たせる場合は事前に学校に届け出が必要です。学校に連絡せずに持たせてはいけません。

子どもはみんな野外学習をとても楽しみにしています。

当日、病気で休むことがないように体調を整えるようにしましょう。休むときには必ず中学校に連絡します。(p.49「中学校への連絡」のページを見てください)

5、注意事项

- ・事先有面向家长的说明会。请务必出席。有不明白的事的话，请咨询老师。
- ・在住宿的地方，大家集体洗澡。如果不清楚洗澡的方法或由于宗教信仰的理由想跟大家分开洗的话，请在出发之前找老师商量。
- ・如果在野外学习期间，孩子的身体出现不舒服的话，有可能会让家长来接孩子。请一定要保持可以联系得到家长。
- ・如果孩子需要携带药物的话，请事先跟学校打招呼。不跟学校打招呼就让孩子携带药物是不可以的。

孩子们都很期待野外学习。

为了当天不会因为身体不适而缺席，请平时好好照顾身体。如果缺席的话，请一定要向学校请假。(p. 50 请参考「跟学校联系」一页)

しゅうがくりょこう 修学旅行

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

1. 修学旅行の目的

中学校の3年生は、2泊3日の修学旅行に行きます。修学旅行は遊びに行くのではありません。施設を見学したり、日本の歴史や文化に対する関心を深めたり、教室では学べないことを学習します。また集団行動を通して、マナーやきまりを守ることの大切さを学んだり、友達との絆を深めたりすることも目的です。

2. どこに泊まるの？

ホテルや旅館、民宿などの宿泊施設に泊まります。宿泊施設では集団で朝・晩の食事や入浴をします。宗教的な理由やアレルギーで、食べられないものがある場合や、入浴やお祈りなど宗教的な配慮が必要な場合など、心配なことがあるときは行く前に先生に相談しましょう。



3. どこに行くの？

[愛知県の中学校の行き先の例]

東京、千葉、神奈川、大阪などに行くことが多いです。

- 東京ディズニーランド、ユニバーサルスタジオジャパン
- 漁村・農村の民宿に宿泊し、地引網や農業などの体験活動
- 班行動では国会議事堂、東京タワー、東京スカイツリーなど、グループで行き先を決めて、計画を立てて行動します。

4. なにを着て行くの？ 持って行くの？

(1) 服装

- 制服 (p.31 「服装・身だしなみ」のページを見てください)
- 運動靴 (新しい運動靴ではなく、いつもはいている靴)

(2) 持ち物

事前に中学校で配布される持ち物リストをチェックし、早めに持ち物の準備をしましょう。宿泊するので、大きいバッグが必要です。持ち物に書かれていないもの（携帯電話、ゲーム機など）は、持って行ってはいけません。

毕业旅行(shuugakuryokou)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、毕业旅行(shuugakuryokou) 的目的

初三的学生，去两夜三天的毕业旅行(shuugakuryokou)。毕业旅行(shuugakuryokou)不是去玩。目的是通过参观各种设施，加深学生们对日本的历史和文化的兴趣，学习一些在教室里学不到的东西。并且，还通过集体活动学习遵守规则、礼节的重要性，加深学生们跟朋友之间的友谊。

2、晚上住在哪里呢？

住在宾馆、旅馆或个人旅店等住宿的设施。在住宿的地方，大家集体吃早饭・晚饭、洗澡。如果由于宗教信仰上的理由或食物过敏，有不能吃的东西，或关于洗澡、祈祷等宗教信仰上有需要特别照顾的事等担心的事的话，可以在旅行前找老师商量。

3、去哪里呢？

[爱知县的中学去的地方(例子)]

一般地去东京、千叶、神奈川、大阪等的比较多。



- 东京迪士尼乐园(Tokyo Disney Land)、大阪环球影城(Uiversal Studios Japan)
- 住在渔村・农村的个人旅店，体验地拉网、农业工作
- 作为班级活动，让学生分成小组自己做计划并自己决定去以下的哪里国会大会堂(kokkai gijidou)、东京塔(Tokyo Tower)、东京晴空塔(Tokyo Sky Tree)等。

4、穿什么衣服呢？带什么东西呢？

(1) 服装

- ①校服(seifuku)(p. 32 请参考「服装・仪容仪貌」一页)
- ②运动鞋(不要穿新的运动鞋，穿平时穿惯了的鞋)

(2) 需要带的东西

学校提前给大家发一张「携带物品一览表」。请好好确认，并尽早做好准备。因为要住宿，所以需要大一些的包。特别注意携带物品里没有写的东西不可以带去(手机、游戏机等)。

5. 気をつけること

- 事前に保護者向けの説明会があるので、必ず出席して、分からぬことがあれば先生に確認しましょう。
- 費用が5万円くらいかかります。一度に全部のお金を集めるのではなく、何回かに分けて給食費などと一緒に引き落とされます。いくら引き落とされるかは、毎月の引き落としのお知らせに書いてあります。
- 神社やお寺を見学する所以があるので、宗教的な理由で見学できない場合には行く前に先生に相談しましょう。
- 宿泊施設では集団で入浴をすることがあります。入浴の仕方が分からない場合や、宗教的な理由で入浴をみんなと別の時間にしてほしい場合などは、行く前に先生に相談しましょう。
- 途中で体調が悪くなったときや緊急時には保護者に連絡があります。保護者は連絡が取れるようにしておいてください。
- 薬を持たせる場合は事前に学校に届け出が必要です。学校に連絡せずに持たせてはいけません。
- おやつやおこづかいを持って行くことができる学校が多いです。金額が決まっているので、決められた額以上は持たせないようにしましょう。

子どもはみんな修学旅行をとても楽しみにしています。

当日、病気で休むことがないように体調を整えるようにしましょう。休むときには必ず中学校に連絡します。(p.49「中学校への連絡」のページを見てください)

5、注意事项

- ・事先有面向家长的说明会。请务必出席。有不明白的事的话，请咨询老师。
- ・费用大概需要 5 万日元。这个费用不是一次性支付，而是分几次和校餐费一起从银行自动收取。收取多少钱，每个月的收费通知上会注明的。
- ・因为有时会去参观神社・寺庙，如果由于宗教信仰上的理由不能参观的话，请事先找老师商量。
- ・在住宿的地方，大家集体洗澡。如果不清楚洗澡的方法或由于宗教信仰的理由想跟大家分开洗的话，请在出发之前找老师商量。
- ・如果在野外学习期间，孩子的身体出现不舒服或出现紧急情况的话，会跟家长联系。请一定要保持可以联系得到家长。
- ・如果孩子需要携带药物的话，请事先跟学校打招呼。不跟学校打招呼就让孩子携带药物是不可以的。
- ・有很多学校允许带小零食或零用钱。但是，金额一般也有规定。请不要让孩子带超过规定金额的零用钱。

孩子们都很期待毕业旅行 (shuugakuryokou)。

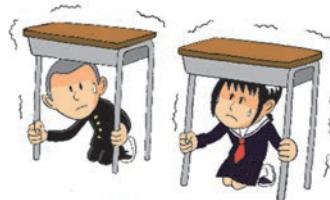
为了当天不会因为身体不适而缺席，请平时好好照顾身体。如果缺席的话，请一定要向中学校请假。(p. 50 请参考「跟学校联系」一页)

ぼうさいくんれん ひなんくんれん 防災訓練・避難訓練

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 防災訓練・避難訓練

日本は地震が多い国です。災害がいつ起きるか分からないので、中学校では普段から防災教育を行っています。近いうちに起きると言われている大きな地震(東海地震)に対する訓練だけではなく、火災や津波、不審者に対する訓練もあります。しかし、災害は中学校にいるときに起きるとは限りません。家庭でも災害時にどのように行動するのか、学校や職場や家、それに近い避難場所などを家族みんなで確認しておきましょう。また、災害が起きたときのために食糧や生活用品を備えておきましょう。



2. 災害時対応について 地震

(1) 東海地震に関する情報の種類

「東海地震に関する情報」については、気象庁のホームページで公表されています。予知情報や注意情報が出されたときは、テレビやラジオ、あるいは、自治体の防災無線などを通じて、住民に知らされます。地震の予知はとても難しいです。予知情報や注意情報がなくとも突然地震が起きる可能性もあります。

① 東海地震予知情報

東海地震が発生するおそれがあるときに出されます。
すべての中学校では、東海地震予知情報が発表されたときは、休みとなります。すぐには大きな地震が来るかもしれないで、自分の体を守ってください。子どもたちが中学校にいる間に東海地震予知情報が出された場合には、子どもたちは中学校で避難します。
その他、安全な場所への避難や交通規制が行われたり、店が営業中止になったりします。

② 東海地震注意情報

東海地震が発生するかもしれないときに発表されます。
すべての中学校では、東海地震注意情報が発表されたときは、休みとなります。子どもが中学校にいるときに発表された場合に、一斉下校になるのか、保護者が学校に迎えに行くのかを確認しておきましょう。

(2) 引き渡し

- ・地震が発生したとき、必ず誰かが子どもを迎えに行くことができるようにしておきましょう。
- ・実際に子どもを迎えに行ったら、勝手に連れて帰ってはいけません。先生に連れて帰ることを伝えてから帰りましょう。
- ・引き渡しの訓練も行われます。保護者への防災意識を高めてもらう目的もあります。保護者も参加して、どのような流れで迎えに行くのかを確認しておきます。ぜひ訓練に参加しましょう。

防灾训练・避难训练

(bousaikunren • hinankunren)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、防灾训练・避难训练 (bousaikunren • hinankunren)

日本是多地震的国家。因为不知道灾害什么时候发生，中学平时对孩子们进行防灾教育。训练内容除了有对已被预测的大地震（东海地震 toukaijishin）的训练以外，还有火灾、海啸以及可疑人入侵时的训练。但是，灾害发生的时候，孩子们并不一定在中学。所以各个家庭也要考虑灾害发生时的应对措施，跟家人一起确认学校、工作单位以及家附近的避难所。而且，也应该准备好灾害发生时的应急食物和生活用品。



2、关于灾害时的应对措施 地震

(1) 关于东海地震 (toukaijishin) 预报的种类

「关于东海地震 (toukaijishin) 的信息」，气象厅的网页上会有公布。当预知警报或注意警报发表的时候，会通过电视、广播以及自治团体的防灾无线通讯来通知大家。但是，地震的预测也是很困难的。也有可能在没有任何消息的情况下突然发生地震。

① 东海地震预知警报 (toukaijishinyochijyouhou)

当确认到东海地震 (toukaijishin) 很有可能发生的时候，会发布。

当发布了东海地震预知警报 (toukaijishinyochijyouhou)，所有的中学将临时放假。大地震有可能马上来，所以请各自保护好自己。孩子在学校时发布了东海地震预知警报 (toukaijishinyochijyouhou) 的话，孩子们会在中学校避难。

另外，还将实施居民避难、交通管制、店铺休业等措施。

② 东海地震注意警报 (toukaijishinchuui jyouhou)

当确认到东海地震 (toukaijishin) 很有可能发生的时候，会发布。

当发布了东海地震注意警报 (toukaijishinchuui jyouhou)，所有的中学将临时放假。孩子在学校时发布的话，请确认孩子们是集体放学回家还是需要家长去接。

(2) 关于交接

- 当地震发生时，请一定要有人去接孩子。
- 当您去接孩子的时候，不能随便就接走。一定要告诉老师一声后再接走。
- 中学也会进行交接的训练。目的是为了提高家长们的防灾意识。家长也参加，确认交接的流程。请一定要参加训练。

たいいくたいかい 体育大会

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。

1. 体育大会ってなに？

体育大会では、いろいろな運動競技を行います。団体競技や個人競技がありますが、運動能力を競い合うだけではなく、みんなで協力することを目的とした競技もあります。体育大会の日が近づくと、子どもたちは競技の練習をします。

学校によって体育大会を行う時期が違います。春か秋に行います。

体育大会は土曜日に行うことがあります。休まずに行きましょう。土曜日に体育大会を行ったときは、月曜日など平日が代わりにお休みになります。



2. だれが参加するの？

(1) 生徒

生徒は、みんな体育大会に参加します。

(2) 家族

家族も見に行くことができます。時間のあるときは、ぜひ見に行きましょう。



3. どこでするの？

中学校の運動場で体育大会をします。

4. なにをするの？

(1) 開会式

はじめに、開会式をします。開会式では、校長先生があいさつをします。また、体育大会についての注意もあります。

(2) 競技

次に、競技をします。子どもたちは、決められた競技に参加します。クラス対抗戦などで競技を行う学校も多いです。

(3) 閉会式

最後に、閉会式をします。閉会式では、校長先生があいさつをします。クラス対抗戦を行っている場合には、成績発表もあります。優勝チームは賞状がもらえます。

体育大会(taiikutaikai)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、体育大会(taiikutaikai)是什么？

体育大会(taiikutaikai)有各种各样的运动项目。有团体竞赛也有个人竞赛。不光是比赛运动能力，还有以大家共同合作为目的的运动项目。快到体育大会(taiikutaikai)的时候，孩子们会练习比赛项目。

体育大会(taiikutaikai)的举行时间，每个学校都不一样。一般在春季或秋季举行。

体育大会(taiikutaikai)有时会安排在星期六。请不要请假尽量参加。如果被安排在星期六的话，星期一或其他的平日会代替星期六放假。

2、都是谁参加呢？

(1) 学生

所有的学生都参加体育大会(taiikutaikai)。



(2) 家人

家里人也可以去观看。如果有时间的话，请一定去看。



3、在哪里举行呢？

在中学的操场举行体育大会(taiikutaikai)。

4、都做些什么呢？

(1) 开幕式(kaikaishiki)

最开始是开幕式(kaikaishiki)。在开幕式(kaikaishiki)上校长要讲话。还会向大家传达体育大会(taiikutaikai)的各种注意事项。

(2) 比赛项目

接下来有各种比赛项目。孩子们参加事先定好的比赛项目。有很多学校也有班级对抗赛。

(3) 闭幕式(heikaishiki)

最后是闭幕式(heikaishiki)。在闭幕式(heikaishiki)上校长要讲话。如果有班级对抗赛的话，发表成绩。胜利的小组可以获得奖。

子どもたちはこんな競技をします（例）

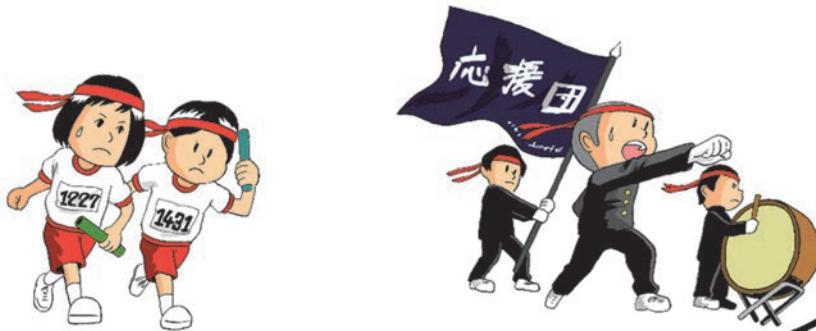
短距離走・・・100m走、200m走などがあります。ゴールまでの速さを競います。

リレー・・・何人かのチームでバトンを渡しながら走り、速さを競います。

つなひき・・・2つのチームが1本の綱を両側から引き合います。チームで力を合わせて行う団体競技です。

騎馬戦・・・チーム対抗の団体競技です。4人1組で1つの騎馬を作ります。3人が手を組んで土台を作り、1人がその上に乗りります。相手チームの騎馬の上に乗っている子どもの帽子を取り合います。動きが激しいため裸足で行います。

応援合戦・・・チームを応援するために、学年やクラス単位で行うもので、歌やダンス、組体操などを行います。



5. なにを着て行くの？持つて行くの？

(1) 子どもの服装

① 体操服（学校で決められた体操服を着ます）

（p.31「服装・身だしなみ」のページを見てください）

② 運動靴

（新しい運動靴ではなく、履きなれたいつの靴をはきましょう）



(2) 子どもの持ち物

① タオル

② 水筒（p.153「お弁当・水筒」のページを見てください）

[注意] 水筒にはお茶かお水を入れましょう。

③ お弁当

（p.153「お弁当・水筒」のページを見てください）

[注意] 昼食の時間には、子どもは（教室に戻って）お弁当を食べます。

給食が出る学校もあります。事前に確認しましょう。

孩子们做这样的运动比赛(例)

短跑比赛(tankyorisou) • • • 有 100m 和 200m 的短跑。比赛到终点的跑步速度。

接力赛(riree) • • • 几个人一个小组，边交接接力棒边跑，比赛跑步速度。

拔河比赛(tsunahiki) • • • 两个小组分别向两边拉一根绳子。这是小组一起努力的团体比赛。

骑马比赛(kibasen) • • • 这是小组对抗的团体比赛。4 个人 1 组做成骑马。

3 个人手挽手做一个台子，另外 1 个人坐到上面。

然后去摘对方小组的骑马人的帽子。因为这项活动是激烈的运动，所以大家光着脚。

助威声援比赛(ouengassen) • • • 为了助威自己的小组，以年级或班级为单位，通过唱歌、跳舞和组合体操来加油助威。



5、穿什么样的衣服呢?带什么东西呢?

(1)孩子的服装

①体操服（穿学校规定的体操服）

（ p . 32 请参照「服装・仪容仪貌」一页）

②运动鞋

（不要穿新鞋，穿平时穿习惯的鞋）



(2)孩子要带的东西

①毛巾

②水壶 （ p . 154 请参照「盒饭・水壶」一页）

[注意] 水壶里要装茶或水。

③盒饭

（ p . 154 请参照「盒饭・水壶」一页）

[注意] 午饭的时候，孩子们（回到教室）吃盒饭。

有的学校有校餐。请事先确认。

6. その他^た

- ①体育大会の間、子どもたちはクラスのみんなと一緒に活動します。昼食は、教室へ戻つてお弁当や給食を食べる場合と、保護者席で保護者と一緒に食べる場合があります。子どもの競技が終わったからといって、家へ連れて帰ったりしないでください。
- ②雨が降った場合の対応を、中学校の先生に確認しておきましょう。体育大会は延期、または中止になりますが、お弁当は必要な場合があります。
- ③当日の応援席の場所取りや駐車場の使用には制限があります。中学校から連絡がありますので、必ず内容を確認してルールを守りましょう。
- ④体育大会の日は普段に比べ、のどがかわきます。水筒の量を普段よりも多めに持たせてください。
- ⑤体育大会はお祭りやパーティーではありません。子どもの楽しんでいる様子や成長を感じる場所です。音楽を流したり、バーベキューセットやお酒を持ち込んだりするのは禁止されています。運動場などの競技を見る場所へのビーチパラソルやテントの持ち込みは禁止されています。

6、其他

- ①体育大会(taiikutaikai)期间，孩子们和同班同学一起行动。午饭时间，有时回到教室吃盒饭或校餐，有时候跟家里的人一起在家属席吃饭。即使孩子的比赛项目结束后，也请不要随便将孩子带回家。
- ②关于下雨时的应对，请向学校的老师确认。体育大会(taiikutaikai)有时会推迟或中止，但有时需要准备盒饭。
- ③当天对于助威席和停车场的使用有一定的限制。到时候学校会有通知，请一定确认其内容并遵守规定。
- ④体育大会(taiikutaikai)当天跟平时比会容易口渴。孩子的水壶里要比平时多准备一些水。
- ⑤体育大会(taiikutaikai)不是集会也不是派对。是看孩子们愉快的样子和感受孩子们成长的地方。所以禁止放音乐、带烧烤工具或酒类。另外，禁止将帐篷或大遮阳伞带入操场等观看比赛的场所。

ぶんかさい 文化祭

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 文化祭ってなに？

中学校の文化祭は、普段の学習の成果などを保護者や他のクラス、学年の生徒に広く見てもらう機会として行うもので、お祭りではありません。学校によっては文化発表会などと名前が変わるところもあります。個人ではなく、クラス単位でのステージ発表、文化部の発表や作品の展示などがあります。また、合唱コンクールを行う学校も多いです。子どもたちは文化祭のために、たくさんの時間を使って準備や練習をします。ぜひ見に行きましょう。

2. いつするの？

学校によって時期は違いますが、9月～11月ごろに行なうことが多いです。

3. だれが参加するの？

(1) 生徒

生徒はみんな、文化祭に参加します。

(2) 家族

家族も見に行くことができます。学校が決めた保護者席で発表を見たり、展示会場で展示を見たりすることができます。時間があるときは、ぜひ見に行きましょう。自分の子どもが発表だけ見に行く保護者が多いです。事前に配られるプログラムを見て、子どもの発表がいつ始まるのか確認しましょう。



4. どこでするの？

学校の体育館や、教室や廊下などを使って行なうことが多いです。

合唱コンクールやステージ発表は近くの公民館・市民会館で行なうこともあります。

5. なにをするの？

(1) クラス単位での発表

ダンス、劇などを、クラスのみんなで考えて、何回も練習して発表します。

(2) 文化部の展示や発表

手芸、美術、造形、マンガなどの作品を展示します。科学の実験や、吹奏楽の演奏などを行なうこともあります。

(3) 合唱コンクール

クラス単位での合唱をステージで発表します。子どもたちはこの日のために、クラスでたくさん合唱の練習をします。優秀なクラスは賞がもらえます。合唱コンクールは文化祭とは別の時期に行なう学校もあります。

文化节 (bunkasai)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、文化节(bunkasai)是什么？

中学的文化节(bunkasai)是不是集会，是将平时学习的成果展示给家长、其他同学的好机会。有的学校称之为文化发表会(bunkahappyoukai)。不是个人，是以班级为单位的舞台发表、文化社团的发表和作品展览等。也有很多中学举行合唱比赛。孩子们为了文化节(bunkasai)，会花很多时间去准备去练习。请一定去看。

2、什么时候举办呢？

每个学校举行的时期都不一样，一般在9月～11月之间举行的比较多。

3、谁参加呢？

(1) 学生

全校学生都参加文化节(bunkasai)。



(2) 家人

家人也可以去观看。可以在学校规定的家长席(hogoshaseki)看发表、在展览会场看展览。有时间的话，请一定去观看。也有很多家长只去看自己孩子的发表。请通过事先发的节目单确认自己孩子的发表时间。



4、在哪里举办呢？

利用学校的体育馆、教室、走廊举办的比较多。有时候合唱比赛或舞台发表也利用附近的公民馆、市民馆举办。

5、都有些什么活动？

(1) 以班级为单位的发表

班级的同学们一起编舞蹈、做话剧，反复练习然后发表。

(2) 文化社团的展览和发表

有手工、美术、造型、漫画等的作品展览。有时也有科学实验、吹奏乐器等的演奏。

(3) 合唱比赛

以班级为单位在舞台发表合唱。孩子们为了这一天，跟同班同学一起做了很多练习。优秀的班级可以得奖。也有的学校，合唱比赛跟文化节(bunkasai)分开举办。

6. 文化祭までに準備・練習しておくこと

※ 難しいときは早めに先生に相談しましょう。

(1) 歌や台詞、ダンスの振り付けなど

文化祭で子どもが発表する歌や劇の台詞、ダンスの振り付けなどを家で覚えたり、練習したりすることがあります。

(2) 衣装・道具

必要な衣装や道具を家庭で準備することができます。

7. なにを着て行くの？持つて行くの？

(1) 子どもの服装

普段、学校に行く服装と同じで、制服で行きます。衣装がある場合は学校で着替えます。

(2) 保護者の服装

文化祭は式典ではありません。服装もカジュアルな服装でかまいません。しかし、学校は「学ぶ場所」です。たくさんの汚れがついている服、ジャージ、肌の露出が多い服、ドレスなどはやめましょう。

(3) 保護者の持ち物

① 文化祭のプログラム

② スリッパ

③ カメラやビデオを持って行くこともできます。カメラやビデオでの撮影は他の方や発表の邪魔にならないようにしましょう。携帯電話やスマートフォンで撮影したものを、ネット上に許可なく公開するのはやめましょう。

8. その他

① 文化祭の間、子どもは先生や他の生徒たちと一緒に活動します。子どもの発表が終わったからといって、子どもを保護者席へ連れだしたり、家へ連れて帰ったりしないでください。

② 移動やトイレは発表と発表のあいだの時間で行きましょう。

③ カメラやビデオで撮影をしてもいい学校と、してはいけない学校があります。先生に確認をしましょう。

④ 子どもが間違えて発表したり、失敗したりすることもあります。その時は責めずに、何度も練習したことやがんばったことを認め、ほめたり、励ましたりしましょう。



6、文化节(bunkasai)之前需要做的准备和练习

※如果有困难请尽早找老师商量

(1) 歌曲、台词、舞蹈动作

在文化节(bunkasai)发表的歌曲、话剧的台词还有舞蹈动作，需要在家记住、练习。

(2) 服装・道具

需要穿的服装、需要用的道具，有时需要家里人准备。

7、穿什么样的衣服呢?带什么东西呢?

(1) 孩子的服装

跟平时上学的时候一样，穿校服去。有表演服装的话，在学校换。

(2) 家长的服装

文化节(bunkasai)不是什么仪式。休闲一点的服装也没关系。但是，学校是「学习的地方」。所以还是不要穿比较脏的衣服、运动服、比较露的衣服、礼服等。

(3) 家长需要带的东西

①文化节(bunkasai)的节目单

②拖鞋

③也可以带照相机或摄像机。但请注意照相或摄像的时候请不要打扰到别人或发表。用手机或智能手机照的像，在没有经过允许的情况下，是不可以上传到网上的。

8、其他

①文化节(bunkasai)期间，孩子跟老师还有其他同学一起行动。即使孩子的发表结束了，也不可将孩子带到家长席(hogoshaseki)、也不可以带回家。

②场所的移动和去洗手间，要在一个发表跟另一个发表之间去。

③有的学校允许照相、摄像，而有的学校不允许，请向老师确认。

④有时候孩子会出错、会失败。那个时候，请不要责怪孩子，请承认孩子的努力、表扬孩子的努力与付出，鼓励孩子。



そつぎょうしき 卒業式

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

1. 卒業式ってなに？

卒業式は、子どもたちが中学校での教育課程を終えたことをお祝いする式です。また、お世話になった中学校の先生たちとお別れをする式です。
卒業式は、宗教的な行事ではありません。



2. いつするの？

卒業式は、3月に行われます。
(日本の中学校の1年は、4月に始まって3月に終わります)

3. だれが参加するの？

①生徒

生徒はみんな、卒業式に参加します。

②保護者

日本では、ほとんどの保護者が卒業式に出席します。

[注意] 保護者以外の人は卒業式に参加できないことがあります。保護者以外の親戚が保護者と一緒に参加してもよいか確認しましょう。たくさん行くと、会場に入りきらなかったり、イスの数がたりなかったりするからです。中学校の先生に確認してください。

4. なにをするの？

①校長先生のあいさつ

校長先生が、卒業する子どもたちにむけて、お祝いのメッセージを言います。

②卒業証書授与

校長先生から、卒業する子どもたちに、卒業証書が渡されます。

③教育委員会、来賓のお祝いのことば

教育委員会や来賓の方が、卒業する子どもたちにむけて、お祝いのメッセージを言います。

④卒業生・在校生お別れの言葉

卒業生・在校生がお互いにお別れのメッセージを言います。

⑤卒業生合唱

卒業する子どもたちが、歌をうたいます。この日のために歌の練習をしています。

毕业典礼 (sotsugyoushiki)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、毕业典礼 (sotsugyoushiki) 是什么？

毕业典礼 (sotsugyoushiki) 是庆祝孩子们完成了初中的所有教育课程的一个仪式。同时也是孩子们和关照过自己的中学的老师们的一个分别的仪式。

毕业典礼 (sotsugyoushiki) 不是宗教性的活动。

2、什么时候举行呢？

毕业典礼 (sotsugyoushiki) 在3月份举行。
(日本的初中的一年是，4月开始3月结束。)

3、都是谁参加呢？

①学生

全校学生都参加。

②家长

在日本，几乎所有的家长都出席毕业典礼 (sotsugyoushiki)。

[注意] 有的学校除了家长以外不能参加。请向中学确认家长以外的亲戚是否可以参加。因为很多人去的话，有可能会场里进不去那么多人或椅子不够。
所以请向学校的老师确认。

4、做什么呢？

①校长讲话

校长向毕业生的孩子们送去祝福。

②颁发毕业证书

由校长给毕业生的孩子们颁发毕业证书。

③教育委员会、来宾祝词

教育委员会的人和来宾向毕业生的孩子们送去祝福。

④毕业生・在校生分别的祝福

毕业生・在校生互相送分别的祝福。

⑤毕业生的合唱

毕业生的孩子们一起唱歌。为了这一天大家事先练习唱歌。



5. なにを着よう？なにを持って行こう？

(1) 服装

① 子ども

中学校の制服を着ます。パーティーではないので、アクセサリーをつけたり、化粧をしたりしてはいけません。髪型も派手なアレンジはしません。靴下のデザイン、制服の下に着る服も学校で決められたルールを守りましょう。

② 保護者

あまり派手ではない色・デザインの服を着ましょう。たとえば、女の人なら、色は、黒や紺色、グレー、ベージュなどがおすすめです。デザインは、ジャケットとスカート、ワンピースなどがおすすめです。

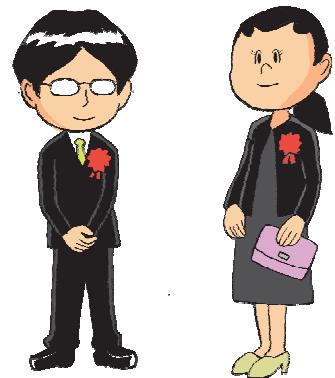
男の人は、黒いスーツがいいです。

女の人も、男の人も、ジーパンやTシャツ、スウェットなどは着ません。

(2) 保護者の持ち物

① スリッパ

② カメラやビデオを持って行くこともできます。カメラやビデオでの撮影は他の方の邪魔にならないようにしましょう。携帯電話やスマートフォンで撮影したものを、ネット上に許可なく公開するのはやめましょう。



6. その他

(1) 早めに行こう！

卒業式では、始まる時間や、プログラムが決まっています。卒業式が始まる15分ほど前に、中学校に着くようにしましょう。

(2) 卒業式の雰囲気

卒業式はパーティーのように、にぎやかな式ではありません。保護者は成長した子どもたちの姿を静かに見守ります。

(3) 卒業証書

子どもたちが、中学校での教育課程を終えたことを証明するものです。大切に家に持つて帰り、なくさないようにしましょう。



5、穿什么样的衣服呢?帶什么东西去呢?

(1) 服装

①孩子

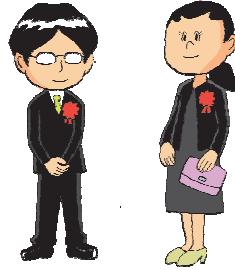
穿中学规定的校服。因为不是派对，所以不可以带首饰、不可以化妆。发型也不要打扮得太耀眼。关于袜子的样式、校服里面穿的衣服，学校也有规定。请一定遵守。

②家长

不要穿太耀眼的颜色、样式的衣服。比如：女性的话，推荐穿的颜色是，黑色或黑蓝色、灰色、米色等。推荐穿的样式是，西装式上衣和裙子、连衣裙等。

男性一般穿黑色的西装比较好。

不论女性还是男性都不穿牛仔裤、运动服式的衣服。



(2) 家长需要带的物品

①拖鞋

②可以带照相机或摄像机去。如果想要给孩子照相或摄像的话，

注意照相或摄像的时候请不要打扰到别人。用手机或智能手机照的像，在没有经过允许的情况下，是不可以上传到网上的。

6、其他

(1) 早一点儿去吧！

毕业典礼(sotsugyoushiki)的时候，开始时间和流程都是事先定好的。

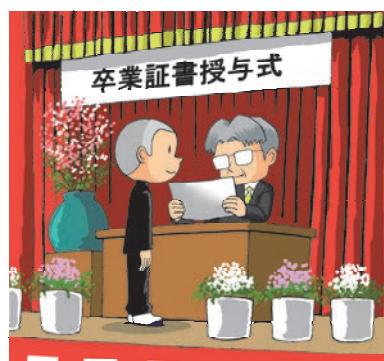
请在毕业典礼(sotsugyoushiki)开始的15分钟以前到中学校。

(2) 毕业典礼(sotsugyoushiki)的氛

毕业典礼(sotsugyoushiki)并不会像派对一样热闹。家长们安静地祝福孩子们。

(3) 毕业证书

这是证明孩子们完成了中学校的所有教学课程的一个证明书。请拿回家并珍惜、妥善保管。



びょうき 病気やけがのとき



1. 子どもが病気やけがをしたら

家や外で子どもが病気やけがをしたら、落ち着いて対応しましょう。病院が休みの休日や夜間に病気やけがをした場合、医療機関案内サービスを利用しましょう。

かいこくご あんない 外国語での案内サービス

○愛知県 救急医療情報システム

鉄道の駅名または市区町村名を発音すると、一番近い医療機関を、音声またはFAXで自動的に案内します。5ヶ国語（中国語、英語、ポルトガル語、スペイン語、韓国語）に

対応しています。

電話・FAX：(050) 5810-5884

○愛知医療通訳システム（A i M I S）

病院で通訳（中国語、英語、ポルトガル語、スペイン語、フィリピン語）を利用できます。また、24時間体制で6か国語（中国語、英語、ポルトガル語、スペイン語、フィリピン語、韓国・朝鮮語）で電話通訳に対応しています。

電話・FAX：(050) 5814-7263

緊急の場合は救急車を呼びましょう。電話番号は「119」です。電話をするときには、日本語で話さなければいけません。日本語でうまく説明できないときは、近くの日本語を話せる人に助けを求めましょう。近くに助けを求められる人がいない場合は、簡単な日本語で伝えるようにしましょう。

聞かれる内容

「火災か救急か」

→ 救急です。

「住所」

→ 救急車に来てほしい場所を伝えます。

「名前、連絡先」

→ 電話をかけた人の名前と電話番号

「いつ、誰が、どこで、どうしてけがをしたのか」

→ 子どもがいつ、どこで、どうしてけがをしたのか言います。

「今どんな状態か」

→ 見たままの子どもの状態を簡単に言います。

生病或受伤的时候



1、万一孩子生病或受伤了

万一孩子在家里或外边生病或受伤了，请冷静地处理。医院的定休日或夜里生病或受伤的话，请您利用医疗机关向导服务。

外语的向导服务

○爱知县急救医疗情报机构 (aichikenkyuuuiryoujyouhoushisutemu)

只要您说出铁道的站名或市・区・町・村名，就会用语音或传真自动地为您向导最近的医疗机关。可以对应五种语言（汉语、英语、葡萄牙语、西班牙语、韩语）。

电话・FAX：(050) 5810-5884

○爱知医疗翻译机构 (aichiiryoutsuuyakushisutemu) (A i M I S)

在医院可以利用的翻译（汉语、英语、葡萄牙语、西班牙语、菲律宾语）。而且，还有 24 小时电话翻译（汉语、英语、葡萄牙语、西班牙语、菲律宾语、韩语・朝鲜语）。

电话・FAX：(050) 5814-7263

紧急情况时可以呼叫救护车。电话号码是「119」。打电话的时候，必须用日语说。如果不能准确地用日语表达的话，请找附近会说日语的人帮忙。如果附近没有可以帮忙的人的话，请用简单的日语表达。

要问的问题 「是火灾还是急救」 (kasaika kyuukyuuka)

→急救。 (kyuukyuu desu)

「地址」 (jyuusho)

→请说出希望救护车来的地方。

「姓名、联系方式」 (namae、renrakusaki)

→打电话的人的姓名和电话号码

「什么时候、谁、在哪里、怎么受伤了」

(itsu、darega、dokode、doushite kegao shitanoka)

→请说明孩子什么时候、在哪里、怎么受伤了。

「现在是什么情况」 (ima donna jyoutaika)

→请简单地说出您看到的孩子的情况。

病気やけがのとき

2. 病院へ行ったあと

病院で診察を受けたら、医師に中学校に行ってもいいか確認をします。

(1) 行けないとき

中学校を休ませて、家で看病します。中学校の先生は、子どものことを心配しています。休むことと病名や症状を具体的に伝えてください。

(2) 行けるとき

中学校へ行けるときも、先生に子どもの病名や症状を具体的に伝えましょう。病院で、医師に紙に書いておいてもらうことをおすすめします。

薬の取り扱いについて

- 中学校は薬を預かってくれません。もし給食の前や後に薬を飲む必要があれば、子どもに自分で飲むよう持たせましょう。
- 「1日3回」の薬は、必ず昼食の後に飲まなければいけないというわけではありません。帰宅後に飲ませることもできます。そのときは、帰宅後に飲んでから夜の薬を飲むまで何時間あけてはいけないか医師に相談しましょう。
- 病院で医師に相談すると「1日3回」の薬を「1日2回」にしてくれる事があります。相談してみましょう。

3. もしものときのために

病気やけがで心配になったときは、こんなサイトもあります。

① あいち救急医療ガイド <http://www.qq.pref.aichi.jp/>

「愛知県 救急医療情報システム」のホームページ「あいち救急医療ガイド」では、外国語で対応できる休日診療所を検索することができます。

② あいち医療通訳システム

<http://www.aichi-iryou-tsuyaku-system.com/>

愛知県の一部の病院などで受けられる通訳や翻訳のサービスです。外国語でホームページを見ることができます。

電話・FAX:(050) 5814-7263

2、去了医院之后

在医院接受诊察之后，请向医生确认能不能去上学。

(1) 不能去的话

向学校请假在家休息。中学的老师们也很担心孩子。所以除了要告诉老师请假的事，也要具体说明孩子的病名或症状。

(2) 能去的话

能去上学的话，也要向老师具体地说明孩子的病名、症状。我们提议事先让医生将孩子的情况写在纸上比较好。

关于药物的使用

- 学校不能帮忙保管药物。如果午饭之前或之后需要吃药的话，请带去让孩子自己吃药。
- 「1天3次」的药，并不是午饭后也必须吃。下午放学回家后也可以吃。但是这种情况的话，要问医生，和晚上的药之间需要间隔多长时间。
- 跟医生说明情况的话，有时候会把「1天3次」的药改成「1天2次」的药。请跟医生商量。

3、以防万一

因为生病或受伤，有什么担心的事的话，可以利用以下的网页。

① 爱知急救医疗向(aichikyuukyuuiryougaido)

<http://www.qq.pref.aichi.jp/>

利用「爱知县急救医疗情报机构」(aichikenkyuukyuuiryoujyouhouhisutemu)的网页「爱知急救医疗向导」(aichikyuukyuuiryougaido)，可以检索得到能对应外语的休息日诊疗所。

② 爱知医疗翻译机构(aichiiryoutsuuyakushisutemu)

<http://www.aichi-iryou-tsuyaku-system.com/>

这是一项在爱知县的一部分医院可以享受口译或笔译的服务。还提供外语的网页。

电话・FAX：(050) 5814-7263

4. 保健室でできること

(1) 保健室ってなに?

中学校には保健室があります。保健室には養護教諭と呼ばれる先生がいます。養護教諭は子どもが学校で病気やけがをしたとき、応急処置をしてくれます。そして病院に行つた方がいいか、学校で授業が受けられるかを判断します。

養護教諭は医師ではありません。必要なときは必ず病院で診察を受けましょう。

(2) 迎えが必要なとき

養護教諭が「病院に行く必要がある」や「学校で授業を受けることができない」と判断したら、保護者に電話をします。できるだけ早く学校に迎えに行ってください。また子どもが病気やけがをしたときに、きちんと連絡が取れるよう、学校に連絡先を教えておきましょう。



4、保健室(hokenshitsu)可以做的事

(1) 保健室(hokenshitsu)是什么?

中学校里有保健室(hokenshitsu)。保健室(hokenshitsu)里保健老师(yougokyouyu)。如果孩子在学校里生病或受伤时，保健老师(yougokyouyu)会给孩子做一些应急处理。而且也会根据当时孩子的情况，判断是去医院、还是继续上课。

保健老师(yougokyouyu)不是医生。如果有必要，请一定去医院接受检查。

(2) 需要接孩子的时候

保健老师(yougokyouyu)做出「需要去医院」或「今天不能继续在学校上课」的判断后，学校会给家长打电话。请尽量早一点去接孩子。另外，当孩子生病或受伤时，为了能尽快地跟家长取得联系，请把自己的联系方式告诉学校。



からだ こころ せいちょう 体と心の成長

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 子どもの体と心の成長について

中学生の時期、子どもの体や心にはいろいろな変化が起ります。男の子は中学生から10代後半にかけて体が大きく成長します。女の子は小学校のあいだに、ある程度体は大きくなっていることが多いですが、まだまだ成長します。

また心にも変化が起きます。中学生になると思春期に入り、勉強、進路、友人関係、部活動、恋愛など、いろいろなことで子どもは悩みます。大人から見ると、小さい悩みに見えることもあるかもしれません。しかし毎日中学校に通い、そこで生活している子どもにとっては大きな悩みです。

子どもは自分の体や心に起こる変化に、戸惑い、悩むこともあるでしょう。保護者も子どもの変化に戸惑うこともあります。必要なときにはサポートし、子どもの成長を見守りましょう。

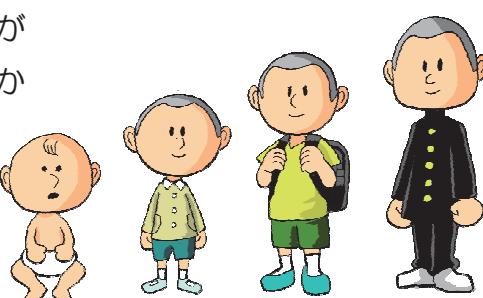
2. 体に合ったものを身につけよう

中学生は体の変化が起こる時期です。男の子は身長がかなり伸びことがあります。入学するときには少し大きめの制服を買うといいでしょう。女の子は身長の変化はあまりないかもしれません、脂肪がつき女性らしい体になってきます。男の子も女の子も、今着ている制服や体操服が合わなくなってきたら、成長に合わせて準備しましょう。きょうだいの服を使ったり、近所の先輩にもらったりする方法もあります。

3. 第二次性徴ってなに？

第二次性徴とは、子どもの体が大人の体になるための準備を始めることがあります。第二次性徴が始まると子どもの体にはいろいろな変化が起ります。個人差はありますが、中学生の年齢は、第二次性徴の時期にあたります。第二次性徴が起っている時期を思春期といいます。

第二次性徴が始まると、子どもは自分の体の変化に戸惑います。保護者のサポートを必要としているときも、恥ずかしくて自分から言い出しが出来ないかもしれません。そんなときは保護者から声をかけてあげてください。普段から子どもの様子をよく見てあげることが大切です。



身体和心理的发育成长

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、关于孩子的身体和心理的发育成长

中学生时期，孩子的身体和心理会发生各种各样的变化。男孩子从中学生开始到20岁之前身体会成长很快。女孩子一般在小学校期间，身体会成长很多，但是还会成长。

另外，心理也会发生变化。升入初中后孩子们会进入青春期，关于学习、毕业去向、朋友关系、社团活动、恋爱等，会有各种各样的烦恼。在大人看来也许是一些很小的烦恼。但是，对于每天上中学、在那里生活的孩子来说是极大的烦恼。

孩子有时会对自己的身体、心理的变化，感到困惑、感到烦恼。可能家长有时候也会对孩子的变化感到困惑。在必要的时候去帮助孩子，关心、守护孩子的成长。

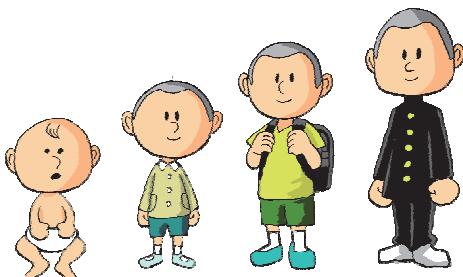
2、请给孩子选择适合孩子体型的衣物

中学生时期是身体发生变化的时期。男孩子身体会长高很多。在入学的时候买稍微大一些的校服(seifuku)比较好。女孩子的身体也许没有太大的变化，但身体会长脂肪，更接近女性的身体。男孩子也好女孩子也好，现在穿的校服(seifuku)、体操服如果不合适了，随着身体的成长请准备合适的衣物。也可以穿哥哥姐姐的，也可以穿邻居家大哥哥大姐姐给的。

3、第二次性征是什么？

第二次性征就是，孩子的身体开始向大人的身体发育的一个准备。第二次性征开始后，孩子的身体会发生各种各样的变化。一般中学生的年龄是第二次性征的时期，当然也有个人差别。出现第二次性征的时期被称为是青春期。

第二次性征开始后，孩子们会对自己的身体的变化感到困惑。即使需要家长的帮助，也会因为羞涩而难以开口。这个时候请家长们先问孩子。所以，平时多注意观察孩子的身体变化是非常重要的。



だいにじせいちょう からだ へんか ひつよう
★第二次性徴の体の変化と必要なサポート★

だんし 男子	じょし 女子
こえが 声変わり	にゅうぼう はったつ ※み 乳房の発達…ブラジャーを身につけさせる
ひげの発生…シェーバーの使い方を教える	しょちょう せいりょうひん つか かた おし 初潮…生理用品の使い方を教える
たいもう はっせい にほん き おんな こ おお 体毛の発生…日本では気にする女の子が多いため、女の子にはわき毛などの処理の仕方を おし 教える	おんな こ げ しょり しかた おんな こ げ しょり しかた 体臭の発生…制汗スプレーや制汗シートを用意する

※服の上からでも胸のふくらみがわかるようになったら、ブラジャーを身につけさせましょう。日本では人前に出る場合、ブラジャーを身につけます。制服や体操服の上から、自立ちにくいデザインや色のものを選びましょう。

4. 思春期の子どもたち

思春期の子どもは大変デリケートです。イライラして、保護者に対して反抗的な態度をとってしまう時期もあります（反抗期といいます）。少しわるいことに憧れることもあるかもしれません。異性に興味を持ち、誰かとお付き合いをすることもあるかもしれません。

子どもがモラルに反することをして人に迷惑をかけたり、法を犯しそうになったりしたら保護者は全力で止め、きちんと注意しなければいけません。しかし、ある程度の反抗的な態度は子どもの成長過程と思って、温かく見守りましょう。

子どものSOSサインを見逃さないで！

最近、中学生の自殺が増加しています。その自殺の原因の1つは「いじめ」です。いじめはあってはいけないのですが、実際まだまだ各地の中学校に存在します。

もし自分の子どもがいじめにあっていたら助けてあげてください。子どもは自分がいじめにあっていることを、なかなか親に言い出せません。普段から子どもの様子をよく見ることが大切です。子どもに次の変化があったら、声をかけ話を聞いてあげましょう。

- 学校や友達のことを話さなくなった
- 忘れ物が増えた
- 成績が下がる
- 学校に行きたがらない
- 体の不調が増えた
- けがが増える
- 物をなくしたり汚したりして帰ってくる

【困ったときは…】

※いじめ等の全国一律相談ダイヤル サイト（内閣府）：<http://www8.cao.go.jp/youth/soudan/>

5. 中学校のサポート

ほとんどの中学校で、保健体育の時間に第二次性徴や性についての授業があり、自分の体の変化について学ぶことが出来ます。ぜひ家でも話す機会を作ってあげてください。女の子は、もし学校で初潮がきた場合、保健室でサポートを受けることが出来ます。保健室には生理用品や下着が準備してあります。

また中学校には定期的にスクールカウンセラーが来ます。何か悩みがあったら、子どもに相談しに行かせましょう。保護者に話せないことでもカウンセラーには話せるということもあります。

★第二次性征时身体的变化和需要的帮助★

男孩	女孩
声音的变化	乳房的发育…让孩子穿文胸※
长胡须…教给孩子刮胡刀的使用方法	初月经…教给孩子生理用品的使用方法
长腋毛…在日本在意的女孩子很多，所以要教给女孩子剔除腋毛的方法	
出现体臭…准备消除汗味的喷雾或擦汗的湿纸	

※ 如果从衣服外边也能看到胸部的隆起，那么请让孩子穿文胸。在日本，跟别人见面的时候，一定要穿文胸。请选择穿校服(seifuku)、体操服的时候看不出来的款式和颜色的文胸。

4、青春期的孩子们

青春期的孩子们非常敏感。有时候会感到烦躁，面对家长会出现反抗的态度(叫叛逆期(hankouki))。有时也许会崇拜有点坏的事。对异性开始产生兴趣，也许会交男女朋友。

但孩子做了违反道德给别人造成了麻烦的事，有触犯法律的危险性的时候，家长们要全力阻止，严厉地警告。但是，出现一定程度的反抗，作为家长要理解这是孩子的成长过程，请温暖地守护。

请不要错过孩子的求助信号！

最近，中学生的自杀现象在增加。其中自杀的原因之一是「凌辱」。凌辱是不允许存在的，但是现实是它存在于各个地方的初中。

如果自己的孩子受到了凌辱，请救他。孩子很难将自己受凌辱的事告诉父母。所以平时多观察孩子的言止举行尤为重要。孩子有什么变化的话，请主动问孩子，听他倾诉。

- 不说学校或朋友的事了 • 经常忘东西 • 成绩下降了
- 不想去上学 • 经常身体不舒服 • 经常受伤
- 回来的时候丢了东西或弄得很脏

【感到困惑的时候…】

※凌辱等全国统一咨询电话 网页（内阁府）：<http://www8.cao.go.jp/youth/soudan/>

5、中学的帮助

很多中学在保健体育课的时候，有关于第二次性征和性的学习。可以学习关于自己身体变化的知识。希望在家里也能给孩子请创造可以说谈的机会。女孩子如果在学校里的时候，来了初月经，保健室会帮助她的。保健室有准备的生理用品和内衣。

另外，心理辅导员会定期来学校。如果有何烦恼的话，请让孩子去咨询。有时候，不能跟家长说的事，可以跟心理辅导员说。

よぼうせっしゅ 予防接種

1. なぜ予防接種を受けるの？

子どもは、免疫力が弱く、病気にかかりやすいです。予防接種を受けることで、重症化を予防できる病気があります。大切な子どもの命を守るために、予防接種を受けましょう。国籍や在留資格に関係なく受けることができます。

2. ワクチンのしくみ

予防接種に使う薬液のことを「ワクチン」といいます。ワクチンは、体のなかに人工的に免疫を作りだします。ワクチンによって、病気が重くなる危険を低くすることができます。ただ、その免疫は少し弱く、何回かの接種が必要な場合があります。

3. 予防接種の種類

予防接種には、定期接種と任意接種の2種類があります。

- ① 定期接種・・・国が決めて、受けるよう保護者に勧めている予防接種です。
予防できる病気：ジフテリア、百日咳、ポリオ、麻疹・風疹、日本脳炎、破傷風、結核、B型肝炎、子宮頸がんなど
- ② 任意接種・・・流行の時期にあわせて、受けるかどうか医師と相談して決めます。
予防できる病気：インフルエンザ、おたふくかぜ、水ぼうそう、口タウイルス、髄膜炎など

※副作用について

ワクチンを接種したあと、副作用が出ることがあります。接種する前に、効果と副作用のリスクを確認しましょう。心配なときは、医師によく相談しましょう。

4. 費用は？

- ①の定期接種は、決められた期間内であれば、おおよそ無料です。
- ②の任意接種は、ほとんどの場合、全額自己負担です。費用は安いものではありません。しかし、予防接種を受けなかったために、重い病気にかかり、重症化して後遺症が残ったり、時には命を落したりすることもあります。そのことを考えれば、予防接種はとても重要です。

预防接种

1、为什么要预防接种？

因为孩子免疫力还比较弱，容易生病。通过预防接种，可以预防一些疾病变严重。为了保护孩子的珍贵生命，请一定带孩子去预防接种。预防接种与国籍、在留资格没有关系，所有的孩子都可以接受预防接种。

2、疫苗的构成

预防接种用的液体药物叫「疫苗」(wakuchin)。疫苗(wakuchin)可以在人的身体里面形成人工的免疫系统，从而大大降低病情加重的危险性。但是，因为疫苗(wakuchin)的免疫效果会渐渐减弱，所以有时需要进行多次接种。

3、预防接种的种类

预防接种分为定期接种和任意接种两类。

① 定期接种 ··· 指由国家指定，建议家长为孩子接种的疫苗(wakuchin)。

可预防的疾病：白喉、百日咳、小儿麻痹、麻疹・风疹、日本脑炎、破伤风、结核、B型肝炎、子宫颈癌等

② 任意接种 ··· 指根据疾病的流行时期，咨询医生之后再决定是否需要接种的疫苗(wakuchin)。

可预防的疾病：流感、腮腺炎、水痘、轮状病毒症、脑膜炎等

※关于副作用

预防接种之后，有时候会出现副作用。在接种前，请确认其效果和副作用的危险性。担心的话，请向医生咨询。

4、关于费用

①的定期接种，如果是在规定期间内去接种的话，基本都是免费的。

②的任意接种，大多需要自己全额支付费用。而且费用并不便宜。但是，如果不接种的话，有可能会得重病，还有可能病情加重后留下后遗症，甚至危及生命。所以这么考虑的话，接种疫苗(wakuchin)还是非常重要的。

5. いつ受けれるの？

ワクチンは、子どもの月齢や年齢によって接種できる期間が決まっています。接種期間についてのお知らせが、自治体から来ます。その期間内に受けれるようスケジュールをたてましょう。期間外に受けれる場合、費用が高くなることがあります。

6. どこで受けれるの？

市が指定した保健所や保健センター、かかりつけの小児科などで受けれます。

市が指定したところの場合、住民登録された方のみ受けることができます。

7. 受ける前に

予診票を記入します。記入のしかたが分からぬときは、保健所や病院に相談しましょう。

8. もちもの

母子健康手帳、予診票（記入したもの）、予防接種手帳など。

母国での予防接種記録があれば、持参しましょう。

子どもの健康のために

9. かかりつけの小児科をみつけよう！

疑問や不安を気軽に相談できる、かかりつけの小児科をみつけましょう。また、予防接種だけでなく、子どものようすについて心配なことがあれば、医師に何でも相談しましょう。

10. 正しい情報を得よう！

予防接種を安心して受けるために、正しい情報を得ましょう。

「予防接種と子どもの健康」（財）予防接種リサーチセンター

<http://www.yoboseshu-rc.com/index.php?id=8>

「予防接種と子どもの健康」の本文を、外国語（英語、韓国語、中国語、ポルトガル語、タガログ語）で読むことができます。また、外国語の予診票も、ダウンロードして使えます。（お願い）ダウンロードするときは、利用規約をしっかり読んで守るようにしましょう。

先生方へ

日本生まれではない生徒は、母国で受けた予防接種の記録を持っている場合が多いです。国によって受ける予防接種の種類は違います。学校で必要であれば、保護者に聞いてみましょう。



5、什么时候接种呢？

疫苗(wakuchin)的接种时间是由您孩子的月龄或年龄来决定的。自治团体会通知您接种时间，请您计划好在接种期间内接受预防接种的具体日期。如果在接种期间外接种的话，费用可能会高一些。

6、在哪里接种呢？

预防接种的地点是市里指定的保健所或保健中心，或者是您经常去的儿科医院。市里指定的接种地点只限于有居民登录的人。

7、接种之前

请填写预诊表。如果不知道怎么填写，请向保健所或医院咨询。

8、需要带的东西

「母子健康手册」(boshikenkoutechou)、预诊表（已填写好的）、预防接种手册。如果有在自己的国家接受预防接种的记录的话，请务必带着。

为了孩子的健康

9、请找一个方便您常去的儿科医院！

请您找一个如果有疑问或担心时可以进行咨询，并且方便去的儿科医院。另外除了预防接种以外，当您对孩子的身体状况感到担心时，也可以随时向医生咨询。

10、请获取正确的信息！

为了能够放心地接种疫苗(wakuchin)，请您获取正确的信息。

「预防接种与孩子健康」 (财团) 预防接种研究中心

<http://www.yoboseshu-rc.com/index.php?id=8>

「预防接种与孩子健康」的内容可以用外语（英语、韩语、中文、葡萄牙语、菲律宾语）阅读。另外，还可以下载外语的预诊表。

（注意）希望您在下载的时候，认真阅读使用规则，并严格遵守。



かんせんしょう 感染症

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 感染症ってなに？

感染症とは、ウイルスや細菌が体の中に入つて起こる病気です。子どもは免疫力が十分でなく、急に病気の症状が出ることがあります。また、病気の進行も早いので、十分注意が必要です。また、感染のルートはさまざまです。せき・くしゃみによって広がったり、手や食べ物を通して感染したります。これらのルートをさえぎることが大切です。

2. 感染症にかかったら

感染症にかかったら、中学校へ行くことができなくなる場合があります。医師に中学校に行けるかどうか確認しましょう。

○ 中学校へ行けない場合 → 他の子どもへ感染しないと判断されるまでの期間、保護者が家などで看病します。

感染症が治つたら、病院で医師に「出席停止証明書」または「登校許可証」などの証明書を書いてもらって、学校に提出しましょう。証明書がなければ学校に行くことができません。どの証明書が必要か学校に確認しましょう。証明書の用紙は、病院においてあつたり、学校のホームページから印刷できたりします。用紙を準備して、病院に持って行きましょう。

○ 中学校へ行ける場合 → 行けるからといって油断は禁物です。感染症は人にうつる病気です。子どもの様子を十分に観察して、何か気になることがあれば、医師や中学校の先生に伝えましょう。

3. 感染症を予防しよう！

(1) こまめに手洗いをしよう

石けんを泡立てて、手のすみすみまで洗います。その後、水で洗い流します。

(2) マスクをつけよう

病気の子どもは、人にうつさないようにマスクをつけます。感染症がはやっている時期は、病気にかかるべくても、予防のためにマスクをつめましょう。

传染性疾病

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、什么是传染性疾病呢？

传染性疾病是病毒或者细菌进入人体内所引起的疾病。因为孩子的免疫能力较弱，所以有时会突然发病。而且，一旦被传染，病情恶化的速度也快，所以必须加强警惕。传染途径也是多种多样。可以通过咳嗽、打喷嚏传播，也可通过手或食物来传播。所以加强预防以上传染途径非常重要。

2、万一得了传染性疾病

万一孩子得了传染性疾病，有时候不能去上学。请向医生确认是否能上学。

○不能去上学的话→在确定不会传染给其他孩子之前，请家长在家里照顾孩子。

传染性疾病痊愈后，请医生开「停课证明书（shussekiteishishoumeisho）」或「上学许可证明（toukoukyokashou）」等证明书，然后交给学校。没有这样的证明书的话是不可以去上学的。具体需要什么样的证明书，请向学校确认。关于证明书的纸，有的医院有，有的需要从学校的网页上下载打印。准备好证明书的纸后，拿到医院去。

○能够去上学的话 → 虽然说可以去上学，但也千万不能掉以轻心。因为有可能会传染给其他孩子，所以要多注意观察孩子的身体状况，一旦发现有什么不对的时候，马上告诉医生或者中学校的老师。

3、预防传染性疾病！

(1) 勤洗手

先把香皂搓出泡，然后两只手互相搓洗，指缝处也要洗到，然后用水冲洗干净。

(2) 戴上口罩

特别是生病的孩子，为了不传染给其他的人要戴口罩。另外，在传染性疾病流行的时候，即使没有生病，为了预防戴上口罩比较好。

感染症

(3) おう吐物や大便に気をつけよう

おう吐物や大便には、ウイルスが含まれていることがあります。使い捨てのマスクやビニール手袋をつけて、できるだけ早く取り除きます。

(4) 清潔にしよう

床や壁やドアなど、こまめに水拭きします。必要に応じて消毒液を使って掃除します。こまめに窓を開けて部屋の空気を入れかえましょう。

(5) 予防接種を受けよう→(p. 121「予防接種」のページを見てください)

(6) 生活リズムをととのえよう

ふだんから食事、睡眠などを充分にとり、規則正しい生活をすることも大切です。
→(p. 139「生活習慣」のページを見てください)

4. 主な学校感染症

医師に学校感染症と診断された場合は、出席停止となります。学校で指定された書類を、医師に記入してもらう必要があります。

【第1種】特殊なもの

エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、鳥インフルエンザなど

【第2種】学校で多く見かける感染症で飛沫感染(唾液を介しての感染)するもの

インフルエンザ、百日咳、麻疹(はしか)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、風疹(三日ばしか)、水痘(水ぼうそう)、結核など

【第3種】それ以外のもので、学校で流行しやすいもの

腸管出血性大腸菌感染症(O-157)、流行性角結膜炎、手足口病
伝染性紅斑(りんご病)、伝染性膿痂疹(とびひ)など



(3) 注意呕吐物和粪便等

因呕吐物和粪便等中含有病毒，请使用一次性口罩以及一次性塑料手套，尽快清除干净。

(4) 保持卫生

地面、墙和门等等，均要经常用水擦拭。如果需要用消毒液擦拭。经常开窗给房间里换换空气。

(5) 接受预防接种 → (p. 122 请参考「预防接种」一页)

(6) 调整好生活规律

平时要按时吃饭，保证充足的睡眠，每天过有规律的生活也很重要。

→ (p. 140 请参考「生活习惯」一页)

4、主要的学校传染疾病 (gakkoukansenshou)

被医生诊断为学校传染疾病 (gakkoukansenshou) 的话，将停课修养。需要让医生填写学校指定的资料。

【第1种】特殊的传染疾病

埃博拉出血热、克里米亚-刚果出血热、禽流感等

【第2种】在学校经常见的传染性疾病，飞沫传染（通过唾液传染）的疾病

流感、百日咳、麻疹（疹）、流行性耳下腺炎（腮腺炎）、风疹（三日疹）、水痘、结核等

【第3种】以上以外的、在学校容易流行的传染性疾病

肠出血性大肠杆菌（O-157）、流行性角膜结膜炎、手足口病、传染性红斑、传染性脓疱病等



けんこうしんだん 健康診断

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。



がつ

にち

()

けんこうしんだん

健康診断をします。

1. 健康診断ってなに？

健康診断では、子どもたちの体の発育のようすや、栄養状態を確認します。専門の医師が中学校に来て、健康診断をします。

2. なにをするの？

		どんな検査なの？
	① 体重測定	検査は上下体操服・裸足で行う学校が多いです。子どもの体重・身長を正確に測定するためです。宗教上の理由で、異性の前で着替えることができない場合や、半袖・半ズボンの体操服を着ることができない場合は、事前に先生に相談しましょう。
	② 身長測定	医師が、子どもの胸や背中に聴診器を当てて、心臓の音を聞きます。こちらも体操服で行うことが多いです。また、目やのど、鼻の中を見ることもあります。
	③ 内診、触診	スプーンのような道具で片目を隠し、もう一方の目で検査用の記号や絵を見ます。検査用の記号や絵はいろいろな大きさ・形があります。子どもたちは、自分が見えたものが何かを答えます。
	④ 視力検査	いろいろな音を聞いて、子どもの反応があるかないかで、聞こえているかどうかを判断します。
	⑤ 聴力検査	歯医者が、子どもの口の中を見ます。おもに、歯や歯ぐきの状態（歯をしっかりみがいているか、歯並びはどうか、かみ合わせはどうかなど）を見ます。
	⑥ 歯科健診	上半身のレントゲンを撮って、心臓や肺、横隔膜などに異常がないか見ます。子どもは体操服やキャミソール、タンクトップなどを着ます。撮影の時、上半身にボタンやホックなどのプラスチック類、金属類を身に着けていると撮影ができません。女子はブラジャーを外して撮影します。※レントゲンでは放射線を使用しますが、特に体に影響が出る量ではありません。それでも心配なときは先生に相談しましょう。
	⑦ 胸部X線検査(レントゲン)	

健康检查

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。



_____月_____日（星期_____）进行健康检查。

1、健康检查是什么？

通过健康检查可以确认孩子的身体发育状况以及营养状态。会有专业医生来学校，给孩子们做健康检查。

2、做什么呢？

		是什么样的检查？
	①测量体重	在检查的时候，很多学校都是穿上下身体操服，裸脚。这是为了正确地测量。如果因宗教信仰不能在异性面前换衣服，或不能穿半袖・短裤的体操服的话，请事先找老师商量。
	②测量身高	
	③内科、触诊	医生将听诊器放在孩子的胸部及后背，听心脏的声音。这个检查的时候也穿体操服。另外，也会看一下眼睛、嗓子、鼻孔里。
	④视力检查	视力检查时，用一个像勺子一样的工具挡住一只眼睛，用另一只眼睛看检查视力用的符号或图片。视力检查所用的符号、图片有不同的大小和形状，孩子们要告诉医生自己看到的东西是什么。
	⑤听力检查	让孩子听各种各样的声音，根据孩子的反应来判断是否能听见。
	⑥牙科检查	牙科医生给孩子看嘴里面。主要是看牙齿、牙龈的状态（有没有好好刷牙、牙齿的排列状态、咬合状态等）。
	⑦胸部X光检查	给上半身照一张X光，看心脏、肺、隔膜等是否有异常。孩子穿体操服或吊带、背心。在照的时候，上半身有扣子、挂钩等的塑料制品、金属类的话就不能照。女孩子的话要脱掉内衣照。 ※X光摄影用放射线，但用量很少，不会对身体有影响。 如果还是担心的话，请找老师商量。

3. 健康診断は受けないといけないの？

からう う 必ず受けさせてください。中学校に通う子どもたちは、少なくとも1年間に1回、健康診断を受けることになっています。また、健康診断の内容や方法は決められています。

からだ くち なか ひと み 体や口の中を人に見せることに抵抗を感じる子どももいるかもしれません。でも、安心してください。専門の医師が、正しい方法で検査します。子どもの健康と成長のために、健康診断を受けさせてあげてくださいね。

4. 健康診断で救える命

がっこう けんこうしんだん しあわせ いのち 学校での健康診断をきっかけに、心臓に穴が開いていることや腎臓の病気が発見されたり、脊椎の異常や難聴が診断されたりした例があります。また、身体測定の記録から、低身長であることが分かったこともあります。

こども おお びょうき な ばあい 子どもでも、大きな病気で亡くなる場合があります。健康診断で病気の前兆が見つかることもあります。学校の健康診断は無料で受けることができます。きちんと受けさせましょう。



5. 健康診断が終わったら…

がっこう けんこうしんだん けっか き こ がっこう ひょういん い 健康診断の結果が気になる子どもには、学校から病院に行くことをすすめられます。病院に行った結果を、もう一度学校に報告します。病気ではないけれど、ダイエットのしすぎや生活習慣の乱れなどにより、標準体重から外れている場合は、生活習慣を見直す必要があります。保護者は子どもの成長をサポートしましょう。



先生方へ

海外では、学校で健康診断を行わないところも多いです。その場合、希望する保護者が個人的に病院で受けます。そのため日本の健康診断において、意味も分からずに子どもがいろいろ体を触られたり、調べられたりすることを不安に思う保護者もいます。また、胸部X線検査を「被ばく」という解釈から拒否する保護者もいます。事前に目的や検査内容など詳細を説明すると安心するでしょう。

3、必须接受健康检查吗？

必须接受。上中学的孩子，规定至少一年要接受一次健康检查。而且，健康检查的内容和方法也是有规定的。

有的孩子可能会对别人看自己的身体或嘴里面，有抵抗。但是，请大家放心。因为健康检查是由专门的医生用正确的方法进行检查。为了孩子的身体健康和健康成长，请让孩子接受健康检查。

4、健康检查可以拯救生命

以前有过这样的例子，通过学校的健康检查发现了心脏有孔、肾脏的病、脊椎的异常、听力障碍等疾病。而且，通过身体测量的记录，可以发现身高偏低的问题。

即使孩子，也会因为生大病而死亡。健康检查有时能发现疾病的前兆。学校的健康检查是免费的。请一定按时接受检查。



5、健康检查结束后…

健康检查的结果有担心的孩子，学校会推荐去医院。

去医院后的检查结果，要告诉学校。有时不是疾病，由于减肥或生活习惯的不规则，引起体重不达标的话，就需要注意生活习惯。家长要关心帮助孩子的成长。



えいせいかんり 衛生管理



分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. 衛生管理ってなに？

衛生管理とは「子どもが常に健康、清潔でいられるように、保護者が気をつけておきましょう」ということです。子どもが清潔でいることは子どもの成長に大切なだけでなく、中学校で集団生活を送る子どもの人間関係にも、とても大切なことです。

2. 清潔にしよう！

	★なにに気をつけたらいいの？	★なぜ必要なの？
1	ハンカチ、ティッシュを 持とう！	ハンカチ、ティッシュを持っていないと、手を洗った後に服で手を拭いたり、手や服で鼻を拭いたりします。ばい菌が増え、病気になるかもしれません。また、持ち歩くハンカチは毎日洗いましょう。
2	爪を定期的に切ろう！	手と足の爪を定期的に切るようにしましょう。爪が長いと、汚れやばい菌がたまってしまいます。手のひらから見て、爪の先が見えない長さがいいでしょう。ただし、切りすぎないように気をつけましょう。
3	歯をみがこう！	食事のあとは歯をみがきましょう。みがかない虫歯になってしまいます。口からおいがしてくることもあります。
4	毎日お風呂に入ろう！	子どもはたくさん汗をかきます。毎日お風呂に入って、体の汚れを流し、頭を洗いましょう。毎日お風呂に入らないと、おいがしてくることがあります。特に運動部に所属している中学生は、部活動中に汗をいっぱいかいています。気をつけましょう。
5	手洗い・うがいをしよう！	石けんを使って手を洗いましょう。外から室内に入ったらうがいをしましょう。ばい菌を落とし、風邪を予防しましょう。
6	マスクをつけよう！	咳やくしゃみが出るときはマスクをつけましょう。マスクをつけていないと、咳やくしゃみをしたときに、ウイルスが他の人に付いてしまうかもしれません。またマスクを持っていないときはハンカチやティッシュで口を覆いましょう。

卫生管理



如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、卫生管理是什么？

卫生管理就是，「为了让孩子们时刻保持健康、清洁，请家长们多费心多注意」的意思。让孩子保持清洁，不仅对孩子的成长很重要，对生活在中学校这样一个集体里的孩子的人际关系也是十分重要的。

2、保持清洁！

	★要注意些什么呢？	★为什么需要呢？
1	带上手帕、纸巾！	如果没有带手帕、纸巾的话，洗完手后可能会用衣服擦手，也有可能用手・衣服擦鼻涕。这样的话，很容易增加细菌而生病。 另外，每天都要清洗手帕。
2	定期剪指甲！	手脚的指甲要定期剪。指甲长了的话，很容易藏脏污和细菌。 从手心看去，看不到指甲前端的长度比较好。但是，注意也不要剪得太短了。
3	勤刷牙！	吃饭后要刷牙。不刷牙的话容易长虫牙。而且，有时候不刷牙的话嘴里会有异味。
4	每天要洗澡！	孩子很容易出汗。所以每天要让孩子洗澡，将身上的脏洗掉，也要洗头。如果不每天洗澡的话，有时候可能会有异味。 特别是运动社团的中学生，运动时会出很多汗。要特别注意。
5	勤洗手・勤漱口！	请使用香皂或洗手液洗手。从外面回来后要漱口。冲洗掉细菌，可以预防感冒。
6	带上口罩！	咳嗽或打喷嚏的时候要带口罩。不戴口罩的话，咳嗽或打喷嚏的时候，病毒有可能会传染给别人。 如果没有带口罩的话，请用手帕或纸巾捂住嘴。

7	かお あら 顔を洗おう！	あさ お かお あら よこ め お 朝起きたら顔を洗って、汚れや目やにを落としましょ う。朝、顔を洗うと目が覚めます。
8	したぎ き 下着を着よう！	せいふく した 制服の下にシャツやタンクトップなどの下着を着まし ょう。下着が汗を吸収してくれます。 くつした はだし くつ また靴下もはきましょう。裸足で靴をはくと、足がに おってくることがあります。

3. 頭髪・服装検査ってなに？

ちゅうがっこう ていきてき とうはつ ふくそうけんさ
中学校には定期的に頭髪・服装検査があります。子どもが制服を正しく着ているか、清潔な
かみがた こうそく の きかた かみがた いはん
髪形をしているかをチェックされます。校則に載っている着方や髪型をしていないと、違反と
かんが ちゅうい 考えられて注意されることがあります。

○頭髪・服装検査でチェックされること○

とうはつ 頭髪	だんじょきょうつう 男女共通	<ul style="list-style-type: none"> まえがみ まゆげ なが 前髪は眉毛にかかる長さか。 だつしょく せんばつ そ 脱色、染髪、剃りこみ、パーマなどをしていないか。 <p>※子どもの髪の色が、生まれつき茶色や金色の場合、入学のときに先生につた 伝えておくといいでしよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ワックス、ヘアスプレー、ムースなどを使っていないか。
		<ul style="list-style-type: none"> よこがみ みみ なが 横髪は耳にかかる長さか。 うし かみ えり なが 後ろ髪は襟にかかる長さか。
		<ul style="list-style-type: none"> かみ かた むす 髪が肩にかかるときはヘアゴムで結んでいるか。 いろ くろ こん ちや つか ヘアゴムの色は黒か紺か茶。カラフルなものを使っていないか。 ひつよう 必要のないヘアアクセサリーをつけていないか。
ふくそう 服装	だんじょきょうつう 男女共通	<ul style="list-style-type: none"> なふだ 名札をきちんとついているか。
	だんじ 男子	<ul style="list-style-type: none"> せいふく ぱあい ネクタイ（ブレザーの制服の場合）、ボタンをきちんとついているか。
	じょし 女子	<ul style="list-style-type: none"> せいふく 制服のリボンをきちんとついているか。 みじか スカートが短くないか。
た その他	だんじょきょうつう 男女共通	<ul style="list-style-type: none"> つめ 爪をきちんと切っているか。 み つ ピアスやアクセサリーを身に着けていないか。 まゆげ ととの 眉毛を整えていないか。
	じょし 女子	<ul style="list-style-type: none"> マニキュアをしていないか。



7	要洗脸！	早上起床后要洗脸。洗掉脏污和眼屎。而且，早上洗脸的话，还可以让自己清醒。
8	要穿贴身衣服！	请在校服里面穿一件贴身的衣服。贴身衣服会吸收到的汗。 还有，要穿袜子。如果光脚穿鞋的话，脚会发臭。

3、头发・服装检查(touhatsu・fukusoukensa)是什么？

中学定期有头发・服装检查(touhatsu・fukusoukensa)。学校会检查孩子有没有把校服(seifuku)穿好、头发是否整洁。如果没有按照学校的校规上写的穿法或头型，就会被认为违反校规，会被警告的。

○头发・服装检查(touhatsu・fukusoukensa)要检查的地方○

头发	男女共通	<ul style="list-style-type: none"> 前面的头发长度没有超过眉毛吧？ 没有脱色、染发、剔花形、烫发等吧？ ※如果生来就是咖啡色或金黄色的头发的话，入学的时候请跟老师说明一下比较好。 <ul style="list-style-type: none"> 没有使用发蜡、发胶、摩丝吧？
	男生	<ul style="list-style-type: none"> 两边头发的长度没有超过耳朵吧？ 后面头发的长度没有超过衣领吧？
	女生	<ul style="list-style-type: none"> 头发长度超过肩膀的话用皮筋扎起来了吗？ 皮筋和发卡是黑色或黑蓝色或咖啡色。没有使用颜色鲜艳的吧？ 没有使用头发装饰品吧？
服装	男女共通	<ul style="list-style-type: none"> 姓名卡戴好了吗？
	男生	<ul style="list-style-type: none"> 领带（轻便西装式校服的话）、扣子系好、扣好了吗？
	女生	<ul style="list-style-type: none"> 校服的蝴蝶结系好了吗？ 裙子不短吧？
其他	男女共通	<ul style="list-style-type: none"> 指甲剪了吗？ 没有戴耳环或首饰吧？ 眉毛整齐吗？
	女生	<ul style="list-style-type: none"> 没有涂指甲油吧？



4. 家庭で気をつけること

保護者が協力しないと子どもの清潔を保つことはできません。家庭でも特に以下のこと気につけましょう。

① 洗濯

子どもはたくさん汗をかきます。夏の制服、下着、体操服、ジャージはきちんと洗濯しましょう。また給食当番の週は金曜日に給食エプロンを持って帰ってきます。洗濯をしてアイロンをかけてから、月曜日に中学校に持っていくようにしましょう。忘れたり洗濯をしていなかったりすると、次の当番の子どもに迷惑がかかってしまいます。

② 洗い物

給食で使ったはしや学校に持っていた水筒は毎日しっかり洗いましょう。洗わないと、ばい菌が増えたものに口をつけることになってしまいます（外すことができるパートは、ばい菌が繁殖しやすいので、外して洗いましょう）。

③ お風呂

毎日お風呂に入るようになります。子どもは汗をたくさんかきます。体の汚れを流し、頭を洗いましょう。湯船につからなくても、シャワーを浴びたり、濡れタオルで体を拭いたりするだけでも大丈夫です。

お風呂に入らないと、子どもからにおいがしてくることがあります。だからといって子どもに香水など香りのあるものをつけることはやめましょう。日本の子どもは香水をつける習慣はありません。中学校に香水をつけていくと、それがいい香りでも「くさい」と言われてしまうかもしれません。また中学校では香水を禁止しています。

国によって、毎日お風呂に入る習慣のない国もあるかもしれません。しかし日本の気候は、気温も湿度も高く、汗をかきやすいです。毎日汚れや汗をきちんと落としましょう。



4、在家里需要注意的事

没有家长的帮助，孩子们就不能保持清洁。在家里，特别需要注意以下几点。

① 洗衣服

孩子会出很多汗。夏天的校服、内衣、体操服、运动服要洗干净。还有，校餐值日周的时候，星期五把校餐围裙带回家。洗好后用熨斗熨烫好，星期一再带到学校。如果忘记或没有洗，会给下一个值日的同学带来麻烦与不便。

② 需要洗的东西

校餐时用的筷子和带到学校的水壶，要每天洗。不洗的话，附有很多细菌的东西，将会接触到孩子的嘴（能取下的零件容易藏细菌，取下来好好洗）。

③ 洗澡

每天都要洗澡。孩子很容易出汗。所以每天都要洗头、洗身体。每天不泡澡也可以，洗淋浴或用湿毛巾擦拭身体也可以。

如果不洗澡的话，孩子身上可能会有异味。当然也不能因为有异味，而给孩子身上喷香水。日本的孩子没有使用香水的习惯，所以如果去学校的时候身上喷香水，即使是香味，也有可能被同学说「很臭」。而且，中学校禁止用香水。

可能有的国家没有每天洗澡的习惯。但是日本的气候是，高气温高湿度，特别容易出汗。所以请每天给孩子洗澡，保持身体的清洁卫生。



せいかつしゅうかん

生活習慣



分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

子どもが毎日を元気に過ごすために、生活リズムをととのえましょう。子どもが明るく元気に過ごすには、運動、バランスの良い食事、十分な睡眠が必要です。特に早寝・早起き・朝ごはんは、子どもの成長にとても大切です。

また、中学生は友人関係も広がり、行動範囲も広がります。思春期に入り、わるいことに憧れたり、大人っぽいことをしてみたくなったりする子どももいるでしょう。わるい大人に声をかけられる可能性もあります。保護者は、子どもがわるいことや危ないことに巻き込まれそうなときは、全力で守りましょう。そしてできるだけ子どもが危ないことに巻き込まれないように、予防しましょう。

中学生は、体は大きくなっていますが、心はまだまだ子どもです。ふだんからたくさんコミュニケーションをとりましょう。

1. 中学生の健康的な1日

あさ 朝	<ul style="list-style-type: none"> • 早起きをしましょ。 • 朝ご飯を食べましょ。 	<p>→登校するギリギリの時間ではなく余裕をもって起きましょ。朝日を浴びると、体内時計がリセットされますよ。</p> <p>→朝ご飯は午前中に活動するためのエネルギーとなります。朝ご飯を食べないと、午前中ぼんやりしたり、眠くなったりします。また食事のバランスが崩れ、肥満につながることがあります。</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • しっかり授業を受けましょ。 • 給食をしっかり食べましょ。 • 体を動かしましょ。 	<p>→中学校の勉強は小学校より専門的になっています。ぼんやりしていると、すぐにわからなくなってしまいます。わからないことがあつたら積極的に先生に質問しましょう。</p> <p>→給食は栄養バランスを考えて作られています。アレルギーや宗教的な制限がない限り、できるだけ好き嫌いせず食べましょ。</p> <p>→子どもの成長には適度な運動が必要です。体育や部活動の時間にしっかり体を動かしましょ。</p>
ひる 昼	<ul style="list-style-type: none"> • 夜ご飯を食べましょ。 	<p>→バランスよく食べましょ。食べ過ぎにも注意です。あまり時間が遅くならないようにしましょ。</p>
よる 夜		

生活习惯



如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

为了让孩子们每天都过得健康快乐，需要调整好孩子的生活规律。孩子要健康快乐地度过每一天，运动、营养均衡的饮食以及充足的睡眠是非常重要的。特别是**早睡·早起·早饭**，对孩子的成长至关重要。家长的生活规律直接影响着孩子的生活规律。各位家长们，请和孩子一起过有规律健康的生活吧。

而且，中学生的交友关系、活动范围都变广了。进入青春期的中学生，有的孩子憧憬不好的事、做什么事想学着大人样子去做。也有可能遇到坏的人。作为家长，当孩子想要做什么不好的事或遇到什么危险的时候，要全力去帮助保护孩子。另外，要尽量预防不让孩子遇到危险。

中学生虽然身体长大了，但是心理还是小孩子。平时要多跟孩子交流。

1、中学生的健康的 1 天

早晨	<ul style="list-style-type: none"> • 早点起床。 • 吃早饭。 	<p>→要早点起床，不要等到上学的时间了再起床。吸收早上的阳光可以让体内的生物钟复原。</p> <p>→早饭是上午活动的能量。如果不吃早饭的话，上午会迷迷糊糊、容易打瞌睡。而且，饮食不规律的话，还会引起肥胖。</p>
中午	<ul style="list-style-type: none"> • 好好地上课。 • 好好地吃校餐。 • 活动身体。 	<p>→初中的学习比小学更专业。如果迷迷糊糊的话，就很容易听不懂、跟不上。有不明白的地方的话，要积极地问老师。</p> <p>→校餐的营养搭配很平衡。如果没有食物过敏或宗教等的限制的话，请尽量不要挑食，好好吃饭。</p> <p>→孩子的成长需要适当的运动。体育课或社团活动的时候，要好好地活动身体。</p>
晚上	<ul style="list-style-type: none"> • 吃晚饭。 	<p>→吃饭要营养平衡。注意不要吃太多。也不要吃得太晚。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> 宿題をしましょう。 お風呂に入りましょう。 早く寝ましょう。 	<p>→中学校は小学校より宿題がたくさん出ます。宿題をする習慣を子どもに身につけさせましょう。</p> <p>→中学生の子どもは体育や部活動で汗をかいています。汚れを落とし頭を洗いましょう。</p> <p>→体も脳も寝ている間に成長します。寝のが遅くなり睡眠時間が短くなると、子どもの学力に影響したり、子どもがイライラしたりします。夜更かしせず早く寝るようにしましょう。夜遅くまで携帯やスマートフォンを使っている子どもが増えています。親子で使い方のルールを決めて、夜遅い時間に使わないようにしましょう。中学生の理想的な睡眠時間は7~8時間です。テスト勉強のときや受験前も6時間は眠るようにしましょう。</p>
--	--	--

2. 中学生の携帯電話・スマートフォン

最近は携帯電話やスマートフォンを持つ中学生も増えてきました。忙しい保護者にとって、携帯電話やスマートフォンを子どもに持たせることは、子どもとの連絡を取るためにとても便利な手段です。しかし便利である一方、携帯電話・スマートフォンを子どもに持たせることは、とても危険なこともあります。保護者と子どもで、どのように使うのか、ルールを決めて約束することが、とても大切なことです。フィルタリングサービスを使うのもいいですね。

○ルールの例○※子どもの年齢によって増やしたり、減らしたりしてもいいですね。

- 自分の電話番号やメールアドレスをむやみに教えない。
- 誰かに電話番号やメールアドレスを教えたら、誰に教えたか保護者に伝える。
- 夜9時以降は携帯電話やスマートフォンをさわらない。
- 食事中・勉強中は携帯電話やスマートフォンをさわらない。
- 携帯電話やスマートフォンは自分の部屋に持ち込みます、居間で使い、保管する。
- 必要のないサイトにアクセスしない。
- おかしなメール、知らない相手からのメールは保護者に見せる。
- 有料サイトの利用は保護者に相談して、許可を取る。
- 人の悪口は絶対に書き込まない。



	<ul style="list-style-type: none"> • 做作业。 • 洗澡。 • 早点睡觉。 	<p>→初中跟小学比起来，作业比较多。让孩子养成做作业的好习惯。</p> <p>→中学生的孩子，因上体育课或参加社团活动，会出很多汗。把脏洗干净并洗头。</p> <p>→不管是身体还是大脑，都是在睡觉的时候发育。如果睡得很晚或睡眠时间很短的话，就会影响孩子的学习能力，孩子也会感到急躁。不要熬夜早点睡觉。最近，晚上使用手机、智能手机到很晚的孩子很多。家长要和孩子一起制定使用约定，晚上不要用到很晚。中学生的理想睡眠时间是7~8个小时。考试之前的复习的时候或高考之前的复习的时候，也要保证睡6个小时。</p>
--	--	---

2、中学生的手机・智能手机

最近，使用手机或智能手机的中学生越来越多。对于工作繁忙的家长来说，让孩子带着手机，想跟孩子联系的时候很方便。但是，方便的同时也存在危险性。家长跟孩子一起考虑怎样去使用、制定使用约定，并遵守是非常重要的。使用网页过滤服务软件也是不错的选择。

○使用约定的例子○※根据孩子的年龄可以适当地增加或减少。

- 不要随便告诉别人自己的电话号码和邮箱地址。
- 如果告诉了别人自己的电话号码或邮箱地址的话，请告诉家长对方是谁。
- 晚上9点以后不碰手机或智能手机。
- 吃饭时间・学习时间不碰手机或智能手机。
- 手机或智能手机不拿到自己的房间，在客厅使用、保管。
- 不去打开没必要的网页。
- 受到奇怪的邮件或陌生人的邮件时，要让家长看。
- 关于收费的网页的使用，要跟家长商量，得到许可才可以用。
- 绝对不写别人的坏话。



生活習慣

<SNS の危険性>

中学生の間で携帯電話・スマートフォンを使った SNS (Social Network Service ex. LINE、Facebook など) の利用が増えています。親子や友だち同士のコミュニケーションのために使うだけなら問題ありませんが、最近では SNS を使ったいじめ、いつのまにか知らない大人と連絡を取り合っているうちに巻き込まれる事件、許可のない人の写真の転載やアップなど、さまざまな問題が起きています。

保護者と子どもで携帯・スマートフォンを使うルールをきちんと決めて、いじめや事件に巻き込まれないようにすることが大切です。普段から、携帯やスマートフォンについて積極的に話し合いましょう。

<フィルタリングサービスの活用>

携帯電話・スマートフォンについている「フィルタリング」を知っていますか？フィルタリングとは「携帯電話を使う人が 18歳未満のとき、使えるサイトやアプリを制限して、有害な情報に触れないようにする」ためのサービスです。保護者と子どもで「どのような制限を付けるか」について話し合いましょう。

サービスの利用方法がわからないときは、インターネットで調べたり、携帯電話ショップに行って聞いてみたりしましょう。

3. 中学生が出会うかもしれない危険

中学生は行動範囲も広がり、人間関係も広がります。素行のよくない人と知り合う可能性もあります。以下のものは校則や法律で禁止されています。たとえ知り合いから勧められても絶対に断らなくてはいけません。普段から保護者と子どもでこれらの危険性について話し合いましょう。

<法律で禁止されていること>※法律で罰せられることがあります。

喫煙 	日本では、喫煙が認められるのは 20 才からです。20 才未満の喫煙は違法です。喫煙の習慣は、がんが発生するリスクを高めます。まだ体が発達しきっていないときに喫煙すると、体は発がん性物質を積極的に体内に取り込もうとします。また、若いときからの喫煙は体の成長を止め、免疫力を低下させます。さらに、タバコには依存性物質が含まれているため、一度喫煙の習慣がついてしまうとなかなかやめことができません。
飲酒 	日本では、飲酒が認められるのは 20 才からです。20 才未満の飲酒は違法です。まだ体が発達しきっていないときに飲酒すると、早いうちに脳の萎縮が始まる可能性があります。また臓器不全やアルコール依存症になるリスクが高くなります。未成年が急に飲酒をすると、急性アルコール中毒になる可能性があります。
万引き 	万引きは犯罪です。警察に捕まります。

<SNS 的危险性>

中学生之间通过手机、智能手机使用 SNS (Social Network Service ex. LINE、Facebook 等) 的人越来越多。亲子之间、朋友之间用来交流的话是没有问题的，但是最近使用 SNS 发生很多问题，比如凌辱别人、不知不觉得跟陌生的大人联系时被卷入案件、擅自上传别人的照片等。

家长和孩子一起制定手机、智能手机的使用约定，重要的是防止被卷入凌辱、案件。平时关于手机、智能手机的使用要积极地跟孩子交流。

<有效使用网页过滤服务软件>

您知道关于手机、智能手机的「网页过滤」吗？网页过滤就是「使用手机的人不满 18 周岁的话，对其使用的网页和 App 进行限制，使其不接触到有害信息」的一种服务软件。家长和孩子一起商量「做什么样的限制」。

如果对软件的使用方法不太明白的话，可以从网上查，也可以去手机店去咨询。

3、中学生可能会遇到的危险

中学生的活动范围和交友范围都扩大了。也有可能会接触到品行不好的人。以下的事项是法律或校规禁止的事。即使是被认识的人劝诱也一定要拒绝。平时家长就要和孩子一起关于这样的危险性进行交流。

<法律禁止的事>※根据情况会受到法律的处罚。

吸烟 	<p>在日本，规定从 20 周岁开始可以吸烟。不满 20 周岁吸烟是违法行为。吸烟的习惯，会提高癌症的发生率。在身体还没有完全发育好时吸烟的话，身体会积极地吸收致癌性物质。而且，年轻时开始吸烟的话，会阻止身体的成长、降低免疫力。除此之外，烟里面含有依存性物质，一旦有了吸烟的习惯，就很难戒掉。</p>
饮酒 	<p>在日本，规定从 20 周岁开始可以饮酒。不满 20 周岁饮酒是违法行为。在身体还没有完全发育好时饮酒的话，有可能会造成大脑提前开始萎缩。而且还会提高内脏器官衰竭、酒精中毒的危险性。未成年人突然饮酒的话，有可能会造成急性酒精中毒。</p>
扒窃 	<p>扒窃是犯罪。会被警察抓的。</p>

生活習慣

 <p>薬物</p>	<p>日本では、薬物の使用・所持・売買が禁止されています。薬物を使用・所持・売買すると警察に捕まってしまいます。薬物とは覚せい剤・大麻・コカイン・危険ドラッグ・シンナーなどのことです。薬物を使用すると体に重大なダメージを負います。脳が委縮し、幻覚、妄想、錯乱などを起こし、犯罪を起こしてしまう可能性があります。臓器や眼にも影響があり、臓器不全や失明を起こすこともあります。また、強い依存性があり、使うたびに体の中に耐性ができるため、どんどん使用量を増やすことになります。</p> <p>薬物は犯罪組織とつながっていることがあります。決して軽い気持ちで関わってはいけません。</p>
--	--

*シンナーは薬物として使用すると違法になります。

<校則で禁止されていること>

<p>タトゥー</p>	<p>海外では、オシャレや文化として認められていることが多いですが、日本ではまだ受け入れられていない文化です。タトゥーをしていると、公共のプールや温泉施設などに入れません。</p>
<p>映画館 カラオケ ゲームセンター 漫画喫茶など への出入り</p>	<p>カラオケやゲームセンター、漫画喫茶などは、いろいろな人が来ています。酔っぱらった大人や、素行のわるい人たちが出入りしている可能性もあります。そういう場所に子どもだけで行くと、見知らぬ大人や素行のわるい人たちと知り合ったり、絡まれたりする可能性があります。行くときは保護者と一緒に行きましょう。また午後6時以降は、保護者同伴でも行くことはできません。</p>
<p>子どもだけ での宿泊</p>	<p>宿泊をする時は保護者と一緒に泊まりましょう。子どもだけで友だちの家へ泊まるることはやめましょう。友だちが泊まりに行ったり来たりすると、夜に子どもだけでどこかへ遊びに行ったり、危ない遊びをしたりしてしまう可能性があります。</p>

「愛知県青少年保護育成条例」の紹介

愛知県では18才未満の子どもを守るために条例を定めています。守らないと警察に捕まることがあります。内容の一部を簡単に紹介します。

1. 子どもに「性的」「暴力的」なもの、「犯罪を誘発する恐れがある」ものを見せたり聞かせたり渡したりしてはならない。
2. 子どもに性的な行為をしてはならない。
3. 子どもに入れ墨をしたり、させたりしてはいけない。
4. 子どもが悪いことをするための場所を、提供してはいけない。
5. 子どもに、刃物など人に危害を与える可能性があるものを持たせてはならない。
6. 子どもを深夜（午後11時～翌日日の出）の間、外出させてはならない。
7. 子どもを性的な接客業や仕事に勧誘してはいけない。
8. リサイクルショップは、保護者の許可なしに子どもから物品を買い取ってはならない。

毒品 	<p>在日本，禁止使用、携带、买卖任何毒品。如果使用、携带、买卖毒品的话，会被警察抓起来。毒品是指兴奋剂、大麻、可卡因、危险性精神药、※稀释剂等。使用毒品会给身体造成很大的损伤。会引起大脑萎缩、幻觉、妄想、错乱等，且有可能导致犯罪。还会影响到内脏器官和眼睛，使内脏器官衰竭、眼睛失明。除此之外，毒品有很强的依赖性，并且每次使用会在身体里形成抗性，致使使用量会越来越大。</p> <p>毒品都是跟犯罪组织有关系的。绝对不要随随便便的心情去接触。</p>
--	---

※稀释剂作为毒品使用是违法的。

<校规禁止的事>

纹身	<p>在外国，有很多地方将纹身作为时尚或一种文化而被接受。但在日本还是一种不能被接受的文化。在日本如果有纹身的话，就不能使用公共的游泳池、温泉设施等。</p>
电影院 卡拉OK 游戏厅 漫画茶吧等 的出入	<p>卡拉OK、游戏厅、漫画茶吧等地方，有各种各样的人出入。喝醉酒的大人、品行不好的人也有可能来这些地方。如果只有孩子自己去的话，就有可能认识到、接触到陌生的大人、品行不好的人。如果想去的话，请和家长一起去。另外，下午6点以后，即使有家长陪同也不可以去。</p>
孩子自己外 出住宿	<p>外出住宿的话，一定要和家长一起。请不要让孩子独自去朋友家住宿。因为朋友们在一起住的话，有可能晚上一起去哪里玩，也有可能去玩一些有危险性的游戏。</p>

「爱知县青少年保护培养条例」的介绍

爱知县为了保护不满18周岁的孩子制定了此条例。不遵守的话将会被警察抓。在这里简单地介绍此条例的一部分内容。

- 1、不允许让孩子看、听、拿「色情性的」、「暴力性的」、「有诱发犯罪倾向的」东西。
- 2、不允许对孩子做色情性的行为。
- 3、不允许给孩子纹身或让孩子纹身。
- 4、不允许向孩子提供做坏事的场所。
- 5、不允许让孩子携带刀之类的带有危害性的东西。
- 6、不允许让孩子在深夜（晚上11点～第二天天亮）外出。
- 7、不允许劝诱孩子去做色情性的工作。
- 8、没有经过家长的同意，二手物品店不可以从孩子那里回收物品。

○わるいことをするの子どものSOSです○

子どもが「してはいけないこと」をするとき、それにはなにか原因があります。「友だちに誘われて断れなかった」「いじめられて、脅されててしまった」そんな理由もあるかもしれません。中には、家族や友達関係がうまくいかず孤独を感じている子どもや、言葉が通じない子どもを狙って、声をかけ、悪いことに巻き込もうする人もいます。そんなときは保護者の助けが必要です。ただ怒ったり叱ったりするのではなく、まずはしっかり子どもと話をしましょう。

また、子どもが自分からわるいことをしてしまったとき、その原因是保護者とのコミュニケーション不足、愛情不足である可能性があります。まだまだ支えが必要な中学生、普段からしっかりコミュニケーションをとるようにしましょう。

※日本は安全？※

日本は安全な国だと考えられていますが、最近は日本でも子どもが巻き込まれる事件が増えています。予防できるものは予防し、夜遅く子どもを出歩かせたり、人通りの少ない場所に一人で行かせたりすることは控えましょう。子どもに防犯ベルを持たせるという手段もあります。

最近、日本で中学生が巻き込まれた事件をいくつか紹介します。

Case1 / 2015年に中学1年生の少女Aと少年Bが殺害された事件。2人は夜の外出中に被害に遭った。2人は夏休み中の午前5時すぎ、駅前を歩く姿が防犯カメラに映つたのを最後に行方がわからなくなつた。
→その後2人の遺体が発見され、犯人は捕まつた。

Case2 / 女子生徒は中学1年生だった2014年、午後3時過ぎに学校を出た後、自宅前で若い男と話している姿が目撃されたのを最後に行方がわからなくなつた。その日の夕方、帰宅した母親が自宅ポストに「家も学校もちょっと休みたいです。しばらく友だちの家です。さがさないでください」と書かれた、女子生徒の自筆とみられるメモが入っているのを発見。県警に行方不明者届を出した。
→女子生徒は2年間監禁されていた。2年後、犯人のスキについて自力で逃げ出し、犯人は捕まつた。

Case3 / 2014年、中学1年生だった少年Aは友だちを通じて年上の少年たちと知り合い、一緒に遊ぶようになった。少年Aは事件前に18歳少年から顔に青あざができるほどの暴力を振るわれ、翌日から「グループを抜けたい」と言い出すようになつた。少年Aは正座をさせられ、10分近くに渡って殴る蹴るなどの暴行を受けた。
→2015年の冬に、河川敷で少年Aは殺害された上に遺体を遺棄された。事件から1週間後に少年3人が殺人の疑いで逮捕された。

○做坏事是孩子发出的求救信号○

孩子做「不可以做的事」的时候，一定有什么原因。比如有像这样的理由，「受到朋友的劝诱，无法拒绝」「受到别人的凌辱，被恐吓而去做」。其中，有的人会把家庭或朋友关系处理不好感到独孤的孩子或语言不通的孩子作为目标，向他们搭话，让他们去做一些坏事。这时就需要家长的帮助。不是一味地对孩子发脾气、骂孩子，首先要跟孩子好好地沟通。

另外，如果是孩子自己去做一些坏事的话，那原因有可能是跟家长沟通不够、缺乏爱。中学生还是很需要关心帮助的年龄，所以平时要注意多跟孩子沟通交流。

※日本很安全？※

很多人都认为日本是安全的国家，但是最近在日本有关孩子的案件在增加。能预防的就要预防，晚上很晚的话尽量不要让孩子外出，尽量不要让孩子一个人去人少的地方。让孩子携带警报器【日本的小孩子们经常携带的一种警报器，遇到危险时一拉警报器的绳，就会发出很大的声音，起到保护自己的作用】。也是一个方法。

介绍几件最近发生在日本的关于中学生的案件。

案件 1/2015 年中学一年级的女学生 A 和男学生 B 被杀害的事件。两个人是在晚上外出期间遇害的。暑假期间的某日凌晨 5 点多，两个人在车站前徒步行走，被监控录像拍下来这一幕之后，两个人就消失了行踪。
→之后发现了两个人的遗体，犯人被捕。

案件 2/一位女学生，当时中学一年级的 2014 年，下午 3 点多从学校里出来后，有人看见她在自己家门前跟一个年轻男子说话，之后就失踪了。当天傍晚，回到家的母亲发现自己家的邮箱里放有一张女学生亲笔写的纸条，内容是「我想向家向学校请假。在朋友家住一段时间。请不要找我。」。家人向县警局以失踪报了案。

→这位女学生被监禁了 2 年。2 年后，她趁犯人不在自己逃了出来。犯人被捕。

案件 3/2014 年，当时中学一年级的男学生 A 通过朋友介绍认识了比自己大的一些男孩子，跟他们一起玩。男学生 A 在出事前，被一个 18 岁的少年打得鼻青脸肿，第二天这位男学生说「想要退出团伙」。结果他们让男学生 A 跪在地上，对其进行了近 10 分钟的拳打脚踢。

→2015 年的冬天，这位男学生 A 在河边被杀害，遗体被遗弃。事件后 1 周左右，3 个少年因杀人嫌疑罪被捕。

きゅうしょく 給 食

分からないことや困ったことがあったら、先生に相談しましょう。

1. 給食ってなに？

給食は、中学校で食べるお昼ご飯のことです。栄養のバランスを考えて作られています。食べる楽しさ、食べることの大切さ、食べるときのマナーも一緒に学びます。給食の時間は決まっています。みんなで一緒に食べます。給食の時間だけ家に帰って食べることはできません。

2. 給食にかかるお金

給食は無料ではありません。毎月給食費を払います。給食費の支払いが困難な場合には、就学援助制度があります。詳しくは先生に確認しましょう。



3. 給食の味付けについて

基本的には、日本人向けの味付けになっています。初めのうちは食べ慣れないこともあります。これから毎日給食を食べます。少しづつでも食べて慣れていきましょう。

4. 食事のマナーについて

箸の使い方、食べるときの姿勢、お椀を手に持って食べるなど、日本のマナーがあります。みんなで楽しく食べるためにはマナーを守ることも必要です。分からないことや不思議に思うことがあれば、先生に聞いてみましょう。

5. 宗教上食べられないものがある場合

宗教上、食べられない食材がある場合には、必ず保護者から中学校の先生に伝えよう。取り除いてもらえることもありますが、中学校で対応しきれない場合は、家からお弁当を持って行きます。

6. アレルギーなどで食べられないものがある場合

アレルギーなどで食べられない食材がある場合には、必ず保護者から中学校の先生に伝えよう。また日本の中学校の給食には牛乳が毎日出ます。牛乳のアレルギーがある場合には、牛乳を断ることができますので、先生に相談しましょう。

校餐(kyuushoku)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、校餐(kyuushoku)是什么？

校餐(kyuushoku)是在中学校吃的午饭。校餐(kyuushoku)是按照营养搭配做的。在吃午饭的同时也让孩子学到吃饭的快乐、重要性，以及吃饭时的礼节。

校餐(kyuushoku)的时间是规定好的，大家一起吃。校餐(kyuushoku)时间不能回家吃午饭。

2、关于校餐(kyuushoku)的费用

校餐(kyuushoku)不是免费的。每个月要付校餐(kyuushoku)费。

支付校餐(kyuushoku)有困难的话，可以利用就学援助制度(shuugakuenjyoseido)。详细情况请向老师确认。



3、关于校餐(kyuushoku)的调味

一般是面向日本人口味的调味。所以可能刚开始会有一些不习惯。今后每天都要吃校餐(kyuushoku)，孩子们也会慢慢地习惯。

4、关于吃饭时的礼节

关于筷子的用法、吃饭的姿势、要拿着碗吃饭等，日本有吃饭的礼节。为了大家能一起快乐地吃午饭，知道并遵守礼节是很重要的。如果有什么不明白的或感到奇怪的事情，都可以向老师提问。

5、如果宗教信仰上有不能吃的东西

如果宗教信仰上有不能吃的东西，家长一定要清楚地告诉中学校的老师。学校方面也会尽力把孩子不能吃的东西不放进校餐(kyuushoku)里。但是，根据情况如果中学校不能解决的话，那么就需要自己带盒饭去学校。

6、如果对什么食物有过敏、不能吃的话

如果对什么食物有过敏、不能吃的话，家长一定要清楚地告诉中学校的老师。另外，日本的中学校的校餐(kyuushoku)每天都有牛奶。如果对牛奶过敏的话，可以申请不要牛奶。请找老师商量。

中学校では通常、アレルギーなどで食べられない食材（主に卵・乳製品）を取り除いた給食（除去食）を申請することができます。その際、食べられない食材について医師の指示書などが必要です。病院に行って指示書をもらってから、中学校に相談しましょう。通常の献立表より詳しく使用食材が書かれた献立表がもらえます。中学校によっては除去食が準備できることもあります。除去食が準備できない場合や、除去食でも対応することができないアレルギーがある場合は、お弁当を持っていきましょう。

- (注意)・除去食は、子どもの嫌いな物を取り除くということではありません。
 •医師より、食物アレルギーによるアナフィラキシーに緊急対応するための「エピペン」を処方されている場合は、必ず中学校にも1セット渡すようにしましょう。

7. その他(学校によって違いがあります)

- (1) 給食のために各家庭で準備するものがあります。準備するものは中学校によって違います。確認しましょう。
 (例) 手ふき用ハンカチ、おはし、給食ナプキン、マスク
 ※毎日家で洗うものを学校で確認しましょう。

(2) 給食の準備(みんなに配るなど)は子どもが行います。7~10人くらいの班で、ローテーションをしていきます。当番になった人は、白衣・帽子または三角巾・マスクを着けて給食をよそったり、配ったりします。給食当番の人は、一週間の当番が終わったら、白衣と帽子を家に持ち帰り、洗濯をし、アイロンをかけ月曜日に中学校へ持っていきます。忘れると次の当番の人には迷惑をかけるので忘れないようにしましょう。



※先生方へ※

来日まもない生徒は、日本の食事が合わず、食べられないこともあります。徐々に慣れさせていくことになるでしょう。その一方で、教師側も生徒の母国の料理を食べてみるなど、子どもの気持ちを理解する姿勢も大切です。

イスラム教徒の場合、「ラマダン」という断食月があります。幼い子どもは、完全な断食を強制されることはありませんが、段階的に慣れさせていく傾向にあるようです。保護者によっては対応を希望することがあるかもしれないのに確認してください。学校によっては、別室で読書のような対応をとっているところもあります。



一般，申请的话，中学校会为孩子准备不含过敏食物(主要是鸡蛋・乳制品)的校餐(kyuushoku)（除去餐）。这种情况的话，需要医生开一张关于过敏食物的诊断书。去医院拿到诊断书后，找中学校协商。拿到的校餐(kyuushoku)表会比一般的校餐(kyuushoku)菜单更详细地介绍使用的材料。有的中学校不能准备这样的除去餐。如果学校不能准备除去餐，或即使是除去餐也不能防止过敏的话，一般都是自己带盒饭去学校。

(注意)・除去餐不是除去孩子不喜欢吃的东西。

- ・为了出现严重食物过敏时的紧急抢救，医生会开一个叫「エピペン(epipen)」【因食物过敏生命有危险的时候，紧急自救的一个注射液】的紧急抢救注射器具的处方。请一定也交给中学校一套。

7、其他(每个学校不太一样)

- (1) 有一些校餐(kyuushoku)使用的东西，需要各个家庭准备。
每个学校可能会不太一样，请确认。
(比如) 擦手用的手帕、筷子、校餐(kyuushoku)用毛巾、口罩
※关于需要每天带回家洗的东西，请向老师确认。



- (2) 校餐(kyuushoku)的准备(给大家配发等)，都是由孩子们自己做。一般是由7～10人组成一组，轮着值日。当天值日的人，要穿着白衣、戴着帽子或三角巾、戴着口罩为大家配发校餐(kyuushoku)。校餐(kyuushoku)值日的人，一个星期的值日结束后，将白衣和帽子带回家，清洗干净并用熨斗熨平整，然后星期一带到学校。如果忘了的话会给后面值日的同学带来麻烦和困扰，请一定不要忘记清洗，也不要忘记星期一带到学校。



べんとう すいとう お弁当・水筒

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょ。

1. お弁当がいる日

こうがいがくしゅう たいいくたいかい ひ てんこう ちゅうがっこう きゅうしょく じゅんび ひ も
校外学習や体育大会の日、また天候によって中学校で給食が準備できない日などに持つて
い 行きます。

2. お弁当を準備するときに気をつけること

べんとう じゅんび つき き
お弁当を準備するときには次のこと気につけてください。

①お弁当は自分のお弁当箱にいれます。店で買ったものでも、お弁当箱に入れなおして持たせて

あげるといいでしょ。

②子どもが食べられる量を準備します。多すぎたり、少なすぎたりしないようにしましょ。

③持ち運ぶときに汁がこぼれてしまうことがあります。汁気のないものを入れましょ。

④腐りやすいもの、生ものは入れないようにしましょ。特に夏は腐りやすいので、保冷剤などを利用しましょ。

⑤外で食べることもあります。こぼしたり、手がよごれたりしない食べやすいものを入れましょ。

⑥お弁当にはおかしなどのおやつは入れません。くだものなどは入れてもいいです。

3. 日本のお弁当

にほん べんとう
日本にはお弁当の文化があります。栄養のバランスだけでなく、色どりなど見た目も考えて作ります。子どもが学校を持って行くお弁当は、ほとんど手作りです。

【日本のお弁当】



盒饭 (obentou) • 水壺 (suitou)

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、需要带盒饭 (obentou) 的日子

以下的情况需要孩子带盒饭 (obentou) 来学校。校外学习 (kougaigakushuu) 或体育大会 (taiikutaikai)、或因为天气的原因学校不能准备校餐的时候。

2、准备盒饭 (obentou) 的时候需要注意的事项

在准备盒饭 (obentou) 的时候，请注意以下事项。

- ① 盒饭 (obentou) 要放在自己的饭盒里。即使是在外边买的盒饭，也要装在孩子的饭盒里比较好。
- ② 请准备孩子能吃得了的量。太多太少都不太好。
- ③ 在携带的过程中，有可能菜汁等液体会洒出来。所以请不要放带有液体的东西。
- ④ 请不要带容易腐烂、生的东西。尤其是夏季容易腐烂，所以请用保冷剂等。
- ⑤ 有时也会在外边吃。所以请带不容易洒、手不容易弄脏的、吃起来方便的食物。
- ⑥ 在盒饭 (obentou) 里不能放小零食。可以放水果。

3、日本的盒饭 (obentou)

日本有盒饭 (obentou) 文化。做的时候，除了考虑营养搭配，也考虑颜色的搭配。孩子们带到学校的盒饭 (obentou)，几乎都是家长们亲手做的。

【日本的盒饭 (obentou)】



4. 水筒がいる日

校外学習や体育大会などお弁当を持って行く日に持つて行ったり、部活動時の水分補給のために毎日持つて行ったりします。行事や部活動に関係なく、一年中持つて行ってもいい中学校もあります。先生に確認しましょう。



5. 水筒を準備するときに気をつけること

水筒を準備するときには次のことに気をつけてください。

- ①水筒は保冷・保温効果のあるステンレス製のものがおすすめです。
- ②お茶や水は必ず水筒に入れます。ペットボトルのまま持つて行きません。
- ③水筒は子どもの飲む量に合った大きさのものを準備しましょう。
- ④水筒の中身はお茶か水です。ジュースは入れてはいけません。お茶は、麦茶・玄米茶・ウーロン茶などです。
- ⑤コップつきの水筒を準備しましょう。ストローのついたものは、衛生上よくありません。
- ⑥運動部で部活動をしている子どもは、熱中症を防ぐためスポーツ飲料を持って行ってもいい場合があります。中学校によってルールが違うので、先生に確認しましょう。

6. 日本で水筒の中身がお茶か水である理由

国によっては食事のときにジュースを飲んだり、甘いお茶を飲んだりします。食事の味付けとのバランスによります。日本食には砂糖を使った甘い味付けのものもあります。糖分のバランスも考えた食事になっています。ジュースなどを飲みすぎると糖分の取りすぎになってしまいます。そのため、食事のときや水分補給には糖分のないお茶や水を飲みます。

4、需要帶水壺（suitou）的日子

校外学习(kougaigakushuu)、体育大会(taiikutaikai)等带盒饭(obentou)的时候要带水壺(suitou)，为了参加社团活动时补充水分，也会每天带水壺(suitou)。有的学校不管有没有课外活动、社团活动，允许通年都可以带水壺(suitou)。请向老师确认。



5、准备水壺（suitou）的时候需要注意的事项

在准备水壺（suitou）的时候，请注意以下事项。

- ① 推荐使用有保冷・保温效果的不锈钢水壺（suitou）。
- ② 茶或水一定要装到水壺（suitou）里。不能带塑料瓶。
- ③ 在选择水壺（suitou）的时候，请根据孩子喝的量来选择。
- ④ 水壺（suitou）里面装水或茶。不能装果汁。茶的话，一般是麦茶、玄米茶、乌龙茶等。
- ⑤ 请准备带有小杯子的水壺（suitou）。带吸管的不太卫生。
- ⑥ 参加运动性社团活动的孩子，为了预防中暑，有时候可以带运动饮料。每个中学的规定都不一样，请向老师确认。

6、在日本水壺（suitou）里装水或茶的理由

在有的国家，吃饭的时候喝果汁或甜味的茶。这是考虑到饭菜味道的均衡。而日本的饭菜，有的使用糖做成有点甜的味道，是考虑到糖分的均衡。如果吃饭的时候再喝果汁的话，摄取的糖分就太多了。所以，在吃饭的时候或补充水分的时候，喝不含糖分的茶或水。

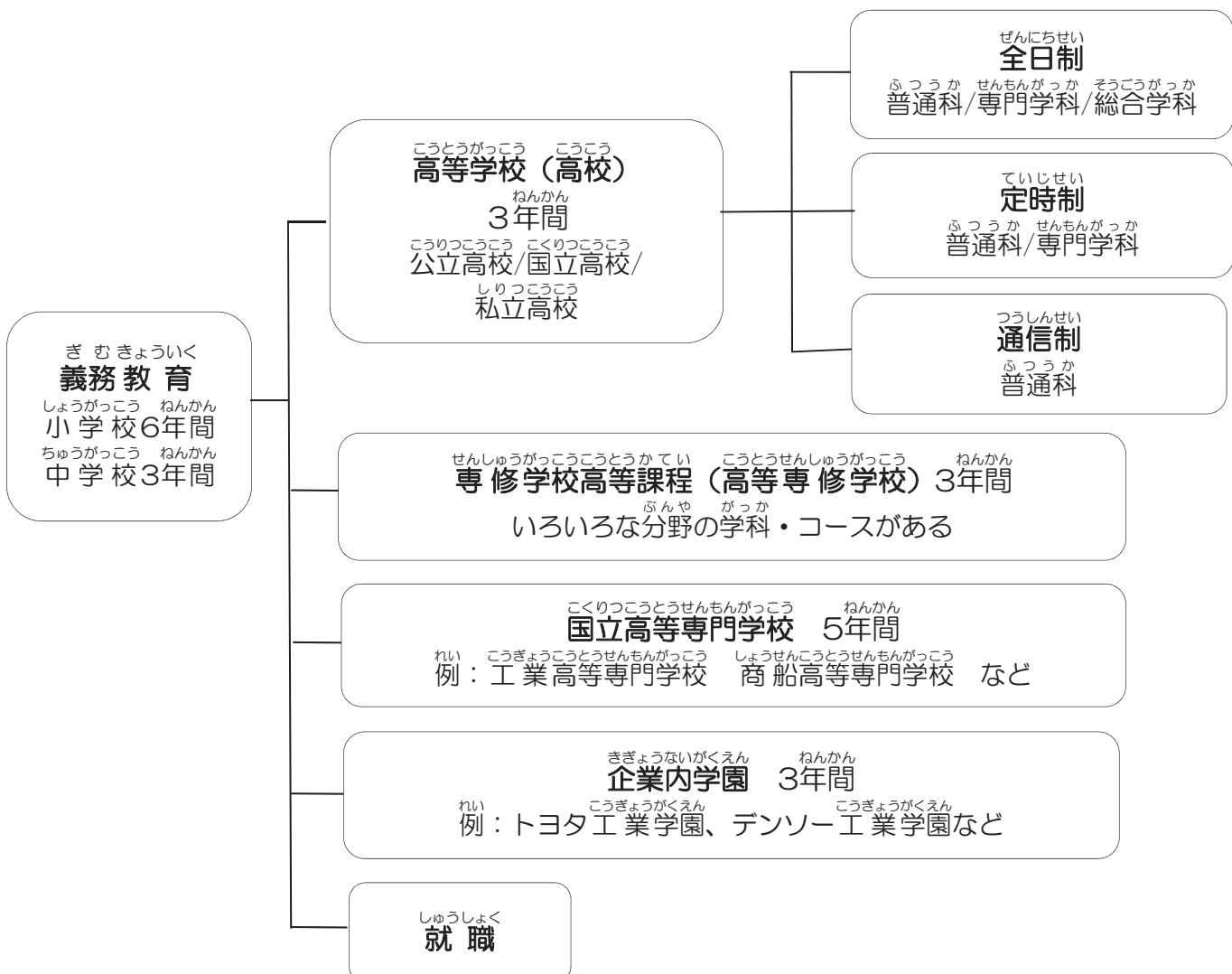
ちゅうがっこう そつきよう 中学校を卒業したら

そつきようご しんろ 卒業後の進路

卒業したあと、自分がどこで、どう生きていくのか、将来進む人生のことを進路といいます。日本での義務教育は中学校までです。その先の進路は選べる自由がありますが、慎重に選ばなければいけません。そのため中学校では、何度も先生と子どもと保護者で進路相談をしていきます。子どもの希望、家庭の事情、中学校の成績など、いろいろなことを考えて、進路を決めていきます。後悔しないようにしっかりと考えて決めましょう。

卒業後の進路は、大きく分けて、学校に進む「進学」(p.161「進学」のページを見てください)と、仕事を始める「就職」(p.193「就職」のページを見てください)があります。卒業までに保護者や先生と相談して進路を決めます。

日本人の多くは中学校卒業後、すぐに高校に進学します。中学校を卒業したあとすぐに就職する子どもは少ないです。また日本では、中学校を卒業後、一旦就職してから数年後に進学するケースはほとんどありません。ほとんどの子どもが、中学校3年生のときに進学するかどうかを決めます。日本での現状をよく知って進路を決めることは、とても大切です。



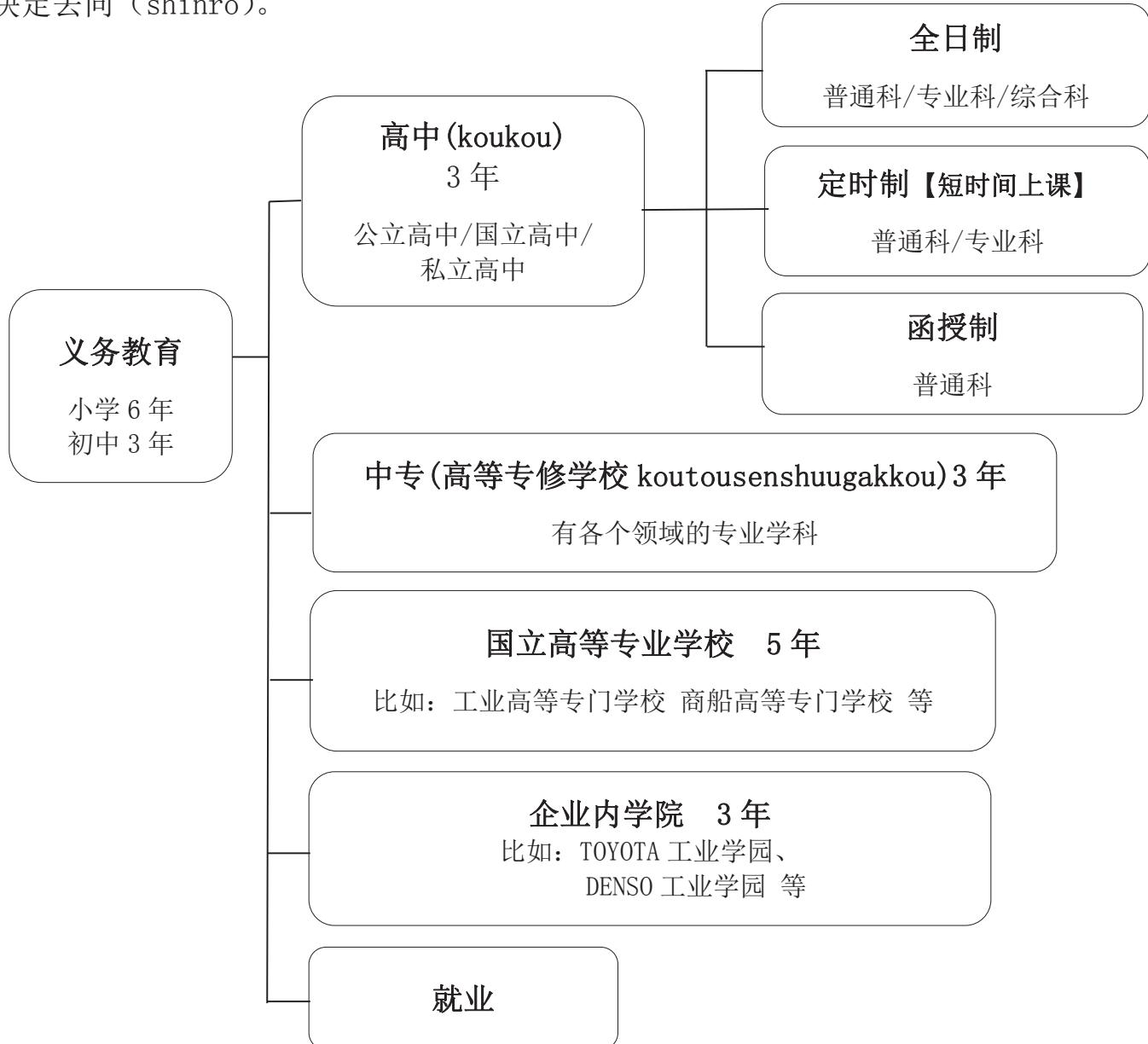
中学毕业后

毕业后的去向(shinro)

去向(shinro)是指，毕业之后自己在哪里、怎样去生活、关于自己的未来人生。在日本义务教育是截至到初中。初中毕业之后有选择去向(shinro)的自由，但是必须慎重选择。所以，中学会多次安排老师、学生、家长一起商量毕业去向(shinrosoudan)。根据孩子的志愿、家庭情况、初中成绩等，综合考虑来决定毕业去向(shinro)。为了不后悔要考虑好后再决定。

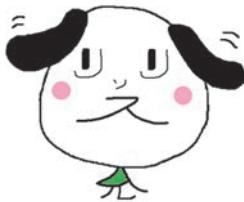
毕业后的去向(shinro)大体分为，上学的「升学(shingaku)」(p. 162 请参照「升学」一页)和开始工作的「就业(shuushoku)」(p. 194 请参照「就业」一页)两种。毕业之前，跟家长、老师一起商量决定去向(shinro)。

大多数日本人初中毕业后，马上升入高中。初中毕业后就参加工作的孩子很少。另外，在日本，初中毕业后，先参加几年工作之后再上高中的例子几乎没有。几乎所有的孩子在初中三年级的时候就要决定升不升学。重要的是先要了解日本的现状再去决定去向(shinro)。



中学校を卒業したら

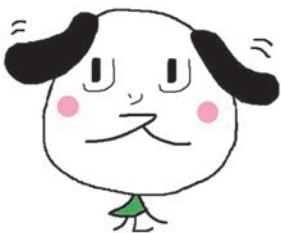
義務教育期間は国によって違います。日本では、義務教育は小学校6年間（6歳から12歳）と中学校3年間（12歳から15歳）、合わせて9年間です。その後、高等学校（高校と言つことが多いです）に進学するかどうかは自分で決めることができます。国によっては、進学が当たり前ではなかったり、卒業後、一度就職した後で進学したりする場合もあります。しかし日本では、ほとんどの子どもが中学校を卒業後、すぐに高校に進学します。日本の高校進学率は約98%（全日制・定時制・通信制・専修学校高等課程を含む。文部科学省「平成28年度学校基本調査」）です。



※先生方へ※

国によっては、「いつか高校に行きたいが、今は就職する」という価値観が一般的なところもあります。しかし日本では、ほとんどの子どもが中学校卒業後すぐに高校に進学すること、日本で高校に進学しなかった場合、将来どのような影響があるのか（給料や職種など）を保護者に丁寧に説明する必要があります。

每个国家的义务教育期间不一样。日本义务教育是，小学 6 年（6 岁到 12 岁）和初中 3 年（12 岁到 15 岁）共 9 年。之后，上不上高中（koutougakkou）（简称为 koukou）是由自己决定。也许在有的国家，上高中不是理所当然的，或初中毕业后先参加工作一段时间然后再上高中。但是，在日本几乎所有的孩子初中毕业后，马上升入高中。日本的高中升学率大约是 98%（包括全日制、定时制、函授制和中专）。数据来自文部科学省的「平成 28 年度学校基本调查」。



しんがく 進学

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。

1. 進学することの大切さ

中学校を卒業した後の各学校への進学は義務教育ではないので、進学するかどうかは自分で決めることができます（日本で進学するためには、入学試験に合格しなければなりません）。将来のことを考えたとき、高校卒業（高卒）と中学校卒業（中卒）では、選べる仕事の種類や、もらえるお給料が違います（p.193「就職」を見てください）。高校を卒業していないと採用試験や面接を受けることができない会社も多いです。それは、ひとりの大人として社会に出て仕事をするためには、中学校まで勉強しただけの知識では足りないことが多いからです。派遣社員やアルバイトの仕事もありますが、正社員と比べるとお給料が少なく、病気になったりケガをしたりしたときのサポートが少なかったり、ないことあります。

また、中学校では同じ地域の子どもが集まっていますが、高校では、いろいろな地域から通学してくる仲間に出会うことができます。中学校とはまた違った楽しいことがあります。たくさんの体験できます。自分が将来何をしたいのか、高校3年間の間に考えることができます。またいろいろな経験をし、可能性を広げることもできます。



ただし、高校は義務教育ではないので、欠席が多かったり校則を守れなかったりすると、進級や卒業ができないことがあります。

2. 進学先

進学先には色々な種類があります。

こうとうがっこう 高等学校（高校） ※2-1. 高校へ	こうりつ 公立	ふつうか 普通科、せんもんがっか 専門学科、そうごうがっか 総合学科
	しりつ 私立	
せんしゅうがっこう 専修学校 ※2-2. 専修学校へ	こうりつ 公立	じゅんかんご しがっこう 准看護師学校など、学科が限られています。
	しりつ 私立	こうぎょう のうぎょう びょう ふくし 工業、農業、美容、福祉などいろいろな学科があります。
こうとうせんもんがっこう 高等専門学校	こくりつ 国立	こうぎょうこうとうせんもんがっこう しょうせんこうとうせんもんがっこう 工業高等専門学校、商船高等専門学校

升学

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

1、升学的重要性

初中毕业后的升学不是义务教育，所以升不升学可以自己决定（在日本升学的时候，需要通过入学考试）。

在考虑到自己未来的时候，高中毕业（高中学历）和初中毕业（初中学历），到时候可以选择的工作种类和拿到的工资都不一样（p. 194 请参照「就业」一页）。高中没有毕业的话，很多公司都不会给参加就业考试和面试的机会。那是因为，要作为一个大人走进社会做工作的话，初中为止学习的知识是不够的。当然，也有派遣职员或打零工的工作，但是跟正式职员比的话，工资少、生病或受伤时的补助待遇也很少或没有。

另外，初中的话都是同一地区的孩子，而高中的话，会结识到从各个地区来上学的伙伴。会体验到跟初中不一样的快乐。自己将来想做什么，在高中的3年可以慢慢考虑。而且还会通过经历各种各样的事，开拓自己的可能性。

但是，因为高中不是义务教育，所以如果缺课太多或不遵守校规的话，有可能升不了级或毕不了业。



2、升学的学校

可以升学的学校有各种各样。

高中 (koukou) ※参考 2-1、高中	公立	普通科、专业科、综合科
	私立	
专修学校 ※参考 2-2、专修学校	公立	准护工学校等、学科很有限。
	私立	有工业、农业、美容、福祉等各种专业。
高等专业学校	国立	工业高等专门学校、商船高等专门学校

2-1. 高校

日本には、たくさんの種類の高校があります。大学進学を目指す高校や、将来の仕事につながる専門的なことが学べる高校もあります。高校を卒業した後の自分の将来を考え、行きたい高校に行けるのが一番理想ですが、高校に入るためには入学試験に受からなければいけません。受験日当日のテストの点数だけではなく、中学校での成績もあわせて合格・不合格が決まります。

中学校に入学したばかりの頃や、部活動に熱中しているときは、高校進学や将来についてあまり考えることはないかもしれません。しかし3年生になってからでは急には成績は上がりません。行きたい高校に行けるように、1年生の頃から勉強をがんばることはとても大切です。

※相談することが大切

中学校では3年生になると高校の先生を呼んで進学説明会（学校の紹介など）をしたり、担任の先生と生徒と保護者の3人での、進路についての懇談会を行ったりします。

高校卒業後、大学に進学したい、就職したいなど、子どもの意思を先生や家族できちんと確認しましょう。将来について悩んでいたり迷っていたりすることがあれば、先生に何でも相談しましょう。

また、高校を選ぶときは子どもの成績や高校のレベルだけでなく、家からの距離や授業料なども調べて決めましょう。公立高校では、家から遠いところは受検できなかったり、私立高校では、公立高校よりたくさんのお金が必要だったりします。家庭の事情で、子どもの希望に添えない場合も、きちんと家族で話し合い、子どもが納得できるように説明することが大切です。



※先生方へ※

保護者が日本での進学についてよく知らなかったり、母国での価値観で進路を考えていたり、子どもの希望する進路に理解を示していなかったりすることもあります。進路や進学について、子どもが保護者に相談することが難しい場合も多い、ということを、先生が理解してあげることが大切です。

2-1-1. 高校の種類

① 公立高校と私立高校

- ・公立高校は都道府県や市が設置、運営。
- ・国が設置、運営する国立高校もありますが、数は少ないです（愛知県内では2校のみ）。
- ・私立高校は、民間の学校法人が設置、運営。

※高等学校等就学支援金制度により、私立高校と公立・国立高校の授業料の格差は少なくなりましたが、入学金や入学してから必要なお金は、私立高校より公立・国立高校のほうが安いです。※公立高校（全日制普通科）は、住んでいる地域で受検できる高校が決まります（専門学科については地域外でも受検できることがあります）。

2-1、高中

日本有很多种类的高中。有以升大学为目的学习的高中，也有为了将来的工作而学习专业知识的高中。在选择高中的时候，要考虑高中毕业之后的自己将来想做什么，然后能去上自己想去的高中是最理想的。但是，要上高中需要参加高中的入学考试。决定合格与否，不仅要看考试当天的考试成绩，初中的成绩也是重要的决定因素。

刚升入初中的时候，或专心于社团活动的时候，也许没有办法去考虑高中升学或将来的事。但是，到了初三，成绩不可能马上就上去了。所以，为了能考上自己理想的高中，从一开始就要努力学习是非常重要的。

※商量和征求意见很重要※

在初中到了三年级，学校会请高中的老师来开升学说明会（介绍高中的情况等），也会举办班主任、学生及家长三个人一起关于去向（shinro）的一个谈话，叫座谈会（kondankai）。

孩子高中毕业后，是想上大学还是想就业，老师和家里人要好好确认孩子的意向。对于将来有什么困惑或迷茫的话，请找老师商量，征求老师的意见。

另外，在选择高中的时候，除了考虑孩子的成绩和高中的水平以外，也要考虑离家的距离和学费等，要综合考虑再决定。公立高中的话，如果离家里很远的话，有可能不能参加考试。私立高中的话，学费要比公立高中贵很多。即使因为家庭的原因，不能按照孩子的意愿选择的话，也要和家里人好好谈话，让孩子也能从心里同意是很重要的。



2-1-1、高中的种类

① 公立高中（kouritsukoukou）和私立高中（shiritsukoukou）

- 公立高中（kouritsukoukou）是由都道府县或市创办并运营的学校。
- 也有国家创办运营的国立高中（kokuritsukoukou），但很少（爱知县只有两所）。
- 私立高中（shiritsukoukou）是民间的学校法人创办运营的学校。

※因为有了高等学校等的就学补助金制度，让私立高中（shiritsukoukou）和公立高中（kouritsukoukou）、国立高中（kokuritsukoukou）的学费差距缩小了，但是关于入学金和入学之后花的费用，公立高中（kouritsukoukou）、国立高中（kokuritsukoukou）还是会比私立高中（shiritsukoukou）便宜一些。

※公立高中（kouritsukoukou）（全日制普通科），根据居住的地区，可以报考的高中是有限制的（有时候专业学科根据学科内容，有的居住地区以外的学生也可以报考）。

② 普通科・専門学科・総合学科

【普通科】

- 卒業後に進学を目指す高校と卒業後に就職を目指す高校があります。
- 国際コースや情報コースがある高校もあります。



【専門学科】【総合学科】

・専門学科だけの高校

工業高校、商業高校など、専門的なことを学びます。在学中にいろいろな資格を取ることができます。

- 普通科と専門学科、総合学科がある高校
同じ高校の中に普通科や専門学科（家庭科、音楽科など）、総合学科があります。

専門学科や総合学科で取れる資格

専門学科や総合学科では、高校在学中にいろいろな資格がとれます。

簿記や情報処理、電気工事士や建築士などの資格があります。いろいろな資格試験があるので、自分が興味のある職業には、どんな資格が必要なのか、そのためには、どの高校を選んだらいいか、先生に手伝ってもらって調べたり、相談したりしましょう。



学校説明会やオープンキャンパスに行って、直接説明を聞いたり、見学したりして、子どもに合った高校を選びましょう。



※先生方へ※

保護者には日本の高校や職業について専門的な知識がなかったり、価値観などが自分の国とは違ったりすることがあります。職業に必要な資格の意味や内容が理解できないことがあるので、丁寧に説明する必要があります。

③ 全日制・定時制・通信制

日本人の多くは全日制の高校に進学します。朝から夕方まで高校で生活をします。生活の中心は高校生活です。

定時制は昼間だけ、または夜間だけの短い時間だけ高校に通います。学費も安いです。仕事をしながら通うこともできます。

通信制は、仕事や家庭の事情や健康上の理由などで毎日通学できないけれども、高校卒業の資格を取りたい人が行きます。

② 普通科(futsuuka)・专业科(senmongakka)・综合学科(sougougakka)

【普通科(futsuuka)】

- ・有毕业后以升学为目的的高中和毕业后以就业为目的的高中。
- ・也有的高中有国际学科、信息学科。



【专业科(senmongakka)】【综合学科(sougougakka)】

- ・只有专业科(senmongakka)的高中

工业高中、商业高中等，学习专业知识。在校期间可以考取各种资格证。

- ・有普通科(futsuuka)、专业科(senmongakka)、综合学科(sougougakka)的高中
在同一所高中里，有普通科(futsuuka)、专业科(senmongakka)(家庭学科、音乐学科)、综合学科(sougougakka)。

专业科(senmongakka) 和综合学科(sougougakka)可以考取的资格证

专业科(senmongakka) 和综合学科(sougougakka)的话，高中在校期间可以考取各种资格证。有簿记、信息处理、电工师、建筑师等资格。有各种各样的资格考试，确认自己感兴趣的职业需要什么样的资格证。然后根据想要考的资格证，去考虑选择哪所高中。可以找老师帮忙查询，征求老师的意见。



可以去听学校的说明会或参加学校开放日，直接去听高中老师的说明，还可以亲自去看看高中是什么样子，然后选择适合孩子的高中。



③全日制(zennichisei)・定时制(短时间上课 teijisei)・函授制(tsuushinsei)

大多数日本人是上全日制(zennichisei)的高中。从早到晚都在高中度过。生活的重心也在高中。

定时制(短时间上课 teijisei)是利用白天或晚上的很短的时间去高中上学。学费也便宜。也可以一边工作一边上学。

函授制(tsuushinsei)是为了由于工作或家庭的原因或身体的原因不能每天上学的人，通过学习也可以取得高中毕业资格证的一种学习方式。

	じかん 時間	にち 1日の 学習時間	ねんすう 年数	にゅうがくじ ひつよう かね 入学時に必要なお金
ぜんにちせいこうこう 全日制高校 (公立)	8:30 ～16:00	じかん 6時間	ねん 3年	まんえんていど 10万円程度 ※1
ぜんにちせいこうこう 全日制高校 (私立)	8:30 ～16:00	じかん 6時間	ねん 3年	まんえん がっこう 50～100万円(学校によ って違います)
ていじせいこうこう 定時制高校 (公立夜間)	17:30 ～21:00	じかん 4時間	ねん ねん そつ 4年(3年での卒 きょうか業も可) ※2	まんえんていど 10万円程度 ※1
ていじせいこうこう 定時制高校 (公立昼間)	12:00前後 ゆうがた ～夕方 ※3	じかん 4時間 ～5時間	ねん ねん そつ 4年(3年での卒 きょうか業も可) ※2	まんえんていど 10万円程度 ※1
つうしんせいこうこう 通信制高校	ていしゅつ がっこう してい レポート提出と学校が指定し た日(主に日曜日)に登校して めんせつしどうう 面接指導を受ける	ねん いじょう 3年以上	こうりつうしんせい 公立通信制 ねんかん まんえん 年間2～5万円 ※4 しりつうしんせい 私立通信制 ねんかん まんえん 年間30～60万円 ※4	

※1 制服がある場合は、5万円～6万円、必要です。

※2 単位制選択で3年で卒業することもできます。

※3 学校によって違います。二部制になっていて始まる時刻を選べる学校もあります。

二部制の例: ①9:00～12:40 ②10:45～15:00

※4 通信制高校では、必要なお金を年間で表示してあるところが多いです。

2-1-2. 行きたい高校が決まったら

入学試験に向けて、ひたすら勉強をがんばります。日本人の多くは学校の勉強だけではなく塾に通っています。勉強で分からいところがあれば、先生に何でも質問しましょう。受験するために必要な願書の書き方は学校で教えてもらいながら書きます。正確に書く必要があります。

※先生方へ※



塾に通えない外国にルーツをもつ子どものために、地域のNPOやボランティア団体などが無料の学習教室など行っていることがあります。色々な情報を積極的に取り入れ、必要に応じて情報を発信してあげてください。

2-1-3. 入学試験

①全日制課程の入学試験

公立高校も私立高校も、全日制課程の高校の入学試験には、推薦選抜と一般選抜があります。どちらも学力を基準に受験する高校を決めますが、合格するためには、受験当日の学力テストの成績や面接だけでなく、中学校の先生が作成する調査書がとても重要です。

	时间	1天的 学习时间	年数	入学时需要的费用
全日制高中 (zennichisei) (公立)	8:30 ~16:00	6个小时	3年	10万日元左右※1
全日制高中 (zennichisei) (私立)	8:30 ~16:00	6个小时	3年	50~100万日元 (每个学校不一样)
定时制高中 (teijisei) (公立夜校)	17:30 ~21:00	4个小时	4年(也可以3 年毕业)※2	10万日元左右※1
定时制高中 (teijisei) (公立白天课)	12:00左右 ~傍晚※3	4~5个小时	4年(也可以3 年毕业)※2	10万日元左右※1
函授制高中 (tsuushinsei)	需要提交报告,还需要在 学校指定的那天(一般是 星期天)去学校接受面试 指导		3年以上	公立函授制 一年2~5万日元※4 私立函授制 一年30~60万日元※4

※1 如果有校服(seifuku)的话,需要5~6万日元。

※2 因为选择单位制,所以也可以3年毕业。

※3 每个学校不一样。有的学校有二部制,可以选择上课的时间。

二部制的例子:①9:00~12:40 ②10:45~15:00

※4 函授制高中所需要的费用一般是按年告示。

2-1-2、想考的高中定下来后

就要面向入学考试,努力学习。很多日本人除了学校的学习以外,还去上私塾。学习当中有什么不明白的,都可以问老师。

报考的时候需要填写的报考表(gansho),按照学校教的填写。需要正确地填写。



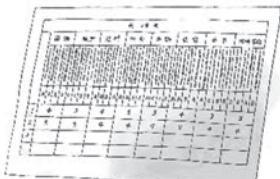
2-1-3、入学考试

①全日制(zennichisei)课程的入学考试

不管是公立高中还是私立高中,全日制(zennichisei)课程的高中入学考试,都有推荐选拔(suisensenbatsu)和一般选拔(ippansenbatsu)。不论是哪种选拔都是以学习实力为标准来决定,但是要想考上,除了考试当天的考试成绩和面

調査書では学力（中学校での定期テストや小テストの点数）だけではなく、学習態度（授業中の様子や宿題の提出など）や学校生活の様子なども評価の対象になります。推薦選抜の場合は、部活動の成績なども評価の対象になります（p.19「学習について」を見てください）。

中学校の勉強とは別で、英検（実用英語検定）など各種資格を持っている場合は先生に言いましょう。調査書に書いてもらえる資格もあります（全部の資格が書いてもらえるわけではありません）。



①-(1) 推薦選抜

- ・学力や生活態度、部活動などから考えて、中学校の校長先生が推薦できると考えたときは受験できます。どうしてもその学校に行きたい、合格したら絶対にその学校に行くという人しか受験できません。
- ・内申点もとても大切です。内申点とは通知表の9教科の評定(5~1)の合計点です(都道府県によって算出方法が違うところもあります)。通知表の評定を意識して、普段の授業をがんばらなくてはいけません。
- ・部活動で全国大会に出場した人、優秀な成績で表彰された人、生徒会などの活動をした人、長期的に校内外でボランティア活動をした人は受験できます。
- ・私立高校は、国語、数学、英語の学力テストと面接を行いうところが多いです。3教科合わせて60分くらいの基礎学力試験と作文、面接のところなど、学校によって違います。
- ・公立高校は、学科試験は行わないところが多いです。選抜方法は調査書、面接、作文など学校によって違います。

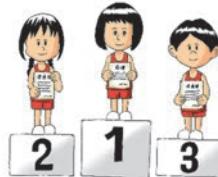
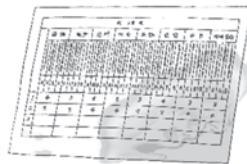
①-(2) 一般選抜

- ・行きたい高校のレベル以上の成績をとれるように勉強することが大切です。内申点もとても大切です。内申点とは通知表の9教科の評定(5~1)の合計点です(都道府県によって算出方法が違うところもあります)。通知表の評定を意識して、普段の授業をがんばらなくてはいけません。
- ・調査書は、部活動や学校生活の様子を先生が書きます。特に成績が良くなくても、欠席がないこと、まじめにがんばっていることなど、先生が気づいたことを書きます。
- ・学力テストがあります。公立高校では、国語・数学・英語・理科・社会の5教科、私立高校では、国語・数学・英語の3教科のところが多いです(学校によっては、5教科のところもあります)。

※推薦選抜、一般選抜どちらも、調査書に中学校2年生と3年生の出席日数を書きます。欠席・早退・遅刻は少ない方がいいですが、(体や心の)病気など、理由がある場合は、決められた書類に記入して提出します。

试以外，初中的老师做的调查书(chousasho)也是非常重要的。调查书(chousasho)除了学习成绩（初中的定期考试和小测验的分数）以外，学习态度（平时上课时的态度和交作业情况等）以及学校生活的情况都是评价的对象。推荐选拔(suisensenbatsu)的话，社团活动的成绩等也将成为评价的对象（p. 20 请参考「关于学习」一页）。

初中的学习以外，如果有像英检（实用英语检定）等各种资格证的话，请告诉老师。因为有的资格可以被写进调查书(chousasho)（当然不是所有的资格都可以）。



①—(1) 推荐选拔 (suisensenbatsu)

- 参考学习成绩、生活态度、社团活动等，初中的校长老师认为可以推荐的话，才可以参加推荐选拔(suisensenbatsu)。只有特别想去那个学校的人，并考上的话一定去上那个学校的学生才可以参加推荐选拔(suisensenbatsu)。
- 内部评价成绩也非常重要。内部评价成绩是，通知表里的9科的评价(5~1)的综合分数(都道府县的算法可能会不太一样)。所以要认识到通知表的评价的重要性，平时上课的时候要好好努力。
- 参加社团活动并参加过全国大会的人，得到优秀的成绩并被表彰的人，参加过学生会活动的人，长期参加校内外的志愿者活动的人，都可以参加推荐选拔(suisensenbatsu)。
- 私立高中，一般有语文、数学、英语的考试和面试。3科加起来60分左右的基础学习能力的考试和作文、面试等。每个学校不一样。
- 公立高中，没有学科考试的学校很多。选拔方法是调查书(chousasho)、面试、作文等。每个学校不一样。

①—(2) 一般选拔 (ippansenbatsu)

- 重要的是要努力学习，争取成绩超过想报考的高中的要求。内部评价成绩也非常重要。内部评价成绩是，通知表里的9科的评价(5~1)的综合分数(都道府县的算法可能会不太一样)。所以要认识到通知表的评价的重要性，平时上课的时候要好好努力。
- 调查书(chousasho)，是由老师写关于社团活动和学校生活的情况。成绩不是特别优秀，但是缺课很少、很认真努力等，老师平时注意到的事都会写进调查书(chousasho)。
- 有学科考试。公立高中要考语文・数学・英语・理科・社会5科。私立高中一般考语文・数学・英语3科(有的学校也考5科)。

※不管是推荐选拔(suisensenbatsu)还是一般选拔(ippansenbatsu)，调查书(chousasho)里都会写初中二年级和三年级的出席天数。缺课・早退・迟到都很少的话当然好，但是如果因为（身体或心理）疾病等原因的话，要填写指定的材料并交给老师。

進学

※面接試験には、個人面接と集団面接があります。高校によって違うので、必ず受験案内などで確認しましょう。集団面接でも個人面接でも、礼儀・姿勢・話し方など、基本的なことは1年生から身につけるようにしましょう。内容についても、志望動機などを自分の言葉で話せるようになります。面接の練習は、先生が学校でやってくれます。家族も協力して何度も練習しましょう。

※体育・音楽・美術等の学科は、推薦選抜、一般選抜とともに実技試験もあります。

②定時制課程・通信制課程の入学試験

・定時制課程（昼間）

入学試験は、国語・数学・英語の3教科のところが多いです。
学力テストのほかに、作文、面接も行われます。

・定時制課程（夜間）

入学試験は、国語・数学・英語の3教科のところが多いです。
簡単な筆記試験を行なうところもあります。

・通信制課程

学力テストを行わないところが多いです。
作文、面接は行われます。

外国人学生等選抜について

【外国人学生等選抜とは】

日本に来てから、あまり年数が経っていないため、日本語での教科の受検が、日本人と同じようにはできない子どもが対象です。愛知県の出願資格は以下のようになっています。

保護者とともに県内在住（または住む予定）で、小学校4年生以上の学年に編入学、または3年生以下の学年に編入学し特別な事情（出入国を繰り返すなど）があると認められる外国籍の人。

入学試験の問題には、たくさんの漢字が使われています。外国人学生等選抜では、漢字には、ひらがなでルビがふってあります。

日本語がまだ上手ではなくても（高校受験までに外国人学生の日本語能力が日本人と同レベルにならなくとも）、がんばれば高校に合格できるように、入試の特別枠として外国人学生等選抜制度を作つて、外国人学生の高校進学をすすめています。中学校の勉強とは別で、英検（実用英語検定）など各種資格を持っている場合は先生に言いましょう。調査書に書いてもらえる資格もあります（全部の資格が書いてもらえるわけではありません）。

※面试考试分个别面试和小组面试。每个高中的面试方法不一样，一定要好好看考试指南书。不管是小组面试还是个别面试，从一年级开始就要学习锻炼礼仪・姿势・说话方式等这些最基本的事。关于内容，要能用自己的话说明报考理由(shiboudouki)。老师会在学校给大家做模拟面试。家里人也应该配合孩子，给孩子多做练习。

※关于体育・音乐・美术等学科，推荐选拔(suisensenbatsu)、一般选拔(ippansenbatsu)的同时，还有特长实力测验。

② 定时制课程(teijisei)・函授制课程(tsuushinsei)的入学考试

• 定时制课程(teijisei)（白天）

入学考试一般考语文・数学・英语3科的比较多。

除了基础学习能力考试以外还有作文和面试。

• 定时制课程(teijisei)（夜校）

入学考试一般考语文・数学・英语3科的比较多。

有的学校还会有简单的笔试。

除了基础学习能力考试和简单的笔试以外，还有作文和面试。

• 函授制课程(tsuushinsei)

一般没有基础学习能力考试。

有作文和面试。

关于外国籍学生的选拔(gaikokujinseitotousenbatsu)

【外国籍学生等的选拔(gaikokujinseitotousenbatsu)是什么】

这个考试的对象是，由于来日本的时间比较短，不能跟日本人一样用日语来参加课程考试的人。爱知县的报考资格如下。

跟家长一起住在县内（或准备住），小学校是在4年级以上插班入学，或3年级以下插班入学但是有特别的原因（比如经常回国等），而且被承认这样的理由的外国籍学生。

入学考试的问题使用很多汉字。外国籍学生等的选拔(gaikokujinseitotousenbatsu)的话，汉字上面有假名注音。

日语还不是很好，（到考高中的时候外国籍学生的日语能力即使达不到日本人的水平）如果努力的话也能上高中，作为入学考试的特别招生，制定了外国籍学生等的选拔制度(gaikokujinseitotousenbatsu)，推荐让外国籍的学生上高中。初中的学习以外，如果有像英检（实用英语检定）等各种资格证的话，请告诉老师。因为有的资格可以被写进调查书(chousasho)（当然不是所有的资格都可以）。

進学

【試験内容（愛知県の例）】

- ・国語、数学、外国語（英語）の3教科を一つにまとめた基礎的な内容
- ・漢字には、ひらがなでルビがふってあります。
- ・面接を行っているところが多いです。面接は個人面接、日本語で行います。

【実施校（愛知県の例）】

- ・普通科：名古屋南高校、小牧高校、東浦高校、衣台高校、安城南高校、豊橋西高校
- ・職業学科：豊田工業高校工業科、豊川工業高校工業科、中川商業高校商業科

詳しいことは、それぞれの高校のHPを参照してください。愛知県での実施校はすべて公立高校全日制です。

※定期制課程の前期選抜において、学力検査を行う学校では、学力検査問題の漢字にひらがなでルビをふっています。

※外国人生徒等選抜で合格とならなかった場合は、一般選抜（一般入試）になるので、外国人生徒等選抜の学力検査とは別に、一般選抜（一般入試）の学力検査（国語、数学、社会、理科、外国語（英語）の5教科）を受検することになります。

詳しいことは愛知県のHP <http://www.pref.aichi.jp/0000027366.html>
(英語、中国語、ハングル語、ポルトガル語、スペイン語訳あり)
名古屋国際センターのHP www.nic-nagoya.or.jp/japanese/nicnews/archives/5328
を見てください。



※先生方へ※

外国人生徒等選抜入試を含め、高校入試の制度は自治体により異なります。

本人や保護者から、来日についての話などをよく聞いて、出願資格があるかどうかを早めに確認してください。また、各自治体で制度の見直しをすることもありますので、それぞれの自治体のHPなどを確認して、生徒に伝えてください。

【考试内容（爱知县的例子）】

- 语文・数学・外语（英语）3科合在一起的综合基础内容
- 汉字上面有假名注音。
- 很多学校都有面试。面试是个别面试，用日语面试。

【实施的学校（爱知县的例子）】

- 普通科：名古屋南高校、小牧高校、东浦高校、衣台高校、安城南高校、丰桥西高校
- 职业学科：丰田工业高校工业科、丰川工业高校工业科、中川商业高校商业科

关于详细情况，请参考各个高中的网页。爱知县的实施高中都是全日制公立高中。

※定时制课程(teijisei)的前期选拔，有基础学习能力考试的学校，考试题的汉字上有假名注音。

※参加外国籍学生等的选拔(gaikokujinseitotousenbatsu)没有合格的话，就变成一般选拔(ippansenbatsu)（一般入学考试），跟外国籍学生等的选拔(gaikokujinseitotousenbatsu)不一样，要参加一般选拔(ippansenbatsu)（一般入学考试）的基础学习能力考试（语文、数学、社会、理科、外语（英语）5科）。

详细情况请参考

爱知县的网页 <http://www.pref.aichi.jp/0000027366.html>

（有英语、汉语、韩语、葡萄牙语、西班牙语的翻译）

名古屋国际中心的网页 www.nic-nagoya.or.jp/japanese/nicnews/archives/5328



2-1-4. お金について

高校に入学すると、中学校以上にたくさんのお金が必要となります。決められた条件に当てはまれば奨学金を借りることができますが、高校に入学してから申し込むことが多いです。奨学金には、お金を返さなくてもいい奨学金もありますが、ほとんどが返さなければなりません。高校を受験するときに納入する受験料や入学手続きをするときに納入する入学金を準備することはとても重要です。

①受験料

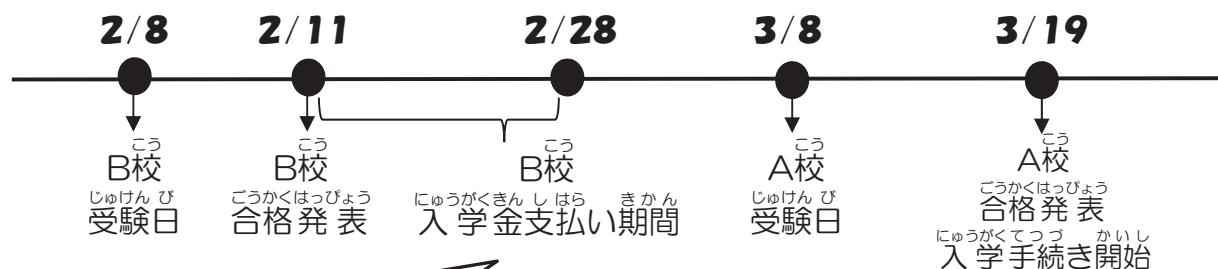
入学試験は、第1志望の高校（一番行きたい高校）を1校だけ受験しても構いませんが、ほとんどの中学生は、第1志望の高校に合格できなかったときのために、2~4校を受験します。受験料は1校ごとに必要です。

②入学手続きの費用（入学金）

高校に合格したら、決められた日までに入学金を支払わなければなりません。第1志望の高校より先に第2志望の高校に合格した場合、第1志望の高校に合格しなかったときのために、まずは第2志望の高校に入学金を払います。第2志望の高校には行かないかもしれませんのに、入学金を支払うのはもったいないと思うかもしれません、第1志望の高校に絶対合格できるかどうかは分かりません。

入学金の支払いの日程(例)

A校：第1志望校 B校：第2志望校



まだ、A校に合格できるかわからない
ので、B校に入学金を払います※1

A校に合格 → A校に入学金を払って入学
手続きをします※2
A校に不合格 → B校の入学手続きをします※3

※1 入学手続きの期間は、それぞれの高校によって違います。

※2 第2志望の高校の中には入学金を支払っていても、第1志望の高校に合格したので第2志望の高校には行かないということを申請すれば一部または全額お金が返ってくる場合もあります。

※3 第2志望の高校では、合格発表直後の入学手続き期間では入学金の一部を支払い、残りのお金は、第1志望の高校の合格発表を見て不合格だった場合に支払うというところもあります。残りのお金がある場合は支払うことを忘れないようにしましょう。

2-1-4、关于费用

升入高中以后，要比初中花的费用多很多。如果符合规定的条件的话可以借奖学金(shougakukin)，但是一般要进入高中之后才能申请。奖学金也有不用还的奖学金，但是大部分都是需要还的。考高中的时候，交考试费、办入学手续的同时准备入学金也很重要。

①考试费

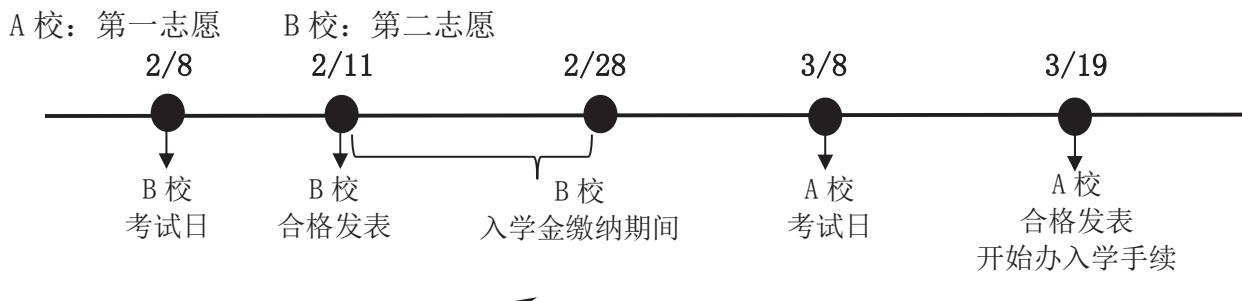
入学考试，只考第一志愿的高中(最想去的高中)一所也可以，但是很多初中生会报考2~4所高中，是因为万一第一志愿没考上的话，还可以考别的高中。每考一个高中都需要考试费。

②入学手续的费用(入学金)

高中考试合格后，要在指定的日期之前缴纳入学金。

如果在第一志愿的高中结果发表之前，第二志愿的高中先合格的话，以防万一先缴付第二志愿的高中的入学金。有可能不想去第二志愿的高中，又缴付入学金的话会觉得很浪费，但是第一志愿的高中能不能合格谁也不知道。

入学金的缴付日程(例)



因为还不知道A校是否能合格，所以先缴纳B校的入学金※1

A校合格了→缴纳A校的入学金、办入学手续※2

A校不合格→办B校的入学手续※3

※1 入学手续的期间，每个学校不一样。

※2 如果缴纳了第二志愿高中的入学金，第一志愿高中又合格的话，申请不去第二志愿的话，有可能会退回一部分或全额入学金。

※3 有的学校可以，第二志愿高中的合格发表后的入学手续期间内，先缴纳一部分入学金，剩下的入学金等第一志愿高中的合格发表之后，如果不格的话再缴纳剩下的。注意别忘了缴纳剩下的入学金。

進学

③入学後、必要なお金

授業料に関しては、高等学校等就学支援金制度により、決められた条件に当てはまる場合は、無料になったり減らしてもらったりすることもあります。しかし、入学が決まると制服や教科書代、年間の諸経費や修学旅行のための積立金などが必要になります。職業学科では実習に必要な教材や道具を買ったり、部活動に力を入れている高校では、ユニフォームや用具を買ったりするなど、学校以外の施設で活動するための費用（交通費や宿泊費）も必要になります。制服や教科書代、体操服など、買うときにお金を払うものもありますが、諸経費や積立金などは、銀行などから引き落としするように手続きをするところが多いです。（毎月、または二か月に1回、1学期ごとなど、定期的に支払うものは引き落としが便利です）

④貯金しておくことが大切

高校では、入学金や授業料とは別に、毎月の集金や部活動や通学のための（自転車や定期券の購入）お金、昼食代などいろいろ必要になります。また、将来、大学や専門学校に進学する場合は、たくさんのお金が必要になります。進学に備えて少しづつ貯金することはとても大切です。

特に、私立高校への進学を希望する場合は、公立高校よりたくさんのお金が必要になります。また、比較的受験しやすい高等専修学校（入学試験が作文や面接だけ、または、教科が2～3教科だけ）も私立のところが多いので、家族で相談することが重要です。

高校3年間にかかる費用は、公立高校409,979円、私立高校995,295円となっています。（いずれも全日制課程、平成26年度文部科学省のHP「子供の学習費調査の結果について」より）

⑤必要なお金の例（愛知県の公立高校と私立高校、2016年度）

	公立高校	私立高校	公立定時制高校			※1
	普通科・専門学科	普通科・専門学科	昼間	夜間	通信制課程	
受験料	2,200円	10,000円～20,000円	950円			無料
入学金	5,650円	200,000円～400,000円	2,100円	2,100円	2,100円	
施設整備費等	—	学校によって違います	—	—	—	
制服・体操服など学校指定の物品	制服は夏用のもの、学校によっては合服も必要になります。体操服関係では夏用はもちろんジャージやプールの授業で必要なものもあります。通学靴、通学力バン、サブバッグなどは中学校ほど細かい指定はありませんが、上靴、体育館シューズは指定されているところが多いです。※表1	がっこう なつよう がっこう あいふく ひつよう せいふく なつよう がっこう おお うわくつ たいいくかん ちゅうがっこう こま してい じゅぎょう ひつよう つうがくぐつ つうがく うわくつ たいいくかん ひょう ひつよう ちゅうかんていじせい せいふく たいそうふく がっこう おお やかんていじせい つうしんせい がっこう いちぶしてい うわくつ たいいくかん	昼夜定時制は制服・体操服などがある学校が多いです。夜間定時制や通信制課程でも、一部指定のものがある学校もあります。（上靴や体育館シューズなど）			

③ 入学后需要的费用

关于学费，有高等学校助学支援制度，如果符合规定的条件的话，会减免一部分或免费。但是决定入学后，就需要准备校服的钱、课本费、一年的杂费、毕业旅行的分期积累费用等。职业学科的话，还需要实习的教材和工具。社团活动很努力的高中的话，还需要买服装和用具等。还有在学校以外的设施参加活动的话，还需要一些活动费用（交通费和住宿费等）。以上的这些费用，像校服的费用、课本费、体操服的费用等是购买的时候需要支付，像杂费和分期积累的费用的话，一般是从银行自动转帐。（像需要每个月或两个月一次、每学期这样需要定期支付的费用的话，利用银行自动转帐比较方便）

④ 存钱很重要

在高中，除了入学金和学费以外，还有每个月的统一收费、为了参加社团活动或上学时用的钱（自行车或电车等的月票）、午饭费用等。而且，将来要上大学或专门学校的话，也需要很多钱。为了将来的升学，平时一点一点积攒很重要。

特别是，如果要报考私立高中的话，那就要比公立高中多花很多钱。另外，比较好考一些的高等专修学校（入学考试只有作文和面试，或只考2~3科）大多都是私立的，所以要好好跟家里人商量。

高中3年需要花费的费用，公立高中409,979日元、私立高中995,295日元。（这都是全日制(zennichisei)课程。数据来自平成26年文部科学省的网页「关于孩子学习费用的调查结果」）

⑤ 需要花的钱的例子（爱知县的公立高中和私立高中，2016年度）

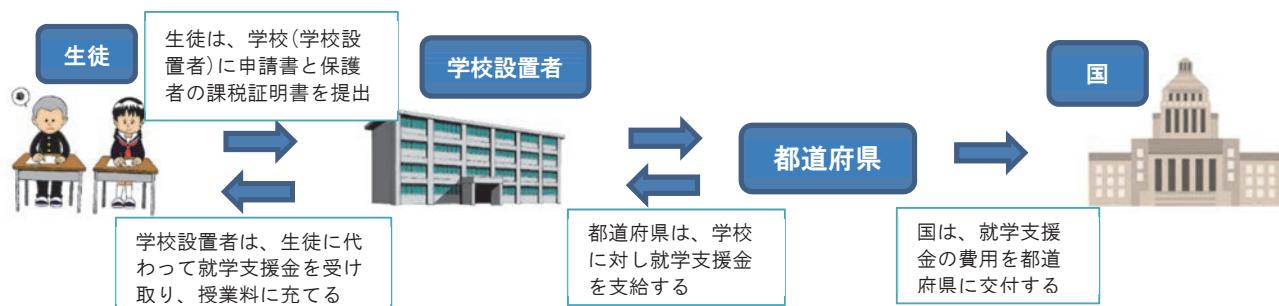
	公立高中 (kouritsukoukou)	私立高中 (shiritsukoukou)	公立定时制高中 ※1 (kouritsuteijiseikoukou)		
	普通科(futsuuka) ・专业科(senmongakka)	普通科(futsuuka) ・专业科(senmongakka)	白天	晚上	函授制课程 (tsuushinsei)
考试费	2,200日元	10,000日元～20,000日元	950日元		免费
入学金	5,650日元	200,000日元 ～400,000日元	2,100日元	2,100日元	2,100日元
设施维修费等	—	每个学校不同	—	—	—
校服・体操服等学校指定购买的东西	校服(seifuku)是夏季用的，有的学校还需要外套。体操服除了夏季用的以外，还需要运动服和游泳课用的东西。上下学穿的鞋、上学的书包、辅助包等，不会像中学那样要求严格，但是室内鞋、体育馆用的鞋一般都有规定。※表1		白天定时制的话有校服(seifuku)・体操服等的高中比较多。晚上定时制或函授制课程的话，有的学校会指定一部分。（室内用的鞋、体育馆用的鞋等）		

	公立高校	私立高校	公立定時制高校		※ 1
	普通科・専門学科	普通科・専門学科	昼間	夜間	通信制課程
教科書代(有償)	公立高校、私立高校とともに、25,000円～30,000円くらいですが、副教材の購入も必要になります。副教材は学校によって違います。		15,000円～ですが、働いている生徒にたいじょうけんみむしょうきゅうよ対し条件を満たせば無償で給与されます。		
学校徴収金等	PTA会費、生徒会費、積立金など約9,000円 ※表2-②③	PTA会費、生徒会費、積立金のほかに後援会費が必要な学校もあります			
授業料※2	118,800円(年間)	250,000円～400,000円(年間)	昼夜定時制：月額約11,500円 やかんていじせい夜間定時制：月額約9,900円程度です。	昼夜定時制：月額約11,500円 やかんていじせい夜間定時制：月額約9,900円程度です。	昼夜定時制：月額約11,500円 やかんていじせい夜間定時制：月額約9,900円程度です。

※1 私立高校では定時制は非常に少ないです。通信制のある私立高校はたくさんありますが、公立高校よりたくさんのお金が必要です。公立の通信制は受検料と入学金を払った後、必要なお金は、学校徴収金等(諸経費・教材費等)合わせて、35000円程度です。私立の通信制は入学金が2万円～5万円、授業料は単位数にもよりますが、年間30～60万円 정도です。

通信制高校にはスクーリングといって、学校に行き、先生の面接指導を受ける日があります。また、行事等で校外に出かける学校もあり、特に私立の通信制高校はコースによつてたくさんのお金が必要になることもあります。

※2 生徒が学校に申請書を提出します。学校は都道府県から就学支援金(奨学金)を受け取り、それを授業料に充てます。(イラストは文部科学省のHPを参考にしています)



申請には親の収入などいろいろな条件があります。

例: 年収610万円未満程度の場合

詳しくは文部科学省のHPを見てください。

「高校生等への修学支援」 www.mext.go.jp/a_menu/shotou/mushouka

ほかにも、都道府県ごとに、入学料補助金など、いろいろな支援があります。

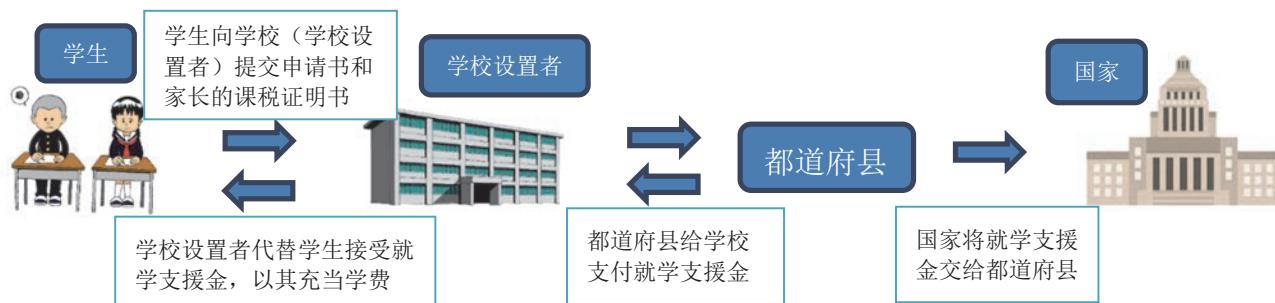
愛知県の例「高等学校等における助成制度」 www.pref.aichi.jp/soshiki/shigaku/0000003280.html

	公立高中 (kouritsukoukou)	私立高中 (shiritsukoukou)	公立定时制高中 ※1 (kouritsuteijiseikoukou)	
	普通科(futsuka) ・专业科(senmongakka)	普通科(futsuka) ・专业科(senmongakka)	白天	晚上
课本费 (需要支付)	公立高中、私立高中都是 25,000 日元～30,000 日元左右。另外还需要购买辅导书。辅导书的费用每个学校都不一样。			15,000 日元以上。对于边工作边学习的学生，如果符合条件的话可也能会免费提供。
学校征收费用等	PTA 会费、学生会费、分期积攒费用等，大约 9,000 日元 ※表 2-②③	除了 PTA 会费、学生会费、分期积攒费用以外，有的学校还需要赞助会费。	公立高中是把学校征收的费用和学费加起来一起收 白天定时制： 一个月大概 11,500 日元 晚上定时制： 一个月大概 9,900 日元	公立高中的学校征收费用（杂费、课本费等）加在一起一年大概 35,000 日元左右。
学费 ※2	118,800 日元（1 年）	250,000 日元 ～400,000 日元（1 年）		

※1 有定时制的私立高中比较少。有函授制的私立高中比较多，但是，费用比公立高中要高很多。公立的函授制的话，支付了考试费和入学金之后，需要支付学校征收费用等（杂费、课本费等）加起来总共 35000 日元左右。私立的函授制的话，入学金大概 2 万日元～5 万日元，学费是根据所修单位算，1 年大概需要 30～60 万日元左右。

函授制高中有短期集中讲座 (sukuuringu)，就是去学校，接受老师的面试指导的日子。另外，有的学校也有校外课外活动等。特别是私立的函授制高中的话，根据所学课程，有时候会需要很多钱。

※2 学生向学校提交申请书。学校从都道府县接受就学支援金（奖学金）以充当学费。
(下图是参考文部科学省的网页)



申请的时候有关于家长收入等各种条件。

比如：年收入不到 610 万日元

详细请查看文部科学省的网页。

「给高中生等的修学支援」 www.mext.go.jp/a_menu/shotou/mushouka

除此之外，都道府县也有各自的入学金补助金等各种支援。

爱知县的例子「关于高等学校的扶助制度」 www.pref.aichi.jp/soshiki/shigaku/0000003280.html

<p>た その他</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・昼食代 (家で弁当を作る場合を除く) ・定時制 (夜間) など給食がある場合は給食費 (5,000円程度) ・通学にかかる費用 自転車通学 (自転車購入) 電車・バス通学 (定期代) <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">    </div> <ul style="list-style-type: none"> ・部活関係 (ユニフォームや用具代など)。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">    </div>
------------------	---

※表1 《制服・体操服など学校指定の物品の例》

	公立高校	私立高校
制服	40,000円～60,000円 (入学後夏服の注文もあります。 合服のある学校もあります)	10万円～20万円 (学校により制服のデザインは様々です。季節ごとに指定されたベストやセーター、コートなども必要になります)
体操服 (上下)	7,000円～10,000円 (夏は着替え用があると便利です)	7,000円～ (夏は着替え用があると便利です)
ジャージ (上下)	8,000円～15,000円	10,000円～
上靴 (スリッパ)	1,000円～2,000円	1,000円～
体育館 シューズ	2,500円～5,000円	3,000円～

- ・上記のほか、スクールバッグや水着などにも指定のあるところもあります。
- ・入学式前後に行われるオリエンテーションや入学後に、学年費や学年積立金などの一括徴収をする学校が多く、4月の納入金が高額になります。
- ・一般的に5月または6月からの毎月徴収金は、PTA会費、生徒会費、修学旅行積立金等です。

其他	<ul style="list-style-type: none"> • 午饭费用（在家做盒饭的情况除外） • 定时制（晚上）等有校餐的话校餐费（5,000 日元左右） • 上下学要花的费用 自行车上下学（购买自行车）电车・公交车上下学（月票钱）  <ul style="list-style-type: none"> • 社团活动关联（服装、用具等费用） 
----	---

※表1 《校服・体操服等学校指定的东西的例子》

	公立高中 (kouritsukoukou)	私立高中 (shiritsukoukou)
校服	40,000 日元～60,000 日元 (入学后定夏季的校服。有的学校还有外套)	10 万日元～20 万日元 (每个学校的校服有各种各样的样式。 每个季节有指定的马甲、毛衣、大衣等)
体操服 (上下)	7,000 日元～10,000 日元 (夏季的话有替换的会更方便)	7,000 日元～ (夏季的话有替换的会更方便)
运动服 (上下)	8,000 日元～15,000 日元	10,000 日元～
室内用鞋 (拖鞋)	1,000 日元～2,000 日元	1,000 日元～
体育馆用鞋	2,500 日元～5,000 日元	3,000 日元～

- 除了上面这些以外，有的学校对上学的书包、游泳衣等也有规定。
- 很多学校会在开学典礼前后的入学说明会或入学之后，统一征收年级费、年级分期积攒费等。所以 4 月份要支付的钱非常多。
- 一般从 5 月或 6 月开始每个月缴纳月征收费用，其中包括 PTA 会费、学生会费、毕业旅行分期积攒费等。

※表2《4月の納入金の例》

①	入学金	5,650円
②	一括徴収金	30,600円
③	毎月徴収金 ※ (4月5月の2か月分)	9,400円
④	教科書代	24,500円
	合計	70,150円



毎月徴収金は、毎月、または2か月分を口座振替で納入する学校が多いです。このほかに教材実費(特に職業学科では実技科目の教材費や資格を取るための検定料などのお金)も必要になります。

⑥奨学金とは

日本には、高校や高等専修学校の授業料を払うことが困難な家庭に対して低い金利でお金を貸してくれたり、減らしてもらったりする制度があります。中には返さなくてもいいものもあります。

(1)日本学生支援機構

- 日本で一番利用されているのは、日本学生支援機構の奨学金です。入学してから毎月決められたお金が振り込まれます。この奨学金は、もらえるお金ではなく借りるお金です。卒業してから返さなければなりません。初めから奨学金を頼るのではなく、まずは貯金をすることが大切です。

日本学生支援機構HP www.jasso.go.jp/shogakukin

(2)国の教育ローン(日本政策金融公庫の教育一般貸付)

- 教育ローンは、入学する前でも借りることができます。卒業するまでに必要なお金をまとめて借りることができます。借りた翌月から決められたお金を返済していきます。毎月の生活費から、お金を返すことになるので、よく考えて借りなければいけません。

日本政策金融公庫HP <https://www.jfc.go.jp/n/finance/search/ippan.html>

奨学金なるほど相談所HP <http://www.shogakukin.jp/13loann/>

(3)銀行系、信販系の教育ローン

- 日本学生支援機構の奨学金や、国の教育ローンより簡単な手続きで借りられます。利息が高いです。(国の教育ローン2%、銀行系3~5%、信販系5~10%)

※表2《4月缴纳费用的例子》

①	入学金	5,650 日元
②	统一征收费用	30,600 日元
③	月征收费用※ (4月和5月两个月的)	9,400 日元
④	课本费	24,500 日元
	总共	70,150 日元



※关于月征收费用，很多学校是每个月或两个月一次通过银行帐户转帐缴纳。除此以外还有教材费用（特别是专业学科，实际操作课的教材费、考资格证书时的考试费等）。

⑥奖学金(shougakukin)是什么

在日本，针对支付高中或高等专修学校的学费比较困难的家庭，以很低的利息贷款或减免的制度。其中也有不用还的奖学金(shougakukin)。

(1) 日本学生支援机构

- 在日本利用最多的是日本学生支援机构的奖学金(shougakukin)。入学之后，每个月会将规定的金额的钱汇来。这个奖学金不是给的钱而是借的钱。毕业之后需要偿还。不要一开始就指望用奖学金(shougakukin)，重要的是为上学存钱。

日本学生支援机构网页 www.jasso.go.jp/shogakukin

(2) 国家的教育贷款(日本政策金融公库的教育一般贷款)

- 教育贷款在入学之前就可以借。毕业之前所需要的金额的钱，可以一次性借。借后的第二个月开始每个月按规定的金额还贷款。因为每个月要从生活费里拿出来一部分还贷款，所以要想清楚了再借。

日本政策金融公库网页 <https://www.jfc.go.jp/n/finance/search/ippan.html>

奖学金详细咨询所网页 <http://www.shogakukin.jp/13loann/>
(syougakukinnaruhodosoudanjyo)

(3) 银行系统、信托系统的教育贷款

- 跟日本学生支援机构的奖学金(shougakukin)、国家的教育贷款比起来，手续更简单一些。但是利息很高。(国家的教育贷款2%、银行系统3~5%、信托系统5~10%)

⑦国や自治体などからの支援

(1)高校生等奨学給付金

収入が低い家庭は、授業料以外の教育費(教科書代、教材費、通学用品代、生徒会費、PTA会費等)の負担を減らすために国や各自治体からお金がもらえます。詳しいことは文部科学省のHPを見てください。

[高校生等奨学給付金](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/mushouka/1344089.htm)

(2)地方公共団体(都道府県・市区町村)・奨学事業実施団体が行う大学・短大生及び高校生等への奨学金制度

http://www.jasso.go.jp/about/statistics/shogaku_dantaiseido/index.html#search_button

(3)中学校で勉強や部活動の成績がとても良いなど特別な場合

私立高校や高等専修学校では入学金や授業料を払わなくていい場合や減額される場合があります。奨学金をもらえるところもあります(この場合の奨学金は、返さなくていいです)。学校によって違うので、入学案内を見たり先生に確認したりしましょう。

○日本学生支援機構の奨学金や、銀行などの教育ローンは比較的借りやすいです。ただし卒業後、必ず返さなければならぬので、気軽に借りないように注意することが必要です。また、高校卒業後、専門学校(高校を卒業しなければ受験できない専修学校専門課程)や大学に進学する可能性も考えて、さらにたくさんの貯蓄が必要となります。高校と同じように専門学校や大学も、国公立と私立では学費に大きな差があります。学力については、高校と違って、国公立大学はレベルが高く、合格するためにはたくさんの努力が必要です。

○補助金、奨学金、教育ローンについては、「外国につながる子どもたちの進路開拓ガイドブック」(愛知県地域振興部国際課多文化共生推進室発行)にも載っています。(2012年発行のため各項目ごとに他団体のURLなども参考に、最新情報を確認してください)

⑦国家和地方自治体给与的支援

(1) 高中生等奖学补贴金

收入低的家庭，为了减轻学费以外的教育资金（课本费、教材费、上下学用品费用、学生会费、PTA会费等），可以从国家或地方自治拿到补贴金。详细请查看文部科学省的网页。

高中生等奖学补贴金 www.mext.go.jp/a_menu/shotou/mushouka/1344089.htm

(2) 地方公共团体（都道府县・市区町村）・奖学事业实施团体的针对大学生、短大生以及高中生的奖学金制度

http://www.jasso.go.jp/about/statistics/shogaku_dantaiseido/index.html#search_button

(3) 在中学学习成绩或社团活动的成绩很优秀等特别的情况

私立高中、高等专修学校入学时，有的不用缴纳有的减免一部分入学金或学费。有的可以拿到奖学金(shougakukin)（这个奖学金是不用偿还的）。因为每个学校的规定是不一样的，所以请看入学指南或向老师确认。

○日本学生支援机构的奖学金(shougakukin)、银行等的教育贷款比较容易借。但是，毕业之后需要偿还，所以需要注意不要轻易去借。另外，高中毕业之后，又可能还要上专门学校（必须高中毕业才可以考得专修学校专业课程）或大学，这样的话就需要更多的储蓄。跟高中一样，专门学校或大学也都是国公立和私立的学费的差距很大。关于基础学习能力，跟高中不一样的是，国公立大学的难度很高，要想合格就得付出更多的努力。

○关于补助金、奖学金(shougakukin)、教育贷款，「开拓外国孩子们的毕业去向指南书」（爱知县地域振兴部国际课多文化共生推进室发行）上也有说明。（因为是2012年发行的，所以关于各个项目的最新信息请参考其他团体的网页确认）

2-2. 専修学校(高等課程)

2-2-1. 専修学校の種類

専修学校には高等課程と一般課程と専門課程があります。高等課程を卒業すると、高校の卒業資格がもらえます。中学校卒業後に進学するのは、ほとんど高等課程です。高等課程のことを高等専修学校といいます。

日本には、たくさんの種類の高等専修学校があります。高等専修学校では、将来の仕事につながる知識や技術を学ぶ専門科目の授業が中心になります。就職して、すぐに役立つ実習や実技の時間が多めです。

8つの分野（工業、農業、医療、衛生、教育・社会福祉、商業実務、服飾・家政、文化・教養）の中に、いろいろな学科があります。

8つの分野

1	工業分野	機械科、コンピュータ科、建築科、電気科、自動車整備科など
2	農業分野	農業科
3	医療分野	准看護科
4	衛生分野	調理師科、製菓衛生師科、理容科、美容科、食物科
5	教育・社会福祉分野	介護福祉科、保育福祉科、福祉科、社会福祉科
6	商業実務分野	商業科、経理課、簿記科、ITビジネス科、トラベルビジネス科など
7	服飾・家政分野	ファッションデザイン科、ファッションビジネス科など
8	文化・教養分野	美術科、外国語科、スポーツ科、バレエ科など

詳しいことは、全国高等専修学校協会「分野別進学ガイド」HPを見てください。

<http://www.zenkokukoutousenshugakkouyoukai.gr.jp/bunya.html>

2-2-2. 入学試験について

- 国語、数学、英語、社会、理科の5教科のところ、国語、数学、英語の3教科のところなど、学校によって違います。
- 作文や面接があるところが多いです。
- 推薦入試やAO入試を行っているところもあります。

詳しいことは、

全国高等専修学校協会のHP www.zenkokukoutousenshugakkouyoukai.gr.jp/about02.html

愛知県は、愛専各（愛知県専修学校各種学校連合会）のHP www.askr.or.jp を見てください。

2-2、专修学校（高等课程）(senshuugakkou (koutoukatei))【相当于中国的中专】

2-2-1、专修学校（senshuugakkou）的种类

专修学校（senshuugakkou）有高等课程（koutoukatei）、一般课程和专业课程。高等课程（koutoukatei）毕业的话可以拿到高中毕业资格。初中毕业后的升学一般是高等课程（koutoukatei）。高等课程（koutoukatei）有时被称为高等专修学校。

日本有很多种类的高等专修学校。高等专修学校是以学习跟将来的工作有关联的知识和技术的专业科目的课为中心。一般就业后能马上用上的实习、实际技能的时间比较多。

8个领域（工业、农业、医疗、卫生、教育·社会福祉、商业实务、服饰·家政、文化·教养）里面，有各种各样的学科。

8个领域

1	工业领域	机械科、计算机科、建筑科、电工科、汽车维修科等
2	农业领域	农业科
3	医疗领域	准看护科
4	卫生领域	厨师科、甜点卫生师科、美发科、美容科、食品科
5	教育·社会福祉领域	护理福祉科、保育福祉科、福祉科、社会福祉科
6	商业实务领域	商业科、会计科、簿记科、IT商务科、旅行商务科等
7	服饰·家政领域	服装设计科、服装商务科等
8	文化·教养领域	美术科、外语科、体育科、芭蕾科等

详细情况请查看全国高等专修学校协会「各领域升学指南」网页。

<http://www.zenkokukoutousenshugakkoukyoukai.gr.jp/bunya.html>

2-2-2、关于入学考试

- 每个学校不一样。有的学校考语文、数学、英语、社会、理科5科。有的学校考语文、数学、英语3科。
- 一般有作文和面试的学校比较多。
- 也有的学校有推荐考试（suisensennyuushi）或AO考试。

详细请查看

全国高等专修学校协会的网页 www.zenkokukoutousenshugakkoukyoukai.gr.jp/about02.html
爱知县的话，可以查看爱知县专修学校各种学校联合会的网页 www.askr.or.jp

かね 2-2-3. お金について

- 私立高校よりたくさんのお金が必要です（卒業資格をとるために通信制高校にも在籍。実習費や教材費も必要）。
- たくさんの種類の学校、学科があるので、自分が選んだ学校、学科によってかなりの違いがあります（50万～120万円程度）。
- 制服があるところが多いです。制服代も学校によって違います。
- 国から就学支援金がもらえます。自治体からも授業料軽減補助が受けられます（条件は高校とほとんど同じです）。

た　ちゅうがっこうそつきょうご　しんろ 2-3. その他、中学校卒業後の進路

こうとうせんもんがっこう ①高等専門学校

ねんいつかんきょういく　こうど　ぎ　じゅつしょ　ようせい　もくとき　たか　がくりょく　ひつよう
5年一貫教育で、高度な技術者の養成を目的としており、高いレベルの学力が必要です。
例：○○工業高等専門学校（○○高専）、△△商船高等専門学校（△△商専）など

しょくぎょうのうりょくかいはつこう ②職業能力開発校

き　きょうないがくえん ③企業内学園

②、③については、p.193「就職」を見てください。

3. 中学校ができる支援

しんろ　じゅんび　すす　しんがくさき　き　じゅけんべんきょう　べつ　がんしょ　か　かた　ていしゅつ
進路について準備を進め、進学先が決まったら、受験勉強とは別に、願書の書き方や提出
ほうほう　おし　がんしょ　しほうこう　ちよくせつていしゅつ　ばあい　しほうこう　い　かた
方法も教えてもらいましょう。願書を志望校に直接提出する場合は、志望校までの行き方を
じせん　しら　がんしょ　ゆうそく　ばあい　しけん　いちど　じたく
事前によく調べておきましょう。また、願書を郵送する場合は、試験日までに一度は自宅から
しほうこう　い　じゅけんどうじつ　き　も　よ　ゆう　で
志望校まで行っておくと、受験当日も気持ちに余裕をもって出かけられます。

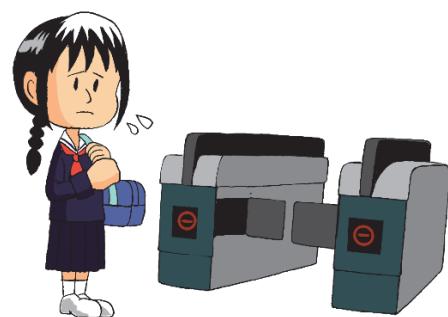
たんにん　せんせい　めんせつ　れんしゅう　か　ぞく　きょうりょく　いえ　めんせつ　れんしゅう
また、担任の先生と面接の練習をしたり、家族に協力してもらって家でも面接の練習を
く　かえ　こえ　だ　めんせつ　しけん　にがて　い　しき
したりしましょう。繰り返し声に出すことでの、面接試験への苦手意識がなくなります。

じゅけん　こ　せんせいがた　か　ぞく　ばんぜん　じゅん　ひ　のぞ　まい
このように、受験には、子どもも先生方も家族も、万全の準備をして臨むわけですが、毎
にち　まい　じ　かん　おな　じゅけん　む　と　ちゅう　お　ごうかく
日、毎時間が同じではないように、受験に向かう途中、ハプニングが起こったり、合格して
にゅうがく　てつづ　あいだ　もんだい　で　なに　お
から入学手続きまでの間に問題が出てきたりすることもあります。何か起こったら、まずは
ちゅうがっこう　せんせい　そだん
中学校の先生に相談しましょう。

じ　れいしょくかい ○事例紹介○

ひとり　こうきょうこうつう　き　かん　い ①1人で公共交通機関で行く。

- (1)電車やバスの路線を間違えて乗ってしまった。
- (2)降車駅や改札口を間違えてしまった。
- (3)受験校までの道を間違えてしまった。
- (4)乗り遅れてしまった。



2-2-3、关于费用

- 比私立高中费用要高一些（为了拿到高中的毕业资格还得上函授制高中。还需要实习费和教材费）。
- 因为有很多种类的学校、学科，所以根据自己选择的学校、学科也会有很大的差别（大概 50 万日元～120 万日元左右）。
- 一般有校服的学校比较多。校服(seifuku)的费用每个学校也不一样。
- 可以拿到国家的就学支援金。也可以享受自治体的学费减免补助（条件的话跟高中几乎一样）。

2-3、其他中学毕业后的去向

① 高等专业学校 (koutousenmongakkou)

5 年一贯制教育，是以培养高水平的技术人员为目的，需要很高的基础学习能力。

比如：○○工业高等专门学校（○○高专）、△△商船高等专门学校（△△商专）等

② 职业能力开发校 (shokugyounouryokukaihatsukou)

③ 企业内学院 (kigyounaigakuen)

关于②、③、请参考 p. 194 「就业」一页。

3、中学可以给与的帮助支援

关于毕业去向，要好好做准备，等升学的学校定了之后，除了为考试复习功课以外，还要请中学的老师教给自己报考申请书 (gannsho) 的填写方法和提交方法。报考申请书 (gannsho) 是直接拿到志愿学校去的话，就需要提前查好去志愿学校的路线。另外，如果报考申请书 (gannsho) 是需要邮寄的话，在考试之前，最好能从家去一趟志愿学校，这样的话考试当天就不紧张、不害怕走错路。

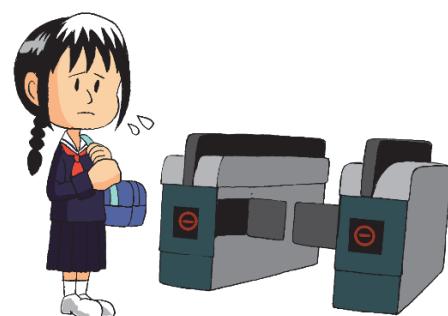
还有，中学的班主任会跟学生一起做模拟面试，家里人也要配合孩子，在家里也要练习面试。通过反复地张嘴练习，就可以克服对面试考试的恐惧和紧张。

像这样，面对考试，孩子、老师、以及家长一起做万无一失的准备。但是，每天每时每刻都不一样，所以在准备考试途中，有时也会出现意外，考试合格后在办入学手续的时候也会出现这样那样的问题。万一出现了什么意外、什么问题，首先要找中学的老师商量。

○实例介绍○

①一个人利用公共交通去。

- (1) 乘坐电车或公交车的时候，坐错了。
- (2) 下车的站或检票口 (kaisatsuguchi) 弄错了。
- (3) 去考试的学校的路，走错了。
- (4) 没赶上该坐的车。



(1)～(3)のケースに備えて、まず駅員さんなど近くにいる人に尋ねることができますように、日頃から必要なコミュニケーションは積極的に取るように心がけましょう。そして、間に合わない場合は受験会場に電話をする、中学校の先生や家族に電話する、などの対処法がありますが、その場合の電話の仕方もシミュレーションしておく必要があると思います。携帯電話を持っていない場合は、公衆電話を探してそこから電話する、ということになるので、公衆電話の使い方を事前に教えてもらい、練習しておきましょう。

(4)の場合、乗り遅れた理由が個人的な不注意によるものでも、受験会場や中学校の先生に連絡することが大切です。

例：朝寝坊などの個人的な理由、事故に遭遇（自分の不注意、加害者になった）、事故に遭遇（巻き込まれた、被害者になった）など

②お金に関する問題

○入学準備にかかるお金が用意できなくなった

「お金について」の項目にも書いてあるように、経済的に困難な家庭には、国や都道府県、その他の団体からの学費に対する支援があります。ただし、支給されるのが5月～6月というところが多いため、それまでに準備しなければならないお金について困っているという事例が多く見られます。平成29年度から、都道府県により入学準備期間に合わせて前倒しで支給するところもありますので、住んでいる自治体に相談してみましょう。



※先生方へ※

日系4世の在留資格や就労制限に関する問題については、法務省入国管理局のHPなどを参照してください。

過年度卒の場合、全日制高校では部活動の大会出場の際、年齢により選手として登録できないなどのデメリットがありますが、定時制高校や通信制課程の高校では、定時制通信制大会があり年齢に関係なく出場できます。

万一发生了以上(1)～(3)的情况，首先要向车站工作人员或附近的人询问。这就要求平时多积极地跟别人沟通、锻炼跟别人交流的能力。还有，如果赶不上考试的话，要给考试会场打电话、给中学的老师还有家里人打电话等的应对方式。这个时候的打电话的方法，最好事先演习一下比较好。如果没有手机的话，就需要找公用电话(koushuudenwa)来打电话，所以事先请教老师或家里人公用电话(koushuudenwa)的使用方法，并练习怎么使用。

万一出现了(4)的情况，没赶上车虽然是由于个人的不注意造成的，但是也要跟考试会场以及中学校的老师联系。

比如：早上起晚了等个人原因、遇到事故（由于自己的不注意，成了加害方）、遇到事故（被牵连，成了受害方）等。

②关于金钱的问题

○无法准备入学所需要的费用

就像之前的「关于费用」一项里写的那样，针对经济困难的家庭，国家、都道府县、其他的团体有对学费的支援。但是，一般支付是在5月～6月左右比较多，所以在这之前准备入学的费用很困难，这样的实例很多。从平成29年度开始，都道府县会按照入学准备期间调和，将支援金提前支付。所以请找居住的自治体咨询。



しゅうしょく 就職

分からぬことや困ったことがあつたら、先生に相談しましょう。

就職とは何らかの職業に就いて仕事を始めることです。中学校を卒業後の就職先については、中学校の先生と相談して決めたり、ハローワークや信頼できるところに探してもらいましょう。短い期間だけ仕事をするのではありません。就職したら同じところでずっと仕事をすることになります。長いと定年退職するまでずっと同じところで仕事をする日本人もいます。給料だけではなく保障や福利厚生などをチェックして決めましょう。

※ハローワークは、正式には「公共職業安定所」といいます。国が設置、運営しています。仕事の紹介や相談、履歴書などの書類の書き方や面接指導などを無料で行っています。



1. 正社員として働く

ちゅうそつ にゅうしゃ かんげい かいしゃ ちゅうそつ と しかく い しょくぎょう いちれい
中卒での入社を歓迎する会社、中卒で取れる資格を生かせる職業の一例

ひっこ ぎょう ちから しごと おも ぎょう む かいしゃ
• 引越し業などの力仕事を主な業務とする会社

きじゆつしょく かいご しょく
• SE やプログラマーなどの技術職やヘルパーなどの介護職

【注意！】 社会に出るということは、中学校までとは違うコミュニティで、年齢、学歴、職歴も違う人たちとかかわりながら働き、給料をもらうということです。日常会話では、仕事で敬語を使う機会が多くなります。仕事上の専門用語が必要になる仕事もあります。中学校までに身につけた日本語だけでは足りないと感じることも出てくると思います。また、資格を取るための勉強には「絶対に合格する！」という気持ちでがんばって、合格を目指しましょう。

2. 働きながら学ぶ

企業のなかで、中学校を卒業した人が学べるところを「企業内学園」といいます。すべての企業にあるわけではありません。



① 企業内学園を持っている会社

学費や寮費は会社が負担してくれるほか、給与・手当が支給されるところもあります。

例：

- ・「デンソー工業学園」「日野工業高等学園」…採用試験を受けて入社後、訓練生として学ぶことができます。
 - ・「トヨタ工業学園」「日立工業専修学校」…卒業後は親会社やグループ各社に入社できます。

就业

如果有不懂或感到困惑的地方，请向老师咨询。

就业是指从事某一职业，并开始工作。关于初中毕业后的就业，跟中学的老师一起商量决定，或找工作介绍所(haroowaaku)、可以信任的地方给介绍。这不是短时间的工作。一旦就业就要在同一个地方长期地工作下去。有的日本人在同一地方工作一直到退休。选择的时候不光要看工资，也要看公司的保障、福利保健等。

※工作介绍所(haroowaaku)的正式名称是「公共职业安定所」。

(koukyoushokugyouanteijyo)是国家设立并运营的单位。

免费给大家介绍工作、咨询、教履历书等材料的写法、面试指导等。



1、作为正式职员工作

在这里介绍一些欢迎初中毕业生的公司、利用初中毕业可以考取的资格工作的职业

- 像搬家等以体力劳工为主要业务的公司
- 像SE【系统工程师】或程序设计师等的技术职业、像护理员等的护理看护职业

【注意!】进入社会就意味着进入了跟初中毕业以前完全不同的社交圈。会接触到不同年龄、不同学历、不同工作经历的人，并跟他们一起工作，从而得到报酬。在日常生活、工作中使用敬语的机会也会变多。有一些工作在工作的时候还要用到专业术语。可能有时会感觉在初中以前学到的日语已经不够用了。而且，如果要考取什么资格证的话，就要有「一定要合格！」的决心去努力学习，争取合格。

2、边工作边学习

在企业内部，为初中毕业的人准备的学习的地方叫「企业内部学院」。不是所有的企业都有这样的地方。

① 有企业内部学院的公司

公司除了会负担学费和住宿费以外，有的还给工资·补贴。

比如：

- 「DENSO 工業学園(DENSO 工业学园)」「日野工業高等学園」
…通过录取考试进公司后可以作为训练生学习。

- 「TOYOTA 工業学園(TOYOTA 工业学园)」「日立工業専修学校」
…毕业后可以进入总公司或集团的各公司工作。



就職

- ② 職業能力開発校 (旧 職業訓練校)
機械関係、電気関係、情報関係、建築関係など、就職に必要な技術を身につけます。

例：○○高等技術専門校、△△技能専門学校、□□介護・美容職業訓練校など

愛知県職業訓練校一覧 kunrenkou.oker.jp/2025/09/post_3.html を参照



- ② 职业能力开发学校（以前叫职业训练校（shokugyoukunrenkou））
学习像机械方面、电工方面、信息方面、建筑方面等这些
就业时需要的技术。



比如：○○高等技术专门学校、△△技能专门学校、
□□护理・美容职业训练校等



参考爱知县职业训练校一览表 kunrenkou.oker.jp/2025/09/post_3.html

なや こ アイデンティティーに悩む子ども

じぶん なにじん 1. 自分は何人？

ちゅうがくせい こ にほん せいかつ す まわ ちが とまと
中学生になった子どもは、日本での生活をどのように過ごしていますか。周りとの違いに戸惑
い、悩んでいませんか？小学生の頃はあまり気にならなかった周りとの違いが、中学生になっ
てから気になるようになってしまいますことがあります。見た目の問題だけではありません。「日本
で生まれて育ってきたけれど、両親が日本人ではないから、自分は日本人ではない」「日本で生
まれて、日本の学校に通ってきたから、みんなと同じように日本語が話せて当然なのに、自分だ
け『日本語が話せてすごいね』と言われる」「自分にとっては外国のような母国」「周りには外国人
と言われるのに日本語しかわからない」、そういう経験から「自分は一体何人だろう」「自分の
本当の居場所はどこなんだろう」と自分のアイデンティティーを見失いそうになることがあります。

にほん き がいこく こ にほん りゆう はいけい さまざま じぶん
日本に来ている外国にルーツをもつ子どもは、日本にいる理由も背景も様々です。しかし、自分
の意志とは関係なく、複雑な環境におかれてしまっている現実を受けとめられず、とまとって
しまうことがあります。「日本人じゃないからね」「外国人でしょ」「日本語が話せてすごいね」な
どの何気ない一言でも、子どもは、大人の想像以上に色々な受けとめかたをするでしょう。

ほごしゃ がっこ せんせい こ じぶん みうしな なや う
保護者も学校の先生も、子どもが自分を見失いそうになって悩んでいることをしっかりと受け
とめ、子どもが自分の存在を否定することにならないように、サポートしていかなくてはいけま
せん。子どもにとって大切なことは、これから自分がどこで、どのように生きていきたいかとい
うことです。その将来に向けて、今できること、やらなければならないことを子どもと一緒に
考えましょう。

※先生方へ※

子どもが日本語を流ちょうに話せていると、「この子は日本人と変わ
らない」「大丈夫だ」と思い込んでしまいます。しかし、それは大き
な間違いです。外国にルーツをもつ子どもたちは常に異文化を感じ
ています。日本に対しての異文化だけではありません。日本文化に
慣れてしまった子どもにとっては、自分の家庭に対して異文化を感
じてしまうこともあるかもしれません。

こ いっしょ 2. 子どもと一緒に

こ にほん せいかつ なが にほんこ のうりょく にほん がっこせいかつ たい ちしき おや
子どもの日本での生活が長くなると、日本語の能力や日本の学校生活に対する知識が、親を
こえてしまうこともあるでしょう。親に相談したいけれど、相談しても分かってもらえないから
と、相談することをあきらめてしまうこともあるかもしれません。

ほごしゃ て き の こ いっしょ せんせい
そういうときに、保護者が手を差し伸べることをあきらめてしまうと、子どもとの信頼関係が
うしな そ うだん そ うだん わ
失われてしまいます。子どもが何を悩んでいるのかを聞き、分からないことは、一緒に先生に
そ うだん かいけつ ほごしゃ なに かんが
相談し、解決するために保護者として何ができるのかを考えましょう。



苦恼于自己身份的孩子

1、自己是哪国人？

成了中学生的孩子在日本过着怎样的生活呢？有没有因为自己和周围的人不一样而感到困惑呢？小学生的时候不太在意跟周围的人的不同，到了初中后变得很在意。不仅是相貌外表的问题。「出生在日本，成长在日本，但因为父母不是日本人，所以自己也不是日本人」「出生在日本，一直都是在日本上学，跟大家一样说日语是很理所当然的事，但只有自己被夸说『会说日语很了不起』」「对自己来说像外国一样的祖国」「周围的人都说自己是外国人，可是自己只会说日语」、由于这些经历，使得孩子会想「自己到底是哪国人」「自己真正的所属在哪里」，有时会迷失自己的自我认识。

来到日本的这些在外国有着根源的孩子，在日本生活的理由和背景也是各种各样的。但是这些孩子，对跟自己的意志无关、被置身于复杂的环境中这样的现实，有时候受不了而不知所措。「因为不是日本人啊」「外国人对吧」「会说日语真了不起」等这样随便的一句话，有时候孩子会有超过大人想象的各种接受理解方式。

家长和学校的老师，在孩子快要迷失自己、困惑的时候，要理解孩子，并要帮助孩子不要否定自己的存在。对孩子来说重要的是，今后自己将在哪里、想怎样去生活。面对这样的未来，跟孩子一起思考现在能做什么、现在必须做什么。



2、跟孩子一起

随着孩子在日本生活的时间越来越长，那么日语能力以及对日本的学校生活的认识，有可能会超过父母。有时候孩子想跟父母商量一些事情，但是又觉得即使跟父母说，父母也不懂或不理解，孩子就会放弃跟父母的交流。

这个时候如果父母也放弃主动跟孩子交流的话，那么就会失去跟孩子之间的信赖关系。当孩子遇到烦恼的事时，要问问孩子是什么事，如果自己也不明白的话，可以找老师一起商量来解决问题，而作为父母能为孩子做什么，需要好好思考。

いま 3. 今、できること

母国と日本の間でゆれる子どもには、今おかれている状況の中で、将来子どもにとってプラスになる部分を見つけてほしいです。今、悩んでいることさえも、乗り越えていけば、これから日本に来る子どもたちの手本にもなれます。母語と日本語を学んで、日本と母国をつなぐ存在となることもできます。日本のこと、母国のこととも誇りがもてるよう、保護者や先生が子どもの存在を認め、日本と母国どちらも尊重する姿勢を子どもに見せることが大切です。

3、现在能做的事

孩子本身就身不由己地处于祖国跟日本之间，所以希望可以在目前的生活状况中，去寻找未来对孩子有帮助的事。即使是现在很困扰的事，如果能克服的话，那将会成为以后来日本的孩子的标本、模范。会说母语和日语的话，也会成为日本跟祖国之间的桥梁。重要的是家长和老师要对孩子的存在持肯定的态度，让孩子看到对日本、对祖国都尊重的态度，让孩子对日本、对祖国都能感到自豪。

かつどう PTA活動

1. PTAって何？

PTAは英語の「保護者と先生の会」の略です。保護者と先生が、協力し合って子どもたちの教育を支援するいろいろな活動をしています。中学校に子どもが入学すると保護者はPTAの会員になります。PTAの会員の中から役員を決めます。役員を中心として、いろいろな委員会を運営していきます。教育に関する学習活動や広報活動、文化・スポーツ活動、教育資金集めなどを行います。PTAが主催する行事や活動は、役員が企画し、毎回中学校を通して保護者全員に案内が届きます。

PTAの活動は全て無報酬です。仕事を休んで参加しなければならないこともあります。しかし、その活動は全て子どもたちの教育を支援する活動につながっています。

2. 具体的にどんな活動があるの？

活動内容は各中学校によります。例として、以下のような活動があります。

○バザー

まずは各家庭の不用品（自分にとっては不用品だが、他の人にとっては価値のあるもの）を持ち寄り販売します。売上げは教育に役立てる資金として使用されます。

まずは各家庭の不用品を集めることから始まります。そして一つひとつに値札をつけ、販売の準備をします。

バザー当日には、売る側として作業をします。バザーはとても人気なので、多くの人が買います。

○資源回収

まずは学区の各家庭からリサイクル資源（新聞・雑誌・段ボールなど）を集め、業者に回収を依頼します。回収された量によって、業者からお金を受け取ります。受け取ったお金は教育に役立てる資金として使用されます。

まずは学区の方々に資源回収への協力をお願いするところから始まります。資源回収の日時の広報、回収当日の作業などがあります。多くの場合、土日などの休みの日に行われます。

3. 役員になったらどうしよう…

日本語が分からぬからといって、PTAの活動に参加しなくてもいいというわけではありません。外国人の保護者でも役員をすることもあります。分からないときには周りの人に助けてもらえばいいのです。普段関わり合うことのない保護者や中学校の先生とコミュニケーションをとることのできる機会もあります。子どもの中学校での様子を知る機会も増えます。積極的に参加してみましょう。

PTA 活动

1、PTA 是什么？

PTA 是英语的「家长和老师的交流会」(家长会)的略写。为了支援孩子们的教育，家长和老师一起合作做各种各样的活动。当孩子升入初中的同时，家长也自然地成为 PTA 的会员。PTA 的干事是从会员中选出来的。以干事为中心，运营各种委员会。有关于教育的学习活动、宣传活动、文化・体育活动、教育资金的回收等。PTA 主办的活动，先是由于干事们企划，然后通过中学校向各位家长发去通知。

PTA 的活动全是没有报酬的。有时候可能需要家长请假来参加活动。但是，所有的活动都是为了支援孩子的教育。

2、具体都有哪些活动呢？

活动内容每个学校都不一样。在这里给大家介绍一些活动的例子。

○跳蚤市场

各个家庭把不用的东西(自己用不着但对他人来说有使用价值的东西)拿出来卖。收入作为教育资金。

首先从回收各个家庭的不用品开始。然后一件一件标上价钱，做贩卖的准备。跳蚤市场当天，作为卖方做各种工作。跳蚤市场很受欢迎，所以有很多人来买。

○资源回收

从学区的各个家庭回收可以再利用的资源物品(报纸、杂志、纸箱等)，然后委托资源物品回收公司统一回收。根据回收的量，会有一定的收入。这个收入也将作为教育资金。

首先从拜托学区的居民协助资源物品回收开始。要做的工作有资源物品回收日期的宣传、回收当天的一些工作等。有很多都是在周末或休假日的时候进行。

3、如果被选为干事，怎么办…

以不懂日语为理由而不参加 PTA 的活动，是不可以的。外国孩子的家长也可能被选为干事。不懂的时候可以问周围的人，寻求大家的帮助。PTA 活动也是能和平时不怎么交流的其他同学的家长还有老师交流的一个很好的机会。也会增加了解自己的孩子在学校的样子的机会。希望大家积极地参加。

4. PTA会費って？

PTAで使われるお金のことです。そのお金はPTA役員の活動費(給料ではありません)、学校で使われる道具の購入、学校の修繕費など、学校のためや子どものために使われます。

PTA会費は毎月額が決まっていて、多くの学校では半年分をまとめて集金します。値段は学校によって違います。



4、PTA 会費は？

是指 PTA 活動所用の经费。这个钱用于 PTA 干事的活动费（不是工资）、购买学校使用的工具、学校的修缮费等，都是用于学校、用于孩子们的。

PTA 会費は定好的月会費，很多学校是一次性收半年的。金额的话，每个学校不一样。



こ 子どものために



1. 中学校生活を充実させるために…

中学校生活は勉強、部活動だけでなく、いろいろな行事があり、子どもたちは毎日がとても忙しいです。中学校の3年間はあつという間に過ぎていきます。日本に来たばかりの子どもでも、言葉が理解できないからといって、何もしないで立ち止まっていることはできません。大切なことは、早いうちに子どもと中学校卒業後のこと、将来のことについてよく話し合って決めていくことです。進学、就職、帰国、どの道を選ぶことができるのか、子ども自身がそれを知ることが必要です。将来の目標が決まれば、今やるべきことが見えきます。子ども本人のやる気が一番の成長につながります。

それでも、出来ないことが多すぎて、自信ややる気をなくしてしまうこともあるかもしれません。周りの大人は、子どもが置かれている状況を理解した上で、子どもの将来のために導き、支え続けることが大切です。そのためにも、保護者や担任の先生だけでなく、子どもが自分の思いや悩みを話せる大人の存在が必要です。保護者や担任の先生は、子どもがどんな大人と関わっているかを知っておくことも大切です。

2. 毎日中学校に通うことが大切です。

日本では子どもにとって、小学校や中学校で義務教育を受けることが最優先されます。体調が悪いとき以外は学校を休みません。家事をするためや弟や妹の世話をするために休むことはありません。子どもが中学校に継続して通える環境を整えましょう。

また、中学校は子どもにとって安全な居場所です。学校に行かないで、町を出歩いていると、保護者や先生の知らないうちに、子どもにドラッグや犯罪などの危険が近づいてきます。子どもを危険から守るためにも学校に通わせましょう。

3. 教育にかかるお金

公立中学校では授業料はかかりませんが、毎月給食費や修学旅行・遠足・見学費などの集金があります。部活動でもお金がかかります。毎月1万円程度は集金のために必要です（それ以上必要になることもあります）。入学時も公立学校は入学金は必要ありませんが、制服やカバン、体操服、学用品を買い揃えるためにまとめた金額（10万円程度）が必要になります。子どものために毎月の教育費を確保してください。家族の経済的な理由により、これらの支払いが困難な時には、教育費の一部を援助する就学援助制度があります。詳しくは中学校に確認してください。

高校への進学にもお金は必要です。なかにはまとめたお金を準備できず、やむを得ず高校進学をあきらめる子どももいます。将来のために早いうちからお金を貯金しておきましょう。

为了孩子



1、为了让初中的生活过得充实…

初中生活不仅是学习和社团活动，还有各种各样的课外活动，孩子们每天都很忙。初中的3年会觉得一眨眼的工夫就过完了。刚来到日本的孩子，以语言不通为理由，什么都不做原地踏步是不行的。重要的是，对于初中毕业以后的去向、将来的打算等，家长要早一点跟孩子一起好好沟通、商量，然后作决定。升学、就业、回国、可以选择什么样的路，孩子自己有必要知道和了解。只有将未来的目标确定好，才能知道眼前要做什么。孩子自己的积极努力对成长起着最重要的作用。

但是，有时候因为做不到的事情有很多，有可能会导致孩子失去信心、失去积极性。所以周围的大人就需要首先理解孩子所处的状况，然后引导孩子为了将来走上正确的道路，并坚持不懈地支持孩子，这是非常重要的。为此，除了家长和班主任老师以外，能让孩子说出自己的想法和烦恼的大人的存在很重要。而且，孩子跟哪些大人有来往，家长和班主任老师也有必要知道。

2、每天去上学是很重要的

在日本，对孩子来说最优先的事就是接受小学・中学的义务教育。除了身体不舒服以外，不随便请假不上学。不会因为做家务或照弟弟妹妹而请假不上学。希望家长们可以给孩子创造一个能持续在初中学习的良好环境。

另外，中学对孩子来说也是安全的地方。不去学校，在街上闲逛的话，在家长和老师不知不觉中，毒品或犯罪等的危险就会接近孩子。让孩子去上学也是保护孩子远离这些危险的一个很有效的方法。

3、孩子的教育需要的经费

公立的中学是不需要交学费的，但是也有各种各样的开销。比如，每个月的校餐费、毕业旅行(shuugakuryokou)・郊游(ensoku)・社会参观学习费等。社团活动也需要花钱。每个月的收费大概1万日元左右(有时可能更多)。入学的时候，公立学校不需要交入学金。但是需要为准备校服、书包、体操服、学习用品等花一些钱(大概10万日元左右)。请确保孩子的每个月的教育费用。如果由于家庭经济状况，支付这些费用有困难的话，可以利用教育费用部分补助的就学援助制度(shuugakuenjyoseido)。详细情况请向中学确认。

升入高中时也需要钱。有的孩子因为一时不能准备那么多钱，而放弃高中升学。为了给孩子的将来做准备，请尽早地为孩子存钱。

こ ほんみょう 子どもの本名 孩子的真名	
ちゅうがっこう しょう なまえ 中学校で使用する名前 在中学使用的名字	
ほんみょう こと はい ※本名と異なる場合のみ ※和真名不一样的人请填写	
にほんご つうやく にほんご ほんしょ ほこしゃ けんご せつめい 日本語の通訳／日本語の文書を保護者の言語で説明 などお願いできる人 日语口译/可以把日语文章用孩子家长的语言说明解释等可以拜托的人	
() いる 有 なまえ お名前 姓名 < > () 家族 家人 () 親族 亲戚 () 勤務先の人 同事 () 知り合い 朋友 () いない 没有	
ほこしゃ かた 保護者の方が よ げんご すべ 読める言語(全て) 家长可以看得懂的语言 (全部)	
ほこしゃ かた 保護者の方が はな げんご すべ 話せる言語(全て) 家长会说的语言(全部)	
ちゅうがっこう 中学校からの ふんしょ 文書について 关于中学来的通知	() 日本語は全く読めない。完全看不懂日语 () フリガナがあれば読める。有假名注音的话能看懂 () フリガナがなくても読める。没有假名注音也能看懂
こ つか げんご 子どもが使う言語 孩子使用的语言	
しゅうきょうじょうた 宗教 上食べてはいけない食材 () ある 有 ※食材名について、ここにないものは正確に伝わるよう、辞書で調べるなどして、日本語で先生に伝えましょう。 ※关于食品的名字，如果这里没有的话，请您查字典或其他方法，用日语正确地告诉老师。	しょくさい 宗教上不允许吃的食 材
しゅうきょう 宗教について 关于宗教 【 】教 教 ※特に配慮が必要ない 場合には記入しない ※没有特别需要关照的 话就不用填写	() 豚肉 猪肉 () 牛肉 牛肉 () 鶏肉 鸡肉 () 貝類 贝类 () 発酵させたもの 发酵的食物 () 乳製品 乳制品 () 魚類 鱼类 () イカ・タコ 鱿鱼·章鱼 () 血の混ざったもの 带血的食物 () 宗教的な処置を施していないもの 没有经过宗教形式处理的食物 その他 其他 () () ない 没有
しゅうきょうじょうさんか 宗教上参加してはいけない行事 () ある 有 ※この行事について、ここにないものは正確に伝わるよう、辞書で調べるなどして、日本語で先生に伝えましょう。 ※关于活动的名字，如果这里没有的话，请您查字典或其他方法，用日语正确地告诉老师。	きょうじ 宗教上不允许参加的活 动
	() 校外学習 校外学习(kougaigakushuu) () プール 游泳 () 体育大会 体育大会(taiikutaikai) () 野外学習 野外学习(yagaigakushuu) () 職場体験学習 职场体验学习(shokubataikengakushuu) その他 其他 () () ない 没有

- ・この他、気をつけてほしいことがあれば直接先生に伝えましょう。除此以外，如果有什么需要特别关照的话，请直接告诉老师。
- ・ここに記入した配慮事項全てに対応できるというわけではありません。どのように対応していくかは、中学校と保護者が相談して決めます。

这里虽然提供了很多事项让大家填写，但是并不是所有的都能解决。具体的怎么去解决，到时候中学校和家长一起商量后决定。

行事のお知らせ 学校活动的通知

() ← 行事名を記入 填写活动的名称

【参加について】【关于参加的对象】

- () 子どもと保護者は必ず参加します。
孩子和家长都必须参加。
- () 子どもは必ず参加します。保護者はできるだけ参加します。
孩子必须参加。家长请尽量参加。
- () 子どもだけ必ず参加します。保護者は参加しません。
孩子必须参加。家长不需要参加。

【日時】※時間は必ず守ります。集合時間に遅れてはいけません。

【时间】※请一定遵守集合时间。不能迟到。

() 子どもの集合時間です。孩子的集合时间。
 日にち 日期 < _____ > 集合時間 集合时间 < : _____ >

() 子どもと保護者の集合時間は同じです。孩子和家长的集合时间一样。
 日にち 日期 < _____ > 集合時間 集合时间 < : _____ >

() 子どもと保護者の集合時間は違います。孩子和家长的集合时间不一样。
 子ども 孩子：日にち 日期 < _____ > 集合時間 集合时间 < : _____ >
 保護者 家长：日にち 日期 < _____ > 集合時間 集合时间 < : _____ >

【弁当・水筒】【盒饭·水壶】

子ども 孩子：() 弁当を持ってきてください () 水筒を持ってきてください。
请带盒饭来学校 请带水壶来学校
 保護者 家长：() 弁当を持ってきてください () 水筒を持ってきてください。
请带盒饭来学校 请带水壶来学校

【持ち物】【携带物品】

- () 特別な持ち物が必要です。先生に確認してください。
有特别需要携带的物品。请向老师确认。
- () いつもと同じです。和平时一样。

【服装】【服装】

- () いつもと違う服装で来ます。先生に確認してください。
和平时穿的衣服不一样。请向老师确认。
- () いつもと同じです。和平时一样。

さんこう 参考URL

か き さんこう
下記サイトも参考になります。

○あいち医療通訳システム運営事務局「あいち医療通訳システム」

<<http://www.aichi-iryou-tsuyaku-system.com/>>

ひょうき 病気やけがをしてしまったとき、日本語がわからない人のために、通訳の相談に乗ってくれます。
げんご えいご ちゅうごくご 言語は英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、フィリピン語です。

○あいち救急医療ガイド 救急医療情報センター「あいち救急医療ガイド」

<http://www.qq.pref.aichi.jp/es/qq/qa23egmp_lt.asp>

メインページは英語ですが、自分の言語に対応できる病院などを探すことができます。

○豊橋市教育委員会 外国人児童生徒教育資料「学校行事関係の案内文」

<<http://www.gaikoku.toyohashi.ed.jp/>>

ほか がっこう がいこくじん かた む み
他の学校の、外国人の方向けに作られたおたよりを見ることができます。

がっこうぎょうじかんけい あんないぶん
「学校行事関係の案内文」のところをクリックしてください。

○(財)自治体国際化協会 地域国際化協会連絡協議会「多言語生活情報」

<<http://www.clair.or.jp/tagengo/index.html>>

がいこくじん かた にほん せいかつ ひつよう きほんてき せいかつじょうほう げんご せつめい
外国人の方が日本で生活するために必要な基本的な生活情報を13言語で説明しています。

○名古屋国際センター「海外児童生徒教育相談」

<<http://www.nic-nagoya.or.jp/japanese/nicnews/>>

せんもん そうだんいん がいこくじん かた こ きょういくぜんばん そうだん の でんわ よやくせい
専門の相談員が、外国人の方の子どもの教育全般について相談に乗ってくれます。電話による予約制です。

○公益財団法人「愛知県国際交流協会」

<<http://www2.aia.pref.aichi.jp/>>

あいちけん す がいこくじん かた む さまざま じょうほう の
愛知県に住む外国人の方向けに様々な情報が載っています。

げんご えいご こ こ ちゅうごくご かんこくご にほんご
言語は英語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、韓国語、日本語です。

参考网站

下面的网页也可以作为参考。

○爱知医疗翻译机构运营事务局「爱知医疗翻译机构」

<<http://www.aichi-iryou-tsuyaku-system.com/>>

不懂日语的人生病或受伤的时候，可以咨询关于翻译的事。

言语有英语、汉语、葡萄牙语、西班牙语、菲律宾语。

○爱知急救医疗向导 急救医疗情报中心「爱知急救医疗向导」

<http://www.qq.pref.aichi.jp/es/qq/qq23egmp_lt.asp>

主页是英语，但是可以查找能应付自己的语言的医院。

○丰桥市教育委员会 外国儿童学生教育资料「关于学校课外活动的说明」

<<http://www.gaikoku.toyohashi.ed.jp/>>

可以查看其他的学校为外国人制作的各种通知书信。

请点击「关于学校课外活动的说明」（「学校行事関係の案内文」）

○（财团）自治体国际化协会 地域国际化协会联络协议会「多言语生活情报」

<<http://www.clair.or.jp/tagengo/index.html>>

关于在日本生活时基本的必要的生活情报，用 13 种语言为外国人进行了说明。

○名古屋国际中心「海外儿童学生教育咨询」

<<http://www.nic-nagoya.or.jp/japanese/nicnews/>>

这里有专业的咨询人员，可以提供关于外国人孩子的所有教育问题的咨询。必须打电话事先预约。

○公益财团法人「爱知县国际交流协会」

<<http://www2.aia.pref.aichi.jp/>>

这里为住在爱知县的外国人提供各种各样的情报。

言语有英语、葡萄牙语、西班牙语、汉语、韩语、日语。

<謝 辞>

本冊子『中学校ガイドブック』の作成にあたり、多くの先生方に、ご助言を賜りました。また、愛知県立小牧高等学校、愛知県立衣台高等学校の先生方には、見学を快く引き受けて頂き、お忙しいにも関わらず、丁寧にご対応頂きました。

ここに、すべての先生方に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

『小学校ガイドブック』作成後に、多くの方より様々なご意見を頂きました。今回はそれらをできるだけ多く反映するように心がけて作成致しました。ご協力頂きました皆様、本当にありがとうございました。

※ご協力頂いた方々（50音順 敬称省略）

井村美穂（NPO 子どもの国、豊田市教育委員会） 小山幾子（豊田市教育委員会学校教育課）

杉浦茂（リソースルームアドバイザー） 長坂富夫（安城生活福祉高等専修学校） 野入はる香

松永博司（安城市立安城南中学校） 丸井合 山田孝（刈谷市文化財保護審議会）

愛知県立衣台高等学校 愛知県立小牧高等学校

参考文献・URL

○あいち医療通訳システム運営事務局「あいち医療通訳システム」

⟨<http://www.aichi-iryou-tsuyaku-system.com/>⟩

○あいち救急医療ガイド 救急医療情報センター「あいち救急医療ガイド」

⟨<http://www.aaq.pref.aichi.jp/>⟩

○公益財団法人 予防接種リサーチセンター「予防接種と子どもの健康」

⟨<http://www.yoboseshu-rc.com/>⟩

○内閣府 「児童虐待、いじめ、ひきこもり、不登校等についての相談・通報窓口」

⟨<http://www8.cao.go.jp/youth/soudan/>⟩

○文部科学省ホームページ

⟨<http://www.mext.go.jp/>⟩

○愛知県教育委員会ホームページ

⟨<http://www.pref.aichi.jp/soshiki/kotogakko/0000027366>⟩

○豊橋市教育委員会 外国人児童生徒教育資料

⟨<http://www.gaikoku.toyohashi.ed.jp/>⟩

○岩倉市日本語適応教室ホームページ

⟨<http://www.iwakura.ed.jp/nihongo/frame.htm>⟩

○横浜市教育委員会「ようこそ横浜の学校へ」

⟨<http://www.city.yokohama.lg.jp/kyoiku/sidou1/nihongoshido-tebiki/>⟩

○四日市市教育委員会「外国人児童生徒と保護者のための四日市市立小・中学校ガイドブック」

⟨<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/menu73781.html>⟩

○名古屋国際センターNIC「愛知県の高校入試をご存知ですか」

⟨<http://www.nic-nagoya.or.jp/japanese/nicnews/archives/5328>⟩

○探そマイスクール

⟨<http://aichi.mgxgis.jp/myschool/default.asp>⟩

- 日本学生支援機構ホームページ
⟨<http://www.jasso.go.jp>⟩
- 日本政策金融公庫ホームページ（教育一般貸付）
⟨<https://www.jfc.go.jp/n/finance/search/ippan.html>⟩
- 奨学金なるほど相談所
⟨<http://www.shogakukin.jp>⟩
- NPO 法人トルシーダほか『外国につながる子どもたちの進路開拓ガイドブック』
愛知県地域振興部 国際課多文化共生推進室 2012
- 川口直巳ほか『小学校ガイドブック』
愛知教育大学外国人児童生徒支援リソースルーム 2015
- 坂巻敏章ほか『お助け！高校進学単語帳』
多文化共生センター東京 2006
- 角田仁ほか『進路ガイドブック 中学を卒業したら、どこで、何をしましょう？』
多文化共生センター東京 21 2005

翻訳協力：李永朋

イラスト：森田賢吾 松村恵美 平茜

監修：川口直巳

執筆／編集：川口直巳 西山幸子 鈴木絵莉 山下絵美 遊佐美和子
夏目礼子 五反田智美 井藤伸比古

問い合わせ：愛知教育大学 外国人児童生徒支援リソースルーム

〒448-8542 愛知県刈谷市井ヶ谷町広沢1

TEL：0566-26-2219 FAX：0566-26-2566

e-mail：gendaigp@auecc.aichi-edu.ac.jp

※文責は愛知教育大学外国人児童生徒支援リソースルームにあります。

中学校ガイドブック
～中国語版～

平成 30 年 3 月 初版発行

監 修：川口 直巳

編集・発行：愛知教育大学 外国人児童生徒支援リソースルーム

〒448-8542 愛知県刈谷市井ヶ谷町広沢 1

TEL:0566-26-2219 FAX:0566-26-2566

印 刷：株式会社コームラ

本書の全部または一部の営利目的による無断複写・転写を禁じます。



HATO
プロジェクト

