

学校生活について *日課*

*** 子供たちの一日 ***

朝の活動

月曜日 読書

火曜日 学習タイム

水曜日 全校集会
心を育む時間

木曜日 読書

金曜日 漢字ミニマム
計算テスト

水曜日は
「瑞っ子タイム」です。
清掃の時間が無く、ロング
昼休みです。
年間 12 回ほど
縦割り班で活動します。

木曜日は、年間 11 回、
5・6年生は委員会活動
があります。
また年間 15 回、
4・5・6年生は、クラブ
活動があります。

A日課(通常日課)	日課表	B日課(特別日課)
8：10～8：25	朝のチャレンジタイム	
8：25～8：35	朝の会	
8：35～9：20	1時間目	8：20～9：05
9：20～9：30	休み時間	9：05～9：15
9：30～10：15	2時間目	9：15～10：00
10：15～10：35	業間	10：00～10：15
10：35～10：40	移動時間	10：15～10：20
10：40～11：25	3時間目	10：20～11：05
11：25～11：35	休み時間	11：05～11：15
11：35～12：20	4時間目	11：15～12：00
12：20～13：00	給食	12：00～12：40
13：00～13：05	歯みがきタイム	12：40～12：45
13：05～13：35	休み時間・移動時間	12：45～12：55
13：35～13：50	清掃・移動時間	
13：50～13：55		
13：55～14：40	5時間目	12：55～13：40
14：40～14：50	帰りの会	13：40～13：45
14：50～15：35	6時間目	13：45～14：30

・朝の活動は、火・金曜日は瑞穂野地区共通の漢字ミニマムプリントや・計算練習などをおこないます。木曜日には年間 10 回、読み聞かせボランティアによる読み聞かせもあります。水曜日は全校集会や心を育む時間（読書や道徳的な活動）を行っています。

★縦割り班とは、1～6年生までの異学年で編成した班のことです。水曜日のロング昼休みの共遊で一緒に遊んだり、なかよし瑞穂野オリエンテーリングでみずほの自然の森公園で活動したり、縦割り班清掃活動を行ったりしています。異学年で交流することで、思いやりの心や合意形成の仕方など多くのことを学ぶことができます。

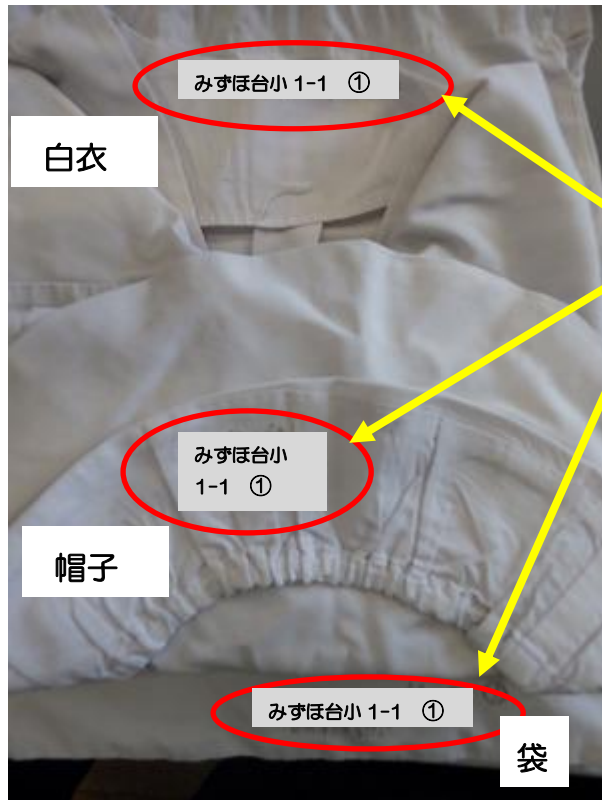
・児童の下校時刻

下校時刻 A日課	4時間 13:25	5時間 15:00	6時間 15:45
下校時刻 B日課	4時間 12:50	5時間 13:50	6時間 14:35

★毎月下校予定時刻が配付されます。変更がある場合もありますので、必ずそちらを確認してください。

学校生活について *給食*

- ・給食の時間は準備や片づけを含めて 40 分です。食べる時間は約 20 分間です。
時間内で食事ができるようにしましょう。また、苦手な食べものもひと口は食べられるように心がけましょう。
- ・宇都宮市では食物アレルギー対応をしています。「学校生活管理指導表」の提出が必要になりますので、詳しくは栄養士まで問い合わせてください。
- ・給食当番になった週の週末に「白衣」と「帽子」、「袋」を持ち帰ります。洗濯して週明けに忘れず持たせてください。（忘れると次の当番児童に渡せなくなります。）



白衣・帽子・袋 全てに
学年・学級・番号が
書いてあります。
全ての番号が同じになっている
かご確認ください。

ボタン・ゴムなどの不具合にお
気づきの時は、補修をお願いし
ます。

給食時間中の児童の机の上は



歯ブラシ・コップ

食べる前に準備します

ランチマット

みずだいの給食



- パン・・・週 1 回実施。米粉を使ったパンやスパゲッティ・うどんなどの日もあります。
 米飯・・・週 4 回実施。お米は瑞穂野地区のコシヒカリを使用しています。
 牛乳・・・毎日出ます。成長期に必要なカルシウムやたんぱく質を摂取できます。
 ※ 食材は、できるだけ宇都宮市産・栃木県産・国産のものを使用し、郷土料理や行事食なども取り入れています。



登下校について

- ・登下校については、児童の安全を第一に考え、集団での登下校を実施しています。
- ・登校班は育成会で編成し、決まったものを学校が確認します。
- ・ひとつの班の人数は、基本的に3～8人です。人数が多く長い列になると危険です。
- ・学校では1年生入学後、育成会で編成していただいた登校班の班員を確認します。
- ・下校班は学校で学年別の下校班を作り下校します。

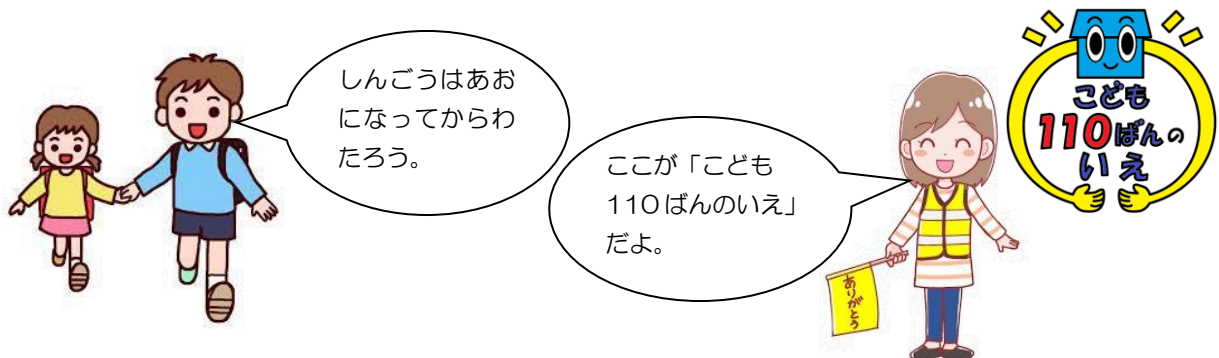
（みどりの郷は、育成会が作成しています。）

- ・一斉下校の日（毎週月曜日）は、登校班と同じ班で下校します。

★みず台クラブ等のため下校班で下校しない児童も、下校班名簿に記載します。
（非常時の確認のため）

・新1年生は入学式から5月上旬まで、お迎え当番をお願いします。その後は、1年生のみの学年下校です。（入学式後保護者の方に話し合ってください、お迎え当番を決めます。）

★お迎え当番になりましたら、お子様たちと下校しながら「信号の見方」や「横断歩道の渡り方」、「押しボタン信号の使い方」を指導していただき、危険箇所等を確認しながら下校していただくと安全に下校できるようになります。



お迎えのときは（直接引き渡しが原則です）

・学校に迎えにきた際は、教室または保健室に直接お迎えをお願いします。その際、担任または教職員に声をかけてください。

★お迎えは教室または保健室に行きます。「駐車場まで来て」などですと職員の目が届かず、お子様の安全が確保されません。

・学年下校や一斉下校時も担任または教職員に声をかけてください。

★黙って帰ると、居なくなったと思い、探すことになります。帰ってしまった児童と連絡が付くまで、同じ班の児童全員が学校待機になってしまいます。

・下校途中のお迎えは、ほかの児童が一人きりになり、安全に下校できなくなる場合がありますのでご注意ください。

学校集金について

・毎月5日が学校集金の口座振替日です。5日に振替ができなかった場合は、15日に再振替です。授業に使用する教材費代・遠足代・日本スポーツ振興センター代・給食費・児童会費・PTA 会費などを集金しています。学年・年度によっても集金する項目や額が違います。

★学校から配付される通知を確認するとともに、通帳の残高確認も忘れずをお願いします。

＊各学年の集金月額（目安）＊

	給食費	児童会費	PTA 会費	P T A 慶弔費	日本スポーツ 振興センター	遠足代	教材費	スポ少
1・2 年	4,400円	50 円	500 円	年額 500 円 【6月振替】	年額 460 円 【5月振替】	各学年で算出した金額を お知らせします。 例年 1,500～2,000 円 くらいです。		200 円 ×10 回
3・4 年	4,500円	50 円	500 円					
5・6 年	4,600円	50 円	500 円					

欠席等の連絡について

・お子様が学校を欠席または遅刻して、始業時刻までに学校へ登校できない場合は、「欠席届」でご連絡ください。連絡袋に入れ、兄弟姉妹や近隣の子供に持たせてください。

・感染症の疑いがある場合は、依頼せず、電話での連絡にしてください。

・「欠席届」の提出が間に合わなかった場合や感染症の疑いがある場合は、**7：40～8：00**の間に学校までご連絡ください。

・遅刻・早退の場合は、入学式の際に配布いたしますスタンダードダイアリーでご連絡ください。

欠席届

年 組	
児童氏名	保護者氏名

≪連絡児童≫ 年 組 児童氏名	
-------------------------	--

※欠席届は、連絡袋に入れてご提出ください。




宇都宮市立瑞穂台小学校




・連絡児童名の記入をお願いいたします。連絡児童をとおして、欠席届やプリント等の配布物がご家庭にお渡しします。

[illegible]

体温チェックカードについて

新型コロナウイルス感染症対策として、お子様の毎朝の検温、風邪症状の確認をお願いいたします。健康状態の結果は、「体温チェックカード」に記入し、担任に提出していただきます。発熱や風邪症状等がある際には、登校せず、自宅で休養させてください。

保健室の Q&A

Q. 健康診断のねらいは？

A. 学校で行う健康診断のねらいは大きく分けて2つあります。

学習や運動など、日常生活を送る上で注意すべきことがないかを知る。

成長期でどんどん変わっていく体の様子を知り、日常生活に支障がないか、体の不調の原因は何か、自分では気づきにくい病気にかかっているかを知るためです。

自分自身の体のことをよく知り、自分の体に興味をもつ機会にする。

自分自身の体のことをよく知り体に興味をもつということは、自分の体に合わせてより健康に生活していく力を育てることにつながります。さらに自分や他人の生命を大切にする心を育てることにもなります。

Q. 健康診断の内容は？

A. 学年によって下記の内容の検査項目を実施します。

- 健康診断を実施するために様々な書類の記入をお願いすることになりますが、正確に記入し、期日までにご提出をお願いします。

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身体計測	○	○	○	○	○	○
視力検査	○	○	○	○	○	○
聴力検査	○	○	○		○	
内科健診 含 運動器健診 結核健診	○	○	○	○	○	○
眼科健診	○	○	○	○	○	○
耳鼻咽喉科健診	○	○	○	○	○	○
歯科口腔健診	○	○	○	○	○	○
腎臓健診 尿検査 (1次・要精検必要者のみ2次)	○	○	○	○	○	○
心臓健診 (1次・要精検必要者のみ2次)	○			○		

- 健康診断の日程は、保健だよりや学年だより等でお知らせします。

Q. 健康診断結果のお知らせは？

- A. 健康診断で異常の疑いがあった場合に「結果のお知らせ」をお渡しします。学校では限られた時間内にたくさんの人数を検査する集団検診のため、疑わしいものは全てチェックをする方法をとっています。

お知らせをもらったからといってすぐに異常があるというわけではありませんが、できるだけ早目に専門医にご相談ください。医療機関を受診し、提出していただいた「結果のお知らせ」は、学校で受診結果を確認のうえ、年度末に返却いたします。ご家庭での健康管理にお役立てください。

なお、異常がなかった場合は「健康票」でお知らせいたします。

たいいそくてい しりよくけんさけっかひょう
体位測定・視力検査結果票

児童名		性別 (男・女)	
学年 組	出席番号	学年 組	出席番号
1年 組		2年 組	
4年 組		5年 組	
		3年 組	
		6年 組	

宇都宮市立瑞穂台小学校

耳鼻科健康診断結果のお知らせ

令和 年 月 日

保護者 様 宇都宮市立瑞穂台小学校 金子 晴子

年 組

このたびの健康診断の結果、お子さまには下段●印の病気が疑われますのでお知らせします。つきましては、今年度の場合は時間を視察し、専門医に相談し、正しい処置と指導を受けることをお勧めします。裏面の「診断書」に記入してもらった際には、学校に提出してください。

所見名	説明
耳鳴り	鼓膜が見えない程度に耳垢(みみかき)がたまっています。石のようにかたまってしまうことがあります。水が入らないようにしてください。水垢の耳垢は、専門医の指示に従ってください。放っておくと進行するものもあります。
鼓膜穿孔	鼓膜に穴があいたままになっています。入浴や洗面の時など、水が入らないようにしてください。水垢の耳垢は、専門医の指示に従ってください。放っておくと進行するものもあります。
分泌性中耳炎	鼓膜の裏側に液体がたまっています。痛みがないので気づきにくく、知らず知らずのうちに聴力が低下し、聴力の回復になることもあります。
アレルギー性鼻炎	家の中のみならず、ベットのふみ等による通年性の鼻炎。花粉による季節性のもの(花粉症)もあります。最近特にひどい症状で、鼻づまりが頻りに起こることもあります。
鼻水	鼻粘膜の炎症があり、鼻汁、鼻づまりのほかに鼻出血の原因となることもあります。鼻粘膜を合併していることもあります。
副鼻腔炎	呼吸の通路に炎症が起ることで鼻の奥の副鼻腔に炎症が起ります。この炎症が「蓄膿症」で、鼻汁、鼻づまり、頭痛などいろいろな症状を引き起こし、集中力の妨げになることもあります。
扁桃腺炎	扁桃腺が大きくなることもありますが、小さくても手術が必要な場合もあります。専門医の指示に従ってください。
扁桃腺	かぜや喉がももどで悪化し、痛くて飲み込めなくなり、中耳炎、リウマチ熱、腎臓病あるいは心臓の病気を起こすことがあります。
アデノイド	鼻で呼吸がしにくくなり、口を開けて寝ることが多くなります。急性中耳炎を起こすことも、鼻炎や喉痛の原因にもなります。
聴力検査所見あり	聴力の低下が疑われました。専門医で聴覚検査を行い、原因について調べてもらう必要があります。

けんこうひょう
健康票

一健康診断結果の記録一

宇都宮市立瑞穂台小学校 宇都宮市立瑞穂中学校 (男・女)

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
学年 組						
出席番号						
担任 印						
検査 印						

瑞穂野地域学校園

ここに押印してください。

1 発育測定の結果

氏名

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
実施月日	4/	4/	4/	4/	4/	4/
身長 (cm)						
体重 (kg)						
肥満度 (%)						
保護者印						
実施月日	10/	10/	10/	10/	10/	10/
身長 (cm)						
体重 (kg)						
肥満度 (%)						
保護者印						

肥満度による分類

分類	肥満度 (%)
20%以下	20%未満
20%以上	20%以上
30%以上	30%以上
50%以上	50%以上

肥満度 (kg) = 身長 (cm) × 身長 (cm) × 100

2 視力検査の結果

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
実施月日	()	()	()	()	()	()
左	()	()	()	()	()	()
右	()	()	()	()	()	()
左	()	()	()	()	()	()
右	()	()	()	()	()	()
保護者印						
保護者印						

A-1.0以上 B-0.9-0.7 C-0.6-0.3 D-0.3未満

Q. 保健室での手当の内容って？

- A. 学校での処置は、あくまでも一時的なものです。治療ではなく応急処置であることをご承知おきください。
1. 保健室では継続した手当は行いません。
 2. 薬物アレルギーや副作用等の事故防止、重要な病気の発見の遅れにつながるなどの弊害を考え内服薬は使用しません。
 3. 保健室での休養は原則として1時間です。



Q. 早退する時は？

- A. 短時間の休養で回復の見込みがない場合や医療を要すると判断した場合には、保護者のお迎えをお願いします。けがの程度によっては保護者の皆様に経過観察をお願いし、ご家庭から医療機関を受診していただく場合もあります。

Q. 感染症と診断された場合、または疑われる場合は？

- A. 感染症と診断されて欠席する場合は、欠席連絡の際に申し添えてください。感染症の疑いがあり、これから受診する場合も、その旨をご連絡ください。
- 学校保健安全法に定められた感染症である場合、出席停止の手続きをします。診断を受けた日より出席停止になりますので、「治癒証明書」の提出をお願いします。
- これは病気にかかった児童の治癒の確認とともに、他の児童への感染防止のためです。保護者の皆様のご理解、ご協力をお願いします。

Q. インフルエンザに罹患した場合は？

- A. インフルエンザに罹患し出席停止となったお子様が登校する際には、治癒証明書に替わり「インフルエンザ経過報告書」を提出していただきます。報告書の用紙は医療機関に置いてあります。
- 報告書に記載内容の一部をかかりつけ医で記入してもらい、発症後の体温の経過などを記入し、インフルエンザの出席停止期間である「発症した後5日、かつ、解熱した後2日を経過」したことを確認した上で、登校の際に学校に提出してください。
- なお、報告書がかかりつけ医に置いていない場合は、学校のHPよりダウンロードしていただくか、学級担任までご連絡ください。

分類	感染の種類	出席停止期間の基準
指定	新型コロナウイルス感染症	治癒するまで
第二類	インフルエンザ	発症後5日かつ、解熱後2日を経過するまで
	麻疹（はしか）	熱が下がって3日を経過するまで
	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺または舌下腺の腫れが現れた後5日を経過し、かつ、全身症状が良好になるまで
	風疹	発疹が消えるまで
	水痘（みずぼうそう）	すべての発疹がかさぶたになるまで
	咽頭結膜熱（プール熱）	主な症状がなくなった後2日を経過するまで
第三類	流行性結膜炎	医師により感染のおそれがないと認められるまで
	急性出血性結膜炎	医師により感染のおそれがないと認められるまで
	その他の感染症（条件によっては出席停止の措置が考えられる感染症）	
	溶連菌感染症、感染性胃腸炎、手足口病、マイコプラズマ肺炎、伝染性紅斑（りんご病）、ヘルパンギーナ	症状によって医師が判断する

※ 医師による「証明書」については、学校文書作成料として500円がかかります。（医療機関によっては500円を超える場合があります）のでご了承ください。



災害共済給付制度（日本スポーツ振興センター）

学校管理下でけがをし、医療費がかかった場合、その程度により給付金が支給されます。本市においては「こども医療費助成制度」がありますが、学校の管理下の災害については、日本スポーツ振興センターの災害給付が優先となります。そのため、学校でけが等をした際には病院の窓口で3割分をお支払いいただき、後日申請すると4割分が給付となります。ただし、仮に「こども医療費助成制度」を利用した場合においても、日本スポーツ振興センターへの申請を行うことで、1割分が支給されます。病院の窓口で制度の利用を伝えてください。

- ・本校では、例年、全員の児童が加入しています。
- ・4月初めのころに案内がありますので、期日までに申し込んでください。

家庭調査・保健調査・災害時緊急引き渡しカード

家庭調査・保健調査・災害時緊急引き渡しカード

【児童・家族構成】兄弟姉妹の学年・学年もご記入ください。

児童氏名（ふりがな）		血液型	生年月日	性別
氏名			平成 年 月 日	男・女

住所：〒 市 区 丁目 番 号

家族構成

続柄	氏名（ふりがな）	職業・学業	自宅	電話番号	緊急時連絡先
親			携帯		
兄弟姉妹			携帯		
兄弟姉妹			携帯		
兄弟姉妹			携帯		
兄弟姉妹			携帯		
兄弟姉妹			携帯		
兄弟姉妹			携帯		
兄弟姉妹			携帯		

【家族以外の緊急時取りの連絡先】（事前に連絡をお願いします。）

氏名（ふりがな）	本人との関係	電話番号	緊急時連絡先
氏名			
氏名			

【担任に伝えたいこと等】

※写真の使用許諾 児童の写真を下記の件に同意をしますか。

1 学校で発行される各種資料への写真の掲載 ☐ 認めます ☐ 認めません

2 PTA会報等への写真の掲載 ☐ 認めます ☐ 認めません

3 行事等で撮影した写真の学校の掲示 ☐ 認めます ☐ 認めません

※ このカードは2部複写し、職員室（担任）・保健室・緊急時持ち出し用として保管します。

※ また、コピーは進級・卒業時に適切な方法で処分いたしますのでご了承ください。

【裏面も忘れずにお書きください。】

【保健調査】

年 組 番 氏名

注釈（予防接種）	有・無	接種回数
（食物）アレルギーの有無	有・無	

既往歴：ぜんそく、アレルギー、腎臓病等の既往歴がある場合はお書きください。

緊急時に受診を希望する医療機関（いずれかに○をつけてください。）

1 学校に一任します。 2 下記の医療機関を希望します。

（緊急時には希望した医療機関に搬送できない場合がありますのでご確認ください。）

科	医療機関名	住所	電話番号
内科			
外科			
小児科			
その他			

【自宅付近の地図】家庭訪問等で利用しますので、できるだけ正確をお願いします。

道路 分 自宅の屋根は 色、壁は 色です。

・地図を貼り付けていただいても結構です。自印や家の周りを詳しくお願いします。

・自宅は、赤でマーク、通学路は青線……でご記入ください。

学校では安全に配慮して学習や活動をしていますが、不慮のけがや病気の程度により、医療機関の受診をお願いすることがあります。その際は**本カードに記載されている順番**で連絡いたします。その際には、お子様の不安解消及び感染症の拡大防止の観点から、できるだけ早いお迎えをお願いします。

このカードは、進級・卒業時に適切な方法で処分いたしますのでご了承ください。

旗（はた）当番について

- 全校児童の安全な登校のための、全保護者による登校時の見守り活動のことです。
 - 登校指導時間は、午前 7 時 40 分～午前 8 時です。
後日配付される「登校指導についてのお願い」と担当分担表でご自分の担当日を確認し、ご協力をお願いします。
 - 学年ごとに配付される「登校指導のご案内」に、登校班通過数が記載されていますので、全部の班の通過を確認してください。
 - 旗当番の旗は、当番終了後にお子様を通して学校へ持ってきていただき、引き継ぐことになります。
 - 旗当番の前日までに旗が回らない時も、登校指導は行っていただきたいと思いますのでよろしくお願いします。」
 - 当番の日に都合が付かない場合は、他の方と交代していただいてもかまいません。その際、場所と時間を担任へ正確にお伝えください。
 - 保護者の方も安全に配慮し、当番を行ってください。登校指導場所には、できるだけ徒歩、または自転車での移動をお願いします。
- ★問い合わせは学年委員会または学校へお願いします。



来校する際は・・・

- 学校への車での来校は、基本的には体調不良児童のお迎え等のみでお願いします。
 - 授業参観等で来校する場合は徒歩や自転車で来校してください。
- ★来校時はP T A会員証の着用をお願いします。（不審者の進入防止のため）
- 児童には交通ルールを守るよう指導していますので、保護者の方も子どもたちの見本となるようにしましょう。
 - ボランティア活動やP T Aの仕事等で学校に来校された際は必ず、職員室へ用件を伝えてください。帰るときも職員室へ声をかけてください。
例えば 「・・・部の・・・です。印刷に来ました。」 など

