

令和7年度

入学案内

令和7年2月17日

寝屋川市立堀溝小学校

もくじ

1. 学校の概要について 2 ページ
2. 入学式までの諸準備について . . 4 ページ
3. 入学後のお願い 6 ページ
4. 緊急時の登下校について 7 ページ
5. 児童の健康について 9 ページ
6. 学校給食について 13 ページ
7. 学校納入金について 18 ページ
8. 入学式について 20 ページ

所 在 地	〒572-0814 寝屋川市堀溝 3 丁目 10 番 8 号 TEL 072-825-9008 FAX 072-820-8988
校 長	石井 雅幸
教 頭	上野 京子
学 級 数	17 学級
児 童 数	322 名（令和 7 年 2 月現在）
開 校	昭和 45 年 4 月 1 日
創立記念日	6 月 1 日
校 区	堀溝 1,2,3 丁目 河北東町 河北中町 河北西町

1. 学校の概要について

(1) 学校教育目標

豊かな心を育み 心身を鍛え よく学ぶ子

(2) 重点目標

「自分や他者の命を尊重する子」(心力の向上)
「よく学ぶ子」(学力の向上)
「自ら規則正しい生活を送る子」(体力の向上)

(3) 本年度の目標

『未来につながり 命を輝かせる子』

- ◎子どもの未来
- ◎保護者・地域の未来
- ◎学校の未来

チーム堀溝家

「いのち」の尊重(危機管理・人権教育・道徳教育)
「生きる力」の育成(学力向上・体力向上・地域学習)

(4) 職員構成(令和7年2月現在)

校長	・・・	1名	教頭	・・・	1名	首席	・・・	1名
教諭	・・・	13名	講師	・・・	5名	非常勤講師	・・・	1名
副主査	・・・	1名	養護教諭	・・・	1名	養護助教諭	・・・	1名
栄養士	・・・	1名	少数人材	・・・	1名	児童生徒支援	・・・	1名
児童指導員	・・・	1名	技能職員	・・・	1名	交通指導員	・・・	4名
安全管理員	・・・	2名	学力向上指導員	・・・	1名	家庭教育サポーター	・・・	1名

(5) 学級数並びに児童数(令和7年2月現在)

学年	学級数	児童数	学年	学級数	児童数
1	2	56	4	2	59
2	2	53	5	2	59
3	2	51	6	2	44
支援学級(サポート学級)6		(38)	合計	16	322

(6) 日課について

日 課 表			
	通常日課 A (月・水・金)	通常日課 B (火・木)	特別日課 (市教研・委員会・クラブ)
職員朝礼	8:30～ 8:35		
朝の会(集会)	8:30～ 8:45		
1 時間目	8:50～ 9:35		
2 時間目	9:40～10:25		
20 分休み	10:25～10:45		
3 時間目	10:45～11:30		
4 時間目	11:35～12:20		
給食	12:20～13:00		
昼休み	13:00～13:25	13:00～13:25	
清掃	13:25～13:40		
5 時間目	13:45～14:30	13:30～14:15	13:15～14:00
6 時間目	14:35～15:20	14:20～15:05	14:15～15:00
終わりの会	15:20～15:30	下校 14:15	下校 15:15
完全下校	3～10月 16:30 11～2月 16:00		

※1 年生は 4 月 1 9 日まで午前中授業のみで下校します。
(給食は 4 月 2 0 日より開始です。)

(7) 年間の主な行事予定 (変更の場合もあります)

4 月	入学式 始業式 家庭訪問 1 年生を迎える会 授業参観	10 月	運動会 校外学習
5 月	校外学習 交通安全教室	11 月	授業参観
6 月	プール開き 日曜参観	12 月	個人懇談会 図工作品展 終業式 冬休み
7 月	個人懇談会 終業式 夏休み	1 月	始業式 マラソン大会
8 月	始業式	2 月	授業参観 懇談会
9 月	文化集会	3 月	修了式 春休み

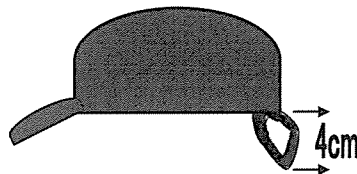
2.入学までの諸準備について

(1)服装について

通学用黄帽・標準服・体操服・給食用エプロン・帽子が決められています。

※体操服前にはゼッケンをぬいつけておいてください。(クラス・姓を記入)

※赤白帽は、常時机の横に掛けておくために、一人12cmの紐を用意していただき、帽子の後ろに輪にして付けてください。(災害時の避難に際して頭部を保護するために着用)



(2)入学式までに用意していただくもの

- ①ランドセル
- ②上靴と体育館シューズ
- ③上靴袋(下図参照)
- ④筆箱(マグネット式のもの)
- ⑤鉛筆2B(5本・六角のもの)
- ⑥赤鉛筆(1本・できれば六角のもの)
- ⑦消しゴム(1個・においがなく、子どもの力で消しやすいもの)
- ⑧下敷き(なるべく無地のもの)
- ⑨12色の色鉛筆(クーピーは使いません)
- ⑩道具箱(下図参照)
- ⑪はさみ(先が丸くよく切れるもの)
- ⑫のり(指でとってつけるもの・つぼのりとスティックのり)
- ⑬16色のクレパス(クレヨンは使いません)+クレパスを拭くガーゼ
- ⑭そうきん3枚(名前は書かなくてよい)
- ⑮ポケットティッシュ
- ⑯体操服・体操服袋(下図参照)・赤白帽
- ⑰給食当番エプロン・帽子・マスク・エプロン用の給食袋

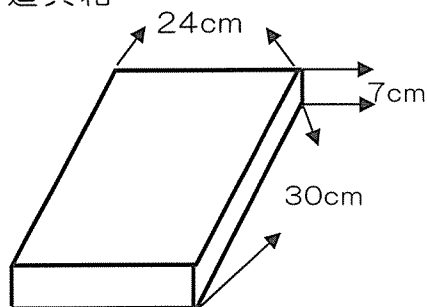
給食用ナフキン・ナフキン用の給食袋・コップ

※ノート類・絵の具セット・粘土は入学後、学校で一括購入しますので買わないでください。(粘土ケースと粘土板は幼稚園等で使っていたもので結構です)

※持ち物には全て目立つ所にひらがなで記名をお願いします。(衣類等にも)

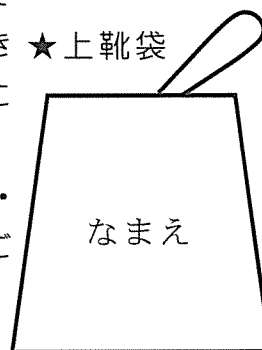
※入学後必要なものについては担任より連絡します。

★道具箱



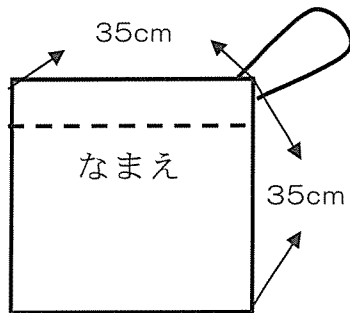
- ・今まで使っていたもので十分です。これより大きくなると机に入りにくくなります。
- ・はさみ・のり・クレパス・色鉛筆が入るものをご用意ください。

★上靴袋



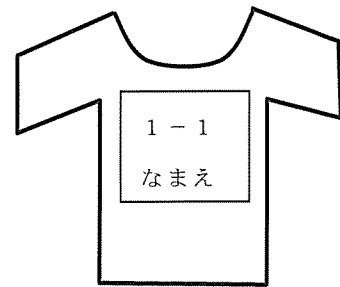
- ・巾着型が良い。てさげ型は不便です。
- ・キルティングはフックにかけても落ちやすいので避けてください。

★体操服袋



- ・70 cmのひもを通す。
ひもが長すぎないように
ご注意ください。

★体操服



(3)入学までに身につけておきたいこと

1)命の尊重、健康、安全に関すること

- ①生き物や草花を大切にする。
- ②危険な場所に近づかない。危険な遊びをしない。
- ③からだや衣服の清潔に気をつける。
- ④頭痛、腹痛、けが等を訴えることができる。
- ⑤友達と仲良く遊ぶことができる。
- ⑥交通安全の約束が守れる。
- ⑦話を聞くことができる。

★登下校時は決められた通学路を通ります。入学までに、お子さんと一緒に通学路を歩き、危険なところを確かめ、道路の安全な歩き方や横断の仕方を練習しておいてください。

2)規則正しく、きまりよい生活に関すること

- ①自分の物と他人の物を区別できる。
- ②自分の名前や保護者の名前が言えたり、読めたりできる。
- ③早寝、早起きができる。(午後9時頃寝て、朝6時30分に起きる。)
- ④ハンカチ、ティッシュを持つ習慣ができています。
- ⑤身の回りの整理整頓ができる。

(服を着替える。服をたたむ。靴を揃える。遊び道具を片付ける等)

- ⑥朝、トイレに行く習慣ができています。(用便が一人でできる。トイレを正しく使える。)
- ⑦規則を守る。(帰る時間を守れる。家での約束が守れる等)
- ⑧歯磨き、洗顔、食事が自分でできる。

3)礼儀作法に関すること

- ①あいさつをする。
- ②「ありがとう」「ごめんなさい」「はい」「いいえ」が言える。
- ③自分の名前が呼ばれたら「はい」と返事ができる。
- ④食事の約束が守れる。
- ⑤自分の持ち物や公共の物を大切にする。

3.入学後のお願い

(1) 欠席・遅刻の連絡について

7時50分～8時15分までに連絡をお願いいたします。

(2) 早退について

お子さんを早退させる場合には次のようにお願いします。

- ① 事前にわかっている場合は担任に連絡帳で連絡をしていただき、約束の時間にお迎えにきてください。
- ② 緊急の場合は電話でご連絡いただき、お迎えにきてください。

(3) 不審者対策について

学校でも指導しておりますが、ご家庭でも平素から以下の点についてお子さんと話し合い、確認しておいてください。

- ① 登下校は決められた通学路を通り、複数で行動する。
- ② 外出時は、防犯ブザー等を常に持たせる。(入学時に配付します)
- ③ 明るいうちに下校する。
(完全下校時刻：3月～10月・4時30分、11月～2月・4時)
- ④ 見知らぬ人に道を尋ねられた時などは、その場を離れる。相手の自動車や自転車には絶対に乗らない。
- ⑤ 万一被害に遭いそうになった時は、大声で助けを求め、近くの家に逃げ込む。
(子ども110番の黄色い旗の家も多数あります。)
- ⑥ 相手の服装や様子をできるだけ覚えておき、早く保護者に知らせる。
(保護者より、110番通報をお願いします)
- ⑦ 不審者情報などありましたら、学校にもお知らせください。
- ⑧ 学校からの情報通知文などはよくご覧いただき、お子様と内容についてよくご確認ください。

(4) 学校に忘れ物をした場合

原則、下校後の忘れ物は児童の安全等も考えて取りに来ないようにしてください。どうしても必要の場合には、保護者の方と一緒に取りに来てください。

4.緊急時の登下校について

東部大阪に暴風警報発令時の対応措置（寝屋川市は東部大阪です）	
児 童 が 在 校 時 の 措 置	児 童 が 在 宅 時 の 措 置
気象情報に注意し、下記の措置をとります。 ① 直ちに緊急集団下校をとります。 下校に際しては、児童の安全を第一に考え、教職員の引率のもと、集団下校等の措置をとります。 ② 緊急集団下校が危険であると判断される場合は、児童の安全に十分配慮の上、校内に待機させ、保護者への引き渡しによる下校措置をとります。 ③ <暴風警報解除の時> 児童を校内に待機させた場合、被害状況、特に道路の状況を把握し、適切な措置をとります。	気象情報に注意し、下記の措置をとって下さい。 ① 午前 7 時現在東部大阪に暴風警報発令中の場合は児童の登校を見合わせ自宅待機させて下さい。 ② 午前 9 時までに、暴風警報が解除された場合は、午前 10 時始業とします。 ※給食は実施いたしますが、給食開始時刻・献立等については、状況に応じて対応します。 ③ 午前 9 時現在、暴風警報発令中の場合は、臨時休業とします。
東部大阪に大雨・暴風等の特別警報発令時の対応措置	
児 童 が 在 校 時 の 措 置	児 童 が 在 宅 時 の 措 置
気象情報に注意し、ただちに命を守る行動をとるとともに、下記の措置をとります。 ① 児童の安全に十分配慮の上、児童を校内に待機させ、保護者への引き渡しによる下校措置をとります。 ② <特別警報ならびに暴風警報解除の時> 児童を校内に待機させた場合は、被害状況、特に道路状況を把握し、適切な措置をとります。	気象情報に注意し、下記の措置をとって下さい。 ① 午前 7 時現在東部大阪に特別警報発令中の場合は児童の登校を見合わせ自宅待機させて下さい。 ② 午前 9 時までに、特別警報ならびに暴風警報が解除された場合は、午前 10 時始業とします。 ※給食は実施いたしますが、給食開始時刻・献立等については、状況に応じて対応します。 ③ 午前 9 時現在、特別警報ならびに暴風警報が発令中の場合は、臨時休業とします。
災害や緊急事件が発生した場合の対応措置	
児 童 が 在 校 時 の 措 置	児 童 が 在 宅 時 の 措 置
市教育委員会の了承を得て、児童の安全に十分配慮の上、その時の状況に応じて「緊急集団下校」または「学校待機」のいずれかを速やかに決定します。 「緊急集団下校」措置の場合、「自宅」または「緊急時下校先」に下校する児童につきましては、教職員が付き添うなど、児童の安全確保を図り下校します。「学校待機」の児童は、学校より連絡をしますのでお迎えをお願いします。	学校における安全が確保できない場合、市教育委員会の了承を得て、「自宅待機」または「臨時休業」といたします。学校より『メールねやがわ「校区情報」』により情報を配信しますが、被害の状況や程度によっては、学校からの連絡ができない場合も想定されます。その際にはラジオ等で情報を把握していただき、各ご家庭で対応していただきますようお願いいたします。

児童が在宅時の対応措置	
震度 4 以下 の 場 合	震度 5 弱 以上 の 場 合
原則、平常通り授業を行います。 ※被害状況によっては、臨時休業や始業時刻の繰り下げの措置をとる場合もあります。	臨時休業とします。
児童が登下校時の対応	
※大きな揺れを感じた場合、落下物がない場所等、安全な場所に一時避難し、揺れが収まった後、原則学校に避難する。	
震度 4 以下 の 場 合	震度 5 弱 以上 の 場 合
校舎等の設備点検を行い、異常が無ければ平常通り授業を行います。 ① <下校時の対応> 通学路の道路状況を把握、安全確認後、教職員の引率のもと、集団下校等の措置をとります。 ※保護者不在家庭に対しては、個々の実態に応じた措置をとります。	臨時休業とします。 ①全児童を学校待機とし、保護者への引き渡しによる下校措置をとります。 ※保護者不在家庭に対しては、個々の実態に応じた措置をとります。
児童が在校時の対応措置	
※大きな揺れを感じた場合、落下物がない場所等、安全な場所に一時避難し、揺れが収まった後、安全な場所に集合し、児童の安否確認を行う。	
震度 4 以下 の 場 合	震度 5 弱 以上 の 場 合
校舎等の設備点検を行い、異常が無ければ授業を再開します。 ① <下校時の対応> 通学路の道路状況を把握、安全確認後、教職員の引率のもと、集団下校等の措置をとります。 ※保護者不在家庭に対しては、個々の実態に応じた措置をとります。	臨時休業とします。 ① 全児童を学校待機とし、保護者への引き渡しによる下校措置をとります。 ※保護者不在家庭に対しては、個々の実態に応じた措置をとります。

〈気象警報発表時の対応〉

※上記の措置のほか、気象条件等その時の状況に応じて全児童が「学校待機」を継続する場合は、全家庭にお迎えをお願いすることがある。

※いずれの場合も全家庭への一斉連絡は、学校より『メールねやがわ「校区情報」』により情報配信する。

※仕事などで普段から留守にされているご家庭については、集団下校措置の際には、「近所の方や、お知り合いの方に預かっていただく」「学校待機とする」等その対応の方法について、児童と日頃からよく話し合い、理解させておくよう、周知する。

〈地震発生時の対応〉

※登校前や登校時など、児童の安全を第一に考え、保護者の判断において登校を見合わせるなどの対応をする場合、学校にその旨を連絡する。

5.児童の健康について

入学を目前にひかえ、お子様ともども希望に胸をふくらませておられることと思います。保健室では、お子様が小学校生活をより健康で楽しく送られるように、ご家庭と連携していきたいと思ひます。お子様の心身について、何か気になることがありましたら、お気軽に保健室へおこしください。

新 1 年生は新しい環境に慣れないせいもあり、体調をくずしがちです。ご家庭でも、以下の項目につきまして気をつけていただきますようお願いいたします。

☆睡眠は充分にとらせましょう。

6～7 歳では、10～11 時間の睡眠が必要だと言われています。よく眠って気持ちよく目覚めるために、決まった時刻に寝起きできるようにしましょう。

☆毎朝の排便の習慣をつけましょう。

個人差があるので、いちがいにはいえませんが、便秘ぎみの場合、腹痛、頭痛やはきけの原因になることが多くあります。朝食後の排便の習慣をつけましょう。

☆朝食はきちんととらせましょう。

朝食は一日のエネルギーの源です。内容にもご配慮ください。

☆清潔を心掛ける習慣をつけさせましょう。

手洗い、うがい、ハンカチ・ティッシュの携帯、つめの状態等、常に気をつけて清潔を保つよう心掛けましょう。

☆むし歯等の疾病は、できるだけ入学までに治療を受けておきましょう。

(1)学校で行う定期健康診断について

＊身体検査(全学年)

二測定(身長・体重) …… 4・9・1 月

体重測定 …… 6・11・3 月

＊尿検査 (全学年)

＊心電図検査 (1 年生全員・経過観察児童等)

＊視力検査 (全学年・春秋年 2 回)

＊聴力検査 (1・2・3・5 年生・問診票抽出児童)

＊耳鼻科検診 (1・4 年生全員・前年度勧告児童・問診票抽出児童)

＊眼科検診 (1・4 年生全員・前年度勧告児童・問診票抽出児童)

＊歯科検診 (全学年)

＊内科検診 (全学年)

＊結核検診(問診票と内科検診時) (全学年)

＊色覚検査 (4 年生希望者)

詳しい日程は、ほけんだより、学級・学年だより等でお知らせし、健康診断の結果は「けんこうてちょう」や治療勧告書等でお知らせいたします。治療勧告書をお届けした時は、できるだけ早く治療や精密検査を受け、その結果を学校までお知らせください。

(2) 学校感染症と出席停止

学校保健安全法では、学校感染症として決められた病気があり、かかった時は登校してはいけないことになっています。（この場合「出席停止」となり、欠席扱いにはいたしません。） お子さんが次のような病気と診断されましたら、連絡帳等で必ず学校まで連絡してください。（証明書等は有料の医療機関もあるため必要ありませんが、他のお子さんへの感染を防ぐため、必ず下記の出席停止勧告期間をすぎるか、医師の許可が出るまでは登校させないでください。）

※主な学校感染症

病 名	出席停止勧告期間
インフルエンザ	発症した後 5 日を経過し、かつ解熱した後 2 日経過するまで
新型コロナウイルス感染症	発症した後 5 日を経過し、かつ症状が経過したあと 1 日を経過するまで
百日咳	特有の咳が止まるまで、または 5 日間の適切な抗菌薬療法が終了するまで
麻疹 (はしか)	解熱した後、3 日経過するまで
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脹が発現した後 5 日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで
水痘 (みずぼうそう)	すべての発疹がかさぶたになるまで
風疹(3 日ばしか)	発疹が完全に消失するまで
咽頭結膜熱 (プール熱)	主要症状が消失後 2 日を経過するまで
結核	症状により学校医その他医師において感染の恐れがないと認めるまで
髄膜炎菌性髄膜炎	

※その他、流行性角結膜炎・溶連菌感染症・腸管出血性大腸菌感染症(O-157)等があります。それ以外の病気でも「感染のおそれがあるため、学校を休む必要がある」と医師が判断したときは、出席停止となることもあります。

(3)学校での災害共済制度について

学校管理下で起きたけがに対して、災害共済制度として「日本スポーツ振興センター」と「寝屋川市立校園PTA協議会安全共済会」があります。いずれも加入手続きは、入学後、学校が行います。別紙「災害共済給付制度への加入について」をお読みいただき、入学式当日に「加入同意書」をご提出ください。

日本スポーツ振興センター

保険点数が、500点以上（保険診療【3割負担】の支払い金額が1500円以上）のものについて、医療費等の支給を行うものです。

寝屋川市立校園PTA協議会安全共済会

医療点数が500点未満（保険診療【3割負担】の支払い金額が1500円未満）で治療が終了した場合の給付や、移送費、見舞金等の支給を行うものです。

※学校管理下とは次のような場合です。

- ①決められた通学路を通して登下校しているとき ②授業を受けている時
- ③学校の教育計画に基づいて行われる課外指導を受けている時
（校外学習・修学旅行・林間学舎など）
- ④休み時間中やその他、学校長の指示・承認に基づいて学校にいる時 など

※それぞれについての掛金の約半額は寝屋川市が負担します。児童一人あたりの年間保護者負担額は、それぞれ460円・100円（昨年度の場合）となっており、入学後、学校諸費から徴収させていただきます。

※詳しい申請方法についてはその都度説明させていただきます。給付されるまでは通常2～3ヶ月かかり、それまで医療費をご家庭でご負担いただくことになりますがご了承ください。診療月ごとに2年経過すると時効となり、給付申請ができなくなりますのでご注意ください。

(4)保健室と応急処置について

保健室には、毎日たくさん子どもたちが来室し、養護教諭がそれぞれの訴えについて対応しています。病院や薬局ではありませんので、応急処置のみを行い、継続的な処置についてはご家庭、または医療機関でお願いします。

1)内科的な訴えについては

- ①体温・顔色・睡眠状態などから、教室で授業が受けられると判断した場合は教室にかえし、授業をうけさせます。（担任が経過観察）
- ②教室で授業を受けるのが困難と判断した場合は、しばらく保健室で休養させ様子を見ます。
- ③熱がある場合、その他家庭に帰した方が良いと判断した場合は担任または養護教諭より保護者に連絡を取り、迎えに来ていただきます。
（保健室では原則として投薬はいたしません。）

2)けがをした時については

- ①救急処置をして経過をみます。程度、状況により家庭連絡をいたします。
- ②医療機関での診察を要すると判断した場合は、保護者に連絡をとり、受診します。
(連絡がとれなかった場合は学校で受診する医療機関をきめさせていただくことがありますので、ご承知おきください。かかりつけの病院がある場合は保健調査票にご記入ください。)
- ③帰宅後、ご家庭より医療機関で受診された場合は、医療機関名や診断結果等を学校までお知らせください。

3)その他

着替えが必要になった場合に、制服や体操服、靴下等を貸し出ししています。洗濯してご返却ください。
下着については、衛生面から新品の下着をお渡ししていますので、新品の下着で返却してください。

(5)保健調査票について

児童の健康状態について知るためや、緊急時の家庭連絡、病院受診の際などに必要な書類です。ご記入の上、入学式当日にご提出いただきますよう、お願いいたします。(原則として6年間使用します。)

- ・緊急時に確実に連絡がとれるよう、連絡先は複数記入してください。
- ・健康保険証の記号・番号、保険者番号は記入もれのないようお願いします。(変更等がありましたらすみやかにご連絡ください。)
- ・慢性疾患やアレルギーなどについては特にくわしくご記入ください。入学までに学校に知らせておきたいことがあれば、ご連絡ください。

※「個人情報の取り扱いについての同意書」について

保健調査票の裏面に有ります。

けが等で学校より医療機関に引率した際に、諸事情により保護者が来られない場合でも、診療内容や診断結果、注意事項等について、学校側が医師からの説明を受けられるよう、あらかじめ同意をいただくものです。
押印を忘れないようお願いいたします。

寝屋川市では、「学校における食物アレルギー対応ガイドライン」に基づき食物アレルギー対応を行っています。

安全に学校生活を送るために、食物アレルギーの調査を行います。校外学習・食品を扱う授業・体育などの運動を伴う活動・給食において、医師の指示に基づき対応します。

- ・一年に一度、食物アレルギーの調査があります。
- ・食物アレルギー調査票は全児童提出です。（様式 1-1）
- ・学校生活で食物アレルギー対応が必要な方は、医師の診断書類（様式 1-2）と保護者記入の申請書（様式 2）が必要です。

※提供された食事から児童が自分でアレルゲンを除いて食べることは、安全確保の面から認められません。

※詳しくは寝屋川市のホームページに掲載されている「学校における食物アレルギー対応ガイドライン」をご確認ください。

[illegible]

様式 1-1) 食物アレルギー調査票
(黄色の用紙)

[illegible]

樣式 1-2) 生活管理指導表

[illegible]

様式 3) 食物アレルギー除去申請書

6.学校給食について

学校給食は、正しい食事のあり方を身につけ、栄養のバランスのとれた食事を友だちと一緒に食べるという心のふれあいの中で、児童の健康、体位の向上を図ろうとするもので、教育の一環として実施しています。

※1年生の給食は、4月19日（金）から始まります。

(1)調理方法と献立について

- ・調理は、堀溝小学校の給食室で行う自校調理方式です。
- ・寝屋川市全体が、基本的に同一献立です。
- ・牛乳は、毎日出ます。
- ・白いご飯の他にも、色々な種類（炊き込みご飯、ピラフ等）があります。
- ・パンは、食パン、コッペパン、黒糖パン、うずまきパン、揚げパンなどがあります。
- ・麺類の献立もあります。

(2)こんなことを大切にしています

- ・シチューは、小麦粉とバターでルーを作り、だしは、けずりぶしとだし昆布からとっています。洋風のだしも、天然のチキンブイヨンを使用しています。このように、なるべく手作りで調理しています。かき揚げやフライドチキン、揚げパンなども学校で作っています。
- ・加工品もできるだけ添加物の少ないものを使用しています。
- ・その季節にとれる食材を取り入れ、旬の味を大切にしています。また、行事食や郷土食等を取り入れています。

大切な朝ごはん

朝ごはんは一日を元気にスタートさせる大切な活力源です！

朝ごはんをしっかり食べて、3つのスイッチを「ON」にして、元気に登校しましょう。

あたまスイッチ 黄の食品	からだスイッチ 赤の食品	おなかスイッチ 緑の食品
脳は眠っている間にもエネルギーを消費しているので、午前中の脳の活動のために朝ごはんは欠かせません。朝ごはんを食べることで脳が活性化します。	睡眠中は体を休めているために体温が下がっています。朝ごはんを食べることで体温が上昇し、活動モードにスイッチが入ります。	朝ごはんを食べることで胃腸の働きが活発になり、排便を促します。朝に排便があると、1日をスッキリ過ごせます。

黄の食品

赤の食品

緑の食品

黄・赤・緑の食品をそろえた
朝ごはんを食べましょう。

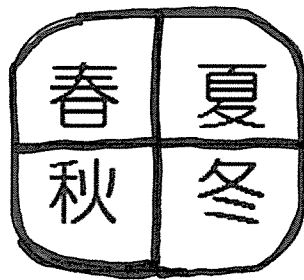
朝ごはんは何を食べていますか？

朝ごはんは、ごはん+卵→これだけでは不十分です！

野菜の入った一品、みそ汁を加えてみてください。

手軽に栄養バランスのよい朝ごはんになりますよ。

旬の食材を組み合わせるみそ汁を作ってみましょう！



忙しい朝ですが、パンだけ・おにぎりだけでは栄養不足です。

負担なく朝食を充実されるために・・・

- ・前日の夕食のおかずを多めに作って朝に食べる。
- ・常備菜を作っておいて朝に添える。（おひたし・煮物・サラダ など）
- ・冷蔵庫から出してすぐに食べられる物を用意する。（納豆・チーズ・生野菜・果物等）

そして、子どもの意欲を高めるために「親子で一緒に朝ごはんを食べられる」といいですね。

7.学校納入金について

(1)学校納入金の引き落としについて

本校の学校納入金の納入は郵便局の口座からの引き落としで行っております。それに先立ちまして下記のとおり手続きをしていただきますようによろしくお願いいたします。

1)現在、郵便局の通帳をお持ちでない方

- ・郵便局で保護者あるいはお子様の名義で通帳を作成してください。

(印鑑と健康保険証など本人確認できる書類をご持参ください。)

- ・本日配布の【自動払込利用申込書】に通帳番号等必要事項を記入して郵便局の窓口へ提出してください。

通帳番号は通帳を開いた上の番号です。

2)現在、郵便局の通帳をお持ちの方

- ・通帳作成の必要はありません。
- ・本日配布の【自動払込利用申込書】に通帳番号等必要事項を記入して郵便局の窓口へ提出してください。(通帳と印鑑をご持参ください。)

※1児童につき、1枚提出が必要です。

兄や姉が在籍している場合も、手続きをお願いします。

注意 **3月8日(金)**までに手続きをしてください。

できる限り「門真巢本郵便局」で手続きをしてください。

門真巢本郵便局電話番号：072-883-5640

(2)学校納入金の費目と金額について(令和5年度の場合)

1)学校納入金の費目と金額の目安(月額)

給食費	教材費	P T A会費
3700円	3000円	2□ 400円 1□ 200円

※引き落とし手数料として、毎月10円がかかります。

2)引き落とし日

毎月 5日・15日 7・12月は1・10日となります。

引き落とし日が土・日・祝日の場合は、次の平日になります。

開始月 5月(予定)

※学納金の詳細については、4月におたよりを配付しますので、そちらでご確認ください。

自拟申述

(記入の仕方)



払込開始月 年 5 月から 払込日 毎月 5 日 (再払込日 15 日) 土・日・祝日の場合は翌営業日

ご契約者	おところ	郵便番号 () (空 白)
	おなまえ	フリガナ ----- (空 白)
	日中ご連絡先 電話番号	携帯 会社 自宅 - -

備考											日附印	
	児 童 の 氏 名 (←お忘れなく!) 1 児童につき 1 枚提出										印鑑欄	受付

111

● 附錄一 臺灣證券交易所

+ 30170 2021 05-TPN

ゆうちょ銀行

＜入学式について＞

日 時：令和 7 年 4 月 4 日（金） 午前 10 時開式

場 所：寝屋川市立堀溝小学校 体育館

受 付：9 時 30 分から体育館前で行います。
体育館前に張り出している組分け表をご覧ください。
ただき、9 時 50 分までにクラスごとに受付
をお済ませください。
式場ではクラス別に着席してください。

持ち物：①上靴、下靴入れ（児童・保護者）
②教科書を入れる袋
③家庭環境調査書
④保健調査票（押印必要）
⑤スポーツ振興センター同意書
⑥生活管理指導表（アレルギー対応希望者のみ）

※③～⑤は入学説明会の時に配付しています。
③～⑤は受付にご提出ください。

服 装：標準服
・名札をつけてください。
名札の氏名はひらがなで、学年のみを記入
してください。
・ハンカチ、ティッシュをポケットに入れる。