

健康教育だより

すこやか



～㊦くすく元気で ㊧うきしんいっぱい ㊨さしさと笑顔あふれる ㊩もがわ小学校～

令和7年4月

上尾市立鴨川小学校

保健



新しい先生、新しい友達、新しい教室など、いろいろな出会いとスタートの時を迎えます。

楽しみ、ちょっとドキドキ…感情は、人それぞれでしょう。

自分のペースを知りながら、新しいチャレンジをしてみたいという気持ちを、少しずつ育んでいってほしいと思います。保健室は、みなさんの健康と学校生活を応援していきたいです。

一年間、よろしくお願いします。

健康診断が始まります

体調と準備をととのえて

健康診断を受けましょう。



内科検診 栄養状態、心臓や肺の音、骨や皮膚の様子は？	眼科検診 目や目の周りに病気や異常がないかな？	耳鼻科検診 問診票のみ 耳・鼻・のどに病気や異常がないかな？	歯科検診 歯や歯ぐきに病気や異常がないかな？	
聴力検査 前日には耳掃除をしておこう！	尿検査 腎臓病や糖尿病の疑いがないかな？	心電図検査 1年生のみ 心臓の働きや状態は？病気や異常はないかな？	身体測定 身長・体重、どれくらい成長したかな？	視力検査 メガネを持っている人は忘れずに！



みなさんの健康を支えてくださる先生方です。お世話になります。よろしくお願いします。

【学校医】

内科：今村恵一郎 先生（今村整形外科）
高野 忠将 先生（たかのこどもクリニック）
眼科：関口 悟子 先生（上尾ふれあい眼科）
耳鼻科：松本 千織 先生（北上尾耳鼻咽喉科クリニック）

【学校歯科医】

大塚 久仁郎 先生（上尾西口歯科）
沼尻 克美 先生（沼尻歯科）

【学校薬剤師】

高橋 直子 先生（クオール薬局西宮下店）

担当 自己紹介

みなさんの心と身体の健康を応援していきたいです。
よろしくお願いします。



給食を通して、食べることの大切さや、楽しさについて考えてみてください。よろしくお願いします。



入学・進級おめでとうございます

ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度が始まりました。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう、職員一丸となって取り組んでまいります。一年間よろしくお願いいたします。



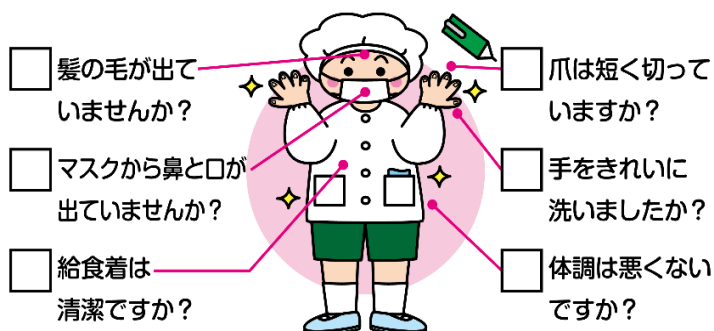
◆ 給食が始まります ◆



新年度は4月10日（木）から給食が始まります。準備、確認をお願いいたします。新しいクラスで協力して準備をし、おいしくいただきます。

1年生は15日（火）、16日（水）に練習給食、17日（木）から給食開始です。

給食当番さんの身だしなみチェック



★給食の準備をする前には、必ず手を洗いましょう。当番以外の方は、机の上を片付け、室内の換気をするなど、食事にふさわしい環境を整えましょう



給食袋の中

- 給食着
- 給食帽子
- マスク

はし袋の中

- おはし（箸箱にいれる）
- ナプキン

※新学期につき、持ち物に名前が書いてあるか、給食着にほつれ、ゴムののび、ボタンの取れなどないか、もう一度、ご確認ください。



お箸の日について

毎月の献立予定表に、お箸の日のマークが入っています。この日は給食室からスプーンやフォークができません。忘れずに箸の用意をお願いします。もし忘れてしまった場合には、給食室でスプーン等を借りられます。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。

また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただく安心です。



給食費について

学校給食費の公会計課に伴い、令和7年度からは上尾市が一括して、学校給食費の徴収と管理を行います。事前に登録いただいた振替口座より振替（振替手数料は市が負担）いたします。

4月～7月分は翌月末日、9月分～3月分は当月末日が口座振替日となります。（12月は28日）末日が土・日・祝日だった場合は、銀行の翌営業日の振替となります。

給食を停止、再開する場合には、保護者からの申し出と、停止（再開）届の提出が必要です。学校へお知らせください。