



外籍儿童和家长用 入学指南

练马区教育委员会

本书专为进入（公立）练马区立小学学习的孩子及其家长而制作。书中对练马区的小学校园生活进行了通俗易懂的说明。

希望所有的孩子和家长在阅读完本书后可以放心就学。

*家长是指父母等抚养孩子的人。

目次

1	入学流程	2
2	学校一年的活动	3
3	学校一天的生活	4
4	小学的学习内容	5
5	关于特别支援教育	5
6	放学后	6
7	关于供餐	6
8	儿童健康和保健	7
9	入学前在家中应做的事（能否独立完成）	8
10	家长的职责（家长应做的事）	8
11	学校通知	9
12	联系学校	9
13	不能带入校内的东西和不能做的事	9
14	向学校交纳的费用（学校收费）	10
15	就学援助	10
16	在学校使用的东西	11
17	儿童日语学习	13
18	口译志愿者	13
19	外语咨询	13
20	有困难时请咨询	13

1 入学流程 (一年级新生→4月1日*满6岁的孩子)



*例如) 2023年4月1日满6岁的孩子⇒生日是2016年4月2日至2017年4月1日的孩子

就读申请 (指孩子进入小学学习。)		<ul style="list-style-type: none"> ● 孩子是外国国籍时 ⇒请联系练马区教育委员会 学务课 学事股 (练马区役所12楼)。 ※不就读练马的区立小学 ⇒请联系练马区教育委员会 学务课 学事股。 ※请和懂日语的人一起前往。
10月	发送就读通知书	<ul style="list-style-type: none"> ● 练马区教育委员会 学务课 学事股会向孩子所居住的家庭地址发送“就读通知书”。 ● 通知书上写有孩子将就读的小学。 ● 通知书上写有就读时体检的日期、时间和地点。 ● “就读通知书”须在入学典礼上交给学校，十分重要。收到后请务必打开并阅览。
10月 ∩ 11月	就读时体检	<ul style="list-style-type: none"> ● 请于规定的日期和时间，在孩子将就读的小学接受就读时体检。 ● 体检检查身高(厘米)、体重(公斤)、眼、耳等项目。 ● 如果无法接受体检，请联系学校。
1月 ∩ 2月	一年级新生家长说明会	<ul style="list-style-type: none"> ● 孩子将就读的小学有入学说明会。请务必出席。 ● 体检时会通知您日期和时间。 ● 如果不知道日期，请咨询学校。 ● 说明会上将对入学前须准备的东西和校园生活等进行说明。
4月	入学典礼	<ul style="list-style-type: none"> ● 出席典礼的有一年级新生、家长、老师和町内居民。 ● 听校长和受邀人员讲话，介绍孩子的班主任。 ● 老师、一年级新生和家长合影留念。 ● 将“就读通知书”交给学校。

有疑问和困难时请咨询。

■ 就读通知书 …… 练马区教育委员会 学务课 学事股 ☎03-5984-5659

■ 就读时体检 …… 孩子将就读的小学

练马区教育委员会 保健供餐课 学校保健股 ☎03-5984-5729

■ 家长说明会 …… 孩子将就读的小学

2 学校一年的活动（示例）



每年从4月开始，到3月结束。一年有三个学期。

第1学期=4/6~7/20、第2学期=9/1~12/25、第3学期=1/8~3/25

暑假=7/21~8/31、寒假=12/26~1/7、春假=3/26~4/5

活动是大致的计划。各活动的详细内容请咨询学校。

4月~7月	入学典礼、第1学期开学典礼、家长会、郊游、体检、避难训练、运动会（部分学校在秋季举行）、单独面谈、学校公开、游泳辅导、第1学期期末典礼、暑假开始
8月	暑假
9月~12月	暑假结束、第2学期开学典礼、交人演练、学校公开、游泳辅导、避难训练、文娱会、学习发表会、展览会、作品展、音乐会、家长会、第2学期期末典礼、寒假开始
1月~3月	寒假结束、第3学期开学典礼、避难训练、学校公开、毕业典礼、结业典礼、春假

- **入学典礼** ……庆祝一年级学生入学的仪式。会有一年级学生的家长参加。
- **开学典礼** ……第1、2、3学期开始时举行的仪式。
- **体检** ……医生对孩子的身体情况和健康状态进行检查。
- **郊游** ……大家带着便当出去游玩。去公园或各类设施等做活动或参观。
- **单独面谈** ……班主任和家长就孩子在学校的学习和生活单独进行谈话。
- **年级恳谈会、家长会** ……班主任和全班学生的家长就孩子在学校的学习和生活共同进行谈话。
- **学校公开** ……家长在学校参观班级的课堂授课。
- **运动会** ……孩子们从事跑步或跳舞等运动。家长前往观看。
- **游泳辅导** ……在学校的游泳池练习游泳。
- **避难训练** ……练习在学校发生火灾或地震时如何逃生等。
- **文娱会、学习发表会** ……孩子们从事戏剧等表演。家长前往观看。
- **音乐会** ……孩子们唱歌或从事乐器演奏。家长前往观看。
- **展览会、作品展** ……孩子们展示在课堂上创作的作品或画。家长前往观看。
- **期末典礼** ……第1、2学期结束时举行的仪式。
- **结业典礼** ……第3学期结束时举行的仪式。
- **毕业典礼** ……庆祝六年级学生毕业的仪式。会有六年级学生的家长参加。

■ 6月至7月、9月至2月的第二个周六是学校公开日。这一天要去学校。因为只有上午上课，所以没有供餐。

3 学校一天的生活（示例） 根据就读的学校会略有不同



8 : 00~	上学（去学校） <ul style="list-style-type: none">● 走规定路线（上学路）从家去学校。● 戴上学校的帽子。● 迟到或请假时务必联系学校。
8 : 30~	晨会、集会、健康观察 <ul style="list-style-type: none">● 在教室做早上的问候。听老师讲话。● 还会有全校学生聚集的集会日。● 班主任会观察孩子们是否健康。
8 : 45~	上课（学习） <ul style="list-style-type: none">● 上午有4节课，每节45分钟。● 每节课之间有休息时间。● 厕所可以在休息时间去。
12 : 15~	供餐（吃午饭） <ul style="list-style-type: none">● 餐饭由学校提供。● 大家吃同样的餐饭。
13 : 00~	扫除和午休 <ul style="list-style-type: none">● 大家一起把学校打扫干净。● 在教室内或教室外（操场）玩耍。
13 : 40~	上课（学习） <ul style="list-style-type: none">● 各年级的下课时间不同。
14 : 40~	总结会和放学（回家） <ul style="list-style-type: none">● 听班主任说第二天的安排（课程表）。● 走规定路线（上学路）从学校回家。● 不独自回家。尽量和朋友一起回。 不绕道去其他地方。

■ 查看课程表（写有一周的课程）。

■ 一年级学生从20分钟左右的学习开始。逐渐变为45分钟学习。

4 小学的学习内容



- **国语** …………… 学习日语，比如阅读教科书和写字等。
- **算数** …………… 学习数量和图形。
- **生活** …………… 一年级和二年级学生是对周围的地区和大自然进行学习。
- **社会** …………… 从三年级开始，学习自己所居住的地区以及日本的国土与历史。
- **理科** …………… 从三年级开始，对大自然和动植物进行学习。
- **音乐** …………… 唱歌、乐器演奏、听歌曲之类的学习。
- **图画手工** …………… 画画、做手工、欣赏美术作品之类的学习。
- **家庭** …………… 五年级和六年级学生进行的缝纫和烹饪之类的学习。
- **体育** …………… 跑步，游泳，做体操等。学习关于运动和健康的知识。
- **外语活动** …………… 三年级和四年级学生进行的英语听说的学习。
- **外国语** …………… 五年级和六年级学生进行的英语听说读写的学习。
- **特别科目 道德** …………… 生命之宝贵、以及培养关于爱他人之心方面的学习。
- **综合学习时间** …………… 从三年级开始，学习如何对自己所思考的事情进行调查和体验等。
- **班级活动** …………… 学习学校有关的事情，比如班上的决定大家一起做出等。

5 关于特别支援教育



- 为无法说话、听不懂所说的话、不懂学校的学习内容、身心发育迟缓、有残障等的孩子提供教育。
- 有特别支援教室、特别支援班级和特别支援学校。
- 对孩子有所担忧时请咨询。

【入学前】**练马区教育委员会 学务课 就学咨询股 ☎03-5984-5664**

【入学后】班主任或各校的特别支援协调员

6 放学后



● 学童俱乐部

- 家长有工作，回家后家中无人看管的孩子可寄放在这里。
- 须交费。在上一年度的11月中旬提出申请。
- 申请书可在学童俱乐部或育儿支援课获取。也可从练马区的网站下载。

练马区教育委员会 育儿支援课 儿童抚育股 ☎03-5984-5827

● 广场事业

- 在该校就学的孩子可前往。
- 在学校操场、图书室或广场室做游戏，学习或看书。
- 家长不上班的孩子也可前往。
- 须事先登记。登记的方法请咨询学校。

练马区教育委员会 育儿支援课 学校应援团和开放股 ☎03-5984-1057

● 练马儿童俱乐部

- 孩子就读的学校中有“练马学童俱乐部”和“练马儿童广场”。
- 放学后和暑假等的时候可以在这里安全度过。
- “练马学童俱乐部”与学童俱乐部相同。
- “练马儿童广场”须事先登记。登记的方法请咨询学校。

练马区教育委员会 育儿支援课 放学后儿童对策股 ☎03-5984-1519

7 关于供餐



- 周一至周五吃学校提供的午餐。
- 每天的菜单（餐饭）均不同。
- 主食是米饭、面包或面条，配菜是肉、鱼、蛋、蔬菜等菜品。饮料是牛奶，甜点是水果、果冻等。
- 每月分发菜单表。
- 吃供餐的时间是20分钟左右。
- 由孩子们搬运食物并装盘。（供餐值日生）
- 供餐值日生穿学校发的白大褂。周五将白大褂带回家，在家清洗并熨烫。
- 下个周一将白大褂带到学校。
- 因食物过敏或宗教方面的原因而不能吃某些食物时，请告诉班主任。
- 须交纳供餐费。（P10）

* 郊游时没有供餐。请家长制作便当。

8 儿童健康和保健



● 在学校受伤或发热时

- 学校里有保健室和保健医生。
- 在学校受伤、发热或感到不舒服时，请前往保健室。
- 保健医生会进行应急处理。但不处理在家受的伤。
- 出现最好去医院或回家的情况时，学校将联系家长。

● 灾害互助金制度（日本体育振兴中心）

- 如果在学校或上下学（去学校或回家路上）时受伤，可以获得治疗费。
- 保险费（所需的费用）由练马区支付。
- 如有疑问请咨询保健医生。

● 得传染病时

新冠肺炎、流感、腮腺炎、麻疹、风疹、水痘、感染性肠胃炎（如诺如病毒等）、手足口病、流行性结膜炎等

- 周围的人可能也会得相同的病。
- 得传染病时不可以去学校。
- 如果其他孩子中也有很多人请假，则整个班级或学校将停课。（关闭班级或学校）
- 要休息到痊愈，医生说可以去学校时方可。
- 向学校提交“到校申请”后上学。
- “到校申请”的表格可在学校获取。也可从学校的网站下载。

● 在学校时的预防措施

- 佩戴口罩。
- 从外面回学校时，上厕所后，吃供餐前和吃完后等时候，请洗手。

● 过敏症

- 为了让孩子度过安全的校园生活，学校将调查孩子是否有过敏症。
- 有过敏性休克（危及生命的严重症状）或供餐中有饮食方面需要注意的事项时，请告知班主任。

9 入学前在家中应做的事（能否独立完成）



- 早睡早起。早晨6点前后起床，晚上9点前后睡觉。要睡足9至10个小时。
- 每天吃早饭。
- 可以用筷子和勺子吃饭。
- 养成早上排便（大便）的习惯。
- 从外面回家时和吃饭前洗手漱口。
- 自己穿衣服和脱衣服。
- 区分自己的东西和别人的东西。
- 自己用过的东西自己收拾。
- 自己的名字被叫到时，要会回答“はい”。
- 会说自己的名字。
- 过人行横道时看信号灯。



10 家长的职责（家长应做的事）



● 早上去学校前

- 孩子是否健康。请仔细查看孩子的身体。
(脸色不好 没有精神 不吃饭 头痛、腹痛 大便较软)
- 测量孩子的体温。
- 让孩子将健康记录卡带去学校。
- 孩子身体不舒服时，为其请假休息。

● 在家学习

- 学校会布置作业（在家进行的学习）。养成在家也学习的习惯很重要。
- 家长要查看学校是否布置了作业，以及孩子是否完成了作业。

● 第二天的准备

- 由孩子准备第二天在学校要用的东西。家长提供帮助。

● 参加活动

- 家长会和单独面谈时，会有重要的事情告诉家长，所以要参加。
- 学校公开（课堂授课参观）可以了解到孩子的学校生活，所以要参加。
- 运动会等学校的活动要参加。

● PTA

- 这是由家长和老师组成的团体，会为孩子们做很多事。
- 针对加入PTA，学校会做相关说明。

11 学校通知



- 学校每天都会进行联系，比如告知第二天要带的物品等。
- 学校会通过印刷物（纸张）、联系本、平板电脑等各种方式发出年级通讯、学校通讯以及关于活动的重要通知。家长须每天查看。
- 如果看不懂通讯（书信）等，请事先告诉学校。

【练马区学校通知邮件】

- 学校有紧急的重要通知时会发送。
- 请申请加入练马区学校通知邮件系统。（不申请则无法接收通知。）
- 可从学校获取说明书。申请时间是在4月。

【关于接回孩子】

- 如在学校时发生较大的地震（震度5弱以上），须去学校接回孩子。
- 家长来接之前，孩子会在学校里等候。

12 联系学校



- 缺席、迟到、早退时请务必联系。
- 联系方式有电话、邮件和平板电脑等，根据就读的学校而有所不同。
- 迟到和早退时，须把孩子送到教室或前去教室接孩子。
- 家长去学校时，须佩戴家长用姓名牌。
- 回国或住址（居住的地方）发生变化时，请务必联系学校。

13 不能带入校内的东西和不能做的事



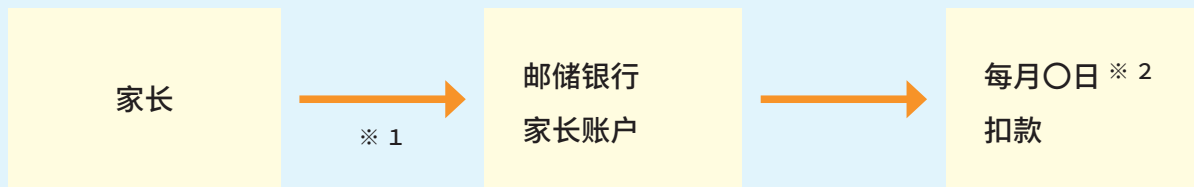
- 零食、玩具、游戏、漫画、首饰等不能带入校内。
- 现金不能带入校内。
- 休息时间和放学路上不能在商店里买东西。
- 不能骑自行车上学。
- 不能不联系学校就缺课或回家。

14 向学校交纳的费用（学校收费）



- 学费和教科书费是0日元。

供餐费和教材费是通过邮储银行的账户交纳。



※ 1 把钱存入账户。

※ 2 〇日 根据就读的学校而有所不同。一年级新生从5月或6月开始

手续①

◎邮局

没有邮储银行的账户时，请开户。……邮政储蓄综合存折

- 开户人……家长
- 所需资料
 - 本人身份证明（在留卡、驾照等）
 - 印章

手续②

◎学校

- 将“自动转账申请书”交给学校。
- 每月的扣款日期和金额会在4月份知晓。

15 就学援助



- 我们会为无法交纳供餐费和教材费等的人士提供帮助。
(供餐费、入学准备费、学习用品和上学用品费、学校活动费等)
- 各年级的金额有所不同。
- 收入（通过工作赚取的金钱）高的人无法得到援助。援助有标准。
- 需要向学校提交就学援助申请书。

练马区教育委员会 学务课 管理股

☎03-5984-5643

16 在学校使用的东西



【在学校领取的东西⇒费用0日元】



教科书



防身报警器



防灾头巾



姓名牌

【向学校借用的东西】小学毕业时归还。

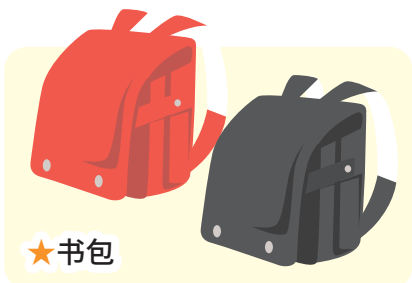


平板电脑

- 一人一台。
- 这是用于学习的重要物品。
- 学校会说明如何使用。

【★自己准备的东西】和【●在学校集体购买的东西⇒之后付款】

根据就读的学校而有所不同。请仔细阅读学校发给您的印刷物（入学手册等）。



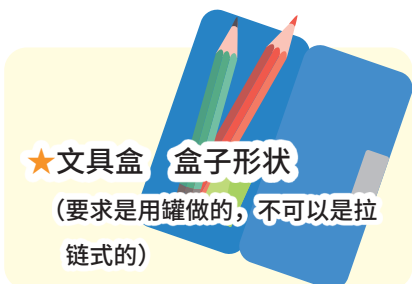
★书包



★室内鞋、装室内鞋的袋子

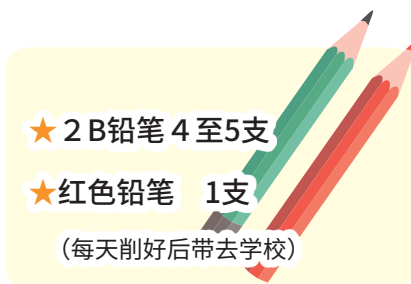


★手提袋



★文具盒 盒子形状

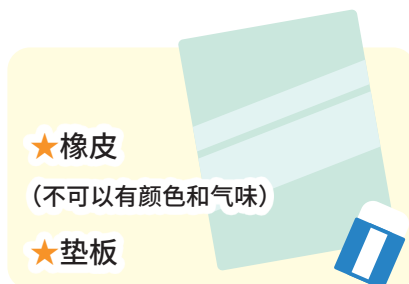
(要求是用罐做的, 不可以是拉链式的)



★ 2B铅笔 4至5支

★红色铅笔 1支

(每天削好后带去学校)



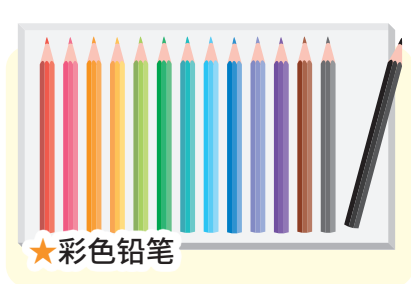
★橡皮

(不可以有颜色和气味)

★垫板

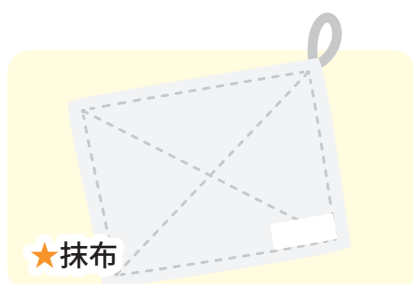
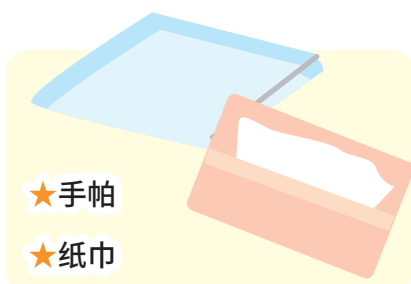
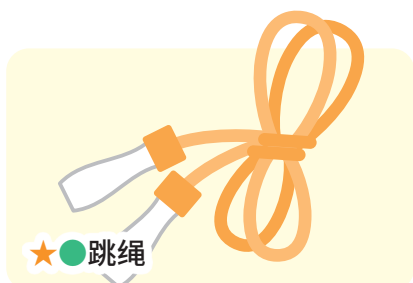
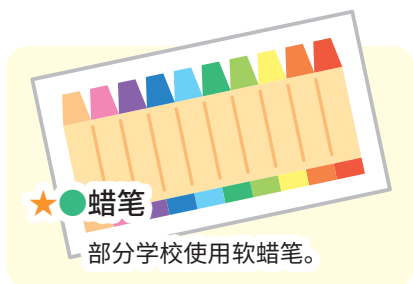


●笔记本



★彩色铅笔

※文具上不可以有卡通等图案



*在所有物品上写好年级、班级和姓名(平假名)。
*写名字的位置学校有规定。



17 儿童日语学习



【学校】

- 请咨询班主任。
- 学校特别提供80个小时的日语学习。

【学校以外的地方】

● 儿童日语教室

- 学习日语，也会学习少量学校里的功课。
- 费用为0日元。
- 每周六 上午10点到12点
- 地点是练马区役所。
- 请向地域振兴课 事业推进股申请。

地域振兴课 事业推进股 ☎03-5984-4333

18 口译志愿者



- 家长会和单独面谈时，可由志愿者提供口译服务。
- 费用为0日元。
- 如有需要，请在当天之前咨询班主任。

19 外语咨询



- 可以用外语进行各种咨询。
- 请前往练马区役所9楼 地域振兴课 事业推进股。也可以拨打电话。
- 每周一至周五 下午1点至5点
- 【英语、中文】周一至周五 【韩语】周五 【塔加洛语】周一

地域振兴课 事业推进股 ☎03-5984-4333

20 有困难时请咨询



【学校】 学校里有可以咨询的人。

- 班主任
 - 无论是学习还是学校生活方面，任何问题都可以咨询。
- 心灵交流顾问、学校咨询师
 - 担心孩子的身心健康时，请向专业人士咨询。
 - 想要咨询时，请联系学校。

【学校以外的地方】 学校以外也有可以咨询的人。

<p>就学咨询</p>	<p>如有对残障等需要照顾的儿童的就学感到不安，可以根据孩子的发育情况进行咨询。</p> <p>学务课 就学咨询股…………… ☎03-5984-5664</p>
<p>教育咨询</p>	<p>可以就孩子的交友关系和学校生活、如何与孩子接触、以及日常生活中的烦恼等进行咨询。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 学校教育支援中心内 教育咨询室…………… ☎03-5998-0091 ● 学校教育支援中心练马…………… ☎03-3991-3666 ● 学校教育支援中心关…………… ☎03-3928-7200 ● 学校教育支援中心大泉…………… ☎03-6385-4681
<p>发育咨询</p>	<p>不会说话，会说的话不增加，无法安静下来集中精神，担心运动方面的发育等，任何对孩子的发育感到担忧或在意的问题都可以咨询。</p> <p>儿童发育支援中心…………… ☎03-3975-6251</p>
<p>育儿（家庭）咨询</p>	<p>练马儿童家庭支援中心（也可咨询虐待儿童等方面的问题）</p> <ul style="list-style-type: none"> * 邮编为176的地区的人士…………… ☎03-3993-9170 * 邮编为179的地区的人士…………… ☎03-3993-9172 * 邮编为177、178的地区的人士…………… ☎03-3995-1108 <p>觉得育儿辛苦，或因对儿童的虐待而烦恼的人士可以咨询精神科医生（需要预约）。请联系您所居住地区的保健咨询所。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 丰玉保健咨询所…………… ☎03-3992-1188 ● 北保健咨询所…………… ☎03-3931-1347 ● 光丘保健咨询所…………… ☎03-5997-7722 ● 石神井保健咨询所…………… ☎03-3996-0634 ● 大泉保健咨询所…………… ☎03-3921-0217 ● 关保健咨询所…………… ☎03-3929-5381 <p>◆ 各区立保育园 ◆ 各区立幼儿园</p>
<p>儿童心理健康咨询</p>	<p>可以咨询有关儿童的行为和心理的问题。</p> <p>东京都立小儿综合医疗中心心理电话咨询室</p> <p>…………… ☎042-312-8119</p>
<p>抚养儿童、育儿、性格行为等综合咨询</p>	<p>东京都儿童咨询中心…………… ☎03-5937-2311</p> <p>东京都儿童咨询中心电话咨询室…………… ☎03-3366-4152</p>

<参考资料>

● 文部科学省

外国儿童学生用就学指南



外国儿童和家长用视频



● 东京都教育委员会

关于外国人就读公立小学
和中学



外国人儿童和学生用日语
课本“有趣的学校”



*本书也可以从练马区网站下载

首页→育儿、教育→教育→学校教育、设施→推进幼儿园、保育所与小学的合作→练马区幼保小合作推进协议会

发行 2022年3月

发行、编辑 练马区教育委员会

咨询窗 教育振兴部 教育施策课 教育施策负责股
☎03-5984-1290