

学校ひろば



高浜小学校

「個別最適な学びと協働的な学び」を目指して

高浜小学校では、ICT教育の推進を図る目的で、1人1台のタブレット端末を有効的に活用した授業づくりを目指しています。自分のペースで学習したり、クラウド上のデータを共同編集したりといった授業を行っています。



吉生小学校

「自然に癒やされる」

吉生小学校は筑波山の北東に位置し、北に峰寺山を仰ぐ自然豊かな地域です。全校児童38名の小規模校ですが、校地に隣接する「やすらぎの池」や「吉生の森」が整備され、自然に親しみ、アスレチックで元気に伸び伸びと活動しています。



子育て information

石岡市の子育て情報をお届けします！

子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯分）

岡こども福祉課 TEL 23-7331

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得者のひとり親世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、食費などによる支出の増加を勘案し、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

申請についてはこども福祉課までお問い合わせください。

支給額：児童1人当たり一律5万円

支給対象者：

- ①公的年金等（遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など）を受給しており、令和3年4月分の児童扶養手当の支給が全額停止されている人
- ②新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当の受給者と同じ水準になっている人

※4月分の児童扶養手当受給者には支給済

申請期限：令和4年2月28日

詳細はホームページをご覧ください▶



子育ての相談やお問い合わせ

◎こども福祉課

保 育	TEL 23-5583
児童福祉	TEL 23-7331

◎健康増進課

石岡保健センター	TEL 24-1386
八郷保健センター	TEL 43-6655

◎子育て世代包括支援センター

石 岡	TEL 24-1390
八 郷	TEL 43-6655



妊娠・出産・子育てに関する情報の確認や日々の記録に母子健康手帳アプリ(無料)

ヘルスマイトの 健康レシピ



今回は番外編として栄養学科の実習生が考案したレシピを紹介！
「パプリカのツナマヨ焼き」



作り方

- ①パプリカを4等分に切り、種を取る。
- ②油を切ったツナと分量のマヨネーズを和える。
- ③パプリカに②を詰める。
- ④とろけるチーズ2枚をそれぞれ4等分に切り、③の上にのせ、オーブントースターで5～10分焼く。
(1人分：エネルギー 167Kcal、食塩相当量 0.6 g)

材料（4人分）

赤パプリカ	1個
黄パプリカ	1個
ツナフレーク (1缶70gのものを使用)	2缶
マヨネーズ	大さじ2
とろけるチーズ	2枚

point!

- ☆赤パプリカと黄色パプリカを組み合わせることで彩りを良くすることができます。
- ☆手順が簡単なので、もう1品何か欲しい時、素早く作れます。
- ☆パプリカは、心身のストレスをやわらげるビタミンCをたっぷり含んでいますので、夏バテ防止にもお勧めです。

消費生活ホットライン

消費生活センター

(市役所本庁舎内) Tel 22-2950

受付時間/月～金 午前10時～正午・午後1時～4時30分

暮らしのレスキューサービス でのトラブルに注意！

水漏れなどの日常生活での思わぬトラブルに対処する、いわゆる暮らしのレスキューサービス。修理を急ぐあまり、内容や料金について十分検討できなまま契約してしまい、トラブルにつながるケースが少なくありません。



事例1 見積もり無料でも作業費請求

蛇口からの水漏れのため、広告に「見積もり出張無料」と書かれた事業者に見積もりを依頼した。事業者は蛇口を取り外して水道管の内部まで確認し、50万円の見積もりを出

した。高額なので断ったところ、蛇口取り外し料として2万円を請求された。

事例2 トイレ修理で思わぬ高額請求

トイレが詰まり、あわてて電話帳で見つけた業者に来てもらった。料金などを確認しないまま修理が始まり、結局新しい便器に交換する必要があると言われた。すでに作業も終了していたので仕方なく支払ったが、20万円という高額の料金を請求された。

アドバイス

- ・電話で申し込む際は出張や見積もりなどにかかる料金、修繕費の概算を確認しましょう。
- ・業者に点検してもらったら、作業前に修理費の見積書をもらい、内容や料金に納得してから契約しましょう。
- ・急なトラブルに備え、信頼できる事業者を見つけておきましょう。また、止水栓の位置と締め方を確認しておきましょう。