

学校ひろば



石岡小学校

進めようSDGs 深めよう親子の絆 つなげよう150周年

4年生が環境学習をもとに、全校児童や保護者に「アルミ缶リサイクル」を呼びかけ、親子でSDGsに取り組むことにしました。

来年度、本校は創立150周年を迎えます。この機会に、親子でこれらの活動を行うことで、子供たちの思い出を増やしたいと思います。



園部小学校

地域の力に感謝

青少年を育てる石岡市民の会園部支部のご協力で、大学生の水泳指導員をお迎えし、3年ぶりに水泳学習を実施しました。久しぶりの水泳学習に不安もありましたが、楽しく活動しながら、自他の頑張りや成長を実感できました。



子育て information

石岡市の子育て情報をお届けします！

母子家庭・父子家庭・寡婦の人へ

石岡市母子寡婦福祉会のご案内

▶市母子寡婦福祉会は、市内の母子家庭・父子家庭・寡婦の人に、生活していく上で必要な諸制度をお知らせすることや、研修会や楽しい親子の集いなどを通して親睦を深めることを目的に活動しています。

生活の悩みや不安、子育てについての相談も受け付けています。1人で抱え込まずに会員の仲間と話し合い、励まし合い、お互いに助け合っていきませんか。入会を希望する人や、興味がある人はお問い合わせください。

年会費：1,000円

活動内容：家庭相談・親子ふれあい交流事業・フードバンク・福祉小口融資貸付相談・新入学時祝品交付

〒市母子寡婦福祉会 TEL 23-8874 (会長：川崎)

母子家庭等自立促進講習会 調剤薬局事務講座

日時：11月20日回～令和5年1月22日回の日曜日(全8回) 午前10時～午後6時

※試験日：令和5年1月28日(日)

対象者：母子家庭の母・父子家庭の父・寡婦の人で、全日程出席でき、今後就労を希望する人

定員：20人程度

受講料：テキスト代3,000円、ボランティア保険加入代224円、試験代6,500円

申込方法：10月14日(金)までに、本庁こども福祉課窓口へ申込用紙を提出。申込用紙は窓口もしくは県母子寡婦福祉連合会ホームページからダウンロード可能。詳しくはこちらからご確認ください▶

〒県母子寡婦福祉連合会

母子・父子福祉センター TEL 029-221-8497





「さつまいもの含め煮」



材料（4人分）

さつまいも 大1本（400g 目安）
砂糖 大さじ2
しょうゆ 小さじ1
レモン果汁 少々

作り方

- ①さつまいもはよく洗う。皮付きのまま1cm厚さの輪切りにし、面取りする。水に10分ほどつけ、ざるにあげる。
 - ②鍋にさつまいもとかぶるくらいの水を入れて火にかける。煮立ったら弱火にし、柔らかくなるまで10～15分煮る。
 - ③砂糖、しょうゆ、レモン汁を加えてひと煮たちさせ、火をとめて30分ほどおいて味を含ませる。
- （1人分：エネルギー 146kcal 食塩相当量 0.3g）

point!

☆さつまいもには整腸作用があるため、便秘予防に効果的。
☆優しい味付けで、お子さんにもおすすめです。
☆レモン果汁の量はお好みで調整してください。

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（水曜日を除く）

午前10時～正午・午後1時～4時30分

実在する組織をかたるフィッシングメールに注意

通販サイト、クレジットカード会社、フリマサービス運営事業者、携帯電話会社などの実在する組織をかたり、パスワードやアカウントID、暗証番号、クレジットカード番号などの情報を搾取するフィッシングの手口が多く発生しています。

事例①

大手カード会社から「不正利用の事例が多いので確認するように」とメールが届きURLをクリックしカード番号などを入力した。その後カード会社から「通信販売で不正な利用が確認された」と連絡があり、5万円ほどの買い物がされていた。

事例②

大手通信サイトから「クレジットカード番号を登録し直すように」とのメールがきたので、記載されたURLをクリックし、名前やカード番号などを入力した。その後、1万7千円のカード利用がされていたことが判明した。

事例③

携帯電話会社から「不正利用が疑われる」と携帯電話会社のIDとパスワードの入力を求められた。後にキャリア決済で3万円が不正利用されていた。

アドバイス

フィッシングメールの文面やフィッシングサイトは、本物の事業者の内容をコピーして作成されているため、一見して見分けることは困難です。メールやSMSにあるリンクからはサイトへアクセスしないようにし、もしアクセスしてしまっても個人情報は絶対に入力してはいけません。

また、事業者の正規のホームページでフィッシングに関する情報はないか確認して、日頃から公式アプリやブックマークした事業者のサイトにアクセスすることを習慣にしましょう。

