

学校ひろば



関川小学校

ふれあい祭

昨年10月29日に、関川まつりが行われました。体育館には児童の絵や書写の作品が掲示され、お互いの作品を鑑賞し合い、午後には、和太鼓の体験学習を行いました。講師の方からポイントを教わり、最初は少しばらばらでしたが、次第に39人全員が息の合ったりズムで、上手にたたくことができました。



林小学校

体育授業アドバイザー事業

大学の先生を講師に招き、体育のボール運動の授業を行いました。

ボールを持たないときの動きを、ミニゲームを通して学びました。みんなで楽しくゲームに参加することができました。



子育て information

石岡市の子育て情報をお届けします！

すくすく赤ちゃんクーポン券をご利用ください

岡こども福祉課 TEL 23-7331

▶市では、子育て世帯を応援するため、市内9店舗で使える紙おむつのクーポン券を交付しています。

対象者：次の①②をともに満たす人

- ①乳児と保護者の住民登録が石岡市にある
- ②「こんにちは赤ちゃん訪問（乳児全戸訪問）」、「4か月児健診」を受けた乳児の保護者

申請方法：乳児全戸訪問または4か月児健診受診の際に、申請書を提出。ただし、特段の事情（新型コロナウイルス感染症の影響など）があり、いずれも受けなかった場合は、こども福祉課へ相談の上、お子様の1歳の誕生月の前月末日までに窓口で申請書を提出。

交付枚数：1枚で紙おむつ1袋と交換できるクーポン券を10枚1綴りで交付（最大2綴り）

有効期限：交付日からお子様の1歳の誕生月の前月末日まで

取扱店舗や対象商品など、詳しくはこちらから▶



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



「春の和風ロールキャベツ」



材料（2人分）

木綿豆腐	1/2丁	キャベツ	2枚
にんじん	20g	絹さや	2本
しいたけ	1個	ごま油	小さじ1
A		片栗粉	小さじ2
		塩	少々
		こしょう	少々
○調味料			
B		しょうゆ	小さじ1/2
		みりん	小さじ1
		料理酒	小さじ1
		和風顆粒だし	小さじ1/4
		水	200ml
片栗粉+水			小さじ1+小さじ1

作り方

- ①木綿豆腐をキッチンペーパーに包み、水切りしておく。
 - ②キャベツを洗い、芯は薄く切り落とし、2分程度茹で、冷水で冷やしておく。絹さやは筋をとる。
 - ③にんじん・しいたけ・絹さやをみじん切りにし、ごま油で炒める。
 - ④水切りした木綿豆腐と③をボウルに入れ、Aを加えてよく混ぜる。
 - ⑤キャベツの水気をふき取り、④を包み楊枝で止める。
 - ⑥Bを鍋で熱し、煮立ったら火を弱め、水溶き片栗粉を加えとろみをつける。
 - ⑦⑥に⑤を入れ中火で5分、菜箸で回しながら加熱する。
 - ⑧お皿に盛り付けて完成。
- （1人分：エネルギー 260kcal 食塩相当量 1.2g）

point!

☆春の旬の野菜を使い、色鮮やかな見た目です。
☆豆腐と野菜のみでヘルシーかつ、食物繊維、カルシウム、ビタミンCが多く摂取できます。

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（火曜日を除く）

午前10時～正午・午後1時～4時30分

高齢者を狙う「買え買え詐欺」の電話にご注意ください！

【相談】

突然、自宅に「〇〇ドラッグストアの〇〇です」と電話があり「あなたに、来年新設される介護施設の入居権が当選しました。その入居権を買いたい人がいるので譲ってもらえませんか」と言われ、自分は必要がないので了解した。

その数時間後に「〇〇法律事務所の弁護士の〇〇です」と電話があり「あなたが入居権を譲ったことは犯罪になるので、銀行口座の預金を差し押さえられてしまいます。私が口座を凍結されないよう手続きをしますから、口座番号、キャッシュカードの暗証番号、預金額、マイナンバーカードの番号を教えてください」と言われた。慌てて居合わせた家族に電話を替わってもらったら、一方的に切られてしまった。詐欺の電話だったのか？

【アドバイス】

高齢者に実在する大型店や大手企業を名乗り、老人ホームや介護施設の入居権を譲ってほしいと持ち掛け、言葉巧みに高額なお金を振り込ませる買え買え詐欺の被害が後を絶ちません。お金の話は詐欺だと疑ってください。不審な電話はすぐに切りましょう。

買え買え詐欺の被害に遭っている多くは高齢者です。高齢者は「健康」「老後の資金」「孤独」この3つに不安を感じているといわれています。高齢者の被害を防止するには、家族や周囲の温かい見守りが必要です。

