

# 学校ひろば



## 石岡中学校 生徒が主役の活力と感動に満ちた学校づくり

本校の学校教育目標は「生徒が主役の活力と感動に満ちた学校づくり」です。その目標を実現するために「一人一人が輝く石岡中」をスローガンに、生徒会が主役となった活動を展開しています。文化祭では、マスコットキャラクターが登場して、いじめゼロ宣言を行い、生徒の団結力を高めました。

また、いばらきっ子郷土検定県大会では、石岡市代表となり、石中魂を発揮しながら好成績を収めました。



## 子育て information

石岡市の子育て情報をお届けします！

### 令和6年度 児童扶養手当などの手当額が変わります

▶児童扶養手当など、物価変動に応じた改定ルールが法律に規定されている手当については、令和5年の物価変動率（+3.2%）に基づき、

令和6年度から以下の金額となります。

☎①  本 とも未来課 TEL 23-7331

②～④  本 社会福祉課 TEL 23-5569

支給区分		手当額（令和6年度）	
①児童扶養手当	本体額	全部支給	45,500円
		一部支給	45,490円～10,740円
	第2子加算額	全部支給	10,750円
		一部支給	10,740円～5,380円
	第3子以降加算額	全部支給	6,450円
		一部支給	6,440円～3,230円
②特別児童扶養手当	1級	55,350円	
	2級	36,860円	
③特別障害者手当		28,840円	
④障害児福祉手当		15,690円	



## 材料 (4人分)

卵	4個
長ねぎ	3本
油揚げ	2枚
A	
だし汁	2カップ
しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ1と1/2
ごはん	600g
スライスチーズ	4枚
板のり	1枚
紅しょうが	適量

## 作り方

- ①長ねぎは斜め切りにする。油揚げは1cm角に切る。
- ②スライスチーズは粗く刻む。のりは揉んで、粗くちぎる。
- ③ごはんを②を混ぜ合わせ丼に盛る。
- ④鍋にAと油揚げを入れる。ひと煮立ちしたら、長ねぎの白い部分を加える。  
さらに煮立ったら青い部分を入れ、4～5分煮る。
- ⑤④に溶いた卵を回し入れて蓋をして、半熟になったら③にかける。仕上げに紅しょうがを添える。

1人分：エネルギー 486kcal

食塩相当量 2.4g

カルシウム 226mg

☆油揚げとチーズでカルシウムが豊富な丼です。  
☆1日に必要な量の約1/3のカルシウムを摂ることができます。

## 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 (木曜日を除く)

午前10時～正午・午後1時～4時30分

## 利用していないサブスクの解約忘れに注意！



サブスクリプションサービス(サブスク)は「〇円で使い放題」といった定額制サービスを指し、動画・音楽配信などを中心に広がりをみせています。サブスクの特徴

としては、最初に無料や割引の期間が設定されていることがありますが、期間内に事業者の定める方法で解約しなければ、定額の有料プランに自動で移行(自動更新)するケースが一般的です。未成年者など若者のトラブルも報告されています。

## 事例1

高校生の息子が中学生のときに、音楽のサブスクを申し込み、その後利用していないのに毎月2千円を3年間も支払っていた。携帯電話の料金と一緒にだったので気が付かなかった。

## 事例2

キャリア決済の明細に不審な引き落としがあったため、中学生の息子に尋ねるとゲームをしてい

る際に一定期間無料のサブスクの契約をしてそのまま放置していることが分かった。解約しようとサイトにログインしたが、解約手続きに進むボタンが見当たらない。

## アドバイス

- ①申し込みをする前に最終確認画面などで、有料プランへの移行時期、価格、解約方法などをよく確認しましょう。
- ②サブスクの請求にすぐに気付けるように、キャリア決済やクレジットカードなどの明細は毎月確認しましょう。
- ③解約時に必要となるIDやパスワードなどの登録情報は保存しておきましょう。
- ④スマートフォンアプリの場合には、アプリをアンインストールするだけでは解約はできないので注意が必要です。

困ったときは、早めに消費生活センターにご相談下さい。