



恋瀬小学校 地域と共に学ぶ ～児童の学びを深めるために～

恋瀬小学校では、児童がいつの間にか夢中になるような学びを積極的に取り入れています。児童は、体育の時間に、初めてのカバディに挑戦。カバディ元日本代表の方と共に意欲的に活動し、カバディの魅力を実感しました。音楽の時間には、排禍囃子を体験。保存会の方に太鼓のリズムやひょっとこの踊りを学び、気付くと児童の素敵な一作品となっていました。今後も、地元の方々の支援をいただきながら、児童の学びを深めていきます。



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が変わります

子育て支援課 TEL 24-1386

▶すくすく赤ちゃんクーポン事業は、紙おむつ一袋と交換できるクーポン券から、一枚1,000円相当分のクーポン券が変わります。紙おむつのほか、粉ミルクや離乳食などにも利用できるようになります。

※令和6年3月31日までに生まれたお子さんには、従来のクーポン券を交付します。

対象者：次の①②③をすべて満たす人

- ①令和6年4月1日以降に出生した乳児
- ②乳児と保護者の住民登録が石岡市にある
- ③「こんにちは赤ちゃん訪問（乳児全戸訪問）」を受けた乳児の保護者

申請方法：「こんにちは赤ちゃん訪問（乳児全戸訪問）」時に申請書を提出

交付枚数：クーポン券最大40枚（4万円相当）



※転入者は、乳児の月齢により配布枚数が変わります。

対象商品：

- ・乳児おむつなど（紙おむつ、布おむつ、おむつカバー、おむつライナー、おしりふき）
- ・乳児ミルク（粉ミルク、液体ミルク）
- ・ベビーフード（離乳食、ベビー飲料）

有効期限：交付の日からお子さんの1歳の誕生日の前日まで

対象商品など詳しくはこちら▶





「豆腐のチーズ入りおなか焼き」



材料（1人分）

| | |
|-----------|---------|
| 木綿豆腐 | 150g |
| A おろししょうが | 小さじ1 |
| しょうゆ | 小さじ1 |
| 削り節 | 4g |
| ごま油 | 小さじ1 |
| スライスチーズ | 1枚 |
| 大葉 | 3枚 |
| 付け合わせ | |
| ほうれん草 | 1株（15g） |
| 大根おろし | 大さじ1 |
| しょうゆ | 適量 |

作り方

- ①豆腐はキッチンペーパーに包み、重しを乗せて水を切っておく。
- ②①を3等分にし、横に切れ目を入れる。Aを混ぜバットに入れ、豆腐の両面にまぶし10分程つけておく。
- ③チーズは3等分にして、大葉で包み②に挟み、ごま油をひいたフライパンでこんがり焼く。
- ④付け合わせのほうれん草は茹でて、2～3cmに切り、水を切った大根おろしと合わせ、しょうゆをかける。

1人分：エネルギー 231kcal
食塩相当量 1.6g
カルシウム 290mg

☆豆腐はエネルギーが低く、たんぱく質、カルシウムを多く含む食材です。
☆チーズを使用することで、コクが出ておいしく食べることができます。

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
午前10時～正午・午後1時～4時30分

葬儀の料金トラブルに気を付けて！



広告を見て価格が手ごろなので、その葬儀社に依頼したところ、オプションなどを付けられ、結局、高額となり納得できない、という相談が寄せられています。

事例

父が亡くなり、家族葬の価格が手ごろだと広告をしている葬儀社に安置してもらい、葬儀の見積もりも依頼した。広告では「家族葬約40万円から」とあったが、担当者に「お宅はこのプランではできません」と言われ、オプションを追加されていった。価格表などは担当者の手元にあり、よく見えなかった。合計額が300万円近くなり驚いていると、家族葬250万円のセットプランを勧められ、仕方なく契約した。広告とは異なる高額費用に不満だ。

アドバイス

- ①葬儀は、規模によっては数百万円と高額になるにもかかわらず、検討や準備のための時間がありません。そのため、事前の情報収集が大切です。事前相談なども利用し、あらかじめ希望するおおまかな内容を決め、依頼する葬儀社を見つけておくと、落ち着いて準備することができます。
- ②見積書の請求に応じ、丁寧な説明をしてくれる葬儀会社を選びましょう。予算や希望をはっきりと伝えましょう。特に参列者の人数によって増減する項目には注意が必要です。
- ③広告に表示された料金でサービスを受けられるとは限りません。葬儀社との打ち合わせは親族などと複数人で受け、見積書をよく見て、不明な点は確認しましょう。