

学校ひろば



▲4～6年生で田植え



▲1～3年生の落花生の収穫

小幡小学校 地域の人的資源を活用した教育活動の推進

小幡小学校では、地域の人的資源を活用して、高学年が体験的な学習を長年にわたって行ってきました。フルーツラインの須釜交差点脇の山びこ田んぼでは、地域の方の協力で30年以上の長きにわたり、もち米を栽培しています。稲作体験では田んぼの中に入って土の感触を感じたり、たくさんの生き物に出会うことができます。また、昨年度はサツマイモ掘りを体験しました。今年は、サツマイモに加えて、落花生の栽培も行い、収穫も行いました。

学校全体で作物を育て収穫する喜び、食の大切さ、小幡地区の素晴らしい自然、地域の方のわたしたちへの期待に感謝しながら、日々の学校生活を送っています。



子育て information

石岡市の子育て情報をお届けします！

不妊治療データ検索アプリ 「cocoromi(ココロミ)」のご案内

不妊治療に関する統計データにより自分と似た人のデータを参照しながら治療過程を記録していくアプリです。

どんな情報が得られるの？

- ①専門家に相談 ②医師インタビュー
- ③保険適用と助成金 ④グループミーティング

どうやってアクセスするの？

- ①アプリをダウンロードし
居住地で茨城県を選択
- ②マイページから
茨城県の方限定を選択



詳細は市ホームページ
から確認できます。▶



cocoromi アプリは
コチラから▶



「石岡市子育て応援アプリ」の 登録はお済みですか？

10月1日より「石岡市子育て応援アプリ」がスタートしました。妊娠期から子育て期に必要なさまざまな情報や機能を搭載しています。

ダウンロード・登録・利用は無料です。通信料は自己負担になります。

気軽にご利用いただけますので、お持ちの母子健康手帳と併せてぜひご活用ください。

詳しくはこちらから▶



※これまでの「母子健康手帳アプリ」も記録機能を継続してご利用いただけますが、新アプリへの登録をおすすめします。

問こども家庭センター TEL 24-1390





中華風炊きおこわ



～食材料～ (4人分)

うるち米	1 合	
もち米	1 合	
焼き豚	100g	
干しいたけ	2 枚	
たけのこ（水煮）	130g	
長ねぎ	15g	
しょうが	3.5g	
ごま油	小さじ 1/2	
A	しょう油	小さじ 2 強
	オイスターソース	小さじ 1/2
	塩	少々
	酒	大さじ 1/2
うずらの卵（水煮）	4 個	

作り方

- ①うるち米ともち米をあわせて洗い、水を加え 30 分置く。
- ②焼き豚と水で戻した干しいたけ、たけのこ (水煮) は 1.5cm 角に切る。
- ③長ねぎは粗みじん切り、しょうがは皮をむき、みじん切りにする。
- ④ごま油で、③を香りよく炒め、さらに②を加えて炒める。全体に油が回ったら A を加え、味がなじむまで炒める。
- ⑤④の粗熱がとれてから①に混ぜ、炊飯器で通常どおりに炊く。
- ⑥うずらの卵 (水煮) を、炊きあがったご飯に乗せる。

(1 人分: エネルギー 219kcal 食塩相当量 1.3 g)

point!

- ・もち米を半量使用するので、もちもちとした食感があります。また、もち米は冷めても固くなりやすく、おいしさが長持ちするという特徴があります。
- ・ごま油や長ねぎを使用するので、香りもよく食欲をそそります。

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

自動音声の電話で未納料金などを請求する詐欺に注意！

【事例 1】

自宅の固定電話に、契約中の大手通信会社 A 社を名乗る着信があり、自動音声で「2 時間後にこの電話は使えなくなります。オペレーターとお話になりたい方は、1 番を押してください」と言われた。理由を聞くために 1 番を押したところオペレーターにつながり、「未納料金が発生しています。すぐに支払わないと裁判になります」と言われた。指示に従い、コンビニで電子マネーカードを購入してカード番号を教えた。

【事例 2】

携帯電話に、大手通信会社 B 社を名乗る着信があり、自動音声で「未納料金がある」と言われた。ガイダンスに従って番号ボタンを押したところオペレーターにつながり、生年月日と名前を言ったら電話が切れた。不安だ。

【アドバイス】

- ・電話で身に覚えのない未納料金を請求されても絶対に相手にせず、無視してください。
- ・非通知や知らない番号からの電話には出ない、かけ直さないことがトラブル防止に効果的です。
- ・不明な点がある場合は、事業者の正しい連絡先を調べて問い合わせましょう。
- ・「コンビニで電子マネーを購入して、カード番号を教えろ」は、典型的な詐欺の手口です。
- ・事業者の公式ウェブサイトで注意喚起がされている場合もあります。確認しましょう。
- ・「何か変だな」、「おかしいな」と思ったら一度電話を切り、誰かに相談しましょう。
- ・不安なときや困ったときは、消費生活センターにご相談ください。

