

# 学校ひろば



## 東成井小学校 縦割り班活動 ～なるいっこパワー全開！～

東成井小学校では、1年生から6年生による縦割り班活動を行っています。

主な活動は、清掃活動と縦割り班遊びです。

1月27日から29日の3日間は「なるいっこ祭りウィーク」を行いました。みんなが仲良くなり、班の絆を深めるために、高学年がリーダーシップをとり企画や運営をしました。

なるいっこのみんなは「射的」「バウンドピンポン」「ストラックアウト」「もぐらたたき」に、楽しく取り組んでいました。



## 子育て information

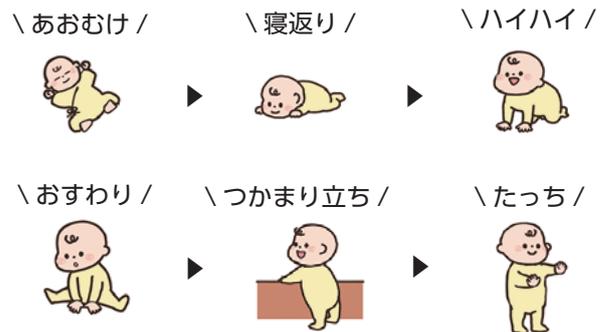
石岡市の子育て情報をお届けします！

### 「石岡市子育て応援アプリ」特集第4弾！《乳幼児健康診査に関する機能》

令和6年10月1日から「石岡市子育て応援アプリ」が始まりました。

今月は乳幼児健診についての便利機能をお伝えします。

- ① お子さんの健診結果やコメント、発育の経過などを記録に残すことができます。
- ② 登録しているお子さんの、乳幼児健康診査の対象日が近づいたら、事前にプッシュ通知にてお知らせする機能が追加されました。



アプリの詳細はこちら▶

問こども家庭センター TEL 24-1390





～食材料～ (4人分)

れんこん 1節 (150g)  
にら 1/2束  
ごま油 大さじ2

<生地>		<つけだれ>	
たまご	1個	しょうゆ	大さじ1
水	1カップ	酢	大さじ1
小麦粉	1カップ	砂糖	小さじ2
片栗粉	大さじ6	ラー油	少々
塩	小さじ1/2		

- ①れんこんは皮をむき、すりおろす。にらは、5cm幅に切る。
- ②生地を粉っぽさがなくなるまで、菜箸で切るように混ぜる。
- ③②に①を加え混ぜる。よく温めたフライパンにごま油を入れて焼く。裏面が焼けたらひっくり返して、よく焼く。
- ④完成したものを切り分け、混ぜ合わせたつけだれをつけて食べる。

(1人分：エネルギー 255kcal 食塩相当量 1.5g)

point!

- ・れんこんは、ビタミンCが豊富で、でん粉が多いため、分解されにくいです。
- ・にらは、ビタミンK、カロテン、食物繊維などを多く含む食材です。
- ・エビやイカ、タコなどの魚介類や、餅などを入れても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

### 「管理会社から依頼された」に気をつけて！



新生活が始まることの多い3月から4月は「管理会社の依頼・紹介と言われて契約したが、ウソだった」といったトラブルが増加する傾向にあります。注意しましょう。

#### 【事例1】

引っ越し当日「管理会社の依頼で換気扇の使用方法を説明している」と業者が訪問してきた。部屋に入れて一通り説明を聞き終わったところ、換気扇フィルターの購入を勧められた。「入居者はみんな契約している」と言われたので、仕方なく約3万円を現金で支払い、2年分のフィルターを受け取った。その後、不審に思い管理会社に確認したところ、管理会社とは無関係とわかった。

#### 【事例2】

事業者がアパートを訪問してきて「管理会社から委託を受けた」と電力の切り替えを勧められた。その言葉を信じて切り替えを了承し、供給地点番

号などの必要な情報を伝えた。しかし、後で管理会社に問い合わせたところ「そのような委託はしていない」と言われた。

#### 【アドバイス】

- ・引っ越し直後は荷解きや手続きなどで忙しく、新しい生活に不慣れな時期でもあるため、いつもより冷静な判断ができなくなりがちです。
- ・突然、訪問を受けて「管理会社の依頼で」「周りみんな契約している」などと言われても、事業者の話だけを信じてすぐに契約しないようにしましょう。
- ・事業者の話に少しでも疑問を感じたら、管理会社などに確認しましょう。
- ・クーリング・オフができる場合もあります。不審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。

