

市長と語ろう会 シリーズ 43

団体：石岡ハーモニーネット 開催日：11月26日 参加者：8人

テーマ：

- ・若い家族が移住しやすい市になることを目指しての取り組みについて
- ・「歴史のまち」としての歴史史跡などの保存について
- ・自然環境を守るための取り組みについて

「参加者から出た意見」

- ・縦割りになりすぎないように、課の業務については、課内職員が幅広く理解してもらえるとありがたい。
- ・本市は「歴史のまち」として知られているが、歴史・文化施設の案内看板のなかには、壊れているものが見受けられるため、順次対応してほしい。
- ・各地区公民館で開催されている講座やイベントについては、どこかの公民館に集約して開催する形も有効ではないか。



子育て information

石岡市の子育て情報をお届けします！

あなたも里親になりませんか？

子育て応援アプリの登録はお済みですか？

お子さんの成長が記録できる母子健康手帳機能のほか、予防接種スケジュール機能、子育てに関する情報の検索など役立つ機能を搭載しています。詳しくは二次元コードからご確認ください▶



里親についてのお話し会を開催します。

『里親制度』はさまざまな理由により親元を離れて暮らす子どもたちを、自分の家に迎え入れ、さまざまな支援を受けながら育てる制度です。

- ①つくば同仁会こどもセンター ②(社福)慶育会 茨城育成園
日にち：2月15日回 日にち：3月29日回

①②共通

時間：午前10時～正午

定員：各回10人程度

申込方法：開催日の1週間前までに
お申し込みください▶



岡さくらの森乳児院 TEL 080-8434-3329





さば缶のじゃがいもおやき



～作り方～

- ①じゃがいもは皮を剥き、すりおろす。にらは、ざく切りにする。
- ②ボウルにサバ缶と[A]を入れ混ぜ合わせる。
- ③熱したフライパンにごま油を入れ、②をスプーンですくい入れ、両面こんがりと焼く。(6枚焼く)
- ④お好みでしょうゆ、酢、ラー油、からしなどを混ぜたタレを添える。

～食材料～ (3人分)

サバ水煮缶 (汁ごと)	1 缶 (200 g)
じゃがいも	2 個
[A] にら	1 束
小麦粉	大さじ 2
ごま油	大さじ 1

・しょうゆ、酢、ラー油、練りからし
などお好みで

(1人分：エネルギー246kcal 食塩相当量0.6g)

point!

- ・じゃがいもで生地を作ること食物繊維とビタミンC、カリウム量がアップ!
- ・ビタミンCはサバ缶に含まれるカルシウムや鉄分の吸収をよくし、カリウムは体内の余分なナトリウムを排泄し、むくみを改善する効果も期待できます。

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

リチウムイオン電池の膨張、発煙・発火に注意

事例

約3年前にネット通販で購入したリチウムイオン電池を使用した自転車用ライトが、走行中に突然爆発し、腹部にやけどを負った。



スマホ用のモバイルバッテリーがすごく膨らんできて怖い。廃棄したいが危険性もあるかもしれない。どこに廃棄すべきか。

- ・リチウムイオン電池は小型大容量、繰り返しの使用が可能などの利点から、モバイルバッテリーやワイヤレスイヤホン・スピーカーなど、身の回りの様々な商品に搭載されています。しかし便利な一方で電池の発煙・発火事故も発生しています。

- ・製造・販売元や形式が明示されていない商品や、仕様が不明確な商品を購入するのは避けましょう。充電器やモバイルバッテリーは、PSEマークの表示を確認しましょう。
- ・充電は適切な充電器を使用し、もし充電端子が過熱したり異臭がした際は直ちに使用を中止しましょう。
- ・落下などで電池に衝撃が加わると、発煙・発火を伴う事故につながる可能性も考えられます。持ち運びや保管の際は取り扱いに注意し、電池に膨張がみられたら使用を控えましょう。
- ・廃棄する際は、必ず石岡市の分別ルールに従いましょう。取り外し可能なバッテリー等は販売店でリサイクル回収をしてくれる場合もあります。