

芝西中学校 さわやか相談室だより

令和3年度 第3号

令和3年7月

芝西中学校さわやか相談室

相談室直通電話 048-266-5927



しばひのつめしょうがっこう
～芝樋ノ爪小学校のみなさんへ～



こんにちは。芝西中学校さわやか相談室です。

1学期も残り少なくなりました。みなさんにとっては、どんな1学期だったでしょうか？
もうすぐ楽しい夏休みです。楽しい思い出をたくさん作ってくださいね。

夏休みは、家族で過ごす時間もたくさんあります。家族で簡単な料理やおやつを手作りしてみませんか。一緒に作って食べると、とてもおいしく感じるものです。

裏面に簡単レシピをのせました。参考にしてくださいね。

<芝西中学校さわやか相談室の開いている時間>

中学校の授業のある日 月・火・水・金 9:00～16:00

木 9:00～14:00

※電話に出ないときは出張などで不在です。日を改めて電話をいただくと助かります。

<保護者の皆様へ>

★お子様のことで、気になること、心配なこと、話を聞いてほしいことなどがございましたら、お気軽に「芝西中学校さわやか相談室」にお電話ください。相談員が対応いたします。

★お子様の心理面で詳しい話を聞いてみたい方は、スクールカウンセラーと面談することができます。毎月2回、場所は芝西中学校さわやか相談室です。

スクールカウンセラーの面談は予約制となっております。お電話での問い合わせをいただいてから、日程・時間を調整いたします。

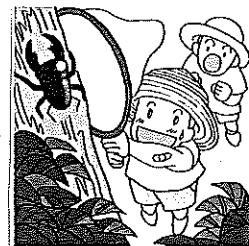
☆スクールカウンセラー来校日☆

7月12日(月)・9月13日(月)・27日(月)

*変更になる場合がございます。ご確認ください

★芝樋ノ爪小学校へ相談員が訪問しています。7月13日(火)10:00～12:00です。

面談等のご希望がございましたら担任の先生へお問い合わせください。



夏休みは芝西中さわやか相談室もお休みです。夏休み中は下記の相談窓口で相談を受け付けています。ご利用ください。

◎川口市 家庭児童相談室(子育てに関する悩み全般) 048-259-9005 月～金 8:30～17:15

◎川口市 子ども発達相談センターるる(発達が気になる等) 048-259-9048 月～金 8:30～17:15

◎川口市教育委員会教育研究所芝園分室(友人関係・不登校・学習等教育全般) 048-267-1123 月～金 9:00～17:00

◎埼玉よい子の電話相談室(いじめ・不登校・学校生活・性格などに関する相談)

<18歳以下の子ども専用> 0120-86-3192 無料 24時間 365日受付

<保護者専用> 048-556-0874

◎児童虐待の相談 児童相談所全国共通ダイヤル 189 無料 児童相談所開所以外は留守電

休日夜間児童虐待通報ダイヤル 048-779-1154 月～金夜間・土日祝 24時間





簡単レシピ

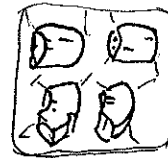
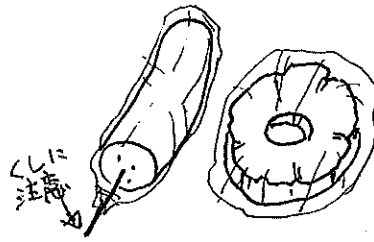
① パインアイスとバナナアイス

材料：パイン缶・・・適量
バナナ・・・適量

作り方

- ①缶詰パインは輪切りのまま、または半分に切る
バナナは半分に切り、くしをさす。もしくは一口大に切る。
- ②ラップにくるんで冷凍庫に一晩冷やす。
- ③出来上がり。

※他のフルーツでもためしてみよう。



一口大も
かきならぬように
ラップにくるんで
冷やすと食べやすいです

② お好み焼き

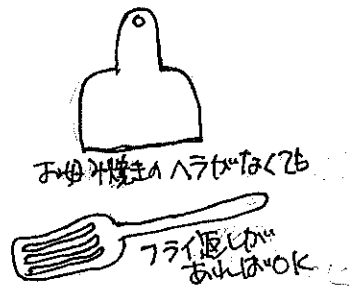
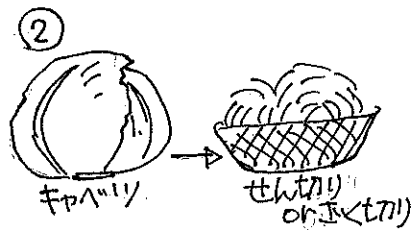
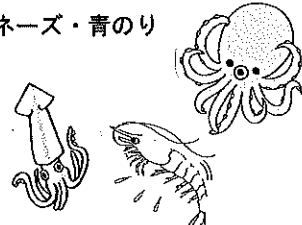
材料：市販のお好み焼き粉・山芋・キャベツ・揚げ玉・たまご・紅しょうが・けずりぶし・具(豚バラ・イカ・タコ・ベーコン・ツナ缶・コーン・チーズなど何でもOK)・ソース・マヨネーズ・青のり

作り方

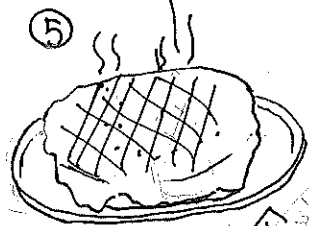
- ①一番簡単なのは、市販のお好み焼き粉を使うことです。
もし、ひと手間かけるなら水で溶いた生地に山芋をすりおろしてみましょう。
- ②キャベツは千切りでもざく切りでもOK。
- ③生地に、キャベツ・たまご・揚げ玉・刻み紅しょうが・けずりぶし・好きな具を入れ混ぜ合わせる。
(何かがなくても大丈夫。それが、お好み焼きです。)

- ④ホットプレートかフライパンに油をひき、生地を流しいれます。
- ⑤両面を焼き、ソース・マヨネーズ・青のりをかけて食べます。

※ソースはそのままでもOKですが、ケチャップ・タバスコ少々を加えるとおいしくなります。



④ 焼く!
お玉に1コ分ぐらいか
焼くやすい。
フタをひいて蒸らす。
焼けたら裏をひいて
ひっくりかえす。



⑤ あついうちは食べやすい。