

## 保護者のみな様を支える「教育相談」

学校臨時休業が延長となりました。各ご家庭におかれましては、学校からの課題をお子様と一緒にやるなど、今までにない取組をさせていただいていることに感謝いたしております。

各学校においては、休業期間中の家庭学習に関しての教材づくりや学校再開時からのカリキュラムづくりを行っているところですが、各家庭におかれましては、今までにない心配事が出てくるのではないかとお察しいたしております。

家庭内で解決できない事に関してはお一人で抱え込まず、教育相談をご活用ください。

子どもたちは勿論ですが保護者のみな様をサポートする教育相談でありたいと願っています。

### ■西脇市青少年センターに 教育相談員が常駐しています

子育てに関すること、子どもの学校生活や家庭生活についてなど、教育全般に係わる保護者のみな様の相談窓口です。

#### ●電話相談

午前9時00分から午後5時15分まで  
専門の相談員と相談することができます。

#### ●面談

予めお電話ください。  
日時をご相談の上、童子山にある「西脇市総合市民センター2F」青少年センター相談室にて行います。

※ご相談内容によっては、青少年センターのカウンセラー（臨床心理士）におつなぎすることもできます。

### ■心の専門家「スクールカウンセラー」 (SC) が学校に配置されています。

子どもたちは、気持ちの整理や悩みの解決等についてスクールカウンセラーのカウンセリングを受けています。

学校休業期間中もカウンセリングは実施しており、子どもだけでなく保護者も受けることができます。（事前予約）

#### ●相談窓口

青少年センターの教育相談又はお子様の学校へお電話ください。



### ■家庭と福祉をつなぐ

#### スクールソーシャルワーカー(SSW)

家庭だけ、学校だけでは解決できない「福祉に関する諸問題」について、市こども福祉課などへの「橋渡し」を行う役割がスクールソーシャルワーカーです。西脇市には各中学校ブロックに1名（計4名）配置されています。

ご家庭にとって適切な連携機関についてご相談いたします。

#### ●相談窓口

青少年センターの教育相談又はお子様の学校へお電話ください。



お子様や保護者様の教育相談は  
西脇市青少年センター

はればれ  
0795-22-8080へ

## ちょっと一息・・・学校給食センターよりレシピを紹介いたします

### 給食メニューを作ってみよう！

給食で人気のメニューや食べてほしいメニューのレシピをのせています。ぜひ、おうちで作ってみてください。



#### 【 主 菜 】

給食の大人気メニュー！！

#### ☆鶏肉のスタミナ焼き

材料	分量(4人分)	作り方
鶏もも肉	320 g	① 鶏肉はひと口大に切る。にんにく、しょうがはすりおろし、ねぎは小口切りにする。
にんにく	2 g	
しょうが	2 g	② 袋に①とAを入れてよくもみこみ、冷蔵庫で30分ほどねかせる。
ねぎ	10 g	
砂糖	大さじ2と1/2	③ フライパンを熱し、②を入れて中までしっかり火が通るまで焼く。
A しょうゆ	大さじ1と1/2	
ごま油	大さじ1/2	

#### ☆ナムル

材料	分量(4人分)	作り方
もやし	1パック	① もやしはざく切り、にんじんは細切り、ほうれん草は3cm幅に切る。
にんじん	1/3本	
ほうれん草	1束	② 白ごまは炒ってすりつぶす。
砂糖	大さじ2/3	
A 酢	小さじ1	③ 鍋に湯を沸かし、にんじん、もやし、ほうれん草の順に入れてゆで、水でさっと冷やす。
しょうゆ	小さじ2	
ごま油	小さじ1	④ ③を軽くしぼり、②、Aと混ぜ合わせる。
白ごま	大さじ1	

しっかり給食を食べてくれてありがとうございます！健康に気をつけて、頑張ってください。

