

さなだっく

-くどサポ-

きらら

第2号

Great!!



九度山中学校
9月19日(日)



河根小中学校
9月12日(日)



Enjoy!!

Happy Day!!



九度山幼稚園
10月9日(土)



Nice!!



九度山小学校
10月2日(土)



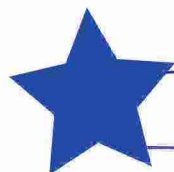
Let's
Go!!



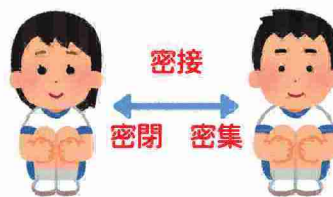
九度山保育所
10月16日(土)



- ★ 新型コロナウイルスワクチンについて
- ★ 秋のオススメレシピ紹介
- ★ スクールカウンセラーの紹介
- ★ 読書の秋 みんなで本を読もう



ワクチン接種は、医療従事者や高齢者から始まり、基礎疾患(持病)のある方、一般成人へと進められてきました。さらに、令和3年6月から接種年齢が引き下げられ、12歳から接種できるようになりましたが、子どもたちへの接種に対して不安や心配な面があります。ワクチン接種についてしっかり理解することが大切です。

A cartoon illustration of a young girl with dark hair, wearing a pink long-sleeved shirt and a white face mask with blue straps. She is smiling slightly.

九度山町コールセンター（九度山町役場）
平日 9:00～17:00 0736-54-2159

秋のオススメレシピ紹介「いただきま〜す！！」

秋は新米や鍋料理など、食べものおいしい季節です。最近はスーパーに行けばたいの食材が一年中並んでおり、子どもたちは野菜や果物、魚にも旬があることをあまり意識していないかもしれません。日本には四季があり、食べもので季節を感じることも素晴らしい食文化のひとつです。コロナ禍で増えたおうち時間に、子どもと一緒に料理を楽しむのはどうでしょう。今回は季節のおいしさを味わう炊き込みごはんを紹介します。

さつまいもごはん

★材 料

米	2合
さつまいも	小さめ1本
塩	小さじ1/2
酒	大さじ1

黒ごまをふると見た目もgood!!

★作り方

- ①さつまいもは一口大に切って、水に数分さらす。
(皮はむいてもむかなくてもOK!)
- ②釜に、米と2合の目盛りまでの水を入れる。
- ③塩と酒を加え、さっと混ぜる。
- ④さつまいもを乗せて、炊飯スタート
- ⑤炊き上がったら、できあがり。



ホクホクのさつまいもが甘くておいしく、栗ご飯よりもお手軽、簡単です！



具はきのこ以外にも大根やごぼうを入れてもgood!!
油あげのかわりに鶏肉やツナでもおいしくできます。
水分の多い食材を入れるときは水加減に注意です！

きのこの炊き込みごはん

★材 料

米	2合
好きなきのこ	お茶碗に山盛り(2、3種類)
油あげ	1/2枚
にんじん	1/4本
めんつゆ	適量
水	適量
(めんつゆと水で合計330ml)	

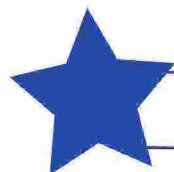
★作り方

- ①きのこは食べやすい大きさに、油あげとにんじんは細切りにする。
- ②釜に米、めんつゆと水を入れ、さっと混ぜる。
- ③具を乗せて「炊き込みモード」で炊飯スタート。
- ④炊き上がったらさっと混ぜて、できあがり。

めんつゆは濃縮タイプなら「たきこみごはん」か「寄せ鍋」の希釈倍率で薄めて、ストレートタイプなら100ml使用してください。

旬の食材

一年のうちでその食材がたくさんとれる時期、最もおいしくなる時期です。旬の食材は味が良いだけでなく、栄養価も高く、その季節の体に適した性質を持っています。また、たくさん出回るため安く買えるというのも嬉しいですね。



スクールカウンセラーの紹介

スクールカウンセラー（SC）をご存じですか？長く続くコロナ禍で子どもたちの心にも少なからず影響が出ています。そんな子どもたちを支えているスクールカウンセラーを紹介します。

スクールカウンセラーとは・・・

子どもたちのメンタルケアのため、各学校に配置されています。
スクールカウンセラーの役割は大きく分けて3つです。

- 1 子どもたちのカウンセリング
- 2 保護者に対する助言、援助
- 3 教職員に対する助言・コンサルテーション

多感な時期を迎え、不登校やいじめ、発達上の問題、受験など、時代とともに心のケアを求めている子どもたちは増えています。保護者や先生たちと連携し、子どもたちが毎日笑顔で登校できるようサポートしていきます。



河根小中学校（月2回、主に火曜日）

たなか ぜんけい
田中 善慶

大阪府出身・奈良県在住
奈良では私立学校でカウンセラーをしています。
趣味はゲーム、釣り、料理です。



学校の印象

学校について、山や川に囲まれたまさに風光明媚な場所であると感じました。児童生徒の皆さんもそのような環境でのびのびと育まれている印象です。

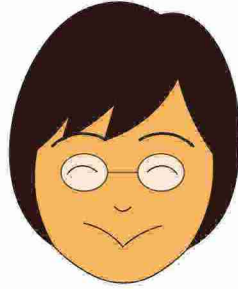
新型コロナウイルス感染症が流行する現況が長引く中で、不安だらけの日々が続きますね。しかし、その不安こそが皆さんを守っているということも忘れないでください。不安だから感染対策をするし、自分を守ろうとします。ともすれば不安をないもののようには扱ったり、軽く見たりすることで、不安から逃れようとしてしまう心の機能も人間には備わっています。そうなる前に、不安な時は誰かに相談してください。不安を不安としてきちんと話すことで、どうすればいいか考えることができたり、それによって安心することができたりする場合があります。学校ではスクールカウンセラーがその話の聞き手を担っています。ぜひご利用ください。





九度山小学校（月2回、主に月曜日）

スクールカウンセラーとして、子どもの心のケアのためのプレイセラピーや、保護者のための子育て相談、発達相談の場を提供させていただいています。他に大阪府内の幼稚園や総合病院小児科の心理士としてお仕事をさせていただいています。お子さまのこと、ご家族のこと、保護者ご自身のことも、お気軽にご相談ください。



こばやし なおみ
小林 奈緒美

学校の印象

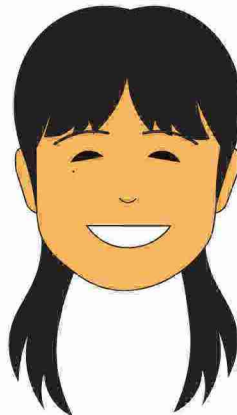
緑いっぱい大きな自然の守りに包まれた九度山小学校では、子どもたちが学年を越えて楽しくかわり、元気に遊んでいます。本校では、子どものための支援体制が整っており、通級指導教室、スクールソーシャルワーカー、地域との連携などがコンパクトに行えるのは大変魅力であり、いつも学ばせていただいています！

子どもも大人も長引くコロナ禍で、新しい生活様式への変化に対応を迫られてきました…。疲れがたまると、様々な心や体の不調として表れてきます。無理をせず、少しゆったりとしたペースで、ご家族のための”充電”となるような時間を確保していきましょう。不調が長く続くようであれば、遠慮なくヘルプの声を上げましょう！

九度山中学校（月4回、主に月曜日）

つしま ゆい
對馬 佑

和歌山市在住 趣味は岩盤浴や紅茶・スコーンです。神戸が大好きで、コロナ前はよく行っていました。



学校の印象

九度山中学校はとても自然に囲まれた中学校だと思います。生徒のみなさんも初対面の時から緊張しながらも笑顔で話してくれた印象が残っています。

コロナ禍によって、大なり小なり、いろいろな反応（丁寧すぎる手洗い、外にあまり行きたがらなくなる、気分が落ち込んでいるなどなど）があると思います。そんな中、家族が笑っていることによりお子様の安心につながっていると思うことがコロナ禍になってから特にたくさんありました。家族が楽しいと思える時間を意識的に増やしていくことが、このコロナ禍を乗り切るためには必要だと思います。



読書の秋 みんなで本を読もう

コロナ禍で家で過ごすことが多くなり、本を手にする機会が増えた方もいるでしょう。近年、スマホやタブレットなどで気軽に、いつでも、どこでも読める電子書籍なども人気です。日中の心地よい風を浴びながら、本を読んでみてはどうでしょうか？九度山町民図書室からオススメの本を紹介しますので、ぜひ読んでみてください。

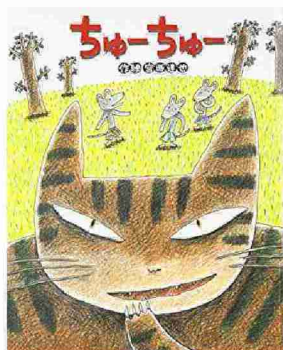


- ・本を借りるときは、利用カードが必要です。
- ・1人5冊まで、2週間借りられます。
- ・和歌山県立図書館の本を借りることもできます。

幼児向け

「ちゅーちゅー」
宮西 達也

3匹の子ねずみが出会ったねこは、ねずみのことを何も知らないねこでした。そこで、子ねずみたちは…。ねこと子ねずみのかけ合いが面白くて、ほっこりするお話です。



「はじめてのおつかい」
筒井 頼子 / 作 林 明子 / 絵

みいちゃんはママに頼まれて牛乳を買いに出かけます。自転車のベルにドキんとしたり坂道で転んだり…。“はじめてのおつかい”のドキドキ感を一緒に楽しんでください♪



保護者向け

「雲を紡ぐ」伊吹 有喜

第8回高校生直木賞受賞作。
壊れかけた家族は、もう1度1つになれるのか？



「自分で学べる子の親がやっている「見守る」子育て」
小川 大介

自信、学ぶ技術、習慣の3点にしばって、子どもへの関わり方をアドバイスしてくれる本。読みやすく、すぐに実践に移せます♪



秋の夜長に読んで
みませんか？



小学生向け

「心ってどこにあるのでしょうか？」

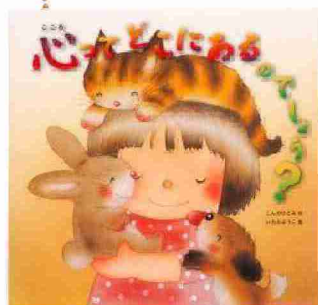
こんのひとみ / 作、いもと ようこ / 絵

令和元年度小学生低学年の部の課題

図書。心ってどこにあるの？頭？胸？

それとも…温かい絵と文で贈る

“心えほん”です。



きのこがすがたをあらわすと、
いろいろな生きものが集まって
きます。さて、きのこレストラ
ンには、どんなお客さんが来る
のでしょうか？

「きのこレストラン」

新開 孝 / 写真・文



「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」

廣嶋 玲子 / 作、jyajya / 絵

幸運なお客様だけがたどり着く
銭天堂。店主の紅子さんが駄菓
子を選んでくれるのですが、使
い方によっては、幸せにも不幸
にもなります。1話完結の短編
なので、朝読にぴったり。



読書の秋



中学生向け

「小説 弱虫ペダル」 舗老 心

アニメとゲームが大好きな小野田坂道がひょんなこ
とから、自転車競技部へ入ることに。この出会いが、
彼の進むべき道を変えていく。挿絵もあって読
みやすいです。



「14歳、明日の時間割」 鈴木 るりか

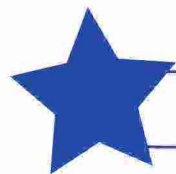
今回の舞台は、中学校。時間割に見立てた7編の
短編で鮮やかに現代人の苦悩・笑い・絆・友情・
想いを描写。作者が現役中学生ということでも話
題になりました！



「かがみの孤城」 辻村 深月

不登校の少女が鏡の向こうの世界で出会った
のは一。生きづらさを感じているすべての人
に贈る物語。すべての謎が明らかになるとき、
大きな感動に包まれます。





くどサポ・家庭教育支援員の活動

今年6月に小学1年生、中学1年生がいるご家庭に、お電話をさせていただきました。当初は、くどサポの紹介も兼ねて家庭訪問を計画していましたが、コロナ禍の状況を鑑み、電話で学校やご家庭での様子をうかがいました。そこで保護者から聞かせていただいた心配事や要望など紹介します。

小学生保護者の心配事・要望

授業中の様子や宿題について

- ・授業中は先生の話を聞いているのか？
- ・宿題に時間がかかりすぎる。

学校でのコロナウイルス感染症対策関係

- ・マスクの着用や手洗いはどの程度しているのか？
- ・給食の時は、黙って食べられているか？

子ども同士が関われる催し物をしてほしい

- ・コロナ禍で子ども会の活動がなく、楽しめる場が減っている。
- ・公民館で幼児用の英語教室だけでなく、小中学生向けもやってほしい。



～小学1年生の環境の変化～

保育園や幼稚園とは違い、授業や宿題があります。また、子どもが先生と接する時間も少なくなり、不安になる子どももいます。保護者も学習面や生活面での心配事が増え、家庭での学習のフォローも必要となります。

中学生保護者の心配事・要望

スマホに関する悩み

- ・ユーチューブなどの見すぎ。
- ・LINEなどのSNSの使い方が心配。

子どもへの接し方に困ってる

- ・思春期の息子への接し方。
- ・反抗期の子どもへの接し方。

小学校との違い

- ・先生と話す機会が減った。
- ・学習が難しくなって心配。
- ・クラブ活動の悩み。



子育て講演会「親子の心模様」

講師：高野山大学 文学部 准教授 森崎 雅好氏

日時：12月12日（日）10：00～11：40

場所：九度山町中央公民館

お申込：一時保育あり 九度山町教育委員会学校教育課（0736-54-2019）

編 集 後 記

今年度初めての取り組みでしたが、どのご家庭も気軽に話していただき、中には「小さい頃からよく知っている家庭教育支援員さんで話しやすかった」等の感想もいただきました。このつながりを大事にするとともに「町ぐるみで子育てサポート」を実現していきたいと考えています。

また、6月に実施させていただいた小学1年生、中学1年生がいるご家庭への電話連絡を12月頃にも計画していますので、子育てについての悩みなどお気軽にご相談ください。

発行日 令和3年11月15日 発行 九度山町家庭支援サポートチーム きらら

【お問い合わせ】 〒648-0198 和歌山県伊都郡九度山町九度山 1190

TEL：0736-54-2019