



さ い わ い



せんせい 先生イチオシの この一冊!

幸区こども総合支援ネットワーク会議情報誌

しょうがっこう ねんせいむ
小学校1・2年生向け

であえて ほんとうに よかつた

宮西達也さんの「ティラノサウルスシリーズ」がおすすめ!
やさしさあふれるお話しと、気持ちが伝わってくる絵に思わず涙..
心が温かいものに包まれます。
シリーズは、現在全15巻です。



作 絵 みやにし 宮西 達也
しゃ 2009.11

がんばるティラノサウルスを
応援して下さい!



しもひらましょうがっこう 下平間小学校 クポ 児童支援コーディネーター

しょうがっこう ねんせいむ
小学校5・6年生向け

かかく ロウソクの科学

～世界一の先生が教える超おもしろい理科～
この本は小学生と科学の先生が、いろいろな実験をしてロウソクの秘密を解き明かしていくお話です。ロウソクは作れる?ロウソクから水を取り出せる?!気になった人はぜひ読んで実験して確かめてみてください。



原作 フラーダー
文 ひらの 平野
絵 上地 うえじ 優歩
KADOKAWA/角川つばさ文庫
(2017.5)

じつけんしようしつ
実験教室に
私も行きたいな!!



とでしょうがっこう 戸手小学校
せんせい 潘ダ先生
ねんせいたんにん 6年生担任

しょうがっこう ねんせいむ
小学校3・4年生向け

めいたんてい とっておきの名探偵 ～ミルキー探偵大活躍シリーズ～

びじゅつひん ぬす
「美術品が盗まれた!？」

しゅじんこう すぎやま さき じけん
主人公ミルキー杉山よりも先に事件
かいけつ かいけつ とうじょうじんぶつ こと
解決!! 解決するには、登場人物の言
ばこうどう ばめんようす しなちょう
葉と行動、場面の様子に慎重になる
かいけつ かいどうへん
こと。解決できたかは、「解答編」で
かくにん かいだんてい
確認しよう。あなたは、名探偵にな
れるか!?



作 杉山 亮
繪 中川 大輔
かいせいしゃ かいせいしゃ
偕成社(2014.6)

ひがしおぐらしょうがっこう めいたんてい
東小倉小学校 名探偵モーリー 4年生担任

ちゅうがくせいむ
中学生向け

さいごばん 最後の晩ごはん

またまご ふるさとだし巻き卵

こんかい あきら い げいのうかい お
「今回は諦めて生きとき」芸能界を追
じぼうじき いがらしかり
われ自暴自棄だった五十嵐海里にそ
う声をかけたのは、夕方から営業す
る定食屋の主人、夏神。そこで働くう
ちに主人公の海里が様々な出会い
とお せいちょう あたた しょうせつ
を通して成長していく、温かい小説
です。



著者 梶野 道流
かじの みちる
KADOKAWA/角川文庫
(2014.10)

ひよしちゅうがっこう おもだかやひいき
日吉中学校 澤瀉屋最員 ねんせいたんにん
1年生担当



あなたとこのまちを考える

あたら
新しい生活様式の時代
～with コロナ～

かんが 考えてみよう 探してみよう 今できること

さが
いつもと違う夏休み、おじいちゃん、おばあちゃんの家にあそびに行ったり、旅行したりもできないかもしれない。こんな時だから、自分の住んでいるまちを探検して、お気に入りの場所を見つけたり、近くで困っている人がいたら何ができるか考えてみよう!

いま暮らすまちのこと



わくわくドキドキ
まちを探検してみよう!

できそうばなし



あつ これならできそう!!

じぶん もし自分だったら



どうしてもらったら
うれしいかな?



ことば この言葉からみんなが感じたことや、自分のまちの自慢を教えてください。
みんな 皆さんのかまちを待ちしています!



さいわいはっぴーボランティア はぴ★ボラ

中高生のためのボランティア活動プログラム

じぶん す ちいき ひと かつどう
自分の住むまちで、地域の人がどのような活動をしているか知らない人は多いと思います。

さんか 参加して、「こんなことができた!」という自信を持ってもらうことで、将来どんなふうに地域と関わっていくかを考えるきっかけづくりとおこなして行っています。

さくねん どくない す ちゅうこう せいい みなめい
昨年度、区内に住む中高生の皆さん31名が、
活動に参加しました。

ゆめみがさきどうぶつこうえん しいくたいけん
夢見ヶ崎動物公園で飼育体験



かつどう ボランティア活動をすることが出来とてもうれしかったです。将来つきたい仕事についてたくさんのことを探ることができました。とても楽しかったです。本当にありがとうございました。

問合せ

ちいき すいしんか でんわ
地域ケア推進課 電話 556-6630

あかはねきょうどうほせん
赤い羽根共同募金



こんかい かいまさんか しゃくいん
今回は2回目の参加です。職員・ボランティアの方々に親切にもらいたくさんのことを学びました。この経験を活かして自分の進路・将来に役立てたいです。



なつ あつ しょくよく お
夏の暑さで食欲が落ちていませんか？

バランスよくしっかり食べて、暑い夏を乗り切りましょう。
カレーの香りで食欲アップ！かわいくお絵描きしてみましょう！



なつ やさい
夏野菜のキーマカレー

4人分

| | |
|------------|--------|
| ぶたひき肉 | 250g |
| サラダ油 | 小匙1程度 |
| にんにく(チューブ) | 3センチ程度 |
| しょうが(チューブ) | 3センチ程度 |
| コーン缶(汁なし) | 70g |

| | |
|----------|-----|
| オクラ | 4本 |
| ナス(中) | 2本 |
| トマト(中) | 2個 |
| カレールウ | 3皿分 |
| コンソメ(顆粒) | 少々 |

1 やさい みず あら と
野菜は水でよく洗い、ヘタを取り
1~2cm角くらいに切る。



2 オクラをみじん切りにする。



3 フライパンに油を敷き、豚挽き肉、
にんにく、しょうがを加え炒める。
(中火)



4 ひき肉に火が通ったら 1 の野菜と
汁気を切ったコーン缶を加える。



5 野菜から水分がでてきたらルウを
入れ混ぜながら炒める。水分が足り
なければ水を50cc程度加える。



6 コンソメ(顆粒)で味を調える。水分が
足りなければ水を50cc程度加える。



7 さらばんも皿にご飯を盛る。カレーをよそい、
トッピング食材で自由にお絵描きす
れば完成！



完成！

認知症について
知ろう！

認知症ってなに？

認知症はさまざまな原因で脳の細胞が死んでしまったり、動きが悪くなったりするためにおこる脳の病気によるものです。認知症になると、もの忘れがひどくなったり、できていたことができなくなったり、今までの生活をおくることが難しくなります。

～認知症の人が安心してくらすための大切なポイントは「3つのない」～

1. 驚かせない 2. 急がせない 3. 自尊心(プライド)を傷つけない

この3つを意識して、自然に今までと同じように関わり続けましょう。

認知症
サポーターになろう！

認知症サポーターとは、
認知症の人とその家族の「応援者」です。

問合せ

地域支援課地域サポート係
電話 556-6693
詳しく述べるから→



自分や大切な人のこころや気持ちに、むきあつてみませんか

じぶん おも
自分の思ったとおりにならなかつたとき、嫌だなあと思うことがあるよね。
こんかい きも
今日は、そういう気持ちになつたときの解決方法を紹介するね。

イライラしたり、いやだなあ、という気持ちになつたら

わる
イライラすることは悪いことではないんだよ。怒ることもあなたの大切な気持ち。

じぶん きも はや おつ
でも、自分の気持ちを早く落ち着かせたいね。イライラしたら、こんな方法を試してみてね。



うで
腕をクロスして、
じぶん むね
自分の胸をトントンと
かる
軽くたたこう



しん こきゅう
深呼吸を
おお がい
大きく3回しよう



すう じ
数字を6まで
かぞ
ゆっくり数えよう



て の
手を伸ばして
グーパーをゆっくりと
かいく がえ
5回繰り返そう

ため
試してみると気持ちが少し落ち着いて、怒ったその場で友達や大切な人を傷つけたり、自分が嫌な思いをすること
すぐ
が少なくなるよ。

自分の気持ちを言葉にして、お互いの気持ちを大切にしながら伝えてみよう！

じぶん きも ことば あいて つた たいせつ たが きも たいせつ つた かた
自分の気持ちを言葉で相手に伝えることも大切だよ。お互いの気持ちを大切にした伝え方ができるといいよね。
こんな2つの言い方で言われたら、きみはどんな気持ちになるかな。

あなたメッセージ



つか ことば きも つた
「わたしメッセージ」を使って、言葉で気持ちを伝えることができると、相手ともっと仲良くなれることがあるんだよ。

わたしメッセージ



こんかい じぶん おも
今回は、自分の思ったとおりにならなかつた時の気持ちのむきあい方
ほうほう しょうかい
について、2つの方法を紹介したよ。

①まずは自分の気持ちを落ち着かせること

②自分の気持ちを言葉にして、お互いの気持ちを大切にした伝え方を

すること

おぼ ともだち なか よ す
このことをぜひ覚えて、友達と仲良く過ごしてね！

こ いそ さち こ にほん 日本アンガーマネジメント協会認定
小磯 幸子

■アンガーマネジメントファシリテーター

■アンガーマネジメントキッズインストラクター

■アンガーマネジメント叱り方トレーナー

・人材育成コンサルタント

・国家資格キャリアコンサルタント

・下平間小学校PTA副会長