

やすらぎ金沢通信 10月

☆URL <http://www.ishikawa-c.ed.jp/yasuka>

☆E-mail yasuka@ishikawa-c.ed.jp

☆Tel 076-243-1612

☆Fax 076-243-1663



吹く風に秋の気配を感じる季節になりました。秋分の日を境に夜の時間も長くなり、今はぐっすりと眠りやすい時期ですね。睡眠には、心と体の疲労を回復させるほか、記憶の定着やホルモンバランス、自律神経の調整、免疫力の向上、脳の老廃物の除去など、さまざまな重要な働きがあることがわかっています。寝る前にスマートフォンやパソコン、ゲーム画面やテレビなどを見ていると、ついつい長くなりがちです。睡眠の「質」を高めるために、この機会に就寝前の時間を少し見直してみませんか。

やすらぎ金沢教室では、電話相談、来所相談、医療相談会、SSW相談会、SC相談会を実施しています。どうぞお気軽にご連絡ください。

9月相談状況

4月1日～9月30日 ※()内は令和3年度の数

月	来所相談	出張相談	電話相談	合計	通室
4月～8月	150(139)	19(15)	147(106)	316(260)	90(63)
9月	34(44)	0(0)	40(34)	74(78)	13(20)
合計	184(183)	19(15)	187(140)	390(338)	103(83)

医療相談会 (14:00～16:00)

期 日	担 当
10月 6日 (木)	岡田 淳夫 先生 (松原病院 医師)
13日 (木)	柏谷真由美 先生 (金沢医科大学病院 臨床心理士・公認心理士)
27日 (木)	

※医療相談会と同日にSSW相談会も行っております。ぜひ、ご活用ください。

担当は上野幸子先生、市原明子先生です。

SC相談会 (13:30～15:30)

期 日	担 当
10月 5日 (水)	山本 恵 先生 (公認心理師・ 臨床心理士)
19日 (水)	

- ・相談会の申し込みや問い合わせは、やすらぎ金沢教室までお電話ください。
- ・各種相談会の年間計画はやすらぎ金沢教室のホームページに掲載してあります。

第1回事例検討・情報交換会、第1回研修会の参加お礼

○第1回事例検討・情報交換会 7月28日(木)14:00～16:00 参加者 14名

金沢大学准教授の原田克巳先生より「不登校相談における保護者への接し方やアドバイス等について～具体例を通して～」という演題でご講話をいただいた後、事例検討会を行いました。14名の参加者の皆さんと学校復帰に向けた生徒の事例について活発に意見交換をすることができました。

○第1回研修会 8月25日(木)14:00～16:00 参加者 17名

北陸学院大学短期大学部教授の上農肇先生より「不登校生徒への相談と支援の在り方について」という演題でご講演をいただきました。様々な事例を通して得られた「不登校」対応のポイント、具体的な活動や支援へのアドバイスを今後の相談に活用していきたいと思えます。

令和4年度 やすらぎ金沢教室第2回研修会のご案内

●第2回研修会

・日時 11月15日(火)14:00～16:00

・講師 独立行政法人国立病院機構医王病院

ソーシャルワーカー 中本 富美 氏

・演題 「学校に行けない子どもへの支援～医療機関との連携について～」

※お申し込みは各関係機関に配布済みのFAX用紙でお願いします。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

8月 調理実習 たこやき大研究

たこやきの材料や焼き方を変えて、
3回焼いてみました。どれが一番おいしいかな？！



①



① やわらかい・
仕上げ油なし
焼き時間短め

感想

やわらかくて美味しいが、パンチが足りないかな

②



② 仕上げ油
あり・玉子多
め

感想

食感がカリッとして味が濃厚

③



③ 小麦粉薄め・
玉子の代わりに
牛乳使用

感想

美味しいが、やわらかさが残る

🏆 チャンピオンは・・・ ②でした！！