

# 教育相談通信 冬休み号



## HEART to HEART

発行：渋川青翠高校 生徒指導部教育相談係  
発行日：令和5年12月22日（文責：宮下知英子）



今年の冬は、暖かい日が続いていましたが、今週に入り冬らしい寒さになりましたね。  
明日からは、いよいよ冬休みです（´▽`）/ ゆっくり過ごしましょう。  
お休みに何か困ったことや心配なことがあった時は、学校に連絡をして  
ください。（渋川青翠高等学校 TEL 0279-24-2320）



また、緊急な場合は、相談窓口（↓下記参照）を  
ご活用下さい。

じかん こども  
**24時間子供 SOS ダイヤル**  
なやみ いおう  
**0120-0-78310**

保護者の方も、相談できます。

いじめに悩んだら、  
しんぱい ともだち  
心配な友達がいたら、  
いつでも相談してください。  
ひとりでも悩まないで  
いつでもすぐ電話で相談してね。

じかんつうわりょうむりょう  
**24時間通話料無料**

群馬県くまちゃん

## スクールカウンセラー来校日



1月 9日（火）  
1月16日（火）  
1月23日（火）  
1月30日（火）

9日（火）は、3学期始業式です。

カウンセリングは予約制ですが、当日希望  
でも対応可能な場合があります。遠慮なく、  
担任や養護教諭、教育相談係まで申し出てく  
ださい。

## ♥ ホットする 飲み物 ♥

子どもたちに好きな温かい飲み物を質問すると、「ココア」と答える人が  
多いですね。ココアに似ているようで少し違いますが、冬休みに「ホットチョコ  
レート」を作ってみたらどうでしょうか？



◀ 材料 ▶

|              |       |
|--------------|-------|
| ミルクチョコレート    | 50g   |
| お湯（湯せん用 50℃） | 適量    |
| お湯           | 60ml  |
| 牛乳           | 200ml |
| マシュマロ        | 2個    |

◀ 作り方 ▶

- 1 ミルクチョコレートを細かく刻む。
- 2 ボウルに1を入れて湯せんで溶かし、お湯を加えて混ぜ合わせる。
- 3 均一に混ざったら鍋に移して牛乳を加え、沸騰直前で火から下ろす。
- 4 器に注ぎ、マシュマロのをせて完成!!