

## 熱中症にご注意ください



### ◎熱中症とは

高温多湿な環境に長くいることで、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体内に熱がこもり、吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。

### ◎熱中症の予防法

「こまめな水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。

### ◎熱中症になった時の処置方法

日陰など涼しい場所へ避難させ、身体を冷やし、水分・塩分を補給してください。

### ◎お願いしたいこと

一人ひとりが周囲の人に気を配り、熱中症予防を呼びかけ合いましょう。

※特に高齢の方は注意が必要です。

※室内でも気をつけましょう。

### 【問い合わせ先】

保健福祉課健康推進係

☎0137-64-2111

## 子育て支援センターからお知らせ

### スマイル育児教室③

## 夏だ！元気に 水遊び・シャボン玉遊び！

【内容】おもちゃの魚やボール等をすくって遊んだり、大小さまざまなシャボン玉を飛ばして遊びます。家庭ではなかなかできない大胆な遊びを、親子で楽しみましょう。

【対象】入園前のお子さんと保護者の皆さん

【日時】8月1日(火) 午前10時～11時30分

【場所】子育て支援センター

【定員】15組(定員になり次第締め切ります)

【持ち物】帽子、タオル、着替え、水分補給用の飲み物等をお持ちください。

【申込期限】7月27日(木) まで

### あそびの広場②

## 赤ちゃんといっしょ

### 【内容】

赤ちゃんと一緒に歌遊び、おもちゃ遊びを楽しみます。赤ちゃんを子育て中のママ同士で交流を深めましょう！

【対象】0歳のお子さんと保護者の皆さん

【日時】7月20日(木)

午前10時～11時30分

【場所】シルバープラザ 福祉室

【定員】15組

(定員になり次第締め切ります)

【申込期限】

7月18日(火) まで



【申し込み・問い合わせ先】八雲町子育て支援センター ☎0137-62-2573

## 八雲町

## 子どものいじめ

## 相談ダイヤル

☎0137-63-3130



「人間関係のトラブルで嫌な思いをしている。」「それは「いじめ」の芽です。「いじめの芽」：それは「いじめ」です。いじめはどんな地域のどんな学校や教室にも起こり得ます。ひとりで悩まず電話してみませんか？

ひとりで悩まず、こんな時は電話してください！

○いじめられて困っています。(児童生徒のみなさん)

○友達がいじめを受けています。(児童生徒のみなさん)

○自分の子どもがいじめを受けています。

(保護者のみなさん)

○近所の子どもがいじめを受けています。(地域の方々)

【相談できる時間】月～金(祝日と年末年始は除く)

午前9時～午後5時

・八雲町教育委員会の学校教育課職員が対応します。

・相談の内容に応じて学校と協力していじめの解消の対策を行います。

・右記時間内でも担当者が不在のことがあります。

・担当者が不在の時：次の2通りの方法があります。

・そのまま留守番電話に切り替わるので、お名前と連絡先電話番号を録音してください。後ほど教育委員会から電話をします。

【急いで相談したい場合の相談先】

北海道子ども相談支援センター

☎0120-3882-56(毎日24時間相談できます)