

# なべかけ

鍋掛公民館 家庭教育支援事業 第1号



【鍋掛公民館】

0287-60-1164

鍋掛小学校児童の保護者のみなさまにおかれましてはいかがお過ごしでしょうか。思いもよらぬ新型コロナウイルスの流行で、3か月にわたる長期休校、自粛生活にお子さまも保護者のみなさまもお疲れのことと思います。やっと再開された学校生活にお子さまも喜んでいらっしゃるのではないのでしょうか。

さて、今年度開催が予定されておりました「鍋掛小学校家庭教育支援事業」につきましては、ウイルスの感染拡大防止対策のため残念ながら全ての事業を中止することとなりました。代わりに子育てのヒントや、家庭教育に関する情報などを掲載した「家庭教育通信」を発行いたします。

新しい生活様式を踏まえた熱中症予防をしよう

## 《健康管理編》

日ごろから健康管理をしよう



## 《屋外編》

2メートルの距離を保ち適宜マスクを外そう



## 《運動・作業編》

こまめに水分補給をしよう



## 《室内編》

暑さを避けよう



～コロナ疲れを解消するヒント①～

## 親自身のイライラに対処する方法

- ★子供の安全を確認していったんその場を離れるなど、子供との距離を置いてみる
- ★深呼吸して気持ちを落ち着ける。ゆっくり5秒数える
- ★窓を開けて風にあたって気分転換をする
- ★好きな飲み物や食べ物を口にして気持ちを落ち着ける
- ★相談機関に相談する。

那須塩原市子ども・子育て総合センター

(那須塩原市役所西那須野支所2階)

家庭児童相談室 0287-46-5537



## 消毒のお手伝いをしてくださる方募集中！

毎日お子さまが下校をした後、先生方が全教室、特別教室、トイレや使用した道具、ドアノブ、手すりまで…時間をかけて丁寧に消毒をしてくださっています。

現在、**火・木・金曜日の16:30～17:00**の時間で、消毒のお手伝いをしてくださる方を募集しております。お子さまが安心して学校生活を送れるよう、みなさまのご協力をお願いいたします。事前にご連絡をいただければ、道具の準備をいたします。もちろん当日でも大歓迎です！詳しくは学校までお問合せください。(担当窓口：小泉教頭先生)

