

保護者の皆様へ

家庭数



ほけんだより 8月がつ

令和4年8月 八尾市立山本小学校 保健室 (No.9)



2学期もよろしくお願いいたします！

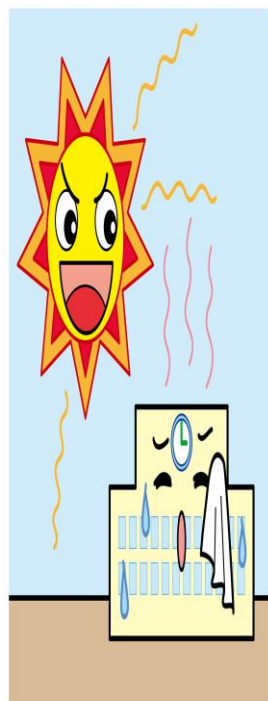
新型コロナウイルス第7派の感染拡大が止まらない中での新学期のスタートです。学校でもより一層、感染防止対策を徹底し、安全に学校生活を送れるよう努めていきます。ご家庭でも、感染防止対策にご理解とご協力をお願いいたします。

熱中症に警戒を！！

～登校時間にご協力をお願いします～

校舎内への立ち入りは、安全管理上、午前8時からとなっております。そのため、暑い中、登校してきても、それまでは屋外で待機することになります。早く登校する児童が多く、待機の際に下足室前が混雑している状況もあり、熱中症予防、新型コロナウイルス感染予防の観点からも、登校時間へのご協力をお願いいたします。

夏休み明けは、体力の低下や暑さにより、登校直後から体調が悪くなる児童が出る傾向にあります。登下校時は、熱中症予防のため、人と距離をとった状況でマスクを外すことや、帽子をかぶることなどを指導していますが、ご家庭でも、家を出る際などにお声がけいただけますようお願いいたします。



「あれ？いつもと違う!？」

～子どものSOSのサイン～

- イライラして、キレやすくなった
- 毎日ゲームやYoutubeばかり
- 夜更かしして、朝起きられない
- 落ち込むようになった（ぼんやりしている）
- 急に親にベタベタ甘えてくるようになった
- 食欲がなくなった
- 急に食べ過ぎるようになった
- 食事よりもおやつ（甘いもの、スナック菓子）を食べたがる
- 夜、なかなか寝付けない
- 急に泣いたり、わめいたりする
- 便秘や下痢、腹痛を訴える
- 頭痛やめまいを訴える
- 「だるい」「疲れた」とよく言う

長期休業明けは、多かれ少なかれ環境の変化でストレスを抱えやすい時期です。生活リズムを整えることで適応し、徐々に気持ちが落ち着く場合も多いですが、気になる様子が続いたり、何項目も気になることがあるようでしたら、早めにご相談ください。

- ★八尾市立山本小学校：072-922-3273
- ★子どもの悩み相談フリーダイヤル：0120-7285-25
- ★子供 SOS ダイヤル：0120-0-78310

