



ほっとライン

名張市子ども相談室発行



あつ 暑さとマスク



みなさん、こんにちは。子ども相談室です。

あつ 暑い夏がやってきましたが、みなさんはどのように過ごしていますか？

あつ 暑い時期が好き、「寒い時期が好き」といろいろな意見があると思いますが、みなさんはどうでしょうか？

マスクを着けての学校生活が続いていますが、自分では気がついていなくても、

あせ 汗などで体の水分が失われますので、早めの水分・塩分補給をしてくださいね。

「マスクはしないといけないし、手洗いも頻繁にしないといけない・・・」

そんな「もやっとする」時にも、子ども相談室はお話を聴かせていただいています。

だれ 誰かに話したい事があれば、お気軽にお電話ください。お待ちしております。

子ども相談室 ばいっ子ほっとライン(子ども専用電話)

0800-200-3218(通話料無料) 大人のの方は 0595-63-3118 へ

うれしいこと、かなしいこと、だれかにはなしたいこと、こまったこと、なやんでいること、なんでもいいよ、おはなししてみてね。

ひみつは必ずまもります。

月・火・木・金 午前 8:30～午後5:15

水 午前10:30～午後7:00

☆面談もできます☆
場所:名張市丸之内79
名張市総合福祉センター
「ふれあい」2階

お知らせ これまでに発行した『ほっとライン』は名張市のホームページで見ることができます。

アクセス方法

名張市ホームページ → 子育て・教育 > 子育て支援 > 子ども条例 > 子どものみなさんへ(子ども相談室より)

