

保健室からのお知らせ

9月の保健行事

9/24(木) 歯科検診



～眼科検診、内科健診未受診の方へ～



7、8月に眼科検診、内科健診を行いました。今まで同様、欠席や早退などの理由で未受診となっているお子様は、後日、学校から病院へ連れて行き、受診する予定となっています。今後行います歯科検診、耳鼻科検診(日程は未定)についても同様に受診する予定です。ご不明・ご不安な点がございましたらお気軽にご連絡ください。



～ストレス対処について～非日常の連続で...～



子どもにこんなことはありませんか？→食欲がない、頭が痛い、やる気がでない、集中できない、いつもより落ち着きがない、など。気になる体の不調は、もしかしたら心のストレスからくるものかもしれません。子どもがかかえるストレスを和らげるためにはまわりの大人が次のようなことを留意しましょう。

①子どもにもわかるような説明をしましょう

新型コロナウイルス感染症について、正しい情報をごまかさずに正確に、年齢に応じた言葉で説明し、子どもと話し合しましょう。話してみると、間違った情報や偏見に左右され不安が大きくなっていることがあります。誰かのせいではなく、目にみえないウイルスのせいであることを説明し、理解できるように大人がサポートしてあげましょう。

②子どもの気持ちを聞きましょう

どんな気持ちもふたをせずに、話してよいことを伝えましょう。聞く時のポイントは、どんな気持ちであっても否定せず受け止め、「いやだったんだね」「そう思ったんだね」と返すことで受け止めたことを伝えます。つらくても子どもなりに頑張っていることをたくさんほめましょう。

(国立成育医療研究センターのHPから「新型コロナウイルスと子どものストレスについて」の部分を参考にしています。ほかにもいろんな方法が紹介されているので参考にしてください。)