

5月ほけんだより

鹿島小
保健室



慣れてきたころ 気をつけたいことは・・・

コロナ禍で起きた子どもの心の変調

コロナ禍における心理的影響

○長期における心理的影響

○自粛が続いて効果的な気分転換ができない

○人と人とのつながりが希薄になっている

○相互監視で緊張が高まってしまふ

○経済的な困窮が生じている

○全体的にコロナうつの状態が蔓延

子どもの話を聞く

困りごとを話してきた子どもに対し、話を聞く前に解決策を提案したり励ましたりすることを多くの大人がしています。このような対応をしてしまうと、子どもがどんな気持ちなのか、何に悩んでいるかわからなくなってしまう。子どものペースに合わせて、子どもに起きていることを丁寧に聞いて情景をシェアしてください。その上で、次からの対策も大人からではなく、その子が問題を主体的に解決できるように促してください。アドバイスは、子どもの話を聞いた後、最後の最後で大丈夫です。

けがに注意！！



★学校の廊下を走っていませんか？

★登下校中、おしゃべりに夢中になっていませんか？

★ゆっくり眠れていますか？

★毎日朝ご飯を食べていますか？

疲れに注意！！



★元気よくあいさつをしていますか？

★友だちにきつい言い方をしていますか？

ことばに注意！！



心の傷は言わないと見えません

- ① 心の痛みを自覚できないときがある
- ② 心の痛みは言わないと見えない
- ③ 心の傷は体の傷と同じように手当てをすれば今よりよくなり、治りが早い



参照：「健」5月号

～5月のノーゲームデー、清潔検査のお知らせ～

ノーゲームデー 5月19日(水)

清潔検査 5月20日(木)

