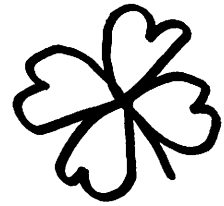


～子どものこころのケア～



4月14日・16日に発生した熊本地震による甚大な被害により、大人も子どもも多大な心身への影響を受けています。

<心的外傷(トラウマ)>

とてもこわくてつらい出来事、自分でもどうにもできない出来事を体験すると、心に傷を負うことがあります。

○身体にあらわれる変化

食欲不振・腹痛・下痢・吐き気・頭痛・排泄の失敗・おしっこが近い・おねしょをする・眠れない・怖い夢をみる・朝おきられない・湿疹・かゆみ

○こころに現れる変化

- ・一人でいるのを怖がる、大人と離れたがらない
- ・怒りっぽい、イライラする
- ・いつもびくびくしていたり、びっくりしやすい
- ・できごとのこわい場面を急に思い出す
- ・できごとに関連するものや場所を避ける
- ・できごとのことを話したがらない
- ・できごとが自分のせいで起きたと自分を責める
- ・できごとが誰かのせいで起きたと周囲を責める
- ・何もかもうまくいかないと悲観的になる

○生活や行動の変化

- ・落ち着きがない、多動、注意集中困難
- ・学習能力の低下
- ・以前楽しんでいた活動に興味がなくなる
- ・ひきこもり、一人で過ごすことが多くなる
- ・自分を傷つけるような行動、無謀な行動がみられる

だれにでもおこい
うる自然な反応で
す。

こころの傷が大きい場
合や、傷が深い場合は、
学校生活や家庭生活に
支障がある場合があり
ます。

5/9(月)より町内の小中学校
が再開し、児童・生徒の心身の状況の相談など
気になることがあればご連絡ください。木中兼瀬