



練馬区立関町北小学校スクールカウンセラー 曾我部 和広

「腹痛は体の症状で、『火災警報器』のようなものです」

東京都は、毎年5年生対象に「カウンセラーとのつながり」「相談への抵抗感の軽減」「児童理解を深める」ために全員面接を行っています。私は、面接に当たってアンケートを実施していますが、その中に、「おなかや頭が痛くなることがある」という項目を入れています。その結果、腹痛や頭痛が「いつもそうだ」「ときどきそうだ」と回答する児童が1割ほどいます。頻度を尋ねると月1回～数回、週に1回～毎日と様々です。

先日の毎日新聞（朝発）ニュースレターで「令和のリアル 中学受験」「中学受験で『おなか痛い』子供に異変、親のNGワードとできること」という、東京医科大学病院小児科・思春期科の「子どもの心とからだ外来」で子供の悩みに寄り添ってきた呉宗憲（そうけん）准教授（47）へのインタビュー記事がありました。とても参考になりますので、内容を引用しながらご紹介します。（「」は呉さんの言葉）

「腹痛は、胃潰瘍や感染性胃腸炎などの臓器そのものに異常が生じている『器質的』な病気、それらの異常はないがその働きに異常が起きている『機能的』な病気が原因のことがある。そして、それぞれに『急性』と『慢性』がある。腹痛の原因が何かを見極めることが大切です。『警報』の原因が、どんな病気によるものなのか、病院で確認してもらう必要があります」

○「気にしすぎだよ」はNG

「小児心身医学会によると、「過敏性腸症候群」の小児の有病率は小学生1・4%、中学1～2年生2・5%、中学3～高校1年生5・7%、高校2～3年生9・2%となっており、成長とともに高くなる傾向がある。ストレスと関係が深い病気とされているが、呉さんは「痛みが『気のせい』ではないことを知ってほしい」と呼びかける。「子供の『やりたい』は『お父さん、お母さんに褒められることをしたい』という意味での『やりたい』であることも多い。でも、腹痛は『自分はこれ以上頑張れない』という言葉の代わりかもしれません。」

そのため、私は腹痛、頭痛を訴える児童には、「保護者に伝えること」「医者に相談すること」を必ず勧めています。「器質的」な病気の場合は、必ず医療にかかって治療する必要があります。「機能的」な病気の場合も、受診をお勧めします。児童の話を聞いていると心理的なストレスが原因と思われるケースがあります。整腸剤は対症療法ですので、根本的な改善にはなりません。

「気にしすぎ」ではなく、身体症状が出ていることは事実で、腹痛は友人関係、学業不振、中学受験等のストレスが原因になっていることが多いです。

具体的に詳しくお知りになりたい方は、スクールカウンセラーにご相談ください。

教育相談の申し込み方法

sigfy



直接またはお電話で、副校長・担任・養護教諭・スクールカウンセラーにお申込みください。
関町北小学校 電話：03-3920-1027

11月からsigfyでも予約できるようになりました。左のQRコードから申し込みます。

相談枠：①9:35 ②10:40 ③11:30 ④13:40 ⑤14:30 ⑥15:30 ⑦16:30

1回45分が基本です。枠外は、ご相談ください。勤務時間：9:30～18:00

2月・3月の出勤予定日

2月3日(月)、10日(月)、19日(水)、27日(木) 3月7日(金)、14日(金) 最終日