



## 子供の心と体のケアのために

校長 佐藤 明子

令和6年度1学期もあと5日で終了いたします。保護者の皆様におかれましては、71日間の教育活動に、ご理解とご支援をありがとうございました。41日間の夏季休業に入りますが、この期間の過ごし方につきましては、来週の終業式で生活指導主任からの話のほか、生徒たちに「夏休みの生活記録」の冊子を配付し、担任からも改めて話をいたします。本日の保護者会の説明のほか、三者面談において話題になったことを踏まえ、ご家庭でも、休みの時間の使い方について、ぜひ話し合いをしていただきたく存じます。夏休みは、学校から長時間離れ、子供の環境が大きく変わります。時に危機に直面したり、これまでに遭遇したことがない状況になった際には、子供には心身にストレスサイン(異変)が現れ、大人にSOSを発信します。小さなストレスサインであっても気付き、早期に対応することにより、重症化を防ぐことができます。下の□には、子供の言動の変化の一例をお示しました。毎日の子供たちの家庭での観察にご活用していただき、心安らぐ休みになりますよう、よろしくお願いいたします。

### いつもと違う子供の言動 に気を配りましょう

6月下旬に、生徒に相談しやすい環境を、ということから「何でも相談アンケート」を実施しました。また、いじめ防止対策をはじめ、喫緊の課題といわれる児童生徒性暴力等の防止、ヤングケアラーへの支援に向けて、生徒が抱える個々の悩みを打ち明けられるような教育相談活動を充実させ、諸問題の早期発見に取り組んでいます。

特に諸問題が疑われるケースには、学校いじめ対策委員会や校内委員会を中心に早期対応を心がけています。加えてスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー、子ども家庭支援センター、練馬区教育委員会、児童相談所、警察署等の専門家と連携し、各教職員の関わり方を共通理解した上で、適切な指導をしております。中学生期は、著しい心身の成長に伴い、一層のご家庭との連携が大切です。生徒の様子で気になることがございましたら、まずは、遠慮なく学校までご相談ください。

#### 行動の変化

- 学校に行きたがらない
- 学習への意欲が乏しくなる
- 家族に反抗的になる
- 休日でも家に閉じこもりがちになる
- 些細なことで物を壊したり、人に攻撃的になる
- 遊びや好きなことをやりにくくなる
- 些細な物音にも驚く
- 親のそばから離れない、強い甘えが見られる など

ストレスサインが保護者にとっては、困った行動に見えることがあります。強引に解決に結びつけるだけでなく、子供の感情を受け止めながら子供との肯定的なコミュニケーションを心掛けましょう。

#### からだの反応

- 食欲がない、あるいは過食になる
- 眠れない
- からだの痛みやかゆみを訴える
- 以前には見られなかったチックが出たりする など

#### 表情や会話

- ぼんやりしている
- 些細なことで泣く
- 元気がない
- 笑わなくなる
- 学校や友人のことを話したがらない
- 一方的に話して会話が成立しない
- 喜怒哀楽が激しい、あるいは無表情になる など

