

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第115回「「悩み」か「病気」か？」

こころの相談員 前田 里美

どこまでが「悩み」でどこからが「病気」かというのははっきりとした線が引かれているわけではありません。それは「健康」と「病気」等と同じで、通常から大きくかけ離れている場合病気に含まれるのではないのでしょうか。では、その「通常」はどれくらいの状態なのか判断が難しく、「かけ離れている」のも量的なのか質的なのかいろんな見方が出来ます。だから、体の病気と違って心は目に見えない分、鈍感になってしまったり、我慢してしまったり、判断が難しくなります。

また、体と心は密接につながっているのです、これもはっきり区別出来るものではありません。その為子どもが心や体の不調を訴えてきた時、体が不調なのか、心の不調が体に表れているのか、それを受け止める大人も迷うところです。

たとえ悩みであれ病気であれ、心のパワーが減っている・力が出ない・不安・迷いがあることには変わりはありません。いずれにしろ、そんな子どものSOSをキャッチすることが肝心で、ゆっくり・しっかり子どもの声を聴く構えていたいものです。

悩みはすぐに解決するものではないでしょう。聴く側も巻き込まれることもあるかもしれません。その悩みに対抗するのもよし、無視するのもよし。時間が解決するものや、成長すれば落ち着いていくものもあるので、共存して自分の一部として抱えていくのも一つの方法です。悩む事全てが悪いわけではありません。子ども自身（人）が成長する為には悩む事も必要です。しかし、それが長引いて食欲や睡眠に支障をきたす場合や、体に不調が表れた場合は誰かに頼ることも考えてみましょう。

※前田相談員は、朝日小学校・中学校で相談活動を行っています。

6月活動報告

6月9日（火）

ひよこ教室 キッズクラス

お母さんと身体を使っていっぱい遊びました。
保育士さんの絵本の読み聞かせには、お姉ちゃん達も真剣に聞き入っていました。



ひよこ教室

キッズクラス
(9ヶ月～1歳6ヶ月未満)
10月13日(火)、H28年2月9日(火)
ベビークラス (0～9ヶ月未満)
8月11日(火)、12月1日(火)

お申し込みが必要となります。
参加ご希望の方は子育て健康課(377-5652)へご連絡ください。