

子どもの不安をやわらげるためにできること

学校が再開して1週間・・・

習志野市総合教育センター

学校再開後の様々な変化に不安を抱える保護者の皆様へ・・・

学校が始まりました。学校に行けなかった期間が長く続きましたので、分散登校が体と心を学校生活に慣らしていくのにうまく機能していければと思います。

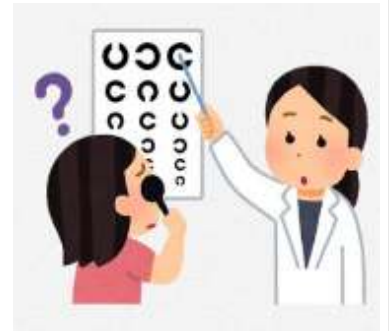
★ 分散登校中に気を付けていただきたいこと

1 子供の視力に注意

学校休業の長期化、更に自粛の影響であまり外にも出られなかった子供たちが多かったかと思えます。屋内では、遠くを見る機会があまりありません。更に、ゲームや動画で手元ばかりを見ている時間が増えた子供たちも多いかと思えます。そのため、この自粛期間で視力が低下している子供たちもいるようです。

お子様に「黒板の文字、見えてる？」等の声をかけ、確認をしていただければと思います。「黒板の文字が見えにくくなった」等の答えが返ってきた場合、眼科の受診なども考える必要が出てくるかもしれません。

※近年、近視の進行抑制に「日光を浴びると良い。」という研究結果もあります。



2 しばらくはスロースタートの意識を

現在、多くの子供たちは元気に学校に行っていると思います。昨年度、登校を渋っていた子供たちの中にも、学年の切り替えを機に頑張っただけで登校している子供もいるのではないのでしょうか。その姿にホッとしたり、期待したりする保護者の皆様も多いかと思われます。

ただ、今回の休校・自粛は、異例の事であり、その影響が子供の心や体にどれだけの影響を与えているかは不明です。

また、その影響が体調不良や登校渋りなどとして、子供の心や体に現れるのは2週間～1か月後くらいではないかという専門家もいます。

学習の遅れ等の心配はあるかと思いますが、保護者の皆様には、スロースタートを意識した声かけを子供たちにしていただきたいと思えます。



長期休業明けは子どもの心もかなり不安定になっている可能性があります。

登校渋り等でお困りの時は、総合教育センター教育相談を御利用ください。

総合教育センター 教育相談(047-475-8341) 青少年テレホン相談(047-475-7867)