

平成4年2月1日

行方市立幼稚園、小中学校の保護者の皆さま

行方市教育委員会

### 感染拡大に伴うストレスや不安を抱えているお子さまへの対応について

全国的な感染症の急増により、子供たちは多くのストレスや不安を抱えています。ストレスや不安によって見られる反応やその関わり方を次のようにまとめましたので、参考になさってください。

また、幼稚園、小中学校では、子供本人と保護者の方からの相談窓口、入試相談窓口を設けておりますので、各幼稚園、小中学校へご相談ください。

#### 記

- 1 次のような症状が続く場合は、まずお子さんに、どんな気持ちでも伝えてよいことを伝えて、不安に思う気持ちなどを受け止めてください。

##### 【体の症状】

- ・頭が痛い
- ・おなかが痛い
- ・眠れない

##### 【行動面の変化】

- ・落ち着きがない
  - ・いつもよりよくしゃべる
  - ・しがみついて離れない
  - ・わがままになる
  - ・食欲が増える／減る
  - ・よく泣く
  - ・言動が幼くなった
- など

- 2 お子さんの気持ちを聴き、安心と安全を伝えてください。

##### 【伝え方】

- ・正しい情報を、子供がわかる言葉で
- ・一つずつポイントをしばって
- ・ていねいに

##### 【普段の生活スタイルの維持】

- ・いつもと同じ時間に起きる、寝る
- ・規則正しく食事をする
- ・登校しているときと同じように学習する

##### 【気をつけること】

- ・テレビやSNS等の情報を見過ぎないように  
お子さんの発達段階によっては、過去の映像を現在のこと、自分のことと捉えることがあります。

- 3 ご家族が感染した、濃厚接触者になったときの対応

- ・感染者（濃厚接触者）と他の同居者の部屋を可能な限り分ける
- ・感染者（濃厚接触者）の世話をする人はできるだけ限られた方（一人が望ましい）にする
- ・できるだけ全員がマスクを使用する
- ・小まめに手洗いをする
- ・日中はできるだけ換気をする
- ・取っ手、ノブなどの共用する部分を消毒する
- ・汚れたりネン、衣服を洗濯する
- ・ゴミは密閉して捨てる

#### （問い合わせ先）

行方市教育委員会 学校教育課 指導室

電話 0291-35-2111

FAX 0291-35-1785

e-mail name-gakkyo01@city.namegata.lg.jp