

あおぞら

発行：愛知県被災者支援センター

住所：名古屋市中区三の丸3-2-1
愛知県東大手庁舎1階

TEL：052-954-6722

FAX：052-954-6993

開館：月曜～金曜 10時～17時



「お泊りをしたときの友達とのひととき」



ペンネーム 美^ミき・作

3ページでは、小学生から高校生の子をもつ親御さんに向けたアドバイスを載せています。

今後もコラム「こんなとき、どうしたらいいの?」と題して、専門家にご協力いただきながら、日々の悩みごとや将来設計などに関する考え方などを紹介していく予定です。

《もくじ》

制度紹介
要介護認定と介護サービスの利用・・・2

コラム
こんなとき、どうしたらいいの?・・・3

10月イベント情報・・・・・・・・・・4

募集中!・・・・・・・・・・4



コラム こんなとき、どうしたらいいの？

今回は、臨床心理士さんから、
アドバイスをいただきました。

——子どもが「学校へ行きたくない」と言っています。どうしたらいいですか？

お子さんが学校へ行きたくない“理由”は、お子さんご自身にもよくわからないことが多いのも事実です。叱ったり急(せ)かしたりせず、まずはお子さんとじっくり向き合い、お話を聞いてあげて下さい。

実際にお友達や先生との対人トラブルや学習面での困りごとがある場合は、学校の先生ともご相談して確認していただき、その上で現実的な対処をお願いすることも必要です。

明確な“理由”がない場合は、「学校に行きたくない」のではなく、「自分の中で得体のしれない変調があって、学校に行っている場合ではない気持ちになるぐらい大変だ」ということの意味であると考えられます。このような時は、お子さんも不安や焦りで精神的に消耗してい

ますので、無理に学校に行かようとせずにゆっくり休ませ、意欲の湧くことや熱中できることなどをさせてあげて下さい。十分にエネルギーを蓄え、内面の変化に耐え得るだけの成長をしてくると、自然に次の一步を踏み出せるようになります。

「学校に行きたくない」といわれると、学校に行かせることばかりに囚(とら)われてしましますが、心が急に成長して消耗し、一時的にバランスが取れなくなっている状態だと理解し、焦らず信じて受けとめてあげましょう。また親御さんの不安を支えてもらうことも大切です。おひとりで抱え込まず、信頼できる周囲の人や、スクールカウンセラーなどの専門家にご相談しながら、穏やかに見守ってあげて下さい。

——受験生のわが子が勉強しているのか、進学先や将来のことを考えているのか、心配になります。

お子さんの今後の人生を考えて親御さんが心を砕いているのに、お子さんの方はどこ吹く風で飄々(ひょうひょう)としていたり、逆に親御さんはおおらかに構えているけれども、お子さんの方が自分を追い込んで汲々(きゅうきゅう)としていたりするなど、親子の間で受験を巡るの考え方に違いがあることはよくあります。

ここで大切なのは、この年代のお子さんにとって、「自分なりの考えや価値観に基づいて自分の取るべき行動を決め責任を持つ」ということが大人になるための課題のひとつであり、周囲の大人はお子さんが自力で道を切り拓くことを見守り手助けをするような関わりが望ま

しい、ということです。

そのためには「～しなさい」という親御さんが先導する言い方よりも、「私はこう思うけど、あなたはどう思うの?」と、本人なりの考えや判断を促す言い方が、お子さんの自分で考える力や自分の言動に責任を持つ力を伸ばしていくには望ましいといえます。また目の前の大人が自分の意見をきく姿勢を持っていると、子どもも自分で考え、それを話す意欲が出てきます。親子で意見が違っても、お子さんの言葉に耳を傾け、否定せず受けとめることを繰り返してあげて下さい。

愛知県臨床心理士会 災害支援部会

愛知県臨床心理士会では、社会貢献の一環として東日本大震災の被災者支援に取り組んでいます。
医療・福祉機関、学校、サービス機関など、身近にいる臨床心理士に気軽にご相談下さい。

10月イベント情報



夕方には、さわやかな風が吹くようになり、日ごとに秋めいてきましたね。

開催日	イベント名	内容	最寄駅
28日(日)	気軽にお茶飲み交流会にきてみませんか	岩手県と宮城県から避難されてきた方のための交流会	名鉄常滑線 「聚楽園」

※イベントの一部を掲載しています。その他のイベントや申込先などの詳細は、同封（前月号に同封している場合もあります）のチラシをご覧ください。

募集中！

《表紙の絵/作品/写真》

①絵/作品/写真のタイトル、②簡単な説明、③掲載する氏名またはペンネーム、年齢、④連絡先（氏名、メールアドレスまたは電話番号）を明記のうえ、メールまたは郵送にてお送りください。

《あおぞら編集委員》

編集会議は、掲載内容を決めたり、記事を書いたりするだけではありません。日々の暮らしや関心事など、話題に富んだ情報交換の場にもなっています。興味のある方はお問い合わせください。

《写真特集 Day to Day》

①写真 1点～2点、②一言メッセージ（25字～65字）、③執筆者名（氏名または下の名前のみまたはペンネーム）を明記のうえ、メールにてお送りください。部活や習い事、趣味などの現在取り組んでいることや、ふるさとに帰省した際の写真を募集しています。今後は、1月、3月に掲載しますので、その前月25日が締め切りです。

問合せ先・送り先

- TEL：052-954-6722
- E-mail：aozora@aichi-shien.net
- 住所：〒460-0001 名古屋市中区三の丸3-2-1 愛知県東大手庁舎1階

メールフォーム➡



編集後記



- ・『お茶っこサロンなごや』の企画でボーリングをしてきました。皆さんでワイワイと盛り上がり楽しい時間でした。夫が3位、私が4位をとることができて子どもも喜んでいたので嬉しかったです。(Y.Y)
- ・夏休み終盤に名残の花火大会。ドーンという響きに「心臓がどきどきする」とおびえていた小1の孫だが、宿題に色とりどりに咲く花火の作品を作った。(K.T)
- ・住んでいるマンションと町内会で「防災学習会」を実施することになりました。講師が3名。すべて町内の方です。私もその一人としてお話しします。(H.T)
- ・ストレッチと筋トレを始めましたが、1週間しか続きませんでした。習慣にしたいなと思いつつ、すぐに飽きてしまいます。皆さんは、ずっと続けられていることはありますか？(H.S)