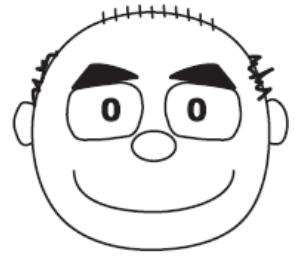




すくすく



NO.73 平成30年10月1日発行

いじめの相談を受けた時

ークニニックとびきりJUN①

院長 金原 洋治

かねはら小児科には、毎週のように学校に行けない子どもが相談に訪れますが、いじめが絡んでいる場合も結構あります。いじめは被害者の心身の健全な発達や人格形成に大きな影響を及ぼします。今回は、いじめの相談を受けた時の対応についてのお話です。

①子どもの心づきを感じ、ねむい子どもが、いじめのため学校に行けない」と話してくれた時には、よく話してくれたね。そんなに辛いのによく頑張って学校に行けていたね。大変だったね。」と、今までの頑張りところさをねぎらいます。そして、多分は、無理して学校に行かなくてもいいよ」と伝えていきます。

②どうして欲しいかを子どもに尋ねる「いじめが無くなれば学校に行きたい」と言う子どもには、校長先生や担任の先生と相談ができることを伝え、相談を希望するかどうかを聞きます。ご家族には、今までの学校の対応やその後の経過や、学校に相談して欲しいかどうか」を尋ねていきます。

③学校に連絡し相談する
相談の希望がある時は、学校長に子どもや保護者からの要望があったので電話した」と伝えていきます。学校長がいじめを把握している場合でも、子どもや保護者が納得しておらず困っている」という相談があったので、もう一度子どもや保護者の話を聞

いて貰うように依頼します。子どもや保護者の意向を聞いた上で、いじめの相手やクラスの状態を調査し、状況や対応について報告してもらっています。時には、子どもや保護者から聞いた内容が、現実と食い違っている場合もあります。いじめと判断した場合、いじめ防止対策推進法」の方針に基づいた対応をしているか、市の教育委員会に連絡しているかどうかも確認しています。

④学校や保護者を交えて面談する
学校の状況がわかったら、適切な対応を実行してもらうようお願いします。学校が適切な対応をとれた場合には、多くは解決に向かいますが、子ども同士や、保護者同士、学校と保護者との関係のもつれがひどい場合は、解決が難しい場合もあります。このような場合には、学校、担任、学校長、教頭・スクールカウンセラー、保護者、医師・臨床心理士などが参加した三者面談を提案していただきます。

⑤ネットやSNS利用の注意
最近は、LINEやグループメールなどでのいじめもよく耳にします。しばらくは、LINEやグループメールへのアクセスをしないように提案しますが、学校に行き続けている場合には、アクセスの遮断が難しい場合もあり対応に悩みます。

⑥居場所の確保と相談の場の情報提供
不登校が長引く場合はフリースクールの利用も勧めます。市教委の適応指導教室「かんせい」や隣のJRLの4階にあるフリースクール下関（NPO法人Nestが運営（TEL083-255-1026））の利

こども自身がかける電話相談窓口

- *ヤングテレホン下関
→083-231-7838
いじめに関する電話相談
→083-223-7830
メール相談
→kisoudan@city.shimonoseki.yamaguchi.jp
(下関市教育委員会)
- *24時間子供SOSダイヤル
→0120-0-78310
(文部科学省)
- *ヤングテレホン・やまぐち
→0120-49-5150
(山口県警察本部少年課)
- *児童相談所共通ダイヤル
→189
- *子どもの人権110番
→0120-007-110
(法務省)
- *一般社団法人日本いのちの電話連盟
→www.inochinodenwa.org
- *チャイルドラインフリーダイヤル
→0120-99-7777 (18歳未満)

用を提案していただきます。私はNPO法人Nestの理事でもあります。子どもが電話相談できる場所も伝えていきます。
☆睡眠障害やうつ、PTSD、自傷など、いじめ被害者の治療については別の機会に書きたいと思っております。





ココロ・ココロ ～こころ と からだ～

「失敗は成功の元」という言葉、みなさんはご存知ですよね。この言葉、実は心理学でいう「リフレーミング」という考え方が入っています。リフレーミングとは「リ・フレーム」つまり、自分の考え方の枠(フレーム)を別の視点でとらえてみるということ。何か困ったことが起きた時に事実を否定するのではなく、「なんとかなるに決まってる(たぶん)」「つらい・嫌な結果だけど、経験しないと分からなかった。これからの人生に活かせる!」というような、マイナスな感情もきちんと受け入れることがこの考え方の特徴。子どもを見るときも同じ。「わがままなんだから」をリフレーミングすると「わがまま放題だけど、自分の意見をいえる子なんだ」とちょっと思考転換してみましょう。

マイナスとプラスって意外と紙一重。考え方一つで子どものいいところは毎日増えるはず。親の思考は子どもにそのまま引き継がれることが多いことも忘れずに。今日はどんなリフレーミングができるでしょうか。楽しみですね!

(がじゅまる)



日本小児科学会より



推奨するワクチンスケジュールの変更がありました。学童期の抗体価低下による百日咳の流行などを受け、抗体価維持のための追加接種が推奨されています。

*ポリオワクチン

5歳以上7歳未満での接種

*3種混合ワクチン(百日咳、ジフテリア、破傷風)

5歳以上7歳未満での接種

11歳以上13歳未満での2種混合ワクチンの代わりとしての接種

★どちらも任意接種です。ご希望の方はご予約ください

ポリオワクチン 7000円

3種混合ワクチン 3000円

栄養相談日

栄養に関すること何でも相談してください。

時間 14時から16時まで

10月10日(水) 11月14日(水) 12月5日(水)

10月17日(水) 11月21日(水) 12月19日(水)

10月31日(水) 11月27日(火)

院長不在日 学会、講演・会議のため不在です

10月6日(土) 11時から不在

10月13日(土) 終日不在

夜間急病診療所のご案内

夜間の急病時には夜間急病診療所をご利用下さい。

場所 下関市大学町2丁目(市大近く)

診療時間 19時～23時 電話番号 252-3789

編集後記

地震や台風、大雨など、今年は自然災害の多い年ですね。IT化時代と言われる現代ですが、災害が起こるたびにITではどうにもならない自然の怖さを思い知らされます。自然の中で生かされているということを忘れずに、当たり前前の日常に感謝したいと思います。(koume)

インフルエンザワクチンの 予約が始まります



インフルエンザワクチンは予約制なので、お電話または直接受付窓口にてお申し込みください。

予約開始 10月 3日(水)

定員になり次第終了

接種開始 10月 15日(月)

| | 接種回数 | 1回の費用 |
|-------|------|--------|
| 1歳～2歳 | 2回 | 3,000円 |
| 3歳～小3 | 2回 | 3,500円 |
| 小4～高3 | 1回 | 3,500円 |

原則として、市内在住の1歳以上のお子さんのみとなります。2回目のご予約は1回目の接種が終わってから受け付けます。母子手帳を必ずお持ちください。

平日の来院が難しい方を対象に、土曜日の午後(2回のみ)接種時間を設けています。ぜひご利用ください。

土曜日の接種日 11月17日(土) 14:00～16:00

12月 8日(土) 14:00～16:00

病児保育室「ここいえ」通信

最近では育休を少し早めて復帰され、頑張っているお母さんも増えているのか、1歳未満の赤ちゃんの利用が増えています。なかなかハイハイする赤ちゃんを見る機会のないスタッフたちは「今日赤ちゃん来るね!」とワクワクして待っています。モチモチの肌をギュッと抱っこした気持ちよさに、こちらが癒される一日です。担当ではないスタッフも通りすがりにあやしたりしてお部屋は笑顔でいっぱいです。

最初は涙してもここが安心だとわかると、赤ちゃんも泣きやんでくれますよ。私たちも毎日の出会いを楽しみにしています。

おすすめの絵本

作 : ヨシタケシンノスケ
相談 : 伊藤亜紗
発行所 : アリス館



大きな宇宙のたくさんの星に、いろいろな宇宙人がいる。それぞれの「あたりまえ」があって、遠くの星でぼくは「めずらしいからだ」の持ち主になる。小さな地球にもいろいろな人がいる。似ているけれど、ちょっとずつ違う。みんな「めずらしいひと」。「ふつう」がない世界をおたがい「へー!」って思っで生きる。

おもしろいこといっぱいの絵本です。

発行人 かねはら小児科 金原 洋治
山口県下関市生野町2-28-20
083-252-2112

HPURL <http://www.kanehara-syounika.jp/>