

みなさんこんにちは、県立生涯学習推進センター メールマガ担当です。

毎日寒い日が続いていますが、みなさん体調など崩されていませんか？コロナ感染もなかなか減少していきませんね。基本的な感染対策をして、予防に努めたいですね。決して感染した人への誹謗中傷はしないようにしましょう。

さて、今号は私の次男（小学校5年生）のことで、心と体はつながっているのだなと感じた出来事をご紹介します。

冬休み明けの登校初日、たくさんの荷物を抱えていつもどおりに「いってきまーす」と出かけた次男。特に変わった様子もなく1日を過ごし、翌朝を迎えたのですが・・・。

「お腹痛い・・・」とトイレに何度もこもる次男。検温しましたが36.4℃と平熱でした。日頃お腹が痛くなることは多い方だと思っていましたが、いつもの腹痛だろうと思っていたと、登校時間になっても治まらず、その日は学校を休むことにしたのです。（一瞬、次男の表情が和らいだように見えました・・・。）私や妻が帰宅後、その日の様子を伺うと、腹痛は「まずまず大丈夫だったよ」とのことで、翌日は登校できるかなと考えていました。

しかし、翌朝も腹痛はやってきて、結局その日も学校を休みました。この時点で私と妻は「何か学校であるのではないか」と察し、妻が次男といろいろ話をしたようでした。その内容は・・・。

「昼休み、俺はいつも一人で、誰も自分のことを誘ってくれない」

私は「じゃあ自分から友達誘って遊べばいいじゃないか」という言葉をぐっところえ、妻と作戦会議をします。どうすれば次男が昼休みに孤独感を感じることなく過ごせるのか。

妻は次男に、自由帳に迷路を書くことを提案します。すごく難しい迷路を自由帳に書いて、帰宅後私と妻に挑戦してもらおうというものでした。これにはもう一つの期待もありました。それは、迷路を書いている次男に、誰かクラスの友達が「何書いているの？」「俺にも、私にもやらせて」と声をかけてもらうなど、友達の興味を引き、次男に関わってもらおうというものでした。

その日帰宅すると、笑顔で「この迷路挑戦してみて！」と自由帳を差し出す次男の姿がありました。妻が友達とのことを聞いてみると、何人かの友達と一緒に迷路をやったようです。作戦成功です☆

現在は腹痛も全く無くなり、これまでと同じように登校しています。「心と体って、つながっているんだね」と、私は次男と話をしました。負けず嫌いな次男、強がりな次男は、学校生活で苦勞する部分は多いと思いますが、それでも「君が元気でいてくれることが一番うれしいことだよ」と伝えました。

子どもの悩み、変化を見逃すことなく、寄り添いたいものだと感じます。こういった子どもの対応でお困りの際はぜひ、「すこやかダイヤル」や「メール相談」を活用してくださいね☆

子育てに関する悩みを一緒に考えます☆

子育て電話相談「すこやかダイヤル」 0198-27-2134

☆メルマガへのご感想、アドレス変更・配信停止はこちらへ(^_^)/

kosodatem@pref.iwate.jp

★=====★

【発行・文責】岩手県立生涯学習推進センター

【HP】 <http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>

【Facebook】 <https://www.facebook.com/manabinetiwate/>

【Twitter】 <https://twitter.com/manabinetiwate>

★=====★