

保護者 各位

宮城教育大学附属小学校  
校長 西城 潔

### 心のサポートについて（お知らせ）

9月14日の「学校再開にあたって」のお便りでお知らせしました通り、下記の通り宮城教育大学の先生方の協力を得ながら、サポートチームを立ち上げ、子供たち、保護者の皆様、教職員の心のサポートに取り組んでまいります。

心配なこと、不安なことなど、どんな些細なことでも構いませんので、どうぞ気軽にご相談ください。

保護者の皆様の御理解と御協力をよろしくお願い申し上げます。

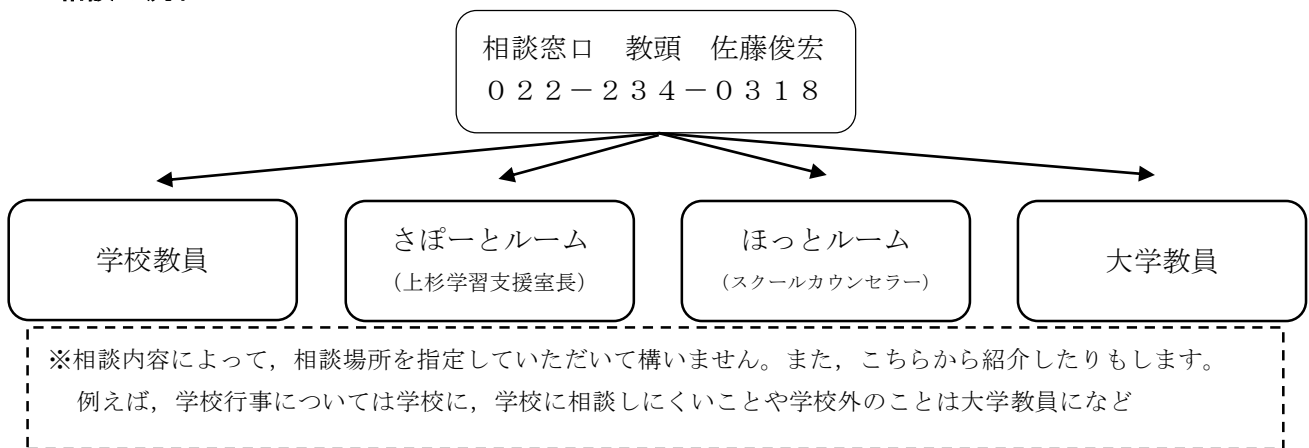
#### 記

#### 1 サポート体制について

- ・サポートチームメンバー

校長，副校長，教頭，主幹教諭，生徒指導担当，養護教諭，さぼーとルーム（上杉学習支援室長），ほっとルーム（スクールカウンセラー），宮城教育大学教員

#### 2 相談の流れ



#### 3 その他

- ・大学の先生から参考資料として「子供のストレス反応」についていただきました。お子さんの観察の参考としてみてください。

| 気分の症状   | 思考・認知的症状  | 身体的症状   | 行動の症状  |
|---|---|---|--|
| 抑うつ感，不安感，いらいら，急に泣いたり怒ったり，過度に興奮，笑わなくなった，神経過敏，無力感，倦怠感，気力の低下 | 注意・集中力の低下，記憶力の低下，学業での能力の低下，物事が決められない，極端に否定的，悲観的に考える，悪夢を見る | 頭痛・腹痛，めまい，下痢・便秘，吐き気，睡眠や食事のリズムがくずれる，不眠，食欲の低下・増加，疲労感の持続 | 落ち着かない，おねしょや指しゃぶりなどの退行，いつもしていたことができなくなる，親と離れることや一人でいることを極端に嫌がる，甘えやわがまま，反抗が強くなる，言動が攻撃的になる，無口になる |

※上記の反応は子供によく見られるもので、異常な反応ではありませんが、御心配なことがあればスクールカウンセラーや大学教員の相談も御活用ください