

からだ

Think about health

向き合う



新型コロナウイルス感染症と 子どもの生活

新型コロナウイルス感染症の拡大スピードを抑制するため、子どもたちの生活にも大きな影響が出ています。

子どもたちの中には、自分や家族が病気になるのではないかと不安をもち、いつもと違う次のような反応や行動があるかもしれません。これらは不安な時に一般的に見られるものです。

- ・腹痛や頭痛、不眠、食欲不振
- ・いつもより泣いたり、大人にしがみついて離れない
- ・急に幼い言動をしたり、今までできていたことができなくなる
- ・遊びの中で起きている出来事を再現する

いろいろな情報やうわさが広がり、どの情報が正しいのか判断が難しくなることがあります。子どもはより、その影響を受けやすいため、次の点に注意しましょう。

1. 出来事に関連したテレビのニュースや映像を繰り返し見ないようにしましょう。

子どもは認知的にも情緒的にも発達途段階であるため、映像の中の出来事を現在の状況ととらえたり、より不安や恐怖が増すことがあります。

2. 子どもの発達や理解に合わせた情報の提供や、正しい情報の取り方について教えるなど大人がサポートしましょう。

スマートフォンやインターネットを通して、子どもが自分で情報を得られるため、うわさやデマの被害にあうリスクが高くなります。信頼できる情報源を知っておきましょう。

不安やストレスを抱えた子どもと関わる時のコミュニケーションの取り方

- ・子どもの話をよく聞き、不安や心配事を理解する
- ・規則正しい生活を保ち、日課や習慣を大事にする
- ・手洗い・咳エチケット・適度な運動などを一緒に行う
- ・信頼できる情報を得られるように手助けする

親子で安心した気持ちで過ごせるように、ぜひ試してみてください。

参考資料…

日本小児科学会ホームページより

問い合わせ 保健センター TEL:0296-77-9145

収入の減少や将来への不安から“家計の見直し”を 考えている皆様、まずは「保険の見直し」をしてみませんか？

何となく続けてきた保険や更新型の保険にご加入の方、今後もそのまま大丈夫でしょうか。ご自身の保障内容と保障額の確認することで①必要な保障内容で安心を準備②適切な保障額で保険料を減らしたら…うれしいですね。

『やさしい保険プラザ友部スクエア店』では、生命保険会社25社の取扱いがございます。ご相談は無料ですので、お気軽にご連絡ください。

やさしい保険プラザ 友部スクエア店

笠間市住吉1364-1
(伊勢甚友部スクエア内)

☎ 0120-650-121

お気軽に
ご相談ください

