

'21  
6月

# 「こころ・つうしん」



「心の教室」相談員 こんどうよしえ  
近藤善枝



## ■健やか子育て「HSCをご存知ですか？」

HSC(Highly Sensitive Child)とは、「聴覚・視覚・触覚・味覚・嗅覚などが極端に敏感で、人の気持ちにも敏感過ぎて、とても傷つきやすい繊細な子ども」という意味です。

HSCは、生まれもった性質で、障害でも病気でもありません。

学校のような、人が大勢集まる空間自体は、HSCの子どもたちにとってストレス(刺激)になっていて、「クラスが変わる」など新しい環境にも敏感に反応して不安になったりすることもあり、場合によっては、登校渋りや不登校につながることもまれではありません。

敏感な子どもは、不快なことだけでなく、楽しいことでも刺激が多いと疲れてしまいます。

体の疲れはわかりやすいのですが、心の疲れは本人も気づきにくいので、大人が注意してあげる必要があります。

疲れている時は、しっかりと休ませてあげることは大切です。

お子さんが、とても繊細でひといちばい敏感だと思われたら、意識して休憩させてあげるようにしていただけたらと思います。

気がかりな場合は、是非一度、ご来談ください。

★毎週水曜日

12:40~16:30

★相談室の場所

管理棟の2階

★予約はお電話で(牧野小)

050-7102-9072



コロナ禍、

親も子どもストレスフルだと思えます。緊急時は学校にご相談ください。

## ■要予約相談の対象者

### ●子ども

子どもの悩み事を聞いたり、一緒に遊んだり(セラピー)します。

### ●保護者

子どもさんの発達や子育てに関するアドバイス、その他のお悩みをお聞きします。

### ●子どもと保護者

ご一緒でも結構です。

## ■その他の支援

- ・給食や授業に入って、子どもさんの様子を観察します。
- ・担任の先生方と連携します。

- ・Aの時間帯→なんでも相談タイム(子どものみ・予約可)
- ・①②③の時間帯→要予約(保護者・子ども・子どもと保護者)

	A 12:40 ~13:30	①13:40 ~14:30	②14:40 ~15:30	③15:40 ~16:30
水曜日👉				
6月23日	子ども時間		★予約済み	★予約済み
7月7日	子ども時間	★予約済み		★予約済み
9月1日	子ども時間	★予約済み		
8日	子ども時間			
15日	子ども時間			
22日	子ども時間			
29日	子ども時間			