

宝達山

宝達志水町立宝達小学校

目指す児童像

- ☆よく考える子
- ☆思いやりのある子
- ☆たくましくやりぬく子



令和6年12月2日(月)
文責 校長 村田 浩彦

☆☆☆子どもの心のケアをお願いします☆☆☆

令和6年元日の能登半島地震発災からやがて1年が経とうとしています。幸い本校では、教職員や児童の家庭に大きな被害は出ませんでした。しかし、大きな揺れを経験した児童の中には、その後少しの揺れや物音に敏感になったり、夜一人でトイレに行けなくなったりという変化が見られたとも聞いています。

現在、表面的には不安を訴える児童はいませんが、内面では不安な気持ちを抱えている児童は少なくないと思われます。

そのような中、「**アニバーサリー反応**」というものを指摘する専門家がいます。「アニバーサリー反応」とは、大きな災害などのある出来事から1か月、半年、1年、2年といった節目の時期に、収まっていた心身の状態が再び不安定になるというものです。石川県教育委員会の資料によると、「冬支度、降雪などの季節感、報道の特集等がきっかけとなることがある」ようです。具体的な反応としては以下のとおりです。

- ・緊張する、不安になる
- ・思い出してつらい、どきどきする
- ・眠れない
- ・怖い夢をみる
- ・怒りっぽくなる、いらいらする
- ・落ち着きがない、そわそわする
- ・ぼんやりしていることが多い
- ・マイナスの考えや自分を責める考えが浮かぶ
- ・普段よりよくしゃべる
- ・勉強に集中できないよりよくしゃべる
- ・思い出したくないのに思い出す
- ・ある特定の場所をさける
- ・地震の話聞きたくない など

「アニバーサリー反応」に備えて、次のようなことが大切なのだそうです。

- 起りうる反応について知っておく
- 誰にでも起りうることを伝える
- 対処法があることを伝え、いっしょに考える

先月27日にも大きな地震が発生しました。夜でしたので、大変驚いたことと思いますが、このことがきっかけになるということも十分考えられます。お子様の様子を注意深く観察していただきますようお願いいたします。気になることがありましたら、ご遠慮なく学校までご連絡ください。

