

学校の先生方へ

病気の子どもの理解のために

—「こころの病」編—

ランドセルには
つらい思い出がいっぱいで
・・・背負えない

院内学級は
ひだまりのような学校でした



イラスト 生徒作品

いろいろ つらかったけど
無駄な経験はないって わかった

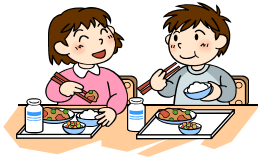
院内学級では
私の個性を大切にしてくれて
生き返ったよ！

病気の時でも 教育はできます
病気の時だからこそ 行すべき教育があります

子どものこころのSOS

こころはストレスなどの影響を受けやすく、こころの不調はさまざまなかたちで現れます。子どもたちのいつもと違う様子やちょっと困った言動が、実はこころのSOSサインだったということもあるのです。

また、こころの病気の症状は自覚しづらく、周りの人にもわかりにくいことが多いため、みんなと同じ活動に参加できないことを「さぼっている」などと誤解されることもあるようです。「困った子」の多くは、「困っている子」です。



友だちとの
トラブルが
多い

イライラ
している

落ち込みが
続いている

生活のリズム
や食生活が
乱れがち

学校がつらい・・・

みんなと一緒に
行動できない

なんとなく
体調が
すぐれない

いつも
一人でいる

ちぐはぐな
言動がある

落ち着きが
ない

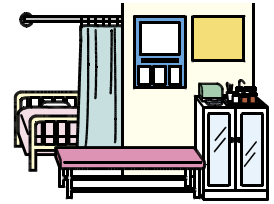


「こころの病」は、めずらしい病気ではありませんし、よくなる病気です。
「こころの病」は脳の病気です。早期発見し適切な治療を受ければ、病状が改善され通常の社会生活を送れるようになります。

自分でも理由がわからず、気持ちや身体の不調に悩んでいる
子どもたちがいるかもしれません。

支援のポイント

こころの元気の回復には、
安心して安全な「居場所」が必要です。



まず、「場所」や「人」などの環境調整をしましょう。

こころのエネルギーが枯渇しているために通常の学校生活を送れない子どもたちにとって、安心して自分を表現できる場所や相手が大切です。時には、保健室や相談室を利用して、気持ちを落ち着かせたり気分転換をしたりすることもあるでしょう。

また、同じ診断名であっても、症状や言動への対応のしかたはひとりひとり違います。気をつけなければならない言動、情緒的に混乱している時の対処のしかたなどについて、担任や関わりのある先生方の間で話し合っておく必要があります。

本人に対する配慮について、他の子どもや先生方に理解を求めましょう。

「〇〇ちゃんは、どうして～しないの?」「〇〇ちゃんは、どうして～してるの?」という周りの子どもたちの質問に、適切に答えられますか?

「病気だからしかたないのよ」の一言だけでは、周りの理解は得られません。子どもたちの発達段階にに応じて、わかりやすい言葉で具体的に伝えましょう。その際、どのように説明するかについて、事前に保護者や本人の意向を聞いておくことが必要です。【「プライバシーへの配慮」のページをご覧ください】

担任が一人で抱え込まず、
校内の先生方や専門機関と連携して、チームで支援しましょう。

校内の人的資源を活用しましょう。

学校には、管理職、養護教諭、特別支援教育コーディネーター、相談員、介助員など、さまざまな立場の人がいます。また、教科担任や部活動の顧問など、たくさんの先生方がその子どもに関わっています。学年会や校内委員会なども活用しましょう。

教育センターや適応指導教室、病院や保健センターなどと連携しましょう。

教育相談で外部機関に通っていたり、病院で治療を受けていたりする場合は、担当者や主治医からの助言を得ることができます。ただし、保護者の了解や同席が必要になります。

「精神科」の受診

「うつ病は、こころの風邪」と言われるようになり、精神科のハードルが低くなってきたとはいえ、受診を勧めたり決意したりするにはためらいがあるのが現実でしょう。でも、子どもや家族が悩まされている症状が、あるいは不登校や教室での問題行動が、「怠け」でも「気のせい」でもなく、安静や服薬、周囲の関わりかたによって改善されるものだとしたら・・・診断を受けて適切な関わりをすることで、本人の生きにくさを軽減できるのです。

専門機関を紹介する際は、保護者や本人との信頼関係のもと、見離すのではなく一緒に支えるという姿勢が大切です。まず、養護教諭や特別支援教育コーディネーターなどに相談してみてもいいでしょうか。

入院している子どもへのかかわり

離れていても、友だちや先生とつながっていることが
入院生活の支えになります。

病院の受診、そして入院・・・子どものころは不安でいっぱいです。

病棟の雰囲気になじめない、治療や検査が辛い、生活規制が多い・・・入院による環境の変化は子どものころを不安定にします。

「自分のことを忘れられてしまうかも」「また学校に戻れるのかな」という不安を抱えつつ、家庭や学校から離れてころやからだをゆっくり休め、自分とじっくり向き合いながらころの元気を回復させていきます。



「今はそっとしておいてほしい」という時期もあります。

家族や本人が、ころの病であることや入院していることを、周囲に話していない場合も少なくありません。また、面会や外泊が制限されていたり、お見舞いや問い合わせなどにも応じられない時があるかもしれません。相手の負担にならない程度に、学級だよりなどのお知らせを届けたり家族に声をかけたりするなど、今は離れていても学級の一員であるというメッセージは伝えたいものです。

退院後、通常の学校生活が送れるようになるまでには時間が必要です。
復学への道のりやペースは、ひとりひとりちがいます。

保護者や本人の気持ちを確認しましょう。

教室で
頑張ってみる

学校には行けるけど、
教室に入れないかも

まだ学校に
行けそうもない

しばらくぶりの教室です。学習や活動の内容はもちろん、人間関係も変化しているかもしれません。

登校時間を短くしたり、保健室等で休んだりしながら少しずつ慣らしましょう。頑張りすぎに注意。

保健室や相談室を利用したり、他児がいない時間帯に登校したりすることで、不安が軽減します。

ステップアップの方法については、主治医や本人、家族と相談しましょう。

入院治療が終わっても、元の学校生活に戻れるまでには回復していないケースもあります。

適応指導教室や特別支援学級等に通うことが望ましいと、主治医が判断することもあります。

入院していても教育が受けられます。

「病気の子どものための教育」のページをご覧ください。

プライバシーへの配慮

「何の病気なの?」「〇〇病って、どんな病気?」と聞かれたら・・・

病気にかかわることは、守秘義務がある個人情報です。

病名はもちろん、治療や処置の内容、飲んでいる薬の名前、病院や病棟の名前などは、すべて守秘義務がある個人情報です。子どもとの会話だけでなく、教師間や保護者との会話、文書への記載なども慎重に行わなければなりません。

「誰に」「どこまで」「どのように」伝えるか、

保護者や本人の意向を確かめましょう。

友達への伝え方、他の保護者への伝え方など、どのような言葉で説明するかということを、保護者や本人と一緒に考えることが大切です。子どもや家族向けに病気についてわかりやすく説明した本なども参考になります。

主治医と連絡をとる際には、保護者の了解や同席が必要です。

病気にかかわる情報の扱いには、次の点に配慮する必要があります。

本人が知っている以外の病気に対する知識を与えない。

他の子どもたちに、本人が知っている以外の病気に対する知識を与えない。

子どもは、主治医や保護者から病気のことをどのように説明されているのでしょうか。それは、病気の種類や状態、子どもの年齢や理解力によってひとりひとり違います。

かなり専門的なことまで知っている子どももいれば、病名を知らされていない子どももいます。説明はされたけれど内容を十分に理解できていなかったり、必要以上に深刻に受け止めていたりすることもあるかもしれません。

その子が、病気や治療にかかわることをどのような言葉で説明されていて、どのように受け止めているのかを知っておくことが大切です。

他の子にどこまで話すかは、本人・主治医・保護者の間で決定される。



本人が病気について十分理解していたとしても、他の子や第三者に、本人・主治医・保護者の間で決定された内容以外の話をしない。

マスコミの報道やTVドラマ等の影響で、病気に対して誤った知識や偏った考え方が見受けられることがあります。また、インターネット等を利用して、子どもでも簡単に情報を手に入れることもできます。

「何の病気なの?」という何気ない質問や、「〇〇したほうがいいよ」という善意のアドバイスにも心を痛めている子どもや家族がいることに留意したいものです。

こころの病に対する誤解や偏見が、本人や家族を苦しめています。

病気の正しい理解とプライバシーの保護が、何よりも大切です。

こころのケア



「こころの天気」は変化するものです。

現代社会で生きている私たちにとって、ストレスとの付き合い方は永遠のテーマであり、こころの健康という点については「誰もがグレーゾーン」にいると言えるのかもしれません。

晴れたり曇ったり雨が續いたり、雷や台風や吹雪もある・・・そんなこころの天気の変化にとまどっている子どもたちに必要なのは「頑張れない時もあるよ」「ゆっくりでいいよ」というメッセージです。

爆発する前に、凍りつく前に、ちょっと一呼吸おいて、自分の気持ちを言葉で表現できるような関わりが、こころを支えてくれます。

子どもが病気になったことで、家族の状況も一変します。

子どもの通院や入院、在宅療養中の病状への対応等家族の負担も大きくなります。病気に対する不安や心配はもちろん、家族それぞれの生活リズムに影響することもあります。

とくに、母親には身体的にも精神的にも大変な負担がかかります。家庭と連絡をとる際には、家族にもねぎらいの言葉をかけましょう。

病気の子どもの「きょうだい」の支援も必要です。

病気の子どもの兄弟・姉妹（総称して「きょうだい」と言います）が、在学していませんか？

両親は病気の子どもにかかりきりになりがちなので、きょうだいたちが辛い思いを抱いていることがあります。自分は親に心配をかけてはいけなし無理をしていたり、かまってもらえない寂しさからわがままになったり・・・。

元気がない、忘れ物が多い、甘えるようになった・・・きょうだいたちに、いつもと違う様子がみられたら、彼らの辛い気持ちにも気づいてください。

子どもも家族も
病気になったことで
さまざまな思いを
抱いています。

ショック

怒り

悲しみ

落ち込み

絶望

自責

どのような思いも
つらいことに直面した時
湧きあがってくる
自然な感情です。

揺れながら
立ち止まりながら
歩んでいる子どもや家族の
「いま、ここで」の思いに
心を寄せたいものです。

病気の子どものための教育

病弱教育は、医療と連携しながら子どもの病状に応じた教育を行います。

病院に隣接あるいは病院内にある特別支援学校、病院内にあるその分校・分教室、病院内の特別支援学級等（ここでは、これらを総称して「病院にある学校」と表記）では、入院中の子どもへの教育をしています。

子どもたちは、病室や教室で授業を受けている時は、「患者さん」から「小・中学生」に戻ることができます。教科書を開いたり、友だちや学校の先生と触れ合ったりすることで、治療にも意欲的に立ち向かえるようになります。

病気の治療中であっても、子どもの成長・発達にとって学校は必要です。

病室で、学校の先生が来るのを心待ちにしている子どもたちがたくさんいます。

入院中でも学習できます

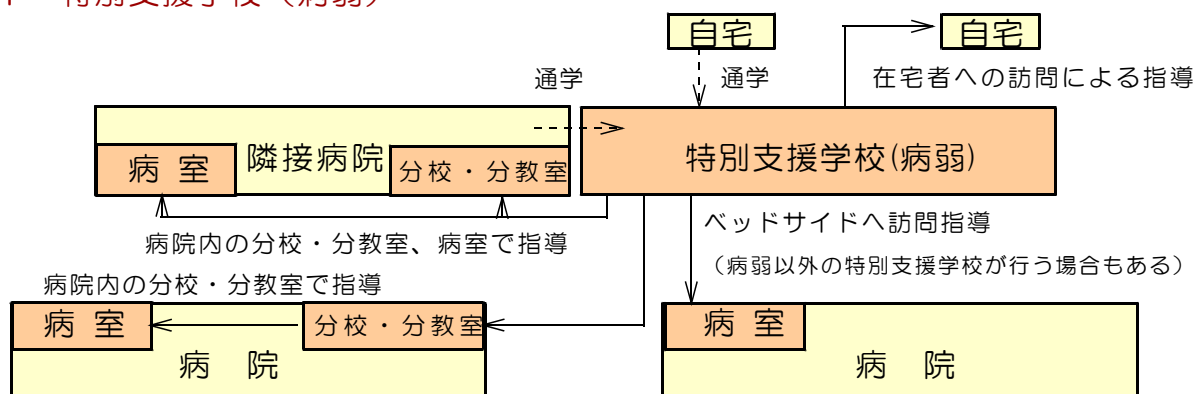
体調の自己管理能力を育てます

子どもや家族の心のケアをします

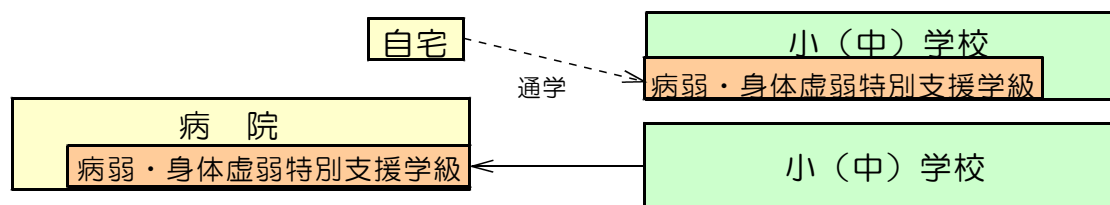
病弱教育の場

（都道府県によりシステムが異なります）

1 特別支援学校（病弱）



2 病弱・身体虚弱特別支援学級



「病院にある学校」で教育を受けるためには・・・

在籍している小・中学校から特別支援学校等に転学する手続（転居等による転校とほぼ同様）が必要です。退院したら、転学手続をして再びもとの学校に戻ります。

数週間の入院でも転学できますし、自宅から通学できる場合もあります。

病弱以外の特別支援学校が、病院への訪問教育を行っているところもあります。

都道府県によってシステムが多少異なりますので、お近くの特別支援学校等にお問い合わせください。

さらに詳しく知りたい方は・・・

子どものこころの病気について知りたい



冊子「病気の児童生徒への特別支援教育
病気の子どもを理解のために―「こころの病」編―」
をご利用ください

- Ⅰ 子どもの「こころの病」について
- Ⅱ 「こころの病」の理解について（小・中学校用）
- Ⅲ 教育現場での支援について

このパンフレットの内容を
さらに詳しく説明しています。
Ⅰ・Ⅱは、病気について
Ⅲは、学校等での支援
について書いてあります。

疾患ごとの冊子「病気の子どもを理解のために」も、同サイトからご覧いただけます。

病弱教育支援冊子 WEB 掲載中の疾患は次のとおりです。

- 白血病 ●脳腫瘍 ●筋ジストロフィー ●糖尿病 ●ペルテス病
- 腎疾患 ●もやもや病 ●こころの病 ●色素性乾皮症（XP）

＜今後、他の病気の冊子も順次発行します＞

病気の子どもへの支援について教えてほしい



お近くの特別支援学校や専門機関にご相談ください

全国の特別支援学校（病弱）（養護学校と称している地域もあります）
では、地域支援活動として、病気の子どもたちにかかわる相談や研修支援
などを行っています。

また、教育センター等の相談機関、病院、保健所等でも相談できます。

特別支援学校（病弱）

教育相談機関

医療・保健機関等

* この冊子は以下の Web サイトからもダウンロードできます。

<http://www.nise.go.jp/portal/elearn/shiryoku/byoujyaku/supportbooklet.html>

発行者 全国特別支援学校病弱教育校長会
国立特別支援教育総合研究所