

表1

子どもの安心につながる大人のかかわり 解説のまとめ

子どものことを気にかける

例) 名前を覚えてあいさつする、毎回変わらない声かけをする、初回は簡単な自己紹介をする など

子どもなりの工夫を知り、がんばりを認める

つらいときにはそれを言っても大丈夫というメッセージもあわせて伝える

いろいろな気持ちをそのまま認める

打ち明けるペースを大切にし「よく話してくれたね」と伝える

「あなたのせいではないよ」と言葉にして伝える

「いい子にしていたら早くよくなるよ」といった説明をしない、病気や病気の症状を、子どもに結びつけない

いっしょに楽しい時間を過ごす

子どもの好きな遊びをいっしょにする、関心ごとについて話す ゲームやアニメなど、普段の遊びでよいです

日常生活をサポートする視点をもつ

例) 食事、入浴、歯みがき、身だしなみ、生活リズム、学校の準備 など

病気の正しい知識をもち、ご本人ご家族のできていることに注目する

大人も自分のケアを大切にする、困ったら相談する

子どもの力を信じる

とりいれやすいことから試してみてください



いろいろな工夫

次のような工夫をしている人もいます
子どもと話し合っておくこともよい方法です

特に急性期 子どもの工夫の例

症状(妄想や幻聴など)が強くていたり、どうしてよいかわからないとき、
こわいときにはその場をはなれる

はなれにくいときにはきよりをとって見守る

こまったときカード(巻末、63ページ)を作っておく

きんきゅうの時は、カードの番号へれんらくする

どこへ行くか場所を決めておく 電話でさいしょに言うことを練習しておく

近くの交番までの道をしらべておく



いつでもできる 子どもの工夫の例

病気のお母さん／お父さんが
休んでいるときにはそっとしておく

自分の好きなことする
ゲーム、マンガや読書、外へ遊びに行くなど

安心できる場所や人やアイテムを見つける

ぎもん(病気についてなど)をきける
相手をみつける

食事、洗たく、学校のことなど何でも
困ったときには相談をしてみる

いつでもできる みんなの工夫の例

困ったときには相談してみる

病気について知る
今の状態や対応をみんなで共有しておく

制度やサービスを活用する

自分の時間をつくる、休息をとる

日常生活(食事、生活リズムなど)や
日常の会話(学校の出来事など)も大切にする

病状を自分や他の人と結びつけない、責めない

表1

子どもの気持ち・行動の理解と対応

子供の気持ち・行動

- ・こんらん混乱と不安を感じる
- ・自分のせいかも・・・と考えてしまう
- ・誰にもきけない、話せないと感じる
- ・子どもなりに工夫してがんばる
- ・くうそう空想の世界や、その子どもなりの儀式にぎしきのめりこむことも、工夫の一例（解説4）
- ・怒りや恥ずかしい気持ちをもつこともある

ケアされないままだと・・・

- ・体調や行動の変化につながることもある
- ・人と本音でつきあえない、自信をもてない・・・といった「生きづらさ」につながることもある

対応

1. 「病気のせいで様子がちがうんだよ」と伝える
2. 「あなたのせいではないよ」と伝える
 - *「いい子にしていたら早くよくなるよ（退院できるよ）」といった説明をしない
 - 病気や病気の症状を、子どもに結びつけない
3. 子どもなりのがんばりを、「○○をがんばっているね」と認める
 - 「つらいときは、そう言っても大丈夫」とあわせて伝える
4. 子どもの感じるいろいろな気持ちをどんな気持ちも認める

- ・食事、生活リズム、学校の準備など
- 日常生活をサポートする視点も大切にします
- ・ご本人ご家族への支援も共通です
- 工夫やがんばり、できていることに注目します



表2

子どもへの病気の伝え方

- ・病気の説明の目的は子どもの安心のため
- ・子どもを気にかける一生懸命さが一番のメッセージです

1

事前にご家族の方と相談します(支援者の方がこの絵本を子どもに使うとき)

2

伝えることを整理します

病気のせいでお母さん／お父さんのようすが違うこと
それは病気のせいでああなたのせいではないこと

あなたを大切に思っていること

良くなるように治療／相談などにとりくんでいること

こまったとき、緊急のときの連絡先(巻末、59ページのカードを作成)
子どもができる工夫について(54-55ページ)

例 カッコ【 】の中を状況にあわせて言いかえます

・症状の説明例

「病気のせいでは【今はごはんを作ることが難しいんだよ】
【いっしょにお出かけが難しいんだよ】

・子どもができる工夫の説明例

【お腹がすいた】ときには、【ここにストックしている
〇〇をレンジで温めて食べたらいいいよ】
困ったときに、相談する相手を見つけておくのもよい方法です



3

お子さんの反応、質問などを予測し、対応を考えます

予測が外れるのもよくあること おどろかずにあわてずに

4

落ち着いて話ができる時間と場所を選びます

まったく気がのらないようすのときは無理をしないで

5

「心配なことを話していいよ」と伝え継続して関わります