



お持ち帰り自由です

大阪旭こども病院 院外報

みんなで育てよう!

vol. 13

すこやか
情報

中二病?

HAPPYアドバイス：知って・考えて・防ぐ こどもの事故 ④

理念

私たちはいつも何が子どもにとって一番大切なことを考えて医療を提供します。

モットーとする言葉

愛情、信頼、誇り

基本方針

- ☀ 子どもの立場にたった小児救急医療の充実に努めます。
- ☀ 心身両面から専門的な診療を行い、フォローアップします。
- ☀ 子どもの人権を尊重し、みんなで子育てを支援します。



社会医療法人 真美会

あさひ

大阪旭こども病院

中二病？



大阪旭こども病院 院長
荒木 敦

●中二病とは

当院では私と村上診療部長の一般外来と、心理士さんによる「外来心理相談」とで、発達症を疑われて受診される方や、小児心身症外来の受診が必要なケース、また不登校が主訴の患者さんたちも、まずは一度お話を伺います。他の多くの施設では、そのような患者さんたちは、まず専門の外来を予約するところから始めねばならず、いきなり「半年待ち」と言われて途方にくれることが多いようです。そして、心配な親御さんたちは、探しに探して当院に来られるのです。

そんな中、昨年コロナ禍の緊急事態宣言が開けて急に受診が増えたのが、「14歳」頃のことでもありました。主訴は、「頭痛」「腹痛」「朝起きられない」「学校に行けない」というものです。14歳という、中学2年生です。これらのこともたちの診断は「起立性調節障害+心因的要素」がほとんどでした。起立性調節障害は、自律神経の成熟が体の成長に追いつかず、血圧調節機構などがうまく働かない状態です。つまり、今まで地上1000mのところにあった脳が150

mの高さになっていることに自律神経が気付かず、今までと同じ血圧調節を行うことによつて、脳虚血状態が起こってしまうのです。これは、まさに「こども」から「おとな」への過渡期に起こる現象です。一方、「こころ」の発達も同じ頃に過渡期を迎えます。背伸びして偉そうなことを言いたがるのをインターネット用語で「中二病」と言うのだそうです。「こころ」も「こども」から「おとな」へ成長しようとしているのですが、経験や知識が追いつかず、自意識過剰になってしまつことが心理的なアンバランスを招いてしまうようです。

●自分の苦しみを分ってもらえること

緊急事態宣言で一斉休校になって、「だらだら」した生活で自律神経が緩みきつたところ、目標のない中学2年生の生活が始まり、急に朝早く起きて学校に行けと言われても、「こころ」も「からだ」もついていけない。というのがまさに「中二病」の病態だと思われます。小児科では年齢依存性の疾患が多々ありますが、こ

れも典型的な年齢依存性の現象です。さまざまな年齢の「こころ」と「からだ」を総合して診る「こども病院」だからこそ、彼らの苦しみを理解してあげられるのではないのでしょうか。

学校の先生からは「怠けている」と決めつけられ、両親からは「何か重い病気があるのではないか」とオロオロされ、自分自身も訳が分からぬまま「自分はダメな人間だ」と自信をなくして、悪循環に陥ります。適切なアドバイスと周囲の理解がなければ、そのまま「不登校」になってしまつケースも少なくありません。もちろん発達症や家庭環境、学校での人間関係が複雑に関わってはきますが、基本的な病態は共通しているように思われます。

インターネットやスマートフォンが普及して、時代はすっかり変わったように見えますが、人間の本质はそんなに変わるものではありません。自分自身が「中二」だった頃を思い出して、「おとな」と「こども」の狭間で悩む「中二病」のこどもたちのことを、少しでも理解していただければと思います。

コロナ禍のストレスから 体調不良を訴える こどもたちが増えていきます



公認心理師 / 臨床心理士
藤井 宏弥

新型コロナウイルスが流行して以降、当院の外来心理相談の相談者数は増加傾向にあります。外来心理相談では、心理的な相談や発達の相談、育児の相談など、さまざまな相談ができます。中でも増加がみられたのは、「頭痛や腹痛などの身体症状」「睡眠、食事、排泄などの生活に関する問題」「不登校」「チック、息苦しさなどの不安症状」といった心理的な相談です。

新型コロナウイルスが流行し、さまざまな小児感染症の流行が例年より大幅に下回っている中で、心理的な主訴で受診する患児は増加しているといえます。その背景には、コロナ禍による生活スタイルの変容や行動制限、感染への不安などが影響していると思われる。コロナ収束の見通しがつかない中、学校や園が休校や学級閉鎖になったり、オンライン授業になったりと、こどもを取り巻く環境が日々変化し、こどもたちも大きなストレスを抱えていることが推測されます。

こどもたちに、このような症状が出現することは、自然な反応とも考えられます。そのため、周囲ができる限り適切に対応し、こどもたちが安心して、心身ともに健康的に過ごせるような環境を整えてあげる必要があります。一方で、親御さんにとってもストレスフルな日々の中で、お子さんへの対応を迷われたり、不安を抱えたりすることも多くあると思います。

そんな時には、専門家と相談することで親子の安心につながることもありますので、もしも心配事があれば外来心理相談をご利用ください。



2021年12月25日発売！！ 『頼れるドクター(大阪・堺)』に掲載されました！

当院の荒木院長と村上診療部長が紹介され、患者さんとの心温まるエピソードと共に、「こどものためになんでもする」という当院の小児医療に対する思いが紹介されました。

(年1回発行/出：ギミック 編：ギミックドクターズ・ファイル編集部)





みんなで育てよう! vol. 13

こども美術館



お子さまと一緒にぬりえをしましょう!

「こども美術館係」までお送りいただきましたら掲載させていただきます。

めをみる

だれかの おはなしを きくとき
よこを むいていませんか。

だれかに おはなしをするとき

あいての ほうを むいていますか。

あいての めを みないで おはなしを

きくと 「ちゃん ちゃん」のかなと

はなしているひとは おもいます。

あいての めを みないで おはなしすると

あなたの いいたいことは あいてに

きちんと つたわりません。

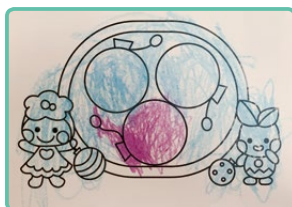
あいての めを しっかり みることは

あいてへの れいぎです。

あいての めを みましょう



さくらい まいこさん(4歳)



さくらい まいこさん(4歳)



となみ はなさん(4歳)



たかやま ひなたさん(3歳)

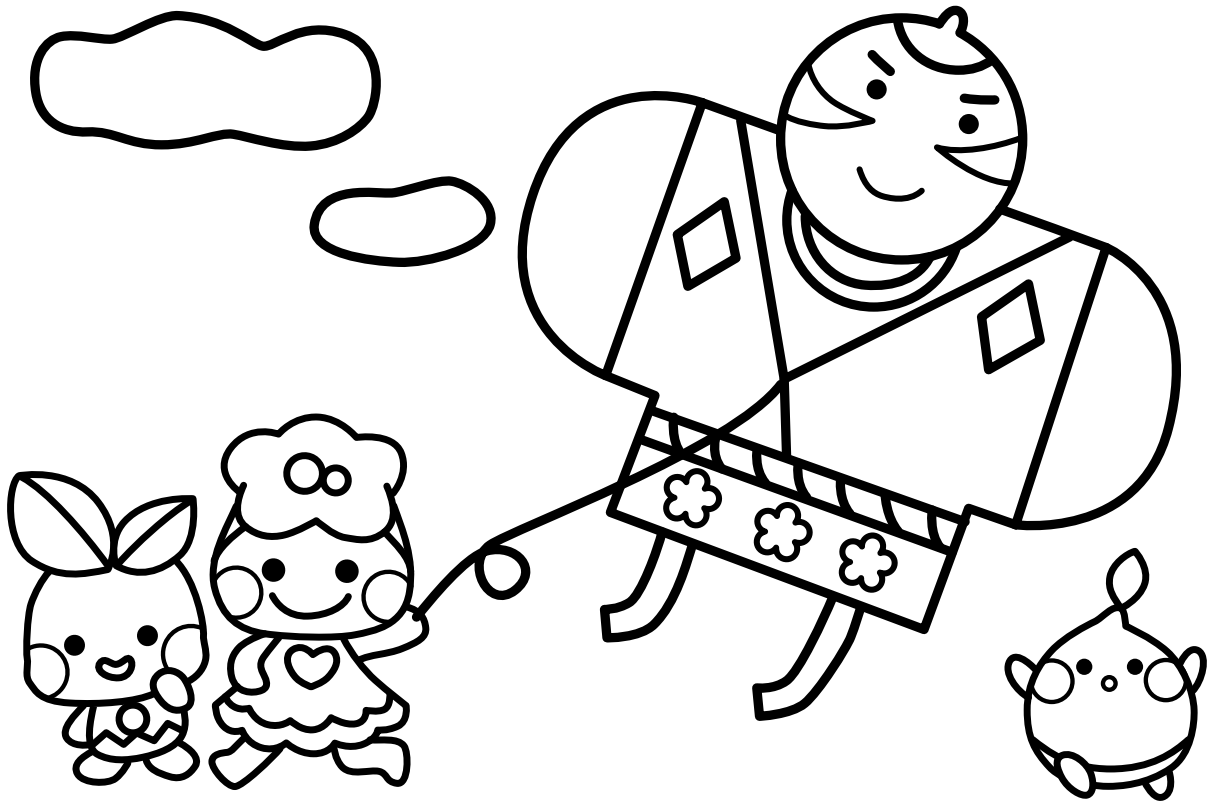
めりえができたら
送ってね!

こちらのページに
掲載させていただきます

名前(ニックネーム可)、年齢、住所、電話番号をご記入の上、下記住所に郵送または当院に持参していただくか、右記のコードでWebサイトに進み、必要事項を入力の上、めりえの写真をお送りください。

〒535-0022 大阪市旭区新森4-13-17 社会医療法人 真美会 大阪旭(あさひ)こども病院 こども美術館担当 TEL 06-6952-4771

※応募いただいた作品と名前はこちらのコーナーに掲載させていただくことがありますのであらかじめご了承ください。



たすけあい

おもたいものを はこんでいるとき
だれかが いっしょに はこんでくれると
らくになります。

さがしものが
なかなか みつからないとき
だれかが いっしょに さがしてくれと
はやく みつかります。

あなたが してもらって
たすかったことや
うれしかったことは

みんなにしてあげましょう。

こまっているひとを みかけたら
たすけてあげましょう。



みんなで
たすけあいましょう

本文は「こころのドリル」(コミニケ出版)



いづしんのすけさん(9歳)



あらた なおとさん(8歳)



いとう かいとさん(6歳)



いとう かいとさん(6歳)

Happy アドバイス



知って・考えて・防ぐこどもの事故

4

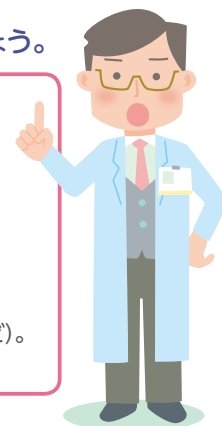
「こんなときどうしたらいい？」

お母さんが頭を悩ませる子育ての疑問や、知っているとお心な情報をご紹介します。

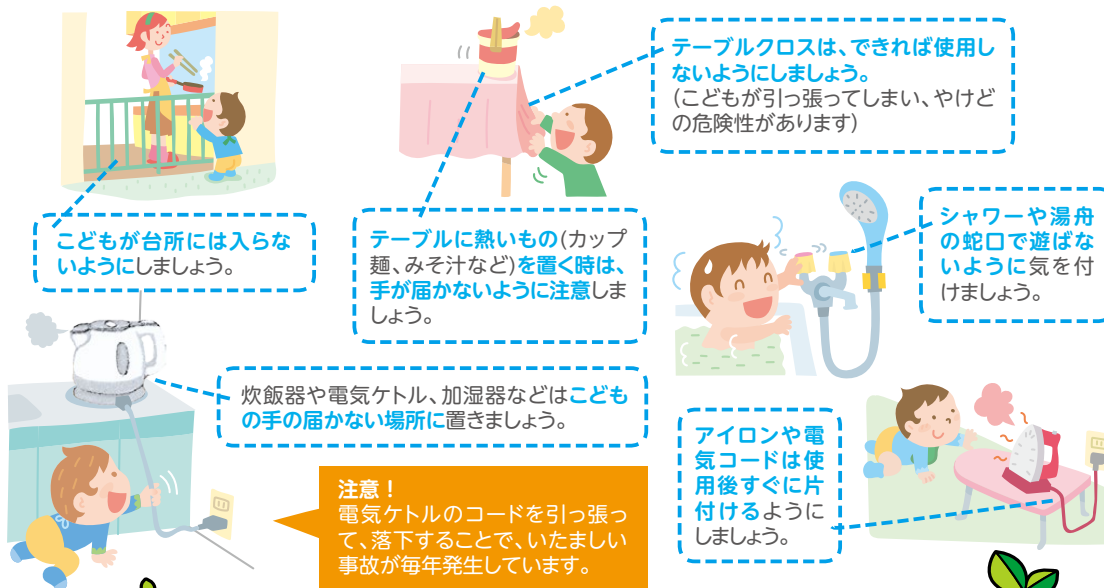
1. こどもに起こりやすい“やけど”とは？

こどもが家庭でやけどをする原因を知り、安全な環境を整えましょう。

- *ポットのお湯、熱いお茶などの飲み物、コーヒーマーカー、カップ麺、みそ汁をこぼしてしまう。
- *炊飯器や、加湿器からの湯気を触ってしまう。
(湯気に興味を持ち、手を近づけ、やけどをすることも多い)
- *使い捨てカイロでの低温やけど(低温やけどの方が重症となります)。
- *こどもの手が届くところに置いてあるケトルやポットをひっくり返す。
- *ストーブ、ヒーター、アイロンなどを触ってしまう。
- *こどもが蛇口を触り、シャワーから高温のお湯が出る(温度が急激に上がるなど)。
- *マッチ、ライターでの火遊び。



2. 注意するポイント



こどもが過ごす空間の整理整頓を、常に心掛けるようにしましょう。



やけど

3. 受診のポイント

- *やけどをしてしまった時 ⇒ **すぐに流水でひやし、ガーゼや軟膏類は塗らずに受診しましょう。**
- *やけどの範囲が広い場合、意識や呼吸がおかしい時 ⇒ **救急車を呼んで、受診しましょう。**



絵本紹介

乳児向け



幼児向け



学童向け



『がたん ごとん がたん ごとん』

作 | 安西 水丸
出版社 | 福音館書店

あらすじ

「がたん ごとん がたん ごとん」「のせてくださーい」の言葉とともに、黒い電車に乗るのは、哺乳瓶に、赤色のカップに、スプーン。電車はどこまで走っていくのでしょうか…？乗客が増えるたび、電車の表情が変わっていくのもかわいいです。

保育士よりおすすめ POINT

全て読み終わると「もう一回！」と言われること間違いなしの絵本です。
呼び掛けて、こたえがあって、それが繰り返される安心感。
電車好きなこどもたちにも、おすすめの一冊です。

『しろくまのパンツ』

作 | tupera tupera
出版社 | ブロンス新社

あらすじ

しろくまさんのパンツがなくなっちゃった！しろくまさんとねずみさんがパンツを探す、型抜きかけ絵本です。最後にアツと驚く発見があります☆

保育士よりおすすめ POINT

赤いパンツを外して（帯になってます）、ページをめくると……？「ぼくのパンツが、なくなっちゃったんだ」えー！でもしろくまさん、今日はいていたパンツがどんなのかわれちゃいました。次々出てくるユニークパンツは、誰のパンツ？親子で当てっこしながら、思わず笑ってしまう絵本です。

『バムとケロのにちようび』

作 | 島田 ゆか
出版社 | 文溪堂

あらすじ

こんな雨の日曜日は、サッカーも砂遊びもできない。気が付けば、部屋の中も散らかり放題。
まずは、部屋をかたづけ、てきぱきとおもちゃを整理して、掃除機をかけ、床をふき、あつという間にきれいな部屋になった頃、やってきたのは全身泥だらけのケロちゃん！

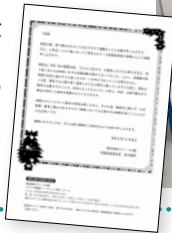
保育士よりおすすめ POINT

仲良しのバムとケロがある雨の日曜日に山のような数のドーナツを焼いて、いろんなピンチを切り抜けます。遊び好きでイタズラ好きのケロとしっかりもののバムの二人のやりとりがとっても愛らしく心を和ませてくれます。読むたびに新しい発見のある楽しい絵本です。

2021年12月 フレーベル館より 絵本が寄贈されました

児童書を中心に本を出版されているフレーベル館から、たくさんの本を寄贈いただきました。病棟、外来など当院を利用されるこどもたちのために、使わせていただきます。

心温まるご支援をいただき、誠にありがとうございました。



トピックス TOPICS

10月のアリス病児保育室

Happy ハロウィン!!

今年のハロウィンイベントでは、魔女からこどもたちにお手紙がどきました。こどもたちみんな、宝箱を探して、部屋中を探検！！



宝箱を見つけてお菓子をゲット！楽しい一日になりました。

魔女さん
見つけたよ

お菓子もいっぱい
もらえたよ♡

12月の病棟行事

サンタさんがやってきた！

12月23日(木)、入院しているこどもたちの所に、サンタさんがやってきました。

びっくりして泣いちゃう子もいましたが、みんなプレゼントをもらってニコニコ😊笑顔があふれる、楽しいひとときでした。サンタさんありがとう！



メリー
クリスマス



感謝の気持ち、思いやりの心をコンセプトに編集された、1日1話の人材教育冊子『月刊朝礼』。わかりやすいエピソードを交えて、豊かに生きるヒントを長年にわたり世に送り続けています。人間力の向上が家庭を、職場を、そして社会全体を明るくします。

心の コラム

あるがままの自分

詩人、まど・みちおさんは、昭和から平成にかけて、多くの詩を生み出しました。優しく豊かな感性でつくられた数々の作品は、世代を超えて多くの人に愛されています。

『やぎさん ゆうびん』『ふしぎなポケット』などの童謡を、子どものころに□ずさんだ人も多いでしょう。

なかでも有名な『ぞうさん ぞうさん おはながながいのね そつよ かあさんも ながいのよ』という詩について、まどさんは後に「動物が動物として生かされていることを喜んでる歌」だと語ったといっています。

これは、「みんながみんな、それぞれに尊いのだ」という、まどさんの思想によるものです。

地球上に存在する全てのものは、草や石ころや虫であつてもみんな平等で、それぞれに尊く、あるがままの自分が大切なのだと考えていたのです。

「自分が自分として生かされていること」は、普段は意識することすらないかもしれません。『ぞうさん』の詩は、自然のなかで生かされていることの不思議さ、ありがたさに気づかせてくれます。



みんながみんな、それぞれに尊い

2021年10月6日掲載

しゅん君のおんぷ

目黒明子さんの著書『四角いおんぷが生んだ奇跡』は、重度の知的障がいをもつ自閉症の少年、しゅん君がピアノと出会い、成長する物語です。

あるきっかけから、しゅん君はピアノ教室に通うことになりましたが、文字を読めない彼は、もちろん楽譜も読めません。先生は最初、他の子どもに教えるのと同じように指導しますが、うまくいきません。しゅん君の目には涙があふれます。

先生は悩んだ末に、しゅん君専用の「おんぷ」を発明します。それは、彼の好きな色で彩られ、わかりやすい三角や四角の形をしたものでした。

しゅん君はドレミファソラシドが弾けるようになり、みるみる上達します。そして、最終的には発表会に参加できるようになったのです。

人の個性がそれぞれ違うように、成長の仕方それぞれです。時には、あたりまえとされている方法を捨てて、その人に合った新しい方法を取り入れる必要があるはずです。

人を育てるときは、その個性に注目することが大切です。どうすればその人の持ち味を生かし、力を伸ばすことができるかを考えましょう。



その人に合った育て方があります

2019年3月23日掲載

予約サイトのURL

<http://ssc2.doctorqube.com/nakano-kids-hospital/>

※アクセス後の手順は画面がナビゲートします。

※読み取れない場合は、お手数ですがURLをご入力ください。



メールアドレス登録のお願い

メールアドレスをご登録いただくと、順番が近づくと【もうすぐメール】が送信されます。ぜひご登録ください。
[nakano-yoyaku@nakano-kodomo.or.jp] からメールが届くように、ドメイン許可設定をお願いします。

【表紙写真】 病棟行事 クリスマス会

※写真掲載は承諾を得ております。

