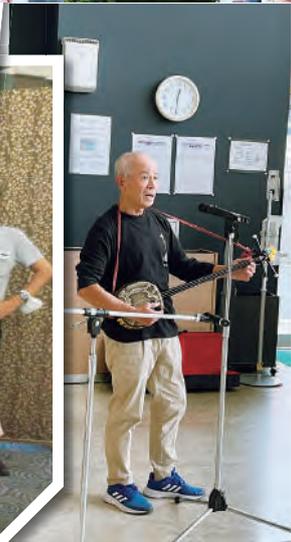
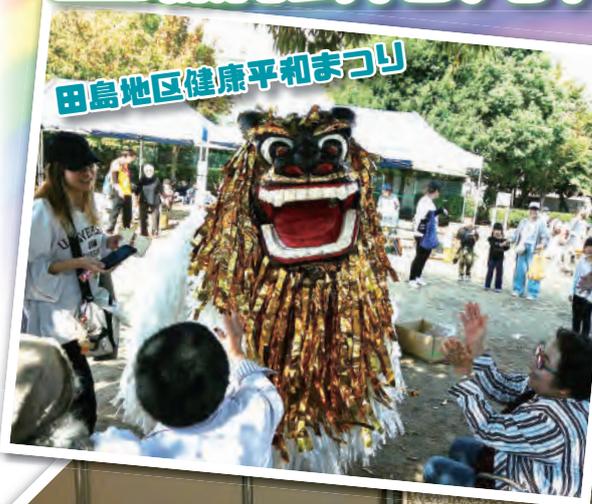


健康まつりから社会運動まで！ 生協強化月間で地域とつながる



9月からスタートしました「生協強化月間」も11月末をもって終了となりました。今年の強化月間では「つながろう ひろげよう」をテーマに各地区でさまざまな取り組みを進めました。

健康まつりを始め、120名でのポッチャ大会、支部単位での公園ウォッチングに現行の健康保険証廃止反対をもとめる運動など生活に直結した問題にも取り組んできました。年度末に向けては、健康診断の受け忘れがないか、増資運動へ今一度のご協力などに取り組んでまいります。



いつも機関紙配布へのご協力ありがとうございます。
今年、夏を合併号といたしましたので、12月、1月は各月に機関紙発行を行います。
引き続き機関紙配布などのご協力をよろしくお願いいたします。



うわさの班会



「ほんまに美味しいわ〜」と大好評!

東エリア 布施南支部 おたのしみ班



毎月一回、いろんなことを企画するのが「おたのしみ班会」です。河内音頭、うたごえ、コグニサイズ、吹き矢、笑いヨガなど、その都度話し合いながら決めています。

この日は、大好評、久しぶりの「料理班会」です。メニューは、ちらし寿司、ナスの煮び

毎月一回、いろんな物、小エビのから揚げで、東大阪生協病院栄養科の担当者と一緒にやって手際よくつくりました。

「上手につくったなあ〜」「ホンマに美味しいわ〜」と大好評でした。参加した20名は次回の「料理班会」の中身を相談していました。(M)



「無差別平等の医療介護」 LGBTQに対する取り組み

昨今LGBTQという言葉をよく見聞きするようになりまし。Lレズビアン、Gレイ、Bバイセクシュアル、Tトランスジェンダー、Qクイア・クエスチョニングの頭文字をとった言葉で、さまざまな性の形を表しています。

調査により数字が異なりますが日本人の3〜10%に該当すると言われています。ちなみに日本で一番多い「佐藤」

姓が1%、10代の人口が11.4%とのこと。比較すると、どのくらいの人数かイメージできるでしょうか。彼らは、差別や偏見の経験から医療機関の受診を避ける傾向があります。

私たちが掲げる「無差別平等の医療介護」は、LGBTQに対して無差別であることも含んでいます。当法人でも、多様な性に対応していくため

の取り組みをはじめています。組合員さんと一緒に学習会を行い、自分たちに何ができるか話し合いました。のぼりやバッジなどで「性自認や性的指向で差別しない」というメッセージを伝えたり、お名前を呼ぶ際に配慮したりと、できることから行っています。また、職員向けには、結婚祝いや休暇を同性婚や事実婚も対象にしようとする制度を見直しました。まだまだ始めたばかりですが、これからも取り組みをすすめていきたいと思えます。

(人事教育部 河合靖子)

診察室から

我が闘病（前編） 造血細胞移植から 移植後の拒絶反応まで

コープおおさか病院 医師 藤本 正明

「コープおおさか病院」の外科医として数多くの手術を手掛けていました。

2019年6月体調不良のため、血液検査をしたところ、血球成分（白血球・赤血球・血小板）が顕著に減少していました。「骨髓異形成症候群」という血液のがんでした。2019年11月に大阪市立大学病院血液内科で「末梢血幹細胞移植術」を受けました。教授からは成功率は3分の1と説明されていました。移植した細胞が生着する前後1カ月半を、独房のような「無菌室」で過ごしました。移植は成功し、年内に退院できました。翌2020年1月から「新型コロナウイルス」が蔓延しました。免疫抑制剤を服用していたので、自宅でひっそりと暮らしました。

涙腺と唾液腺に拒絶反応が出て「ドライアイ」と「ドライマウス」になりました。涙が出ないので、日に何度も点眼します。唾液が出ないので、食事のときは一口ごとに水分を補給します。口がカラカラになるので、水筒を携行しています。

人体の各器官が正常に機能するから、不自由なく過ごすことができるのだと実感しました。

「新型コロナウイルス」が落ち着き、2021年1月から仕事に復帰できました。外科医は卒業しました。「回復期リハビリ病棟」や「在宅医療」を担当することになりました。順調に勤務していたのですが2023年4月に肺に強烈な拒絶反応が出ました。呼吸不全になり、これまでかと覚悟しました。

(後編に続く)

大阪 SACHICO 性暴力救援センターを守りたい ワンストップ支援を公的病院で!!



性暴力救援センター・大阪 SACHICO は14年前、全国に先駆け阪南中央病院内につくられ、大阪府下の性暴力被害者支援において中心的な役割を果たしています。相談件数は増加の傾向にあり、必要不可欠な機関であるにも関わらず、来年3月を目処に阪南中央病院から退去しなければならぬことをご存じでしょうか。

SACHICOの特長は、病院拠点型のワンストップ支援センターであることです。24時間体制のホットラインと支援員による心のケア、産婦人科・精神科医による診療、警察・児童相談所・弁護士・カウンセラーなど、連携も行います。緊急避妊薬の投与、証拠物の採取、医師による外傷の記録など、被害後72時間以内に診察を行うことは非常に重要です。年齢、性別問わず被害者になり得ること



新日本婦人の会豊中支部 佐藤 晴美

から、総合的な診療が可能な体制、つまりワンストップ支援センターが病院拠点型であることは必要不可欠です。



国や大阪府からの補助金は運営費のごく一部で、維持費の多くは阪南中央病院が負担し、足りない分は寄付金で補ってきました。院内の医師・看護師たちは業務の合間にSACHICOでの診療・支援にあたっており、善意の超過勤務で成り立ってきました。しかし、働き方改革による残業規制が強化されたこともあり、体制の維持に限界がきています。

これら全てを一民間病院が負担することが困難になっている今、公的病院へのSACHICOの移転が急務となっています。大阪府に対してセンター存続の呼びかけをご一緒に進めましょう。

投資詐欺にご用心

仕組みの分からないものに手を出してはいけません!!

弁護士さんに聞いてみよう!



回答弁護士 河野 豊

問 SNSで知り合った人から、「必ず儲かる」と言われてお金を渡してしまいました。どうしましょう??

答 投資詐欺にあわないために最も大切なことは、「価格が決まる仕組みを理解できないもの」には手を出さないことです。上場会社であれば、会社財産を発行済み株式数で割った価格が株式の理論価格ですし、配当のある会社であれば全体としてプラスになるので、自己責任の範囲で購入することもあり得るでしょう。しかし、通貨や仮想通貨など、その価格がどうやって決まるのかは通常の人には分からないので賭博と同じです。特に、身元(本名と住所)の分からない人から、「必ず儲かる」と言われてお金を渡すのは絶対にやめましょう。このような場合、騙し取られたお金を取り返すのは、たとえ弁護士であってもほぼ不可能です。にもかかわらず、騙し取られたお金を簡単に取り返せるような広告を出している弁護士がいます。プロの詐欺師が特定の弁護士を唆して弁護士資格を使い、着手金を騙し取るつとしていのです。「世も末だ」とお嘆きかも知れませんが、弁護士に騙されないようにするためには、身元の確かな当事務所の弁護士に相談していただくのが最も確実です。



大阪法律事務所

大阪市中央区谷町九丁目3-17

中央谷町ビル2階

電話: 06-43302-5153

★組合員であれば、初回相談料が無料です。

細菌性心内膜炎と 歯科の関連性について

＜生協森の宮歯科 歯科医 杼村 将広＞

感染性心内膜炎とは、心臓の弁や心膜にできた傷に血液から侵入した細菌が付着し、細菌が塊をつくることで、深刻な感染症を引き起こした状態のことです。

弁膜疾患や先天性心疾患にともなう“血流の異常”がある方や、人工弁置換術後などの“体内異物”がある方に多く発症し、発症頻度としては人口10万あたり数人/年とされています。

歯科治療においても細菌性心内膜炎とは深い関係があります。

例えば、抜歯、歯周外科手術、スケーリング（歯石除去）、ルートプレーニング、インプラントなどの出血をともなう処置が必要になるとその際には血液中に細菌が入る一過性の菌血症を引き起こします。健常者には影響はほぼありませんが、心臓や血管に欠陥や手術の痕があると菌がその部分に付着し増殖して細菌性心内膜炎を引き起こすことがあります。

これを防ぐため歯科治療時には処置によっては1時間前に抗生剤の予防投与が必要になる場合があります。

また、口腔内の不衛生や虫歯や歯周病も細菌性心内膜炎を引き起こす原因となることが多く、口腔内の衛生を保つことはとても大切です。

感染性心内膜炎は発症すると生命に関わる疾患です。そのため、歯科を定期的に受診しお口の状態をチェックしてもらいましょう。主治医から歯科を受診する際の注意点を説明されている場合は、必ず忘れずに申し出て下さい。



現行の健康保険証は捨てないで！

大阪府保険医協会 事務局参与 田川 研



医療現場では、マイナ保険証が導入されて2年になりますが、現在もマイナ保険証による資格確認ができないなどのトラブルが減るところか、むしろ増えています。

全国保険医団体連合会の直近の調査では7割の医療機関が、トラブルが「あった」と回答しています（回答数12735医療機関中8929件）。そしてその多くが「資格情報が無効」と出る、名前や住所などの情報が「●印で出る」など、根本的な問題が一向に改善されていません。

こうしたトラブルは、現行の健康保険証を持参されていれば、すぐに解決できます。私たちは健康保険証の併存、継続を強くもめています。

しかし、マイナ保険証による資格確認の根本的なトラブルが全く改善されず、未だに利用率が9月時点で13・87%という状況の中で、しかも推進している側の国家公務員の利用率は国民全体を下回る13・58%という状況のもとで、今月12月2日から現行の健康保険証の新規発行が停止されます。

現在、患者さんの中には、12月2日以降は健康保険証が使用できないと勘違いされている方が少なくありません。10月31日に開催された社会保障審議会医療保険部会でもこのことが指摘されています。

また、大阪府内全ての市町村に対して大阪社会保障推進協議会（社保協）が行ったアンケート

健康保険証は捨てないで!!
周りの方にも
ぜひ広げてください。



トで、国民健康保険加入の方でマイナ保険証の登録をされていない方に発行する「資格確認書」は、回答した全ての自治体が「マイナ保険証登録者以外に送付」と応えています。また、「現在の国民健康保険証は来年10月31日まで有効なので、この期間は送付いたしません」と加筆しているところもいくつかありました。そして、直接電話で確認したある自治体は、12月2日以降に保険証を紛失した場合についても「再発行はできない」と回答しています。

このような状況の中で、厚生労働省は10月28日より、マイナ保険証の利用登録の解除申請の受付を開始し、11月8日時点で792件の申請があったと厚労大臣が発表。また11月12日、立憲民主党が現行の健康保険証の廃止時期を延長する議員立法を国会に提出しました。

こうしたことを受けて、私たちは引き続き、健康保険証の併存、継続を強くもめる運動を更に大きくするとともに、11月25日に次のような訴えを大阪府記者会で発表し、国民のみなさんに訴えました。

1 現行の健康保険証は12月2日以降も使用できます。絶対、捨てるなさいなさい。

2 マイナ保険証の方も、カードリーダーで資格確認ができないなどのトラブル対応には、健康保険証が必要です。健康保険証は捨てなさいなさい。

10月10日、城東区民ホールにて、法人として初めてのポッチャ大会が開催されました。参加人数は、当日の飛び入りも含めて121人、31チームで競いあわれました。8チーム、4つのブロックに分かれてもらい、まずは総当たり戦でたたかい、次にブロック毎で1位の勝率のチーム同士で、決勝リーグでナンバーワンを決めました。

広い会場でしたが、121人で競いあうとなると4メートル四方のコートが8面しか確保できず、予定していた時間を大きくオーバーして、2時間半にわたる長時間のゲームとなりました。お元氣な組合員さんみさすがに最後は疲れを見せておられました。

優勝は、うえに地区の「チームすけちゃん」、準優勝は「のえ診Bチーム」、第3位は、いまざと地区の「ザ・まねきねこ」、第4位はコープおおさか病院地区の「すみれAチーム」という結果となりました。

感想では、「久しぶりに、みんなで競いあう企画で



笑顔と汗が弾ける! ポッチャ大会で 深まる仲間との絆



とても楽しかった」「ポッチャは思った以上に楽しく、はまりそう」「チーム内で攻め方など相談することで、結構頭も使って、心身共によい疲労を感じた」などが寄せられました。

反省点も多くあったことから、実行委員会や組活委員会でも振り返りを行い、次回も開催するなど検討したいと思います。大会にむけて、猛練習された組合員のみなさん、大変お疲れさまでした。大いに盛り上がり、ケガもなく無事に終えることができましたこと感謝いたします。ありがとうございました。

子ども食堂へのお野菜も！ アグリさんの畑で収穫体験

11月4日の振替休日、鶴見区

安田にあるシニアボランティアアグリさんの畑に、芋掘りに出かけました。当初は2日の予定でしたが、雨予報で延期したのが大成功、さわやかな秋晴れになりました。



この辺を掘ってみては〜と教えてもらい

アグリさんは、定年退職された方たちのグループで平均年齢78歳、最高齢94歳と伺ってびっくり、みなさんお元気で楽しそうに畑作業をしておられ、鶴見区の子ども食堂に野菜を提供されています。この日も、子どもたちをあたたかく迎えてくださって、畑に植わっているさま



中には1キロを超える大物も



採ったぞ〜と満足顔

ざまな野菜の葉から「これは何の野菜かな？」とクイズも交え説明をしていただきました。子どもたちも「大根〜！人参〜！」と元気に答えてくれました。そしてメインの芋掘りのやり方も教えてもらいました。最初は、土を掘るのも慣れない様子でしたが、どんどん掘り進め、親子でいっしょにツルを引っ張って、「うんとこしょ〜どっこいしょ〜！」と絵本の決まり文句さながら、上手にお芋を掘り上げていました。子どももおとなも、だんだん楽しくなって笑顔



アグリのみなさんと

になっていくのが、見ていてほえましかったです。

帰りには、手づくりのぶんぶんゴマもいただいて「春になったらじゃがいも掘りにおいで〜！とつれいとお誘いもありました。ふだん食べている野菜が、どんなふうに着いていくのか見せてもらって、収穫もできて、子どもたちにとって、とても楽しいよい体験ができました。これからもアグリさんと交流できることを楽しみにしています。

（子ども班会コペルくん事務局

西峯 佳子）

医療福祉生協おおさか

中央エリアの公式LINE

アカウントができました



友だち募集中

事業所・地区のいろいろな情報を発信していきます。
ぜひみなさん「友だち登録」をお願いします。



@820blthw

健康診断はインターネットでも予約可

みなさんからの健診予約をお待ちしています。
お申し込みはこちらから→

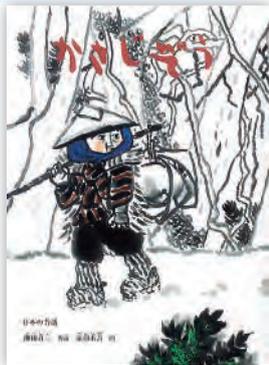


「かさじぞう」

あみぞら本だま

瀬田貞二 再話 赤羽末吉 画

教科書にも載っている日本の昔話、知っているお友だちも多いと思います。大みそかのお話、おじいさんが町へあみがさを売りに行ったが、ひとつも売れなかったのが、帰り道ふぶきにさらされていたおじぞうさんにかぶせて、足りなかった分は、自分のをぬいでかぶせたやさしいおじいさんのお話。お正月の朝、おじいさんの家には何が届くでしょうか。（野村恵子）



あなたのオススメの本を教えてください

絵本のほか、おすすめの本がありましたら是非紹介してください。本の題名、作者、紹介者名と紹介のコメントを200字でお願いします。ご連絡は右のQRから。





「温泉班」は月一回のペースでスーパー銭湯をめぐる。これまで、10年ほど続い

ている。この日は新しくできたスーパー銭湯「はなぞの温泉」に7名の仲間と参加。ゆっくり湯船につかっ

森本さんのまわりにはたくさんのお祝い会」を笑いながら本気で語ってくれた。戦前に鳥取の田舎でも大地震があつて大きな被害があつたことや、就職した尼

入ったり、一日ストレス発散する。とにかく愉快で軽快な語り口の森本さん。つい最近まで家庭菜園や仲間との「山の道ウォーキング」などにか

崎の繊維会社で働いていた頃の苦労話や、楽しかったことなどもハッキリと話してくれた。来年1月2日に93歳を迎える森本さん。「健康の秘訣は？」と尋ねると「毎朝6時、朝食を済ませてから近くの喫茶店でモーニングコーヒを飲むのが日課」と答えてくれた。(A)

仲間「間」こころ

はなぞの地区 枚岡中支部
森本 行雄さん

森本 行雄さん
プロフィール



鳥取県浜村出身。終戦の翌年1946年に21歳で尼崎の繊維会社に就職。東大阪で住み始めて60年、医療生協との出会いは30年くらい前。現在、枚岡中支部で風呂好きのメンバーでつくる「温泉班」の班長をつとめる。

水曜日は「たてつの家」へGO! マージャンで健康も笑顔もゲット

マージャン班会



毎週水曜日になると、つまり場「たてつの家」にマージャン班のメンバーのみなさん集まってきました。テーブルを片付けマージャン台をセットして四人グループが揃い次第マージャンの始まりです。午前は二卓ですが午後三時になったら5時になったら帰る支度して1日が終わります。健診受診はもちろん健康チャレンジへの参加。银杏を拾ってき



てくれる組合員さんや買ってくる組合員さん。トイレトパーパーやパータオルなど、日用品を持ってきて「使ってください」と「たてつの家」の運営を助けていただいています。年末には、忘年会で美味しい食事会とカラオケで1年のしめくくりをしています。(H)

お困りの方はお気軽に 組合員のための 無料法律相談

要予約 【予約先】東エリア本部 ☎06-6726-6001 まで
12月5日(木) 午後3:00~5:00
12月19日(木) 午後6:30~8:30
1月16日(木) 午後3:00~5:00
(毎月 第1木曜日 午後3:00~5:00 第3木曜日 午後6:30~8:30)

1週間前の天気予報では当日は雨、前日も警報がでるほどの大雨でしたが、11月3日(日)は爽やかな晴れの日となりました。前日から組合員さん、職員が総出で準備したかいあって、当日はこのブースも大忙し。また、今回初めての取り組みとして「お医者さん体験」を子ども向けに実施しました。午後は中塚所長から「阪神大震災での医療従事者としての経験」、理学療法士からは「避難所でできる体操」をお話いただき、最近は、災害が多いので他人事ではないと、皆さん真剣にお話を聞いておられました。(東哲也・ほくせつ地区組合員活動担当)

ほくせつ地区健康まつり
200名参加
組合員と職員が一緒に盛り上げました!



診療所待合でポッチャ体験会、何点取れるかな?



2階デйкаールームでフレイルチェックなどの健康チェックみなさんの健康度はいかが?



毎年恒例のバザーは大盛況SDGsな取り組みでみんながお得に



お医者さん体験では中塚先生のノドを診てもらいました

淡路地区に新組合員センター! 北エリアには合計14カ所の“たまり場”



ほくせつ地区	あかがわ地区
<ul style="list-style-type: none"> ●びわの木(豊中市本町) ●ひだまり(豊中市春日町) ●ヤッホーすえひろ(豊中市末広町) ●福の家(豊中市岡町南) ●幸3(豊中市庄内幸町) ●そんぱち(池田市鉢塚) ●箕面支部センター(箕面市桜) 	<ul style="list-style-type: none"> ●よってこ(旭区赤川) ●にじ(旭区新森) ●ひだまり(旭区生江)
	淡路地区
	<ul style="list-style-type: none"> ●コスモス憩いの家(東淀川区淡路) ●新組合員センター(仮)(東淀川区淡路)
	こぶし通り地区
	<ul style="list-style-type: none"> ●ほっこりサロン(東淀川区豊新) ●なでしこセンター(東淀川区瑞光)

旧ヘルパーあわじの建物をお借りし、12月上旬に新組合員センターをオープンします。

このセンターでは下新庄支部・下新庄西支部・ひまわり支部が合同で運営し、この地域で喫茶やポッチャ班、オカリナやカラオケ、映画会など多彩な組合員活動を行い、淡路診療所・淡路歯科皮

旧ヘルパーあわじの建物をお借りし、12月上旬に新組合員センターをオープンします。

また、北エリア内には左表の通り14カ所のたまり場があります。今後、「空白地」でセンターづくりを進めていきたいと考えています。もし空き家、空き店舗などお持ちの方がおられました是非ご紹介ください。

膚科と組合員さんをつなぐセンターとして運営していきます。

いきいき脳活

ナンバープレース(ナンプレ)



クイズは、まちがいがし・クロスワード・ナンプレの順に毎月出題します。

Number puzzle grid with numbers and empty cells.

タテ・ヨコの同列内、太枠のブロック内に同じ数字が重ならないよう、1~9の数字をうめましよう。二重枠の数字の合計を答えてください。

10月号の答え「B」



応募239通 正解220通

【応募方法】ハガキに答え・郵便番号・住所・氏名・年齢(電話番号は任意)を明記し、本紙へのご感想・ご意見など一言をお書き添えのうえ、下記へお送りください。

【締め切り】1月15日(水)必着

【宛先】〒538-0053 大阪市鶴見区鶴見3-6-24

医療福祉生活協同組合おおさか クイズ係



QRからでも応募できます

理事会たより

◆出席状況

2024年度6回理事会は11月16日(土)14:00~17:05(コープおおさか病院健診棟2階会議室)理事は39名中36名、監事は6名中6名出席

◆議決承認事項

- 第1号議案 次期理事定数承認の件
●第2号議案 次期総代会の公示及び総代会に向けた確認事項承認の件
●第3号議案 今福ファミリーコープ売却承認の件

*質疑を踏まえ、第1号~第3号議案は全会一致で承認されました。

○経営報告

10月度の経常利益は2,060万円となり、累計で▲2億7,537万円となったことが報告されました。



今回の間違い探しは簡単でした。

【東大阪市 矢野 侑士 8歳】

10月後半、やごと涼しくなってきたけれど、急に肌がかさかさです。乾燥対策しないとですね。保湿だいじ。

【鶴見区 ふくみみ 51歳】

「まちがいがし」の絵に目がとまり、初めて「りえぞん」を読みました。いろいろなことが書かれていて参考になります。最近、何かとつまずいたりして、老いていくことを実感しています。いつまでも健康で元気に、参考にしていきたいと思えます。

【豊中市 津川 清司 68歳】

いつも待ち遠しく拝読しております。足腰が弱り外出がままならない小生、お陰様でまだまだ目はハッキリしておりますので読むことで楽しんでおります。

【東大阪市 ヨッチャン 93歳】

俊徳道のくつろぎハウスで、週一回麻雀を教えて貰っています。みなさん切り絵をしたり編み物をしたりイキイキ活動されていて、歳をとるのも楽しみだな〜と感じています。

【東大阪市 竹村 洋子 41歳】

インフルエンザもコロナワクチンも早く安く受けさせていただきました。とってもありがたいです。感謝感激です。【大東市 小林 桂子 69歳】

いつも年配の方がいきいきと過ごされているのを見て元気がでます。私も仕事をやめた後はボランティアに参加したいといまから目標とさせていただきます。

【東大阪市 峯 聖子 62歳】

子どもがAPD(聴覚情報処理障害、聞き取り困難症)だとわかりました。まだ研究中の分野で情報も少なく特効薬もなく完治しません。複数の音の中で一つの音、声を聴き分けるのが難しい症状です。雑踏の中で音が混線して声がぶつぶつと途切れるて聞こえる感じがです。難聴ではないので障害者手帳の対象にならず、聴覚補助のための補聴器の補助もありません。もし聴き間違い、意味を取り違えるなど間違いが多い方が居たらAPDのような聴覚困難な人かもしれないと温かい目で見ていただけたらうれしいです。

【東大阪市 ちるもも 51歳】

「診察室から」の記事で、発熱は身体を守る働きであることが記載されており、身体からのSOSを見逃さないようにしなければならぬと思いました。【大東市 村田 妙子 36歳】

【鶴見区 コリライモ 53歳】

マイナ保険証をめぐるQ&Aの記事は、実用的でたいへんわかりやすかったです。【豊中市 久保 真澄 70歳】



中央エリア コープおおさか病院地区
杉山 美代子



塩と上手におつきあい
すこしお



- 牛乳(豆乳)でコクをプラス。
- 具たくさん・具のうま味でおいしく減塩。

材料 (2人分)

- さつまいも…………… 80g
- 小松菜…………… 40g
- しめじ…………… 1/2株
- 油揚げ…………… 1/4枚
- 水…………… 200ml
- 牛乳または豆乳…………… 100ml
- みそ…………… 小さじ2

コクろまみそ汁



つくり方

- ①さつまいもはひと口大に切り水にさらす。小松菜は食べやすい大きさに切る。しめじは石づきを取り子房に分ける。油揚げは熱湯をかけて油抜きをし1cm程度に切る。
- ②鍋にさつまいもと水を入れ柔らかくなるまで加熱する。
- ③他の材料も加え、火が通ったらみそと牛乳を加え沸騰直前で火をとめる。

<1人分の栄養価> ●エネルギー 138kcal ●たんぱく質 5.9g ●糖質 15.9g ●脂質 6.0g ●食物繊維 2.5g ●塩分量 0.8g

こそだておうえんたい 12 子どもが学校に行きたがらない…そんな時どうする？

(10月号のつづき)

②登校拒否・不登校、社会的ひきこもりの支援はどのように進めたらいいのでしょうか。

知り合いから「子どもが不登校で困っている」「この頃、子どもが部屋にこもっている」などの相談を受けたとき、またご自身のお子さんが「学校に行きたがらない」そんなとき、どのように支援を進めていったらいいのでしょうか。



(1)まず、一番大切なことは「その子の尊厳を大切にする」ということです。

子どもや若者は、学校に行きにくくなったときや部屋にこもっているとき、「みんなと同じことができない自分はダメだ」「この先どうなるだろう」「お母さんを苦しめている自分はダメだ」など自分で自分を責め苦しんでいます。

その子の尊厳を大切に、信頼を寄せてください。



(2)子どもの気持ちをゆっくり安定させ、安全を保障しましょう。

子どもたちは学校や社会の「生きづらさ」強く感じ、極限の状態となって登校を拒否しています。立ち上がる力は子ども自身が持っており、精神が安定し信頼されていると感じることによって「願い」を表現することができるようになります。



「どうして学校に行けないの」この質問は不登校の子どもにとっていちばん辛い質問です。ただ、いじめが原因と考えられるときは丁寧な対応が必要です。

(3)親御さんは自分自身を責めません。

親御さんが自分を責めると子どもも苦しみます。信頼できる相談機関に定期的に相談してください。私たち相談員は、親御さんならでの「温かい気づき」を教えてもらい、支援の力を蓄えさせてもらいます。



次回は「それでも気になるいろんなこと」についてお話しします。

(NPO法人おおさか教育研究相談所)