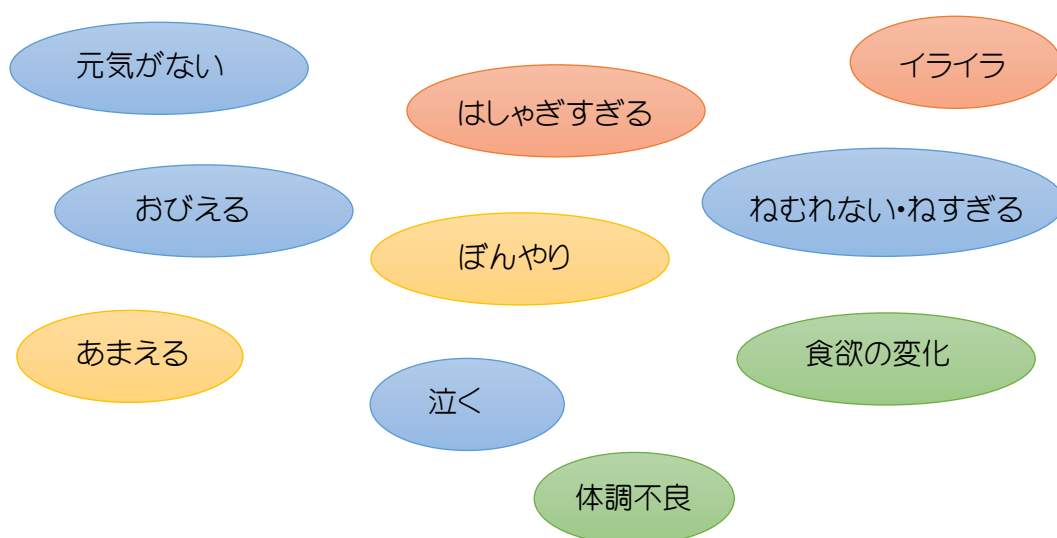


保護者のみなさまへ

予想もしないことが起きたとき、心身にいろいろな反応がでてきます



これらはごく自然な反応です。

あわてず、しからず、一時的で当たり前の反応と受け止めてください。

- お子さんが話をしたがっていたら → 最後まで聞いてあげてください。
- 子供が体調不良をうたえたら → 家族がそばにいてあげてください。

新型コロナウイルスに関連する不安は、病気への怖さだけではなく、先が見通せず、状況を自分でコントロールできない怖さも含まれています。まずは、新型コロナウイルス感染症に対する正しい知識と情報を家庭内で共有してください。そして、うがい・手洗い、できるだけ自宅に待機し、親子でマスクを手作りしてみるなど、自分でコントロールできる対処法を実践してみてください。