|  |
| --- |
| 心の健康状態 |
|  | 「幼児返り」が現れていないか | □ |
|  | 落ち着きのなさはないか | □ |
|  | イライラ，ビクビクしていないか | □ |
|  | 攻撃的，乱暴になっていないか | □ |
|  | 元気がなく，ぼんやりしていないか | □ |
|  | 孤立や閉じこもりはないか | □ |
|  | 無表情になっていないか | □ |

子どもに現れやすいストレス症状の健康観察のポイント

|  |
| --- |
| 体の健康状態 |
|  | 食欲の異常（拒食・過食）はないか | □ |
|  | 睡眠はとれているか | □ |
|  | 吐き気・嘔吐が続いてないか | □ |
|  | 下痢・便秘が続いてないか | □ |
|  | 頭痛が持続してないか | □ |
|  | 尿の回数が異常に増えてないか | □ |
|  | 体がだるくないか | □ |

急性ストレス障害（ASD）と外傷後ストレス障害（PTSD）の健康観察のポイント

|  |  |
| --- | --- |
| 持続的な再体験症状 | 体験した出来事を繰り返し思い出し，悪夢を見たりする体験した出来事が目の前で起きているかのような生々しい感覚がよみがえる（フラッシュバック）　等 |
| 体験を連想させるものからの回避症状 | 体験した出来事と関係するような話題などを避けようとする体験した出来事を思い出せないなど記憶や意識が傷害される（ボーッとする等）人や物事への関心が薄らぎ，周囲と疎遠になる　等 |
| 感情や緊張が高まる覚醒亢進症状 | よく眠れない，イライラする，怒りっぽくなる，落ち着かない物事に集中できない，極端な警戒心を持つ，ささいなことや小さな音で驚く　等 |

ケアにあたっての連携先関係機関等

ケアにあたる際の基本姿勢

・話をしっかり聞く

・正しく情報を伝える

・けがの手当をていねいにする

・ひとりぼっちをつくらない

・子どもを叱らない

・普段の生活を取り戻す（大人が落ち着く）

・教育委員会（教育研究所）

・医療機関

・カウンセラー

・児童相談所

・民生委員児童委員　等

※参考資料：文部科学省学校防災マニュアル（地震・津波災害）作成の手引き

初月小学校「地震対策マニュアル（平成24年改訂）