

7

## 疾病教育の実施

### 本人や家族へ病気を伝えよう

疾病教育とは、「病気の説明を行い、理解を深め、病気に適切に対処する力を育てる教育」です。病名や知識を伝えるだけでなく、これを本人や家族が理解し、治療の主人公、パートナーとして主体的に行動できるように支援します。結果として本人の自己肯定感が高まり、医療者、保護者、本人の関係が深まるとともに共通理解により治療がより円滑に進む効果が得られます。



#### □本人や家族の理解を確認

検査結果、診断名について親子がどのように受け止め、理解しているかを確認します。誤った理解や極端な受け止め方をしている場合、これをすぐに否定せずなぜそのような理解に至ったかを尋ねてみるとよいでしょう。子どもの周囲に同病の人が居る、保護者の子ども時代の経験が影響しているなどが判明すれば、より慎重に対処できます。

#### □相手に合わせた伝え方

保護者にのみ伝えるのではなく、子どもの発達段階や知的な理解力に合わせた説明を行うことが、本人の治療への動機づけとなります。幼児期には「自分が悪い子だから病気になった」と考え、学童期以降には因果関係が理解できるも、経験が少なく極端に悲観的になることがあります。思春期以降には周囲の評価が気になり、病気を隠す・否認するなどが発生することもあります。

#### □段階的な疾病教育

病気の理解は容易ではなく、成長に伴って、子どもの理解を深めていく必要があります。成長の節目ごとに振り返りを行い、子どもの理解を確認し、次の段階で伝えることを家族と話し合うことが重要です。



8

## 子どもの支援者 / 相談者の確認

### 子どもの身近に支援者はいますか？

子どもの心の支援において、子ども本人が誰を一番頼りに思っているのかを知ることはとても重要です。

キーパーソンは母親だろうと決めてかかると、親子関係の問題を見逃すことになります。おばあちゃん、先生、友達、インターネット…子どもは誰かに気を許せているのでしょうか。「誰かに相談出来ている?」「誰が一番分かってくれる?」できれば子どもと1対1で尋ねてみましょう。状況によっては思春期なのに全てを母親に相談しているのも問題かもしれませんし、一番問題なのは、相談相手がいない場合です。どのような答えが返ってきても驚かずに受け止め、一緒に悩む姿勢が大切です。また、なぜその人が相談しやすいのかをたずねることで、今後の治療でどのようなアプローチが有効かも見えてくるでしょう。

9

## 親自身の支援者 / 相談者の確認

### 親御さんの身近に支援者はいますか？

親御さんが一人(または夫婦だけ)で抱え込み、適切な支援が子どもに届けられない、あるいは親御さんに負担がかかり過ぎることを回避するためにも支援者の有無を確認することは大切です。

安心して相談ができるなど心理的にサポートしてくれる人、受診のときに他のきょうだいを見てくれるなど物理的な支援を提供してくれる人がいるのか、それが誰なのか確認しましょう。家族、学校の先生、行政・福祉職員などが挙げられます。支援者がいない、もしくは不足している場合、適切な関係機関につなげることを検討します。また支援者がいないのではなく、親御さんが支援を受けることに抵抗(遠慮)している場合もあります。その場合は共感的に理由を尋ね、関係調整を行うのも良いでしょう。

## 学校・園との関係性の確認

### 学校・園と家族・子どもの関係を 聞いてみよう

子どもの生活は、家庭と学校・園とで大半を占めています。子どもの診療に当たっては、情報収集、さらに治療における環境調整のために、家族・子どもが学校・園とどのような関係が知ることは重要です。



#### □相談できる人が居るかどうか

学校や園の担任との関係が悪い場合、養護教諭、支援員、スクールカウンセラーなど、相談しやすい人が居るかどうかを確認します。相談に抵抗がある場合、家族の側の連絡者を変える（母親から父親に依頼するなど）ことも一法です。

#### □共通認識があるかどうか

子どもの姿は多様で場面によって異なるため、子どもの特徴や困り感、対処の仕方について、家族と学校や園が共通認識を持っているかどうかを確認します。ここにずれがあると、指導として対応されていることが、親子から無理解や否定的な関わりと捉えられ、不信感となります。特に、問題行動が、子どもの特徴によることを共通認識できているかの確認が重要です。

#### □治療者が協力できる余地があるかどうか

治療者もチームの一員となり、家族、学校・園と共に子どもの応援をすることが理想です。しかし、両者の関係が悪いと、家族が「病院で・と言われたから」と学校に伝えるなど、正しい情報が共有されず逆効果になることもあります。親子の同意を得て連絡を行い、連携することも時に必要です。逆に情報共有を拒否する場合、そのこと自体が関係の悪さや状態の困難さを示していると理解して、まずは治療者が親子の信頼を得ることを優先しましょう。



## 親子の関係性の確認

### 親子の関係性(期待・反発・不安・信頼)を確認しよう

子どもの心の問題に、親子の関係が影響をしているのか、親御さんはどのように受け止めておられるか、どのように対応をされているのか聞いてみましょう。

#### □親子関係の影響があるのでしょうか？

親への反発、大人への信頼、子どもへの期待、子育てに対する不安、親子の相性など親子の関係性が、子どもの心の問題を生み出したり、長引かせたりすることがあります。子どもと家族のアセスメントを行った後に「親子の関係性」を確認してみましょう。

#### □親御さんの気持ちを確認しましょう

親御さんの過度な期待や不安によって、子どもが戸惑っていることもあります。子どもの症状や生活に対する親御さんの気持ちを、子どもの診察とは別に聞いてみて下さい。

## 子どもの心の支援が必要な場合

### 子どもに直接できることは何だろう？

子どもや家族のアセスメントを行った後に、子どもの心の支援が必要と思われた場合、カウンセリング等ができる連携機関につなぎましょう。

#### □子どもの心の支援が必要なとき

気分の落ち込みやイライラが続くなど、精神的に不安定なとき以外にも、身体症状が長引き、程度や部位が変化するとき、また環境の変化により症状が変化するときには心の支援が必要です。

#### □親御さんへの伝え方

親御さんには、『身体ではなく、心の問題ですから心の支援が必要です』と心と身体を切り離す説明ではなく、心と身体がつながりと、心身両面への対応の必要性を説明します。その上で、心の支援が可能な小児科医や精神科医(子どものこころ専門医)、または子どもへのカウンセリングを行う専門機関や、社会的支援を行う公的機関を紹介します。

13

## 子どもが要支援な場合

### 子どもの個性・特性を理解しよう

子どもの心の問題の背景に、子どもの個性や特性が関係していることがあります。子どもの理解力や捉え方、認知について、親・学校・行政と連携し、支援しましょう。



#### □子どもの個性や特性を知りましょう

子どもが知的障害や情緒障害、発達障害などの場合、理解や捉え方に注意が必要です。より丁寧な説明や配慮を心がけ、子どもの特徴を観察しましょう。

#### □子どもの捉え方や感じ方を肯定的に聞きましょう

子どもの捉え方や感じ方を、「そう思うだね」「そう感じただね」と肯定的に受け止め、話を聞くことは彼らが抱える心の問題に取り組む時に重要です。

#### □保護者や学校教諭に伝えましょう

子ども達の捉え方や考えを代弁し、背景にある特性や個性への理解や配慮を保護者や学校教諭に促します。診断よりも、特性に合わせた支援につながる説明を心がけましょう。以下のような支援を利用することで、子どもが抱える心の問題が和らぐこともあります。子どもへの対応にズレを生じないためにも、保護者には、学校や教育委員会に積極的に相談することを進めましょう。



特別支援学級：知的や発達の問題に対して、生活・学習支援を実施  
 通級指導教室：コミュニケーション等の困難さに対して自立活動を支援  
 適応指導教室：教室に入れない児童生徒に対する校内・校外の少人数教室  
 放課後デイ：障害のある学齢期児童が学校の授業終了後に通う福祉サービス  
 特別支援学校：身体的・知的に生活・行動・学習上の困難さを支援

14

## 学校・園の理解が必要な場合

### 学校・園と上手に協力し合おう

子どもは就園や就学により、社会への参加を経験していきますが、家族ではない他者と接することは時として子どもを緊張させ、心身に問題が生じることがあります。子どもの心の問題の背景に、園や学校での過ごし方や子ども同士の人間関係が影響している可能性も考えてみましょう。

#### □園や学校での子どもの様子を尋ねてみよう

診療時に子どもの様子で気になったことがあったら、親子の同意を得て保育士や幼稚園教諭、学校の担任教師などに尋ねてみましょう。友達関係、大人との関係、遅刻、忘れ物、成績の変化などの本人の問題に限らず、家庭内の様子が垣間見え、着ている服、お弁当の中身など、診察室では分からない情報を園・学校の先生はたくさんお持ちです。

#### □子どもについての共通認識

マップ⑩にある様に、子どもの特徴、問題点、対処法などについて家族と園や学校が共通認識を持つことは、親子の安心感、園や学校への信頼感へと繋がります。医療者が間に入り、病状についての詳しい説明をすることで両者の理解が深まり、その結果子どもの症状軽減、望ましい成長が期待できます。

#### □園や学校との連携

医療者、家族、園・学校が1つのチームとして子どもをサポートできるよう、お互いの専門性を尊重しながら連携することが重要です。近年、園や学校にはスクールソーシャルワーカーも配属されるようになりました。園や学校との連携したい場合に、調整を依頼することができます。

## 子育て支援が必要な場合

### 子育てのための社会資源を調べてみよう

各自治体では様々な子育てサービスがあります。子育ての負担が少しでも軽くなる方法を一緒に考え、地域の社会資源を紹介し繋がしましょう。



### 相談窓口

<子育てに関する相談窓口>

- ・母子保健の窓口：保健師等による相談を行なっています。
- ・地域子育て支援センターの子育て相談等：保育士が相談に応じます。

※子育て世代包括支援センターが設置されている自治体もあります。

様々な機関が個々に行っている妊娠期から子育て期にわたるまでの支援について、保健師、保育士、社会福祉士等を配置するワンストップ拠点を立ち上げ、切れ目のない支援を提供しています。(詳しくは女性版、親版のリーフレットをご参照ください。)

<子どもの福祉や児童虐待の相談・通告>

各市区町村の児童福祉の窓口や児童相談所まで。

### 子育てサービス等

<相談事業>

子育ての不安を軽減するための相談事業を実施しています。

<産前産後家事支援>

産前産後で家事や育児が困難なとき、周りからの支援が十分に見込めない家庭を、経験豊富なヘルパーが訪問しサポートしています。

<子どもの一時預かり>

保護者が通院やリフレッシュ等のためにお子さんを一時的に預かります。

- ・保育園等の一時預かり
- ・病気の子どもの預かり(病児保育)等

<ちょっと気になる子どもの相談等>

発育・発達面での気になるお子さんの相談を行っています。

事業等の実施の有無や名称は各自治体により異なるため、地域の窓口やサービスを詳しく知りたい場合は「子育て」「母子保健」をキーワードにHPで検索してみてください。

## 経済的不安がある場合

### 探してみよう。経済的支援

### 貧困のもたらす子育てへの影響

経済的に困難な家庭に育つ子どもは、日常生活において、物質的・時間的・心理的な困窮にさらされていると言われます。単に物を持っていないだけでなく、保護者と触れ合う時間や近隣地域とのつながり、様々なことを体験する機会、学びの環境などを十分に享受することができません。その結果、基本的な生活習慣や学習習慣が形成されず、社会性や学力、自尊感情が低下する傾向がみられます。

### 経済的支援の具体的な案と一般的な担当部署

「子どもの貧困対策の推進に関する法律」は、子どもの将来がその生まれ育った環境によって左右されることのないよう、「教育の支援」「生活の支援」「保護者に対する就労の支援」「経済的支援」などについて、地方公共団体の役割を示しています。その身近な窓口として、「教育の支援」は主に教育委員会などが、「生活の支援」「保護者に対する就労の支援」「経済的支援」については福祉事務所などが必要なサービスを提供しています。

具体的なメニューには、教育費の負担軽減のために就学援助や高校生等奨学給付金などが用意され、子どもの学習支援・居場所作りのために無料塾などが提供されています。

また、生活困窮者に対する自立相談支援や就労支援、ひとり親家庭等の日常生活支援や保護者に対する就労支援、児童扶養手当の支給や母子父子寡婦福祉資金の貸付などがあります。

その他にも様々な支援事業がありますので、まずは、お住まいの市町村やその福祉事務所にお問い合わせください。



## 親の理解不足が問題の場合

### 親の理解を補うためには

親の理解不足には、虐待、マルトリートメント、子どもの加療への理解が得られないなど、様々な程度のものが含まれます。

#### □親が子どもの心の問題に気づいていない、または症状と認めない場合

心と体のつながり（心身相関）について説明しましょう。子どもの心の問題を指摘されることは、「自身の子育てを否定された」と感じる親御さんも少なくありません。決して育て方の失敗が原因ではないことを伝えると共に子育ての苦労を労い、支持的に対応します。医療者と親御さんの信頼関係を構築することが、安定した継続通院に不可欠でしょう。また、子どもの心の問題や症状を認めたくない背景には親御さん自身の生育歴が関わっている場合もあります。個別診療や支援が必要かもしれません（マップ20、26、27参照）。医療を拒否する裏には虐待が隠れている可能性も否定できないことを念頭に入れ、マップ5を参考に慎重に対応しましょう。

#### □継続した子どもの通院が望めない場合

状況に応じて以下の様な支援を連携機関に依頼しましょう。

<虐待ではないが、今後も見守り支援が必要であるケース>

地域の子育て世代包括支援センター、保健所などに連絡しましょう。

家庭を見守りつつ、受診を促して欲しい旨依頼します。

<虐待の潜む可能性が高く、介入を依頼したいケース>

地域の児童相談所、要保護児童対策地域

協議会などの調整機関に連絡しましょう。

## 親子間の調整が必要な場合

### 親子の関係性を診てみよう

子どもの症状の改善には、親子の関係性の調整が役立つことがあります。そのポイントは・・・。

#### □親子の関係性とは

子どもの心の問題の原因や症状の持続に、親子の関係性が影響していることがあります。子どもへの期待が大きすぎたり、躰が厳しすぎる時もあれば、親自身が心や体の病気で疲れたり、不安になって、その様子を見た子どもが不安になっていたり、自分を責めたりしていることがあります。親子の関係性にも配慮してみましょう。

#### □親御さんのお話を聞くこと

マップ12からマップ17までのアセスメントを行うには、主たる養育者である親御さんからお話を聞くことが必要です。その中で、親御さん自身への支援を強化した方がいいと判断された場合には、マップ20、26、27、28へと進みましょう。

#### □親子面接→子ども面接→親面接→親子面接

時間が許す限り、親子同席面接、親子分離面接を行うことを勧めます。症状に対する親の考え、子どもの考えを、同席で子ども、親、それぞれが聞き、それに対する各々の気持ちを個別に聞き、最後に治療者が各々の気持ちを代弁してあげることができます。

#### □親と子どもの関係性の作り方を支援しましょう

親から子どもへのポジティブな働きかけが症状改善に効果的です。具体的な例を伝えてみましょう。

#### □家族の成長を支援しましょう

親子の関係性の変化や成長を、医療者が親と子どもに伝えることは、より良い親子の関係性を作ることにとっても効果的です。



## 連携機関

### 連携してみんなで支えよう 子どもの心

「子どもの心の問題」に気づいた時、教育、医療、心理、福祉、行政など、それぞれの強みを活かした連携機関につなぎ、共に協力し合って支援していくことが不可欠です。それぞれの役割を明確にすることと、情報の共有に努めましょう。



#### □役割の明確化

マップ⑱の連携機関の中で、身体の診察、心の支援、居場所の提供、親御さんの支援、教育の保証、生活の支援、それぞれの役割をおこなってくれる地域の機関を探してリストを作ってみましょう。

#### □情報の共有化

本人と家族の許可が得られるならば、各々の機関が持つ情報を共有しましょう。時間が許せば連携機関と直接お会いし、時間が限られている時でも、電話一本で情報が共有化されます。

#### □プライマリ・ケア医にお願いしたいこと

子どもの心の問題や、発達・行動に関する問題の相談機関はマップ⑱に示すようにたくさんあります。この連携の強化には多職種チームの「まとめ役」が必要です。「プライマリ・ケア医」というチームをまとめるオーガナイザーが存在すると支援はより効果的になります。もうひとつは、お母さんひとりが問題を抱え込むことを防ぐために、是非、お父さんをクリニックにお呼びしましょう。子どもの問題についてお父さんがお母さんとは全く違う見解を持っている場合も少なくありません。両親の意思統一を図ることで、子どもの混乱を減らすことができます。



## 親へ個別の診療が必要な場合

### 親の心を診る。時には親カルテ、時には手放すこと

親子間の調整の中で、親への個別の支援や診療を行うことで、子どもの症状が軽快していくこともあります。どのように関わり合いをもてばいいのでしょうか。

#### □親の心を診る

家族の中での母（父）親の立場、親自身の生育歴、子育てに対する苦勞、夫婦関係、子ども以外との家族の関係において、親自身が心身ともに疲弊されていることがあります。子どものために自分が頑張らねばと無理をされていることもあります。「お子さんのことをもっと詳しく知りたいので・・・」「お母さん（お父さん）のお考えをもっと詳しく知りたいので・・・」と前置きして、「お子さんの診察とは別に、お母さん（お父さん）だけに受診して頂いて、お話を聞かせて頂くことは可能ですか？」と尋ねてみてはいかがでしょうか？

#### □親カルテのススメ

子どもの主治医が、親だけの受診を促して、親の話をじっくりと聞いてあげることが増えてくれば、子どもの診療科の中で、親カルテを作ることを勧めます。将来的には、子どもの診療で算定される「特定疾患カウンセリング料」で、親御さんの心の支援ができることが期待されます。

#### □手放すことのススメ

一方で、親の支援や診療を他科の医師に委ねることも大切です。子どもの心の問題について、親子関係ばかりに注目せず、親自身の内面への注目も必要な時があります。マップ⑳を参考に親の心への専門的治療の必要性を検討し、必要な場合には受診を促しましょう。紹介状を書いておくと、その後の連携もスムーズになります。