

# 予期しないことが起こっている時には part2

## —マスク着用について—

神奈川県立小田原養護学校  
連携部 臨床心理士 宇佐見大輔

新型コロナウイルス感染防止により臨時休校措置が続き、保護者の皆さまにはご理解とご協力をいただき感謝申し上げます。

今回は、児童・生徒の皆さんの中にはマスク着用が苦手な方もいるのではないかなと思い、お子さんにどうマスクをつけてもらえるかについて考えました。手作りマスクを作る際の参考にしていただけたらと思います。

### <マスクを嫌がる理由と対処法>

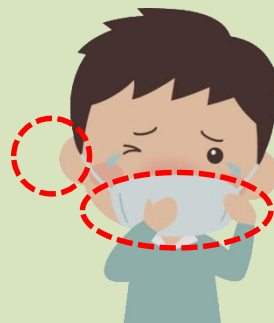
マスクを嫌がるのには、必ず何らかの理由があります。その理由を考えて、対応を考えてみましょう。

#### ①感覚過敏のために嫌がってしまう。

マスクをすることによって、耳や口周りに違和感を持ってしまうお子さんもいます。



そのお子さんにとって肌触りのいい／好きな素材に変えてあげる。



#### 例) 耳回り

- ・薄手のストッキングやタイツを切ったもの
- ・ゴムの入ったTシャツのすそを切ったもの
- ・伸縮包帯を切ったもの
- ・水切りネットの口を切ったもの など

#### 例) 口周り

- ・ほつれた糸を切っておく
- ・口周りをおおさえる程度ピタッとおさえられるようにする  
(余裕があるとかえって嫌がってしまうお子さんもいます)

お子さんによって好きな感触やにおいは異なりますので、いくつか試してみるのもいいかもしれません。

においが気になってしまう、もしくは同じにおいが好きなお子さんもいます。

- ・こまめに洗ってあげる
- ・同種類のマスクを用意してあげる など

## ②「何のためにマスクをつけるか？」が分かりにくい

何のためにマスクをするのかが分かりにくいお子さんもいます。そのようなお子さんには、**絵などを使って分かりやすく説明してあげる**といいと思います。



藤田医科大学感染症科が小学生向けに作成した「コロナウイルスってなんだろう？」などが分かりやすかったです。お子さんの実態に合わせて、正しい知識を持ってもらうことが大切です。以下にURLをのせておきますので、参考にしてください。

<http://www.fujita-hu.ac.jp/~microb/index.html>

また、保護者の方がお子さんにマスクを作っているのを見てもらったり、一緒に作ったり、家族で同じマスクを着けたりすることによって、マスクに愛着を持ち、着けられるようになるお子さんもいます。



### <マスクは絶対必要？>

嫌がるお子さんにマスクを着けてもらうためのヒントを考えてみました。しかし、それでもマスクを嫌がってしまうお子さんはいます。嫌がるものを無理に着けてもらおうとすることは、お互いにストレスになってしまいますので、「どうしても着けさせなきゃ！」と思わずにすぎないことも時には大切です。

日本小児科学会のHPに以下のことが書かれていました。

感染している人のくしゃみや咳に含まれる飛まつを直接浴びないという観点からは、マスクをすることの利点はあるかと思いますが、小さなお子さんでは現実的ではないと思われます。子どもの患者のほとんどは、家庭内において親から感染しますので保護者の方が感染しないこと、感染した方から1-2メートル以上の距離を保つことがお子さんの感染予防につながります。

また、ウイルスに汚染されたおもちゃや本などに触れた手で、口や鼻、目を触ることで感染しますので、手洗いや消毒も大切です。

([http://www.jpeds.or.jp/modules/activity/index.php?content\\_id=326](http://www.jpeds.or.jp/modules/activity/index.php?content_id=326)より)

つまり、お子さんが感染しないためには、保護者の方が感染しないこと、そのために、手洗いうがい、消毒など、普段気をつけておられることを継続することも大切なのではないかと考えます。

学校再開まで、お子さんはもちろん、保護者の方もご健康でいられることを心からお祈り申し上げます。ご心配なことがありましたら、ご遠慮なさらずに学校までご連絡ください。