

学校生活で注意すること

体育の授業

担当医が記載する学校生活管理指導表の内容が目安になります。したがって、ご家族、お子さん、担任教諭、養護教諭のあいだでの相談には、学校生活管理指導表を活用してください。お子さんの身体の状態のできない種目などであっても、すべてを見学にするのではなく、一部分をやってみる、あるいは記録係などの役割を行うなどの工夫をすると参加できます。また、水泳の授業では、水の中で「万が一何かあったら」という心配をされていることも多いと思います。長い息止めによって、不整脈が起こってボーっとしたりするなどの可能性がある場合もありますが、潜水は避けるなどの参加方法の工夫でプールも参加できます。この点についても、学校生活管理指導表に記載が必ずあります。運動について、判断に困ることがある場合には、ご家族を通じて担当医に相談してください。

お子さんは身体を動かしながら、自分のできる活動の種類や程度をわかっていく過程にあります。したがって、必要以上の制限をせずに、できることは何でもやってみることが大切です。しかし、一方では、つい楽しくて、あるいは具合の悪さを言い出だせなくて、やりすぎてしまうこともあるようです。実際の場面では、随時本人の様子を聞いて相談をしてみてください。

また運動会などの場合には、参加できる種目についてお子さん、ご家族、担任教諭とよく話し合い、無理のない運動量を考えて参加させてください。

