

# 子どものメンタルヘルスを支えるために



～もし困ったら、病院に相談してみましよう～

香川大学メンタルヘルス研究プロジェクト(動画配信)



聞き手：岡田 倫代  
香川大学メンタルヘルス  
研究プロジェクト事務局  
(臨床心理士・公認心理師)



西春日小児科医院  
副院長 神内 幾代



三光病院  
院長 海野 順

保護者からの気になるご質問に、  
ベテラン小児科・精神科医が丁寧に  
お答えします。

前編 約17分 ー学校に行きたくないと言われたときー

質問1 「最近、子どもが学校に行きたくない」と言い出しています。どう接していけばいいですか？

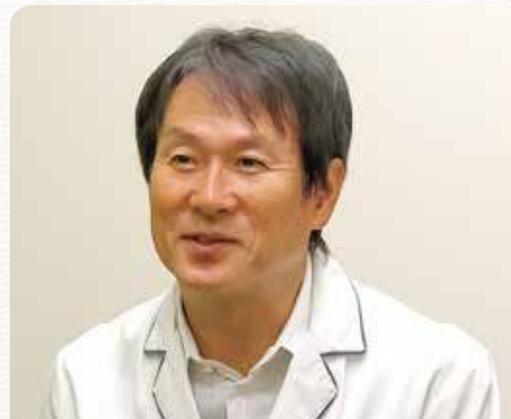
質問2 小さいころからこだわりが強く、学校に行かなくなり、家から出なくなっています。スクールカウンセラーに相談していますが病院を受診した方がいいですか？

後編 約16分 ースマホ・ゲームとの付き合い方とはー

質問3 スマホやタブレット動画をずっと見たり、ゲームばかりして昼夜逆転しています。スマホなどの使い方の約束を決めても守りません。学校に登校するまで、スマホやタブレットを取り上げた方がいいですか？

質問4 もし、子どもに命の危機を感じた時は、どうすればいいですか？

(こころの医療センター五色台院長 佐藤先生への特別インタビュー)



特別インタビュー

こころの医療センター五色台  
院長 佐藤 仁

動画(詳しくはこちら!)

前編



後編



香川大学四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構  
<https://www.youtube.com/@user-qr6gu4gl3y>

### <神内先生からのメッセージ>

- もしお子さんから「学校に行きたくない」と言われたら、丁寧にお話を聴いてください。学校での生活状況の確認を含め、学校ともよくご相談ください。
- 身体の不調があれば、まずはかかりつけ小児科医にご相談を。身体**の病気が隠れている**場合もあります。
- お子さんの発達に不安を感じる場合は、かかりつけ医や発達外来のある小児科にご相談もご検討ください。



### <海野先生からのメッセージ>

- 最近はうつ病や心の病気を抱えるお子さんも少なくありません。その背景には発達特性をもち、対人関係などにも困難感を抱えているお子さんがいます。
- スマホやゲーム時間の長時間使用の背景には、お子さん達からの何らかのSOSサインが考えられます。当院のこども外来の医療スタッフと一緒に、その原因を一緒に探しましょう。

### <佐藤先生からのメッセージ>

- お子さんが受診を嫌がる場合は、まず保護者からの相談も可能です。当院は、思春期ケアも受け入れており、お子さんが長期間学校に行けない場合などぜひご相談ください。
- お子さんの命に係わる場合も、24時間365日ご相談ください。  
(緊急時は救急車や警察を通じてのご連絡でも構いません)



先生方は皆さんの  
応援団です！  
困ったらご相談  
くださいね。



香川県ゲートキーパー推進キャラクター  
「きーもん」

動画制作：香川大学メンタルヘルス研究プロジェクト  
(メンプロ) 香川大学医学部公衆衛生学

協力：香川県障害福祉課、高松市総合教育センター、  
高松市障がい福祉課、高松市保健所

資料引用：NPOカタリバがみんなと作った不登校親子の  
ための教科書  
今村久美 著 (ダイヤモンド社)

動画撮影・編集：ケーブルメディア四国