

こころらぼ  
スクールサポーター  
(臨床心理士)  
小林 真理

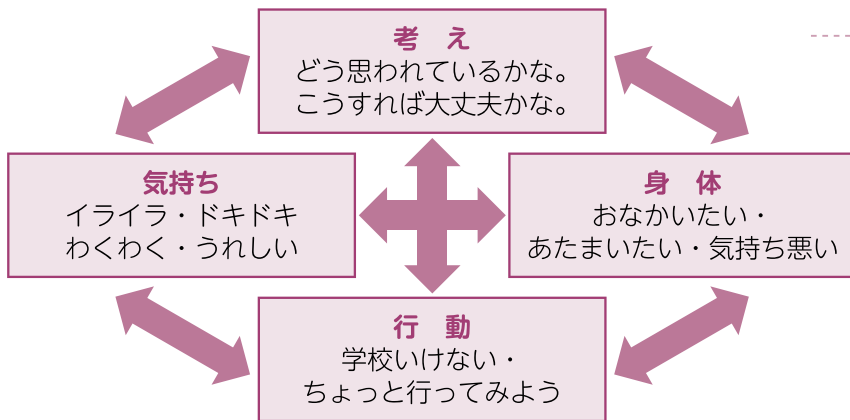
こころらぼ  
こころのラボレーション

つながっている

「朝になるとおなか痛い」「なぜかわからないけど、気持ち悪くなる」「○○のことを考えると頭痛がする」といったことを体験したり、子どもがそう言っているのを聞いたことはありませんか。何が嫌なのかハッキリわかっている場合でも、何が嫌なのか漠然としてわからない場合でも、心配事や不安があると、医学的にはどこも悪くないのに、身体が不調を示すことがあります。「病は気から」とか「精神的に弱い」という言い方もありますが、言われた方としては「そんなこと言われても、どうしたらいいの？」と身体の不調に加えて、精神的にもへこんでしまうことがあります。

「朝になるとおなか痛い」「なぜかわからないけど、気持ち悪くなる」「○○のことを考えると頭痛がする」といったことを体験したり、子どもがそう言っているのを聞いたことはありませんか。何が嫌なのかハッキリわかっている場合でも、何が嫌なのか漠然としてわからない場合でも、心配事や不安があると、医学的にはどこも悪くないのに、身体が不調を示すことがあります。「病は気から」とか「精神的に弱い」という言い方もありますが、言われた方としては「そんなこと言われても、どうしたらいいの？」と身体の不調に加えて、精神的にもへこんでしまうことがあります。

「朝になるとおなか痛い」「なぜかわからないけど、気持ち悪くなる」「○○のことを考えると頭痛がする」といったことを体験したり、子どもがそう言っているのを聞いたことはありませんか。何が嫌なのかハッキリわかっている場合でも、何が嫌なのか漠然としてわからない場合でも、心配事や不安があると、医学的にはどこも悪くないのに、身体が不調を示すことがあります。「病は気から」とか「精神的に弱い」という言い方もありますが、言われた方としては「そんなこと言われても、どうしたらいいの？」と身体の不調に加えて、精神的にもへこんでしまうことがあります。



「朝になるとおなか痛い」「なぜかわからないけど、気持ち悪くなる」「○○のことを考えると頭痛がする」といったことを体験したり、子どもがそう言っているのを聞いたことはありませんか。何が嫌なのかハッキリわかっている場合でも、何が嫌なのか漠然としてわからない場合でも、心配事や不安があると、医学的にはどこも悪くないのに、身体が不調を示すことがあります。「病は気から」とか「精神的に弱い」という言い方もありますが、言われた方としては「そんなこと言われても、どうしたらいいの？」と身体の不調に加えて、精神的にもへこんでしまうことがあります。

中央公民館講座案内

【申し込み・問い合わせ】 ☎45-8446

対象者	町内在住者または在勤者 ※受講希望者が5名以内のときは、開講しない場合があります。
申し込み	12月3日(月)8時30分より、中央公民館窓口または電話で申し込んでください。定員になり次第、締め切らせていただきます。
費用	材料費・テキスト代 ※初日に集金します。おつりの無いよう持参してください。 ※欠席・途中キャンセル時は払い戻ししませんので予めご了承ください。

●スマートフォン・タブレット基礎クラス

とき	12月18日(火)・25日(火) (全2回) 10時~12時
費用	1,060円
持ち物	スマートフォンまたはタブレット・充電器・スリッパ・印鑑 (初日のみ) ※Windowsフォンは対象外
講師	赤井 信夫 先生
定員	12名