



すでに助成が始まっている市町もあるようですが・・・滋賀県では、令和6年4月から、医療費助成が高校生世代にも適応されることになりました。

学校管理下での負傷または疾病については、日本スポーツ振興センターから医療費が支給されますが、、、甲賀市のホームページでは、センターの給付金の対象となる負傷は医療費助成の対象外と記載されています。市町によって異なるかもしれませんので、学校管理下の負傷については、市町からの情報を確認の上、医療費助成をご利用くださいますようお願いいたします。(お住いの福祉医療費助成担当課にお問い合わせを)

子どもと障害者の県内の医療費助成を拡充します!

	子ども	障害者
開始時期	令和6年4月診療分から	令和6年度中
拡充対象者	高校生世代 (義務教育終了後翌日から18歳となる年度の末日まで) 就学・就労の有無を問いません。	精神障害者保健福祉手帳1級所持者 精神障害者保健福祉手帳2級 + 身体障害者手帳3級の2点所持者 精神障害者保健福祉手帳2級 + 療育手帳B1の2点所持者
所得制限	なし	あり
市町単独拡充事業の有無	既に市町独自で制度実施している市町や今後、制度を拡充する市町がありますので、詳細が不明な場合はお住まいの市町担当課へお問い合わせください。	
受給資格手続き	お住まいの市町担当課から案内がありますのでご確認ください。	

必要な方に必要な医療・薬が行き届きますよう
適正受診・適正服薬にご協力ください。

大津市・彦根市・長浜市・近江八幡市・草津市・守山市・栗東市・甲賀市・野洲市・湖南市・高島市・東近江市・米原市・日野町・竜王町・愛荘町・豊郷町・甲良町・多賀町/滋賀県



3月3日は



片付けて

新年度をすっきり迎えよう

みなさんの机の上や部屋は整理できていますか。新年度が始まると、新しい教科書などの物が増えて、ごちゃごちゃしがちです。そうなる前に片付けをして身も心もすっきりしましょう。



1 片付ける範囲を決めてから始める

すべてを整理しようとする、何かから始めればいいのかわからなくなります。最初に場所を決めましょう。

2 使う場所の近くに片付ける

物が使う場所の近くにあると、出し入れが楽になります。使う場所から手の届く位置に収納しましょう。

3 自分の好きな空間を作る

好きな物を飾る場所があると、その場所をきれいに保ちたくなり、そこを中心に片付けるきっかけになります。



片付けの3つのコツ

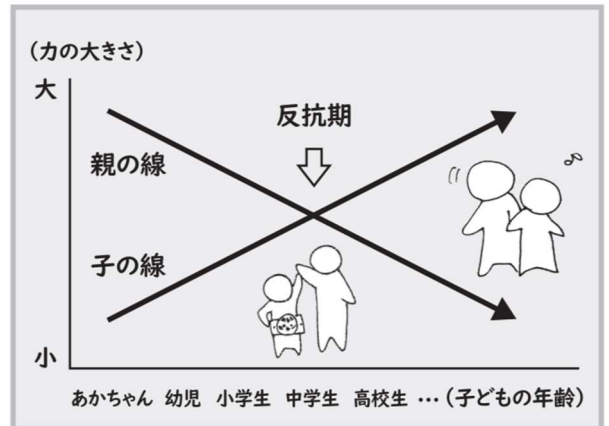
★親と子が幸せになる「XとYの法則」★

臨床心理士 田村節子さん著の、親と子が幸せになる「XとYの法則」という本をご存知でしょうか？ページ数も文字数も少なく、誰にでも大変読みやすい本です。保健室でも、「思春期の子ども達にどう接したらいいの？」と悩まれている親御さんの声を聴く機会がありましたので、その本を引用しながら…参考までに。

親と子が幸せになる「Xの法則」

縦軸は力の大きさ、横軸は子どもの年齢です。『親の線』は子どもの成長ともななって子どもに使う力は少しずつ減っていくので、右下がりになります。それとは反対に、『子の線』は最初は赤ちゃんですから一番小さなところから始まります。しかし、だんだん成長して自分でできる力が大きくなり右上がりになっていきます。

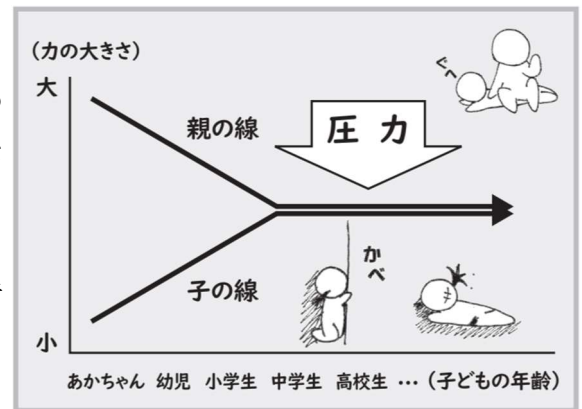
すると、『親の線』と『子の線』が交わる場所が出てきます。これがいわゆる反抗期です！子どもは無意識のうちに親を越えようと、もがき始め、母親の手助けや意見を拒否するようになります。「うざい」「別に」「くそババア」といった言葉が飛び出すようになりますが・・・これは、「自分が考えたように行動させてください」という意見表明。反抗期は、「自分自身の考えができました！」という子どもの独立宣言です。



親と子の幸せが遠くなる「Yの法則」

せっかく子どもが反抗期を迎えて、「くそババア」と言い出した時期に、母親が幼児期の力関係を維持しようとして、過保護・過干渉の圧力をかけると、力関係は図のようにいつまでも拮抗してY字型になります。『子の線』も親を抜くことができません。知らず知らずに親が子どもにいつも圧力をかけてコントロールしている状態です。

過保護や過干渉等は、子どもがかわいいからこそ、親がついつい行ってしまうがちなことですが、子どもは親の意向を気にするあまり、子育ての目標である自立ができにくくなってしまいます。



いつだって子育ては軌道修正できる！

では、Yの状態に気づいたらどうしたらいいのでしょうか？『親の線』が右下がりになり、『子の線』が右上がりになり軌道修正できると OK！親が知らず知らずに子どもにかけていた圧力が小さくなり、子どもが自分の力を発揮しやすくなることを意味します。具体的には…こんなことはないでしょうか？

- * 親が子どもの手となり足となって、子どもの代わりに何でもやってあげてしまう
- * 時間割を揃えたり、宿題なども親がやってあげてしまう
- * 「こうしたら」「ああしたら」と指示が多くなる
- * 知らず知らずに親の願いを押しつけている
- * 転ばぬ先に杖をついたり、先回りしたりする

といったことを一度見直してみてください。

軌道修正の過程で、これまで従順だった子どもが口ごたえするようになったりすることがよくあります。これが自立の兆しです。

「子どもの人生は子どものもの。親が代わりに歩むことはできない」と腹をくくることができるかどうか分岐点でもありますね。

