



抗原検査キット
(ATK) をご自宅で使
用する際のヒント：

高学年/ミドルスクール/ハイスクールの子供たちへの配慮事項:

彼らが「大人のように見える」からといって、抗原検査キットを使用することに不安がないわけではありません。検査をすることをどのように考えているのか、会話をしてみてください。

ハイスクールの子供は大人が見ている側で検査キットを自分で使用する。高学年、ミドルスクールの子供は検査の後半を大人が助けてあげるか、いずれにしても必ず大人の監督のもとでの使用をお願いします。

検査キットを使用することの意義を理解し同意できる様に支援してあげてください。

低学年の子供達と同様に落ち着いているときに実施できるようにしっかり準備してあげてください。

お子様が不安になった時は楽な姿勢を取らせ、深く息を吸い5つ数えさせます。そしてゆっくり息を吐きながら5まで数えさせてください。

お手本に、正しい検査方法を実施しお子様に見せてあげてください。そして、簡単で痛くもないとお伝えください。子供たちはあなたの指示に従うでしょう。

検査キットは全年齢が簡単に行える検査であり、ISBのコミュニティーに送ったアンケートの結果、検査キットを使用することになったとご説明ください。

低学年の子供たちへの配慮事項：

- 検査実施に適した時間：できれば、疲労時、空腹時、食後の満腹時を避けてください。



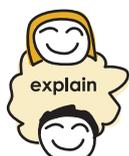
- 発達に見合った優しい言葉をかけてあげてください。



低学年の子供たちに：

「ISBはみんなの安全を望んでいるの。学校を安全にするために、みんなには体温を測ったり、マスクをしたり、お友達と数フィートずつ離れたり、お家でこの検査をしてもらうのよ。ATKテストと呼ばれるけど、この検査を『ブーガーテスト(鼻くそテスト)』って呼ぶのも面白いと思う。あなたのお鼻で健康かどうかを検査するなんて、とても面白いわね！」

- 抗原検査キットの使用目的を注意深く説明してください。検査をする際、子供が何を見・聞き・嗅ぎ・味わい・感じるかを説明してあげてください。「コロナウイルスは一部の人々を大変な病気にする悪いバイ菌でできているのよ。ウイルスは目で見るができないけど、体の中にそのウイルスがあるかどうかを調べるには、このような特別な検査が必要なの。綿棒のように見えるこの柔らかいものが見える？(例として子供に柔らかい先端を触らせてください。ただし、清潔に保つため使用前までは先端のフタを取り外さないでください。)それでお鼻の中を5回ずつ円をかくようにまわし、片一方が終わったらもう一方も同じように5回まわして、検査はおしまい！」



- 子供には正直にお話してください。「何も感じない」のではなく、「くすぐりたいとか誰かが鼻をほじくっているみたいに感じる子もいるんだって。少し気持ち悪く感じたりすることもあるみたいだけれど、他の検査みたいに鼻の奥深く入れて涙が出るようなことはないみたい。お母さん(お父さん)はあなたが同じように感じるのか、それとも何だ、こんなに簡単だったと思うのか知りたいな。検査が終わった後すぐに鼻をかみたくなるかもしれないから、ティッシュペーパーを用意しておくね。」



- 役目について：子供はじっと動かないこと。保護者は、子供が落ち着いてじっとしているのを助けること。「あなたの役目は、クネクネ動いて踊ること、それともお人形のようにじっとしていること、どちらだと思う。お母さん(お父さん)はあなたがじっとしているためにどうしたらいい？大きなハグをしたり、手をにぎったり・・・、他にしたいことはある？」



- 適切な言葉かけ:「今すぐ検査をしてもいい?」と言わないでください。答えは「嫌だ」になりがちだからです。代わりに、「検査の時間です。できるだけ検査をじっとして簡単に済ませるにはどうしたらいいかな?」「誰の膝の上にすわりたい?」「(親、アヤさん又はご家族のメンバーのどなたかを選ぶかもしれません。)」左か右の、どっちを先がいいかな。」「椅子に座る?それとも自分のベッドの上に座る?」または「検査の間iPadで何か音楽やゲームや番組を見たい?」

- 幼少の子供たちには、検査をする数時間前から、静かに落ち着いて検査を受けられるタイミングを見計らってください。また落ち着く方法を把握してください。



高学年の子供たちでは、検査についての話から検査に至るまでにさらに時間がかかる可能性があります。:

例としては:深呼吸(風車・シャボン玉・パーティーノイズメーカーの使用)、接触(手を握る/ボール/大きなベアハグ)、自分自身にプラスに語りかける事、数字を数える、祈り、瞑想、彼らが行きたい場所の想像、幸せな思い出など。一緒に10まで数えよう。英語で数えるそれとも日本語がいいかな。ああ、ゆっくりと深い「ヨガの呼吸」をするのも素晴らしいアイデアだね。

- 子供たちは周りの大人をよく見てならいます。落ち着いて前向きに!あなたが落ち着けば落ち着くほど、子供たちは落ち着きます。「できれば今日この検査をしたくなかったけど、この検査はすればするほど簡単になり、あなたは前よりも強くて平気になるんだよ。あなたが思っているより簡単だと思うよ!後で、どれほど簡単だったかを笑うかもしれない!」



- 終わったら、優しく褒めてあげてください。場面をかえ、彼らがどのように感じたのかを聞いてあげてください。

- 最初、上手にスタートできれば、次回は順調にいくでしょう。「とにかくやればいいや」という考え方ではなく。

