

## 「高所平気症」って知っていますか？

最近では超高層マンションで生活する家庭が増加し、幼少期から高い場所で生活していて高所に恐怖心を抱かない「高所平気症」の子どもが増加していると言われています。

「高いところが怖い」という感覚は、後天的に養われるもので普段の遊びの中でジャングルジムや滑り台などの遊具で遊んだり、時にはひざをすりむくような痛みを味わう経験を通して、高いところが危険という感覚が身についていきます。

高い場所が危険か判断する感覚は、4歳頃までに大人の8割程度まで発達すると言われていますが、最近では転落事故を見越した公園遊具の撤去が進み、遊びを通して高さの危険を学ぶ機会が少なくなってきています。

子ども達は、自分の目の高さを基準にして、地面との距離を判断しています。

高層マンションなどあまりにも地面から遠く、高さが判断しづらい空間で生活する子どもは、自分がどれほど高所にいるのかを感覚的に理解できないまま、高いところは怖いという感覚も養われないようになってしまうのです。

では、どうすればよいでしょう、、、？

高所に対する怖いという感覚は、遊びを通して身に付いていくものです。

外遊びの機会をまた地上で遊ぶ機会を積極的にもつようにし、親が先回りして危険を排除しすぎない事！

もちろん見守りは大事ですが、、、。

地面が見える範囲でいろいろな高さの遊具で遊び、「ジャングルジムの上、高いな。怖いな。」という感覚も養う事が大切です。

また、高いところにいる子どもに対して心配して見守る姿を見せる事も、高所では慎重に行動しなければ危ないんだと理解させるのに有効です。

事故につながるような危険は排除しつつ、子どもを成長させる小さな冒険の芽は摘まないであげたいですね。