

地域子育てネットワークだより平成24年11月号

☆☆☆

連載第90回 こどもの健康コラム

☆☆☆

iPS細胞の山中伸弥教授がノーベル生理学・医学賞に輝く

さまざまな臓器や組織に変化できるiPS細胞とは、人工多能性幹細胞(induced pluripotent stem cell)のことで、万能細胞の一つです。ヒトの皮膚細胞に人工的に4つの遺伝子を組み込むだけで、万能細胞ができるという全く画期的な発見で、再生医療・創薬への応用が期待されています。

山中教授が神戸大学の出身であることから、これまで何回かお話を拝聴する機会がありました。失敗の繰り返しの中で、ようやく掴んだ発見であることを、いつも気取らずに聴衆に語りかけています。若い学生相手に、「失敗すればするほど幸運は来る。若い間に、いっぱい失敗して、挫折してください」と。

この言葉は、いじめ、自殺で揺れる学園生活を送っている生徒たちに、生きる勇気と希望を与えています。

地域子育てネットワークだより平成24年10月号

☆☆☆

連載第89回 こどもの健康コラム

☆☆☆

大切な子どもを VPD から守るために - ベストのタイミングで、 忘れずに予防接種を -

本年9月から、これまで生ワクチンとして経口的に接種していたポリオワクチンが、不活化ワクチンして皮下注射で接種されることになり、11月からは三種混合ワクチンと一っしょにした四種混合ワクチンとして接種可能となります。

ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンや、一部で接種が始まっているロタウイルスワクチンとともに、ようやく日本でも欧米並みに、大切な子どもを VPD(ワクチンで予防可能な病気)から守るための予防接種体制が整いつつあります。

赤ちゃんが最も抵抗力のない生後6か月間に、いろんなワクチンを複数回受けねばなりません。多数回の接種を避け、できるだけ早い時期に接種を完了し、免疫を獲得するために、同時に数種類のワクチンを接種する方法もとられています。

お子さまの予防接種に関しては、地域ごとの接種方法や VPD の流行状況に応じて、かかりつけ医とご相談のうえスケジュールを立ててください。

地域子育てネットワークだより平成24年9月号

☆☆☆

連載第88回 こどもの健康コラム

☆☆☆

スポーツで汗を流そう

今夏は、ロンドンオリンピックでの日本人選手の素晴らしい活躍ぶりが連日中継され、大きな感動を与えてくれましたが、日本各地ではこれまでにない猛暑日が続きました。

熱中症への注意喚起が行き届き、外は熱帯夜でも、室内はエアコンで快適な温度に保たれ、汗びっしょりで寝苦しい夜を過ごすことがなくなりました。せっかくの夏休みですが、あまりの強い日差しのために、自然の中で遊ぶ時間が限られ、運動不足になったのでは。

夏休みも後わずか、朝夕はかなり涼しくなってきました。さあ、秋の運動会に備えて、オリンピック選手を夢見て、思い切りスポーツで汗を流しましょう。

地域子育てネットワークだより平成24年8月号

☆☆☆

連載第87回 こどもの健康コラム

☆☆☆

「たいせつなきみ」が生きていく自信に

アメリカで人気のある絵本作家マックス・ルケードと、セルジオ・マルティネス画によるピノキオに似た木製の小人たちの物語「たいせつなきみ」シリーズは、多くの人々に親しまれ、邦訳本も発売されています。

物語の主演パンチネロは、いつも仲間からだめじるシラベルばかり貼られ、自信を失っていました。ある日、自分のつくり主であるエリに会い、「わたしは、おまえのことをとてもたいせつだとおもっている。わたしにとってとくべつなきみ」と告げられ、再び生きていく自信を取り戻します。

いま、学校では「いじめ」が絶えず、年間三百人近い中高生が自殺に追い込まれています。人の評価によって、自分の存在が決まるかのような世の中です。自分が低い評価を受けていると悩んでいるきみ、我が子への仲間からの評価に悩んでいる大人たちに、ぜひ読んで頂きたい絵本です。

お母さん、焼肉店でのおしゃべりはほどほどに

食中毒の季節です。なかでも腸管出血性大腸菌 0157 は、毒力の強いペロ毒素を出し、激しい腹痛、水様性の下痢、血便を特徴とし、特に、小児や老人では、溶血性尿毒症や脳症(けいれんや意識障害など)を引き起こしやすいので注意が必要です。

食中毒の原因となる腸管出血性大腸菌 0157 やカンピロバクターは、牛の内臓で繁殖しやすいため、生肉の摂取が最も危険です。そのため、昨年10月、牛生肉の提供には表面加熱の義務づけなど基準が厳しくなりました。また、「レバ刺し」として流通している牛の生レバーもこの7月から提供と販売が全面的に禁止されます。

子どもの生肉摂取を禁じるのは当然ですが、それだけでは不十分です。お母さん同士が話に夢中になっている間に、子どもたちはお皿に盛られた生肉を自分の箸で突いたり、時には素手でお皿の肉に触れ、その手を口に持っていったりします。

いくら法規制されても、生肉から病原菌が消えたわけではありません。食中毒の季節です。思わぬ落とし穴にご注意を。

自由に遊ぶ子は運動能力が高くなる

幼稚園の保育時間で体育指導を受けている子どもたちと、指導を受けず自由に遊んでいる子どもたちの運動能力を比べたところ、自由に遊んでいる方が運動能力が高いという杉原隆東京学芸大学名誉教授らのグループの研究結果を朝の NHK テレビで紹介していました。

いろいろな可能性を秘めている幼児たちには、特定の運動を繰り返すだけよりも、さまざまな遊びを通じてたくさんの種類の動きを経験することが大切だとコメントされていました。

公園でのぶらんこ、鉄棒、平均台、雲底(うんてい)、木登りなどに、子どもたちは自分自身の意志でチャレンジします。他人がしているのを自らの眼でじっと観察し、繰り返し練習し、できるようになっていきます。判断ミスをする、かすり傷を負い、血を流し、痛い目にあいますが、これも貴重な学習です。

新学期は子どもにとって緊張の日々

受け持ちの先生がかわり、親しかった友と別れ、新しいクラスメートとの生活が始まる新学期は、子どもたちにとって緊張の毎日です。新しい学期が始まりしばらくすると、新しいクラスに馴染めず、いろんな症状を訴えて小児科に連れられてくる子どもが少なくありません。よくある訴えは、腹痛、頭痛、嘔気、嘔吐、食欲低下、発熱などですが、気になる症状としてチックがあります。

チックには、顔面筋や手足の筋肉の突然の不随意運動を示すタイプと、突然奇声を発するタイプがあります。決して稀な症状ではなく、3歳から13歳の成長過程にある小児の4～24%に認められ、男の子の方が女の子の3倍多くみられるようです。

チック症状が学校でのいじめの元になっていたり、本人が悩んでいる場合には専門医を受診することをお勧めしますが、多くは一過性で、自然に消失しますので、周りのものはいちいち指摘することなく、じっと見守ってあげるのが一番でしょう。

春です。お子さんと一緒に戸外に出て、大空を見上げ、胸いっぱい春の空気を吸い込ませてあげてください。

地域子育てネットワークだより平成24年4月号

☆☆☆

連載第83回 こどもの健康コラム

☆☆☆

これでいいのかインフルエンザ対策

今年も1月中頃からインフルエンザが猛威を振るい、未だに続いています。当初はA型中心の流行でしたが、2月末頃からはB型が多くなっています。この間、各地で学級閉鎖が相次ぎ、まるで年中行事のようです。

今季の流行にインフルエンザワクチンの効果を知るために、阪神北子ども急病センターに来院した子どもたちのワクチン接種歴を聴取しました。1歳から6歳までは約半数の児が接種していましたが、学童期になり、年齢が上がるにつれて接種者の割合は低下し、中学生になると30%に過ぎません。ワクチン接種していても、インフルエンザにかかる児はいましたが、ワクチン未接種者は接種済の者よりはるかに多く発症しており、ワクチンには発症予防効果ありと判定しました。

親たちは、インフルエンザ検査や治療薬の服用には大変熱心ですが、予防接種にはどうも消極的です。学校の感染対策は「学級閉鎖」を繰り返すばかりです。これからは、ワクチン接種による予防対策にもっと積極的に取り組み、インフルエンザによる学級閉鎖をなくす工夫をしたいものです。

地域子育てネットワークだより平成24年3月号

☆☆☆

連載第82回こどもの健康コラム

☆☆☆

生活発表会で大きく成長した子どもたち

前々から約束していた孫の幼稚園の生活発表会に初めて行ったところ、元気いっぱい声を張り上げ、ステージ上で飛び跳ねる子どもたちの姿に、客席の皆は元気づけられました。

2歳児から5歳児までのクラスがあり、3歳児までは体格の違いも大きく、みんなが同じようには揃いません。泣き出す子もおりなかなか微笑ましいものでした。ところが、4歳児、5歳児になると、AKBに慣れ親しんでいる子どもたちにとっては、ステージ上で軽快なリズムに乗って、笑顔いっぱい繰り広げるダンスが楽しくて仕方がないようでした。

どの園児にも初めての経験で、不安いっぱいだったのが、みんなで練習をしているうちに、1つのことを友だちと一緒にやる楽しさを体感し、ここまで成長したのだと思います。この連帯意識は、子どもたちの脳の奥深くに刻み込まれたことでしょう。

体格も、発達程度も異なる子どもたち相手に、歌に、器楽に、ダンスに、劇に、ここまで指導された保育士さん、本当にご苦労さまでした。

災害時にはじめて感じる「絆」

17年前のあの阪神大震災では「家族の大切さ」、「家族の絆」を我々は体感しました。昨年の東日本大震災や台風被害で、再び「絆」が注目を集め、昨年末には「絆」が今年の漢字に選ばれました。

広辞苑では、き-ずな【絆・継】は、①馬・犬・鷹など、動物をつなぎとめる綱。②断つにしのびない恩愛。離れがたい情実。と記されており、「夫婦の絆」が使用例に挙げられています。わが国の離婚率はこの50年間に4倍近く増加しており、最近では3組の夫婦が生まれる間に、1組が離れていきます。

「絆」という文字は、「絆創膏(ばんそうこう)」、「脚絆(きゃはん)」にも使われており、どうやら、「放っておけば、離ればなれになってしまう恐れがあるものを、繋ぎ止めておくのが「絆」のようです。

絆は、お互いの努力と我慢の積み重ねがあってはじめて成り立つもので、なま易しくありませんが、いざという時にその有り難さを感じさせてくれるものです。

地域子育てネットワークだより平成24年1月号

☆☆☆

連載第80回 こどもの健康コラム

☆☆☆

iPad を楽しむ幼児たち

1 歳半になる孫をひざにメールをしていると、横から小さな指先で、実に器用に画面を広げたり、狭めたりし、私から iPad を取り上げてしまうのです。無料で閲覧できる動画サイトには、子ども向けの絵本や童謡が収載されており、お気に入りの動画を何回も、何回も食い入るように観ています。紙の絵本に比べ、電子絵本は音楽付き、ナレーション付き、色も鮮やかであるために、子どものこころをとらえてしまうのです。

動画サイトには、多種多様な作品が並んでいます。幼児向けの無料の動画には ABC の歌など英語版の方により良い作品が多く並んでおり、幼児の世界にもグローバル化が押し寄せてきているようです。

アニメでは世界一の日本です。子どもと大人が語りいながら楽しめる幼児向けの作品に、もっと力を入れて、日本の良き文化を子どもたちに伝えたいものです。と同時に、良い作品を推奨し、不良作品を排除するモニター体制が益々必要になってきました。