

子どもが生まれつきもつ「共感性」を大切に

このところ、インターネットを使った陰湿化した中高生のいじめが目立つ中で、我が身の危険を顧みずに人命救助に当たった中高生の記事を見ると安堵します。

子どもたちは、生来の本性に従うと、倫理的な行動をとると言われています。他人の喜びや苦しみを自分のことのように感じる能力(共感性)は、人間として生まれつき備わっている能力のひとつです。新生児は、誰かが泣いていると泣き、機嫌のよい声や笑い声を聞くと嬉しそうにすることはよく知られています。2歳になると、落胆している友人や親を慰めたりさえします。子どもたちは、幼いうちから、非人道的な行為や不当な行為に対しては反対の意思表示をしますが、子どもが属している社会、文化によって行動の取り方には違いが生まれます。

いじめや非行に走る中高生の脳にも、「共感性」が奥深く刻み込まれています。子どもたちにとっての明るい未来づくりとは、人間として生まれつきもっている「共感性」を素直に表出できる社会を提供することでしょう。

100回を振り返って

安心の育児のお役に立てるような話題をお伝えしたいとの思いから、毎月筆を走らせてきましたが、それがもう100回を迎えることになったとは、じつに大変感慨深いものがあります。

小児科医である私は、平成20年3月まで兵庫県立こども病院にいましたので、ともすれば暗くなりがちな病気や健康問題を取り上げることが多くありました。それを育児中のお母さん方へ明るく、元気が出るような話題としてお伝えできればとの思いはありましたが、うまくいったかどうか自信がありません。その後、阪神北こども急病センターに移ってからは、お母さんとお子さんたちの日常生活と関わりの深い身近な話題を取り上げるようになりました。

年々、地域コミュニティーを中心とした子育て支援への取り組みが、各地で活発と なっています。これからもこのコラムで取り上げる話題が、コミュニティーでの話の種 にしていただけるように、いろいろな子育ての悩みに対する私の考えを皆さんにお伝 えできればと思っています。

地域子育てネットワークだより平成25年9月号

☆☆☆

連載第99回 こどもの健康コラム

☆☆☆

平和の有り難さを語る

お盆休みに帰省していた娘と孫娘と、映画「少年 H」を観に行きました。妹尾河童の自伝的長編小説を映画化したこの作品は、太平洋戦争のさなかの神戸を舞台にしたもので、戦争に巻き込まれながらも信念と愛情でたくましく時代を生き抜いた家族の激動の物語です。神戸大空襲をおぼろげに記憶している私たち夫婦は、自らの体験と照らし合わせながら、バブル期に青春時代を謳歌していた娘は少し退屈気味に、その子である中3の孫娘は、意外にも最後まで食い入るように見入っていました。映画の後で、孫とはじめて戦争の怖さ、平和の大切さを話し合うことができました。

この15日には、神戸大空襲の犠牲者1752名の名前を刻んだ慰霊碑が神戸市中央区楠町7の大倉山公園に完成したそうです。戦争の記憶のある世代として、孫の世代にしっかりと平和の有り難さを伝えていきたいと思います。

いよいよ夏休み、朝のラジオ体操

夜明けとともに、公園の木々から今朝も聞こえる蝉しぐれ。首にカードをぶら下げた子どもたちが、眠た目をこすりながら朝のラジオ体操に集まってきます。輪の周りにはいつの間にか老若男女が入り交じって、思い思いに身体を動かしはじめると、ラジオから流れてくる音声に蝉も一斉に静かになります。おくの細道で芭蕉が詠んだ「閑さや岩にしみ入蝉の声」と、趣はかなりちがいますが、夏休みの朝の都会における風物詩です。ともすれば、生活のリズムが乱れがちな夏休みです。ぜひご近所の方々と一緒に、朝日の中でせいいっぱい背筋を伸ばして下さい。

夏休みは、ふだんの生活では味わえない、自分で好きなような生活ができます。私自身の少年時代を振り返ると、ふだんの学校生活ではなく、毎年の夏休みのさまざまな思い出の方が脳裏に強く焼き付いています。

さあ、ラジオ体操の後は、いつもはできないことを、思い切りやってみて下さい。

熱中症に最もなりやすい季節です

人の体は暑さを感じると、皮膚に血液を多く流したり、汗を出して体温を下げていきます。汗は体から蒸発する時に体の熱も一緒に放出します。これで人は体温を一定に保っているのです。しかし、気温が高い状態が長く続くと、大量に発汗して水分や塩分が失われ、血液中の水分を奪い、汗が出なくなったり、血液が全身の臓器へ流れにくくなります。

梅雨時のように、さほど高温でなくとも、湿度が高いと、汗が蒸発せず、熱がこもった状態になります。こうしたことによって、熱中症の症状である、「喉の渇き」、「めまい」、「失神」、「筋肉痛」、「こむら返り」、「大量の発汗」をひき起します。

熱中症を予防するには、多くの方がのどがかわいてから水分を補給したら良いと考えがちですが、喉が渇いてからでは水分が失われすぎているということです。喉の渇きを感じる前に、こまめに水分補給をしましょう。また、乳児のように一日中室内にいる場合には、室温 28 度、湿度70%を超えたらエアコンを使いましょう。

朝ごはんを食べないと

新学期が始まり、1 か月がたちました。新しい生活での緊張に、疲れが出てくる頃です。朝食を食べるぐらいなら、疲れをとるためにもっと寝ていたいという気分になるかもしれません。

文部科学省が小学校6年生と中学校3年生を対象に実施された平成22年度「全国学力・学習状況調査」及び「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、毎日朝食を食べる子どもほど、すべての教科（小学生は国語・算数、中学生は国語・数学）において平均正答率が高く、さらに、体力合計点も高い傾向にあることが明らかになりました。

脳の活動エネルギーは主にブドウ糖の働きによるものですが、ブドウ糖は体内に大量に貯蔵しておくことができず、すぐに不足してしまいます。つまり、空腹な状態で起きた朝の脳は、エネルギー欠乏状態です。朝にしっかりごはんを食べないと、元気よく活動する気力がわかず、集中力や記憶力を低下させてしまいます。さあ、「早寝早起き、朝ごはん」の習慣を身につけましょう。

風疹が成人男性・女性で大流行しています。

神戸市では 2012 年3月から風疹患者発生届出数が増加し始め、5月をピークに2013 年2月末までに風疹脳炎を含む風疹患者 89 名(男性 66、女性 23)および先天性風疹症候群患者2名の発生がありました(国立感染症研究所の本年 4 月 5 日付けの速報版より)。患者は、ワクチン未接種かつ未感染者が多い 20～50 代の男性層に集中しています。また、妊娠可能年齢である 20～40 代の女性が 12.4%を占めているのは問題です。

風疹に対する免疫を持たない女性が、妊娠中(特に妊娠初期)に風疹に感染すると、胎児が白内障、先天性心疾患、難聴等を主な症状とする先天性風疹症候群という病気になるおそれがあります。妊娠中の方は、風疹の予防接種を受けることができませんので、妊娠を予定している方や妊婦の同居家族の方等は、早い目に予防接種を受けるようにお勧めします。

孟母三遷(もうぼさんせん)の教え

孟子の母は、はじめ墓場のそばに住んでいましたが、孟子が葬式のまねばかりしているので、市場近くに転居しました。ところが、今度は孟子が商人の駆け引きをまねるので、学校のそばに転居しました。すると、礼儀作法をまねるようになったので、これこそ教育に最適の場所だとして定住したという故事に習い、日常において目にし、耳にするなんでもないようなことの積み重ねが、遂には習慣となって成長への大きな要因になることを戒める言葉になっています。

情報技術が発達した現代社会においては、日常的に多種多様な情報が、住んでいる場所に関係なく、小さな子どもたちの目に、耳に飛び込んできます。先日、もうすぐ3歳になる孫娘が、YouTubeで韓国語のアンパンマンをiPadで再生し、聞き入っていました。その検索履歴をみると、絵本の読聞かせ、各国語の歌やお遊戯など3歳児が興味を持ちそうなビデオがずらりと並んでいます。

お父さん、お母さん、子どもに負けないようにしっかりとアンテナを張り巡らし、「躰(しつけ)」のタイミングを失さないようにしてください。

「かわいそうなぞう」を演じた子どもたち

孫の通う保育園の生活発表会を観に行ったところ、5歳児のふじ組の発表は、土家由岐雄さん作の「かわいそうなぞう」でした。この絵本をご存知の方も多いと思いますが、戦争で爆弾が落とされ、上野動物園の猛獣たちが町へ暴れ出したら困るので、トラやライオンはすでに毒殺され、とうとう3頭のぞうまでも餓死させてしまうというお話です。

やせ衰えても、必死に芸当をしてえさを求めるぞう、何の手助けもできない飼育員を演じた子どもたちの迫真の演技には、客席の保護者たちも目頭にハンカチを当てずにはいられませんでした。

「命を大切にすること」、「人、自然を愛すること」を自ら体感させる道徳教育、「心の教育」として、「かわいそうなぞう」を取り上げられた先生の選択こそが、その原点だと感じました。絵本として読むだけでなく、自ら演じたことで5歳児の心の奥深くに戦争の悲惨さ、平和の大切さがしまい込まれたことでしょう。

地域子育てネットワークだより平成25年2月号

☆☆☆

連載第92回 こどもの健康コラム

☆☆☆

ならぬことはならぬものです

新春からはじまったNHK大河ドラマ「八重の桜」は、会津藩の砲術指南の山本家に生まれた八重が、会津の人材育成の指針“什(じゅう)の掟”、「ならぬことはならぬもの」という理屈ではない強い教えのもと、会津の女性として育っていく物語です。

7 か条からなる「什の掟」全てが、現代に通用するものではありませんが、「虚言を言ふ事はなりませぬ」、「卑怯な振舞をしてはなりませぬ」、「弱い者をいぢめてはなりませぬ」などは、今日でも通用します。年長者を敬う心を育て、自らを律することを覚え、団体行動に慣れるための学習が、6～9 歳の子どもたちだけの中で行われていたのです。

昨今の親をみていると、我が子に対していかにも自信無げに「しつけ」を行っているように見えてなりません。人として許されること、許されないことは、物心がつき始めた時期にはっきりと学ばせておくことが大切でしょう。

ノロウイルスによる急性胃腸炎が流行しています

ノロウイルスによる集団感染が、世界各地の学校や養護施設などで散発的に発生していましたが、最近全国各地で大流行しています。ノロウイルスはもともと、非常に強い感染力をもっていますが、最近見つかった新しい変異株がこのような大流行の原因かも知れません。

こども急病センターにも多数の子どもたちが、突発的な激しい吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、発熱で訪れてきます。これらの症状は、通常は 1～2 日で治癒し、後遺症を残すことはありませんが、免疫力の低下した老人や乳幼児では長引くこともあります。

対策としては、まず迅速な汚物の処理です。糞便や吐物に大量のウイルスが排出されています。すぐに処理せず、乾燥した状態になると空気中へ塵埃としてウイルスを飛散させ、多くの人に感染させてしまいます。症状がなくても油断できません。アルコール消毒は無効ですから、こまめに流水でよく手洗いをするのが一番です。また、外出したときには、よくうがいをしてください。