



子ども達と日々を共にする仕事に従事して、はや二十数年……。様々な子ども達と関わってきました。教えるは、「公平に」「厳しく」「愛情深く」育てるを信条にこれまでつとめてきました。様々な子どもたちと過ごしてきた日々は、私の中では常に宝物です。子どもは、いつの時代もかわいく大切な存在だから、たくましく育ち、将来は自立した立派な社会人に成長してほしいと願っています。

そんな願いが届かないのか、最近、言動が心配な小学生が増えているので、老婆心ながら一言申し上げさせていただきます。

情報化社会への移り変わりと共に、身近な子ども達の中にも、生活が夜型・朝寝坊・朝食抜きで登校してくる子どもが増えています。朝から疲れた顔をして、子どもらしい生気が感じられません。3時間目頃になると、エネルギー切れを起こし、体調不良を訴えたり、授業に集中できずに手いたずらを始めたり……。そういった子ども達ばかりでは行動が衝動的で根気に欠け、自分の感情を上手くコントロールできま

せん。少しの事で、「切れたり」「へこんだり」しがちです。行動がもめ事の原因になることも多いです。ですが、昼食をとると、気持ちが安定し、食事前の不機嫌さはどこへ消えたやうで、ごく普通の子どもに戻っています。子どもの場合、夜型・朝食抜きの生活を改善し、「規則正しい」生活を心掛ければ、問題行動がかなり減るので、家庭での協力を強くお願いしたいです。

また、我慢ができない子どもが増えていることも事実です。例えば、授業中席にじつと座ってられない、人の話が聞けない、順番が守れない、すぐに癇癪かんしゃくを起こすなど。例をあげれば、限りなく、こんなことが我慢できないのかと驚いてしまいます。生活が便利になり、ほしい物が簡単に手に入る時代、我慢をする機会が与えられずに育ってきたのかもしれない。我慢ができない子どもが複数いると、衝突も珍しくありません。自分の非を認めず、相手に責任転嫁し、同じことの繰り返しをしています。トラブルの原因が自分にあることに気づいていないので、回りの子どもと親しい関係を結ぶことが難しいです。高学年になると、孤立する例も出てきています。そこで、またご家庭に協力を求めるわけです。自分の子を一人前に育てるために、「かわい子には旅をさせよ」の気持ちを常に忘れず、子育てを心掛けてください。

伝言板

富士北麓・東部地域振興局健康福祉部(大月保健所)

花粉症について

花粉症は花粉によって生じるアレルギー疾患の総称であり、主にアレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎が生じます。推定される患者さんは、国民のおよそ16%と考えられています。

花粉症の原因の約70%はスギ花粉症だと推察されています。スギの花粉は雄花の中で作られ、花粉が完成するのは10月中旬です。年を越して暖かくなると雄花は開花して花粉が一斉に飛び始めますので、このころからスギ花粉症の症状が現れます。

花粉症の治療は対症療法と根治療法があります。治療を季節前から行うとより効果的といわれています。医療機関に相談して適切な治療を行いましょう。約5〜6割の人がほとんど花粉症の症状がなくなる可能性があります。

花粉症の予防は防衛器具(マスク・メガネなど)が有効です。また、粘膜を傷つける「たばこ」は避けましょう。規則正しい生活やバランスのとれた食事、掃除を励行するなど、室内環境をきれいにすることも大切です。

花粉症は症状がひどいと、日常生活にも影響しますので、早めの対応に心がけましょう。

看護職員再就業相談のご案内

「あなたにしかできないことがあります」

健康寿命を延ばそう、これからの社会を担う子ども達の心身の健康を育てようという少子高齢社会の目標の中で、看護職員にしか出来ない仕事(訪問看護、病院、診療所、老人介護施設など)が沢山あり、皆さんのパワーが期待されています。

◎保健師、助産師、看護師、准看護師の免許をお持ちの方で再び看護の仕事を始めたいとお考えの方は、お気軽にご相談ください。

◎相談を通して知り得た個人情報厳守しますので、遠慮なくご連絡ください。

問合先

健康福祉部 健康支援課
☎(22) 7827

