



耳をふさぎたくなくなるような事件報道が続いています。テレビや新聞、学校での話などから、全国の小学生たちは事件の概要を知り、一様に不安を感じていることと思います。

小学生だけではなく、中・高生や若者、子どもの周囲の保護者・教師など、教育や子育てにかかわる大人たち、普通の人間的感覚を持ち合わせている人たちは、みんな、本当にショックを受け、心理的に緊張状態が続いているのではないのでしょうか。

しかし、こんな時代だからこそ、子どもたちに、「気をつけなさい。」「集団登下校しなさい。」と注意するばかりではなく、心癒されるような、ホッとできる時間、全てを忘れて思いっきり楽しめる子どもらしい時間、そんな時間や機会を持たせたいものです。

事件のことばかり気にして、今を楽しまないと、子どもたちの心は、大きく傾いてしまいます。

将来に希望が持てなければ、どうしても学ぶ意欲が持てずでしょう。ますます無気力・無関心な人を育てることになってしまいます。不安なことがあつ

たら、それをどのように解決していけばよいかを論理的に教え、練習し、後はまた、夢や希望に向かって進んでいけるよう日々の生活を大切にしていきたいでしょう。こんな時期は、必要以上に、子どもたちが報道に触れないですむよう配慮した方が良いでしょう。特に小さな子どもたちには。

ある若者が、インタビュウを受けてこんなことを言っていました。地下鉄サリン事件以来、暗くて衝撃的なニュースが次々と起こり、それと共に成長してきた自分たちは、将来に希望が持てない・・・常に不安を感じながら、これまで生きてきた・・・と。

確かに、私たちの青春時代とははるかに異なる時代を今の若者たちは過ごしてきたのは間違いないことで、だんだんと気分が暗くなり、希望が持てなくなる・・・というのは無理もないこととです。実際、大人の世代にも「鬱」症状が増えているのだから。

だからこそ、多感な時期、感性を育てる子ども時代に、きれいなもの、美しいもの、善なるもの、ホッとひと息つけるものを身近に用意してあげましょう。絵本・物語・自然の中の景色や空気・家族の団欒・・・親子で共有できる何かを。もうすぐ夏休みもやってきます。子どもたちはもちろん、親にとっても癒しにつながるのではないのでしょうか。

犠牲になってしまった小さな命の為に、子どもたち自身の未来の為に・・・。

伝言板

富士・東部保健福祉事務所(富士・東部保健所)

特定疾患医療費助成制度

原因が不明で、治療法が確立していない病気をいわゆる難病といいます。そのうち、国の定めた四十五疾患(特定疾患)については、治療方法の研究を進めていると同時に、患者さんの医療保険などの自己負担額を軽減する措置を行っています。

助成は、病気の重症度、所得額などにより決定されますので、次の書類をそろえて申請してください。

対象者 特定疾患(四十五疾患)と診断された方

- 1 特定疾患医療受給者交付申請書
- 2 医師の診断書(臨床調査個人票)
- 3 世帯全員の住民票(謄本)
- 4 保険証の写しなど
- 5 生計中心者の所得証明書

※なお、療養生活に関する相談も行っていますので気軽に相談ください。

問合先

健康支援課

0555(24)9034

食事バランスガイドの普及について

このガイドは、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5つの料理区分を基本とし、料理区分ごとに、一日に取る料理の組み合わせとおおよその量を示しています。

食事は、主食、主菜、副菜をバランス良く組み合わせることが大切です。どれが欠けても、どれが多過ぎてもバランスが悪くなります。

特にメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を心配されている中高年齢層や外食の多い人にも使いやすいガイドになっています。

保健所では、メニューや食品表示にガイドの活用を希望される企業や飲食店の方には、説明を行っています。

問合先 地域保健課 0555(24)9035

