



人間の内面には常に二つの心が存在していると言われます。「良いこと・正しいこと」を求めようとする心と「否定的なこと・正しいことが在り、その二つが常に自分の中で争っているのです。今日の子どもの非行や問題行動のほとんどが、心の中のわがままや甘えとたたかって勝つことができない状況の中で、発生する傾向があります。それは当然で、自分とたたかえない子が、他からの誘惑や悪影響とたたかえるはずがないのです。ですから、わが子の生活のリズムや家庭での自己規律がどうなっているかを注意深くみつめ、自立を促す親でありたいと思います。



生の時期は、親や教師やまわりの人に同一化する傾向が強いので、親も教師も自分自身が良いお手本になるよう身を慎むことが大切です。よく「いくら言ってもだめだ」と怒っている親がいますが、それは親が教育といえ口で説教することであると勘違いしているからなのです。子どもは親の口ばかりの部分に同一化してしまい、口は達者になっ

ても言われたことをするようにはならないのです。それでは、良い同一化をおこさせるにはどのようなしたらよいのでしょうか。そこには子どもを喜ばせる要素、いわば「愛の心づかい」が必要になってきます。それは①まず取り組み方を教える②それが定着したら、自己の目標を立てさせ③それを支援しながら成し遂げさせる④そして良い

子どもというのは親が自分の細胞をわけて生み、親の手でこねあげた『親の作品』以外の何ものでもありません。特に、幼児や小学

点を褒めて励まし、足りない所を示して克服させるといすじ道の中で、自立を促すよびかけを心がけることです。「ちゃんとやれたじゃないか。やればできる力があるんだぞ。」など、必ず褒めてやり、子どもに内在する力を引き出し、次第に自立する力を獲得させていきます。

子どもに今もつとも必要なのは「自立する力」です。親を慕い、親を真似して子が育つとしたら、きついつい思うことにも立ち向かい、教えるべきことはきちんと教える必要があります。それは、子どもにとつても厳しいことですが、それ以上に親が、自分自身に厳しい葛藤をせまられることなのだと思えます。幼くて、かわいいた時にこそ、モラルや正義の土台をしっかりと教え、ゆがみやねじれを見逃さないことが大事です。父親は羅針盤、母親は太陽といわれる存在なのですから…。

青少年育成

都留市民会議編集委員

伝言板

富士北麓・東部地域振興局健康福祉部(大月保健所) 重症急性呼吸器症候群 (SARS) について

SARSは、かぜの症状から急激に肺炎を併発し重症例では呼吸器障害を起こす原因不明の呼吸器疾患です。現在国内では発生の報告はありませんが次に該当する方は、事前に保健所または受け入れ医療機関へ必ず電話連絡してから、マスクを着用して受診されるようお願いいたします。2002年11月1日以降に伝播確認地域から帰国された方で38度以上の発熱、咳、呼吸器などに症状のある方です。また、症状がなくても伝播確認地域から帰国された方は、10日間できるだけ外出を避けて様子を見ましょう。

生活習慣病は、日頃の偏った食生活や運動不足・喫煙・過度の飲酒・ストレスの多い生活など悪い生活習慣が積み重なってかかる病気です。高血圧症や糖尿病の改善には、適切な食生活習慣を身に付け、継続することが、特に重要なことです。保健所では、医師と連携しながら、個人に合った専門的な栄養指導が必要な方に、食生活など生活習慣の指導を行い、病気の改善に向けお手伝いをしています。お気軽にご相談ください。

病態別栄養指導の御案内

☆対象者 高血圧・高脂血症・糖尿病・心疾患・腎臓病・肥満症などで栄養指導が必要な方とそのご家族。 ☆申し込み 主治医と相談の上、電話で予約してください。 ☆指導者 管理栄養士

☆手洗い・うがいは重要な予防策ですので頻繁に行いましょう。

問合せ 長寿健康課 ☎(22)7825