



こどもは未来からの使者・共に未来を育てる

サン・クリニック

ファミリー通信 Vol.6

- 1. 安歩入者(歩み入る者に安らぎを) 倅去行人(去り行く人に倅せを)
- 2. 産む女を母に、生まれるヒトをひとに(山内逸郎)
- 3. 子供は未来からの使者である(タゴール)
- 4. 願生し来れる也[阿弥陀経]

平成 14 年(2002)12 月 15 日発行 106 号
 発行：サン・クリニック
 岡山市中井 221-1
 編集：ボンネット
 岡山市中井 284-8
 TEL.086-275-9501・FAX.086-275-9502
<http://www.sunclinic.org/family>

にこにこサンクラブ特集 院長 山縣 威日

子育ての分かち合いを楽しみました

今年もニコニコサンクラブにサン・クリニックで生まれた三才児のお母さん方一〇〇人あまりが集ってくれました。この催しは当院の年中行事の中でも最も大切にしている会のひとつで、職員総出で懐かしい皆様をお迎えします。会場ではみんなニコニコしてお母さん同士やスタッフと久しぶりの再会を喜び合って、

何ともいえず、こころ和む雰囲気があったよかったです。

子育てを家づくり为例えると、生まれて三年間は地ならしをし、土台を作るのに当たります。子育てに成功、不成功はありませんが、土台づくりはなかなか骨の折れる仕事です。三才児は第一反抗期自己形成期のまっただ中、子育てに手こずっているこの時期に、みんなで集まって苦労と

感動を分かち合おうというのがニコニコサンクラブの目的です。今回のオープンングは「感動子育て二つの約束」という題でお話しました。

以前、ダライ・ラマ

チベット法王にお話を聞く機会があり、子育ての原理となる言葉をいただきました。それは、「だ

れでも、生きる目的はしあわせになること。その方法は胸の奥からわき上がってくる深い感動を日々味わうこと」という

もので、じつに単純明快なものでした。

こどもが産まれたとき、誰も願うことはその子のしあわせです。生まれて約一年間、こどもはお母さんにひつついて育ちます。この抱かれて育つことで、こどものこころに母への絶対的信頼感が出てきます。この信頼感

は自分を信じる力になり、他を信頼し愛するセンサーになります。母乳育児はこのヒトがひととして育つために用意された自然の仕組みです。しあわせへの歩みはこのセンサーを育て、磨くことから始まります。子育てには感動があります。感

動を味わうには、こどもがしあわせであること、そして同時に母となる存在がしあわせであることです。これが育児を楽しむための二つの約束です。

こどものものさしお父さん、こころの基地はお母さん

「こころの基地はお母さん」とは児童学を創られた平井信義先生の言葉です。こどものこころの中に潜在意識のようにお母さんのやさしさが根を張っていれば、こどもは人生をあゆむとき最も大切な「愛する力」「信じる力」を身につけることができる。一方、お父さんは「ものさし」つまりこどもの最初の「価値判断基準」になる。父と子のふれあい直接的にしても、間接的にしても、しっかりとすれば、さまざまな選択に迷うこと

もありません。人間関係を築くためには感情を共有できる力―共感力が育っていることが必要です。一緒に絵かきをする。本を読み聞かせる。一緒

に童謡を歌う。みんな楽しくお母さんやお父さんの手作り料理の食卓を囲む。こどもはお手伝いが大好き。そうです、一緒に共感力を育てるキーワードです。共感力ができると共感覚する、という、五感をすべて使った感性豊かなこどもが育つでしょう。



が少なく、こどものこころの中に意志の力が育っていきます。

共感力を育てる

ひとは一人では生きられません。人間関係を築くためには感情を共有できる力―共感力が育っていることが必要です。一緒に絵かきをする。本を読み聞かせる。一緒

第11回 にこにこサンファミリーマーケット開催!

於 サン・クリニック駐車場公園
十一月十七日(日) 初めの試みとして車での来場を全面禁止とさせて頂きフリーマーケットを開催いたしました。スタッフ一同「たくさんの方が来て下さるか?」という心配をしておりましたが当日は、晴天に恵まれ、予想以上の多くの皆さまにおいで頂きました。



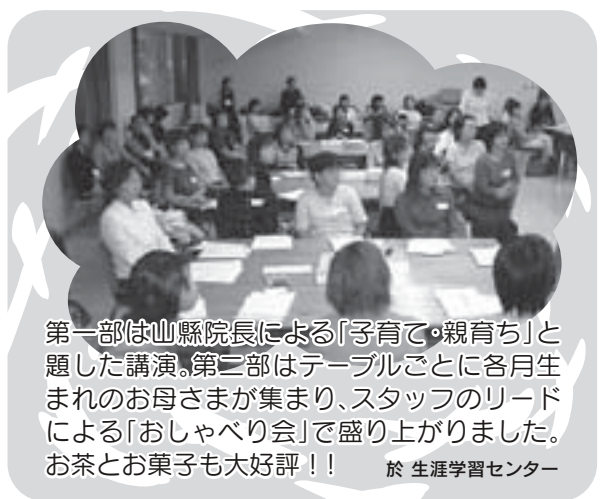
★年末年始のお知らせ★

● 年末は十一月二十八日(土)午前中
で外来診療を終了させていただきます。
● 年始は一月四日(土)から開始いたします。

トニクニサンクラブ 今年も大盛会!

今年で六回目を迎えました「にこにこサンクラブ」は、九十九名のお母さまのご参加を頂き大盛況でした。スタッフ一同皆さまと和やかな楽しいひとときを過ごすことができました大感激でした。この皆さんの手をひいたお母さまが「生まれた時は本当に可愛くてただそれだけだったのに三才を迎える前後からちっとも私の

云うことを聞かなくて困ります。どうすればいいのでしょうか？」という質問とも愚痴ともいえぬ悩みを話されます。そのお母さま達のご質問に答えるためにスタートした「にこにこサンクラブ」。今回はその様子を詳しくご報告します。
※参加されたお母さま方の感想です。



第一部は山縣院長による「子育て・親育ち」と題した講演。第二部はテーブルごとに各月生まれのお母さまが集まり、スタッフのリードによる「おしゃべり会」で盛り上がりました。お茶とお菓子も大好評!! 於 生涯学習センター

- ◎小さな種子を蒔いて、肥料をやり、水やりを怠らず、大樹に育つのを見守っていききたい。ゆつたりした気持ちで子どもを見てみるとそんな気持ちになります。
- ◎共感力、共感覚するといふキーワードが心に残りました。楽しい会でみなさんとお会いできてうれしかったです。
- ◎子育ては、大変だけれど楽しい。うれしいこともいっぱい! 今のかわいいう時期を楽しみたいです。
- ◎生まれてから、日々にしく過ごして我が子も三歳になりました。サン・クリニックで母乳の大切さを教えて頂き、母乳も良く出て今まで、大きな病気もせずにこれ来ました。これからも、すくすく育って行って欲しいです。そして、私も共に成長していききたいです。
- ◎サン・クリニックって家族みたいですよ! とっても暖かいです。何かしらの形でずーっとつながっていたいなと思ってます!
- ◎いろいろなお話が聞けて自分の事も話せて、少し客観的に自分の子育てがみえました。帰ったら気持ち新たに子どもと接したいです。



◎このような会を開いて頂き、本当にありがとうございました。赤ちゃんの時期がすんで、二、三才になって、悩むことも覚えてきたので、とても参考になりました。

◎二年前、長女のニコニコサンクラブに参加し、院長先生やいろいろなお母さんの話を聞いて、心があらわれた気がしたのが、ほんのこの間のことのように思います。子どもが二人になってもやっぱり新たな悩みが出てきたり...この会で、お話を聞くのが楽しみでした。そして、期待通り、今まで心の中にいろいろあった疑問や不安がスーッと消えていくような気がしました。何年かしてまたこんな集まりがあったらうれしいです。(7才になった頃とか)

◎久しぶりに先生やスタッフの方々にお会いできてとてもよかったです。いろいろ皆さんが楽しんでらっしゃる様子を知ることができて、同じ年の子どもを持つ者として、心強かったです。おいしいお茶とお菓子、すてきな本のプレゼントもありがとうございました。このような会、ずっと続けて下さい。





ないなど反省しました。またこのような会を開いていただけるとありがたいです。

◎今、上の子が幼稚園に行っていて、知っている顔がたくさん！サン・クリニック仲間がいつぱいいます。親子クラブもいっしょだったりと、生まれてからのつき合いの場の原点のような気がします。六ヶ月の集まり、三才の集まり、企画をして下さってありがとうございます。また、さらにパワーアップできそうです。

◎皆さんの企画大変だと思えますが、がんばらないと反省しました。

◎休みなく続く子育てでなかなか冷静になる機会がありませんが今日のようない会場を用意して頂きまた明日からがんばろう

◎三時間では短い位でした。自分を見つめ直すよい機会だったと思います。グループでも話したのですが父親も一緒に参加できる会もあつたら有り難いと思います。楽しいひとときをありがとうございます。

◎ご近所のお母さん達の間でどうだろうねえといっていた疑問もやっぱベテランの先生達の話聞くことで解決しました。ちよつと違う角度からみることも教えてもらった気がします。

◎先生の講演、久々に新鮮で私自身「ヤダ、ダメ、スル」の三つの言葉に悩んでいたのでたすかりました。皆さんも同じ悩みもっているんだなーと思ひ、安心しました。子育ては手さぐり状態で、これでよかつたのかなーと思ひ、毎日すごしてい



◎お父さんも参加できるというのにも思ひました。(院長先生のお話だけ)これからが父さんの出番なのに、あまり自覚がなく、そういった情報も耳に入っていないよなので…

◎やっぱり皆さん同じ悩みもっているんだなーと思ひ、安心しました。子育ては手さぐり状態で、これでよかつたのかなーと思ひ、毎日すごしてい

◎今日のお話を聞くのは二回目ですが、忘れていた記憶がよみがえってくるような感じでした。三人の子育てで、毎日があつという間に過ぎていきますが、もう少し心ゆとりをもって、子ども

◎今日のお話を聞くのは二回目ですが、忘れていた記憶がよみがえってくるような感じでした。三人の子育てで、毎日があつという間に過ぎていきますが、もう少し心ゆとりをもって、子ども

◎楽しいひと時でした。忘れかけていた子どもが産まれた時の感動を思い出し、初心にかえつた気がします。また帰つて二コニコ子育てをしたいと思ひます。

◎やっぱりいろんな人達の話を知ると自分の小さな事に感じられませんでした。心も少し軽くなりました。またぜひ、こういった会を作つていただきたいです。少人数制の対話だったので話をしやすかつたです。



地域の健康セミナー

第六回 すみやか人生講座

九月二十二日(土)



平成十三年二月にスタートいたしました。「すみやか人生講座」も地域の皆さまのご支援により六回目を迎えることができました。

今回は薬学博士 難波弘行先生による「お薬の正しい飲み方、使い方」でした。

普段、私達が病院からもらうお薬も、使い方を誤ると副作用を引き起こすというお話には、参加者の方々が「改めて正しい使い方をします。好き勝手に飲んでいました。が、お話を聞きまして反省しました。」等の感想

をたくさん頂きました。「お薬とは、人体の病気や症状に対して有益な作用(主作用)を期待する物質です。お薬は正しく使ってはじめて有効で安全なものになります。」と最初におっしゃった先生のおことばはとても印象的でした。

※講座のテープはホールにて貸し出しをしておりますのでご利用下さい。



参加者の声

◎薬はできるだけ飲まない方がよいと思っていましたが、今日のお話で薬の適切な使用で自分の体を守ることができるとわかり本当にいいお話でした。ありがとうございました。

◎大切なお薬を今までいかにいい加減にしていたかしみじみ反省しました。また最近クロレラを飲み始めた兄に早速忠告します。有意義なお話をありがとうございました。

◎お薬は病人が作ったと昔に聞いたことがありましたが。現在病人に成り、お薬に頼っている体になりました。お話を聞かせて頂きまして、いかに好きないように、いい加減に飲んでいる事を改めて知らされました。あまりにも内容が深く一回ではなかなかわかりません。副作用のことを考えて少しは今日の講義を無駄にしないように気をつけたいと思いました。

◎高齢の実家の両親や家族にも伝えたいと思います。幼い子への薬の与え方、使い方もわかり助かりました。知っているようで知らないこと、勘違いしている事もあるものですね。わからない事は、お医者さまや薬剤師の方によくきくこと改めて学びました。

◎やさしくわかり良く薬についてお教え頂きありがとうございました。大分間違っていた所もあり自分のおろかさを知りました。今日はありがとうございました。

◎知っていたようで知らなかったこともわかり、勉強になりました。私もこどもの点眼はいつも足でさえつけていたのでこわい顔というよりは「フッフッフ」という感じでやっていました。薬のませ方は相変わらず同じ手ではきかず、毎回手をかえ品をかえやっています。でもこわい顔にならないようにしたいなアと思いました。

サン・クリニック スタッフ紹介 その四



岡本 めぐみ

こんにちは、岡本です。出身は高知県の室戸岬です。大学進学のため岡山に来て、はや八年目になります。岡山弁も板についてきたかな。私が初めてサン・クリニックに来たのは四年前。林英臣先生の勉強会に参加したのがきっかけで、毎週火曜日のヨガ教室にも一年ほど通いました。フリー



内田 克子

はじめまして。私が美化スタッフの一員に加えていただいたのは、今年の八月中頃。初めのうちは仕事をこなすのに一杯で、他のスタッフの方達に助けられて三ヶ月が過ぎたところです。近頃は仕事の合間に、ベビーちゃんの無垢な寝顔に思わず見とれてしまったり、体中で泣いているベビーちゃんを見て、小ちゃいけどパワーあるなーと感心したり、ご家族の絆の深さを感じ入ったり。私も少し心に余裕が出てきたようです。

生きていくことの感動がいつばいある場所で働かせてもらえるのはラッキーですね。

皆さまに気持ち良く過ごしていただける空間を維持できるよう、私も楽しく笑顔で、またお仕事に励みたいと思います。



光田 昌代

どっぷりと子育てと主婦業に浸かっていました。が、五年前、期間を置いて二度仕事の誘いがありこれは絶対に縁があると確信し、美化で働かせてもらうようになりまし。初めは女性ばかりの職場は恐いと尻込みしていましたが、だじゃれ連発の笑いの絶えない毎日です。個性豊かなスタッフに、院長、リーダーと



藤井 一枝

美化の藤井一枝です。サン・クリニックに、勤務させてもらって五年が過ぎ、六年目を向かえています。日々一所懸命に仕事に頑張っています。五年が過ぎ、色々と勉強を重ねることに、仕事に対する気持ちが向上し、常に、何かを追及しながらやって行かなければと痛感しております。昨年

から、私達にない感性豊かな、若い岡本さんを美化スタッフに迎え、美化の雰囲気も変わりました。岡本さんや今年入った内田さんを見ていると、私も頑張らなくっちゃと思います。私生活では、長女がやと就職し、心配も一つずつ減って、苦難を乗り越えつつあります。次女もまじめに大学に通い、三女も何とか大阪で頑張ってくれています。サン・クリニックを愛し、幸せを感じながら、これからも頑張っています。

子育て歳時記

秋冬の巻

保健婦 鶴川 明子

一番の薬かもしれない。寒いから風邪をひかせ

今年、秋らしさを味わう間もなく冬が訪れてしまいました。この時期は風邪や嘔吐下痢などの病気が多くなる季節ですね。もし病気になることも、風邪をひかせてしまったなど、気がかりせず、病気をうまくやりすごす工夫をしてみましよう。

こどもの場合、多少鼻水や咳が出たり、熱が出たりしても、食欲があつたりして、顔色もよく、機嫌よく笑ったり遊んだりしてしまえば大丈夫。反対に元気がなくなったり、とても機嫌が悪い、食欲がない、咳がひどくて眠れない、何度も吐く、ひどい下痢、オシッコが少なめなどの症状があれば早めに受診して下さい。インフルエンザの場合などは、使わない方がよい熱冷まし等もありますか

ら、手持ちの薬を勝手に使わず受診なさることをお勧めします。

体調が悪い時は、安静にとっても小さいこどもには難しいので、家でゆっくり過ごさずようにして下さい。食欲はなくて当たり前くらいに考えて、無理強いわせず水分を十分に取るように心がけて下さい。母乳を飲んでお母さんが、自分のことを心配しながらあれこれ手当てをしてくれる姿が

よ。日頃は母乳育児が大変だと感じている方でも、病気の時には、ぐずる赤ちゃんを慰め水分補給もできる母乳のありがたさを実感できることでしょう。乳離れしたお子さんなら、欲しがらぬものでよいですからママに水分を与えましょう。お兄ちゃんお姉ちゃんには、お母さんが、自分のことを心配しながらあれこれ手当てをしてくれる姿が

【子育てマンガ館】

文/平川洋児 画/目黒やすし



中三の家庭科で「家族」を学びます。「あなたにとって家族、家庭とは何ですか」という問いに、多くの生徒は「何でも話せ、相談でき、信頼できる」「心が安まり、

安心でき、ふれあえる」「気を遣わずくつろげる」「どんな時でも受け入れ、守ってくれる」「ご飯を食べ、一緒に住む」と答えています。

新聞が行った成人対象の「家族世論調査」によると、「家族の役割」として重要なものは①休息、安らぎの場 ②家族が互いに成長していく場 ③経済生活を支える場 ④夫婦の愛情の場 ⑤こどもを生み育てる場」となっています。

す。家族や家庭への期待は、親もこどもも一致しています。

こども達が、その期待を裏切られて「家族がイヤだな」と思う時は、「ささいなことで怒られた時」「勉強や行動についてうるさく干

渉された時」「夫婦げんか、親子げんかの時」「親にやっ当たりされたり、昔の考えを押し付けられた時」などとなっています。

親になる試験も、なかなか難しいようです。

※新しく「笑顔の教育学」が1,2巻になりました。

サンタクリニックス通信によせて

絵本「ぼくのおへそ」讃歌

ガラス作家 有松 啓介



●略歴

昭和三十四年 岡山市生まれ
五十七年 武蔵野美術大学視覚
伝達デザイン科卒
五十九年 東京ガラス工芸研究所卒
六十二年 山崎硝子工業勤務
六十六年 瑞穂橋長崎工芸館勤務
平成元年 岡山市東川原にガラス溶解炉を築炉
二年 中国ガラスアート展優秀賞授賞
七年 酒の器制作展優秀賞授賞
十一年 岡山市立オリエント美術館「ガラス工芸」歴史と現在」に出品

んのお腹の中に赤ちゃんがいて、おへそと胎盤がつながっている絵は、特

に素晴らしい。こどもにもよく解る絵です。そして、おへそによって命が育まれ、「いのち」がな

がっていることに話

が及んだ時には、私自身の過去の出来事を思い出させてくれました。

それは、私が二十才の頃、自分の人生に

ずいた時のことです。その時は、希望という光が見えず、「自殺」という二文字が脳裏を掠めた、眠れぬ夜でした。アパ

トの一室で、自分の「いのち」とだけ向き合っていました。頭痛がして、最悪の気分の中、何かに縋りつきたいような思いから、自分の親のことを考えました。私を産み、優しく育ててくれた親

そんな自分の「いのち」は、親から。そしてその親の「いのち」もまた親歌でした。

おへそのゴマの歌から、男の子とお父さんの会話。

「おへそって何だろ

う?」

お母さんは、こどもには少し難しいくらいのおへその役割の話をします

が、実は、こどもも、とても気になる話。お母さ

この絵本「ぼくのおへそ」は、そんな「いのち」へのおとなとこどもの讃歌でした。

鶴川保健婦の育児相談ご案内 **無料**

月(金)10時~15時30分 (木曜は12時30分まで)

来院面接・電話 275-13366 FAX 275-13663

Eメール sukusuku-kosodate@sunclinic.org

お気軽にご利用下さい。