



子どもの感情を育てるために

かねはら小児科院長 金原 洋治

私達の人生は、楽しいことや嬉しいことは一瞬の出来事であり、悩んだり苦しんだりしている時間の方が圧倒的に多いと思います。一つのこと解決したら次の新たな問題が出現し、その度に、悩み苦しみ、自問し、あるいは誰かに相談しながら、自分や周囲の人にとって最善の策を一つだけエイトと勇気を出して選びながら日々暮らしています。正解は後になってみなければ誰にも分かりません。誰が言ったか忘れましたが、*There are no mistakes. There are only lessons.* 世に失敗はない、すべて学びである。」という言葉の通り、人間は、何歳になっても悩みながら成長してゆくのだと考えています。

子ども達もまた、日々の暮らしの中で様々な出来事や出来事を体験しながら成長します。楽しいことや嬉しいことばかりではなく、現実には自分の気持ちが理解されなかつたり、思い通りに事が運ばず悲しんだり、悩んだり、怒ったり、不安になつたりしながら成長していきます。怒りや、悩みや不安は成長のバネでもあるのですが、このような感情を自分で受け止め、適切にコントロール出来る大人になれるように、周囲の大人がどのようなことに気をつけたいかについてお話ししましょう。

す。大人も不安になつたりイライラしてしまつからです。そしてつい『泣くな』『めそめそするな』というような言葉を理由も聞かずに子ども達にかけがちです。小さい子どもは、まだ自分の心の奥底にうごめいているモヤモヤした感情が、どれが悲しい感情なのか、どれが悔しい感情なのか分からないのに、ただ一方的に押さえつけられると『このような感情は悪いものなのだ』と思つてしまいます。一時的には、大人の一喝に従つのですが、心の奥底にうごめくモヤモヤとした感情はたまりたまつて、自分ではコントロール出来ず、いずれ思春期になつて外に向かつて爆発するか、自分を傷つけるようになる可能性が高くなります。

まわりの大人の役目は、まず、これらの感情を受け止め、『よしよし、悲しかったんだねとか、いやだったんだね』と声をかけ子ども達の気持ちに名前をつけてあげ、このような感情を表現してもいいんだよと思わせることです。そして、次に、このような時には、こうすればいいんだよ切な表現の仕方を教えてあげましょう。日々の暮らしの中では、前述の様にはいかない事も多々あると思います。特に大人のストレスが溜まっている時には自分の気持ちも平静でなくなり、叱つてばかりになる傾向があります。でも、ストレスを一番弱い子どもに向けては子どもは大変です。大人が、心に余裕を持って、自分の気持ちをコントロール出来るようになりた

当院では、小児科医と臨床心理士が子どもの悩みばかりでなく、子育ての悩みも相談を受け付けていますので遠慮なくご相談下さい。

(参考図書：怒りをコントロールできない子どもの理解と援助 大原美以 金子書房)

外來の文庫にあります。

ご相談は時間を取つてゆっくりとお話をお伺いしたので、予約制となっております。詳しくは受付までお気軽にお尋ね下さい。



代診のお知らせ

10月 6日(木)	午前	就学相談会	石本医師代診
10月 7日(金)	午前	学会出席	石本医師のみ
10月13日(木)	午前	就学指導委員会	石本医師代診
10月21日(金)	午後	講演	石本医師のみ
10月25日(火)	1時半~3時	一の宮小健康診断	済生会病院医師代診
11月24日(木)	午前	就学相談会	石本医師代診
12月 1日(木)	午前	就学指導委員会	石本医師代診

金ちゃん先生の講演会・研修会(平成17年10月~12月)

10月15日(土)午後	気になる子どもの学習会	市社会福祉センター
10月21日(金)午後	学校での医療的ケア看護師研修会	山口養護学校

はじめまして

心理療法師 富賀見 紀子

私は非常勤心理士の『ふかみのり』と申します。八月からこちら、かねはら小児科でお世話になっております。



これまで神経科領域中心に働いてきたので、小児科で働くことになって今いるんな意味でドキドキしています。新しい所に初めて行ったり、したりする時に感じる不安なドキドキ。これまでもとは違った何かをする時の新鮮な気持ちのドキドキ。どんな事や人に出会えるかな、と楽しみに感じるわくわくドキドキ。．．．というんなドキドキで胸いっぱいですが、心理カウンセラーとして皆さんの『困っていること』と一緒に解決していけたら良いなと思っ



### インフルエンザのお知らせ



10月17日(月)よりインフルエンザの予防接種を始めま

予約制ですので、事前にお申し込みください。

< 予約期間 >	10月1日(土)より定員になり次第終了
< 接種期間 >	1回目 10月17日(月)～11月30日(水)
	2回目 11月 7日(月)～12月26日(月)
< 時 間 >	14時～17時45分
< 料 金 >	1才～5才 2,000 円
	6才～18才(高校生まで) 2,500 円
	大人 3,000 円

予約は1回目の接種のみです。2回目の接種は1回目の接種日より3週間後に直接きていただきます。(12才以下のお子さんは2回接種です。)

11月26日(土)、12月17日(土)の午後に接種時間を設けています。小学生以上の方、保護者の仕事の都合で平日に来院出来ない乳幼児の方は、この時間をご利用下さい。

< 時 間 > 14時～16時 < 定 員 > 各日とも160名  
当日の接種をスムーズに行うため、問診表を事前に取りに来て頂ける方は、ご用意していますので、おうちで記入されてから当日持って来て下さい。体温は病院で測って頂きます。

### ポリオのお知らせ

10月3日(月)よりポリオの接種を始めます。予約制ですので、事前にお申し込みください。

< 接種期間 >	10月3日(月)～11月中旬
< 曜 日 >	月、火、水、金
< 時 間 >	12時

接種の30分前後は飲食が出来ません



国民健康保険の被保険者証が10月1日より新しくなっています。新しい証書の色はみず色です。診察の際は必ずお持ちください。

### 編集後記

秋の夜長に皆さんは何をされますか？読みかけで放ってある本の続きを読んだり、たまっているビデオを観たり、買った手紙の返事を書いたり、たるんだ贅肉を鍛えたり…(^\_^)したい事、しなければならぬ事は沢山ありますが、虫の音を聞きながら物思いに耽るのも良いですね(^\_^) 半熟ラフランス

### みかんちゃんの一口メモ

#### 予防接種施行変更

日本脳炎…平成17年7月29日から3期(14歳～16歳)が中止になりました。

麻疹・風疹…平成18年4月1日から麻疹・風疹混合ワクチン(MRワクチン)は2回接種になる予定です。

1回目:生後12ヶ月から生後24ヶ月未満

2回目:幼稚園・保育園の年長時(4/1～3/31)

2回目の開始年度は未定です。公式発表があり次第、院内報でお知らせします。

公費での接種期間が短縮される可能性があります。現在1歳以上で生後90ヶ月未満の方、平成18年1月までに1歳を越える方は麻疹・風疹の予防接種を平成18年3月31日までに済ませて下さい。

### おすすめの本

#### こぐまのくまくん

E.H.ミナリック 著 福音館書店

たくさんの発見をして、たくさんのおしゃべりをし

て、たくさん動き回る子ども達。お母さんぐまの対応に思わず「ふっふ」と笑いたくなるお話です。子ども達が眠りにつく時に一緒に読んでみませんか？



### じねんじょフェスティバルのお知らせ

10月9日(日)3・4階にある重症心身障害者地域生活支援センター「じねんじょ」のフェスティバルが開催されます。ゲームコーナー・バザーなど…楽しいイベントが沢山です。かねはら小児科のスタッフもこどもフリーマーケットを担当します。ご家族やお友達を誘って来てね！！

場所 : かねはら小児科駐車場・かねはら小児科・じねんじょ

時間 : 10時から15時まで



かねはら小児科ではホームページを開設しています。  
ホームページ <http://members.jcom.home.ne.jp/2814964811/>  
掲示板 <http://tcup7102.at.infoseek.co.jp/kanehara2003/bbs>