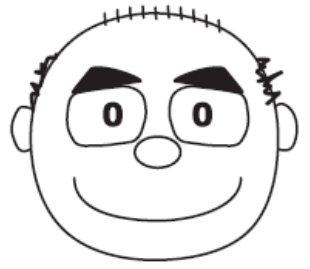




# すくすく



NO.53 平成25年10月1日発行

エンパワメント…  
人や社会を元気に!!

院長 金原洋治

NHKの朝ドラ「あまちゃん」がまもなく終わろうとしています。あまちゃんがヒットしたのは、脚本家の宮藤さんの力量や俳優さんの魅力はもちろんです。先行き不透明で不安定な時代に生きる多くの人々を元気にしてくれるエンパワメントなドラマだったからだと思っています。私たち人間は助け合って生きています。保育士さん、学校の先生、介護関係や医療関係者など対人援助に関わるすべての人に持つておいて欲しいのがエンパワメントという考え方です。子育てをするお父さんやお母さんにとっても大切なことばだと思えますので紹介します。

## エンパワメントとはなにか

エンパワメントは、人や組織が持っている力を最大限に発揮し、ともに元気になるように働きかけることを意味します。数十年前、黒人、女性、移民、障害者など弱い立場の人たちが、自分たちを差別し無力化する社会状況と対決する当事者運動から出てきました。知識や技術を得て周囲の状況を変え主張する力を持つただけでなく、自信のなさや希望のなさを変え、自分や仲間の人生、自



分たちが現在あることを肯定的に受け入れることを重要な要素として含んでいます。専門職にやってもらうのではなく、自身が知識や技術をもち、自分で問題解決する能力をもつよう援助することが大切です。

## 赤ちゃんエンパワメント!!

最近2人目の孫が生まれ、里帰り中の娘と孫二人と一緒に暮らしています。赤ちゃんはすべて受け身的な存在なのではなく、泣いたり笑ったりして周りの環境に働きかけ、大人はその度にあやしたり、おっぱいやミルクを飲ませます。生まれたばかりの赤ちゃんは、大きな泣き声と天使のような微笑みで周りの人にかげがえのない喜びを与えてくれます。小さくてなにもできないように見えても、大きな幸せと感動を与える力を持ち、私たち大人をエンパワメントしてくれます。

## 子どもや障がいがある人のエンパワメント

子どもたちは、人生のなかで何度も困難に出会い失敗を繰り返しながら成長し年を重ねていきます。あまりにも辛い出来事に出会い、すっかり自信を失ってしまふこともあります。最もエンパワメントが必要なのはこ



んな時でしょう。子どもの打ち拉がれた姿を見ていると、どこまで手を差し伸べたらいいか、どこまで助け舟を出したらいいか迷ってしまいます。また、障害が重ければ重いほど多くの援助が必要で、お世話する側は、一方的に世話をしている気持ちになりやすいと思います。大切なのは「人間はみな、生まれながらにしてみずみずしい個性、感性、生命力、能力、美しさを持っている。」ということを信じ、潜在的にもっているパワーや個性をふたたび生き生きと息吹かせるようにという姿勢でサポートすることです。「自立しろ」とか「頑張りなさい」と叱咤激励し元気づけることも必要な時がありますが、あるがまま受け止め、持っている力に働きかけエンパワメントしていくことの大切さを、心の中にしまつて援助していくことが大切です。

東京オリンピック・パラリンピックの開催が決まりました。誘致に大きく貢献したのが、骨肉腫から立ち直り、パラリンピック選手として活躍している佐藤真海さんの感動的で、多くの人を勇気づけるエンパワメントなスピーチでした。  
オリンピック・パラリンピックが楽しみです。





## ココロ・ココロ ~こころ と からだ~



日本語には、からだの部位を使った感情を表すことが多くあります。例えば「断腸の思い」「腹を据える」「歯がゆい」など、まるで様々な感情やこころの根っこが、からだに在るかのような表現を、私たちは日常的に使っています。そして、不安と緊張でいっぱいな気分でも物事に取りかかる時には本当に「肩に力が入り」、無事に終えてホッとすると自然と「胸をなでおろす」など、身体表現を使うだけでなく、からだが自ずと反応して、感情をからだで感じるがあります。これって、もしかして、こころとからだは密接に結びついているってことなのではないか!?だとすれば、子どもの健やかなこころの育ちには、最近よく耳にする「早寝、早起き、朝ごはん」を守るなど、からだの健康に気を配ることがとっても大切になります。大人の皆さんも肩に力が入っていませんか?しっかりとからだをほぐして、じんわりこころをほぐしましょう。(みもぞ)



### 病児保育室「ここいえ」通信

ここいえを開設して半年が過ぎました。毎月100名近いお子さんに利用いただいています。

比較的元気のあるお子さんと一緒に、壁の飾りを作りました。ひまわり、朝顔、せみなど、一生懸命折る方を覚えて、たくさん作ってくれました。作ってくれた飾りを壁に貼ると、一気に壁がにぎやかになりました。

この秋には栗やコスモスにニコニコのお顔を描いてくれて、可愛い壁面が完成しました。ここいえを利用される際には、ぜひ壁面も見てみてくださいね。このように保育士と仲良く遊びながら、少しでも元気になってもらえるように、お手伝いしていきたいと思っています。



### 院長不在日 学会・講演・会議のため不在です

11月 29日(金) 16時~不在  
11月 30日(土) 終日不在  
12月 14日(土) 10時~不在

編集後記 冷たい空気に秋本番を実感します。運動の秋、食欲の秋ですね!今年の夏は異常な暑さで、運動をする気も食欲も減退していましたが、運動には若さや健やかさを保つアンチエイジング効果があると言われていきます。積極的に身体を動かし、さらに健康的な食事の摂り方を見直したいものです。

M, ぷるるん♪

## インフルエンザ予防接種の予約を始めます

インフルエンザ予防接種は予約制ですので、お電話または直接受付窓口にてお申し込みください。

予約開始 10月1日(火)~

定員になり次第終了

接種開始 10月15日(火)~



	接種回数	1回の費用
1歳~3歳未満	2回	2,000円
3歳~小3	2回	3,000円
小4~	1回	3,000円

原則として、市内在住の1歳以上のお子さんのみとなります。2回目のご予約は1回目の接種が終わってから受け付けます。中学生以下の方は母子手帳を必ずお持ちください。小学生以上の方や、保護者の仕事の都合で平日の来院が難しい方を対象に、土曜日の午後(2回のみ)接種時間を設けています。ぜひご利用ください。

土曜日の接種日 11月16日(土) 14:00~16:00  
12月 7日(土) 14:00~16:00

### おすすめの絵本

#### 『だめだめママだめ!』

天野 慶 文  
はまのゆか 絵



ある満月の夜、窓から入ってきたのは「だめだめの虫」。ママにくっついちゃったから さあ大変!!  
いつも怒られてばかりの僕が、だめだめママにふりまわされて…  
きっと、そこでいたずらしていることも達にも「だめだめの虫」がくっついているんですよ…

### 栄養相談日

栄養士が担当します。子どもさんの栄養に関すること何でも相談してください。

時間 14時から16時まで

10月 9日(水) 11月13日(水) 12月11日(水)  
10月16日(水) 11月20日(水) 12月18日(水)  
10月30日(水) 11月26日(火) 12月24日(火)

### 夜間急病診療所のご案内

夜間の急病時には夜間急病診療所をご利用下さい。

場所 下関市大学町2丁目(市大近く)

診療時間 19時~23時 電話番号 252-3789

発行人 かねはら小児科 金原 洋治  
山口県下関市生野町2-28-20  
083-252-2112

HPURL <http://members.jcom.home.ne.jp/2814964811/>

