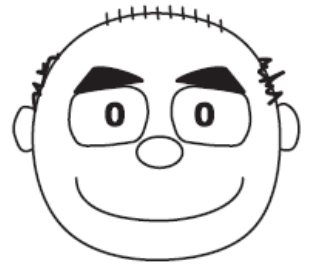




すくすく



NO.57 平成26年10月1日発行

リブス博士の動物学校

院長 金原洋治

秋になり朝晩過ごしやすくなってきました。食べ物美味しく、運動会や文化祭、スポーツ大会、お祭りなどのイベントが沢山ある楽しい季節です。

今回は、相談外来で出会う気になる子ども達のことを考え、その子らの健やかな成長を願いながら原稿を書きました。

苦手なことをなくすこと・得意なことを伸ばすこと

人は誰も苦手なことをいくつか持っています。苦手なことをなんとか克服しようと努力し、今までできなかったことができるようになることで自信がつくこともあります。しかし、私のこれまでの人生を振り返ってみると、恩師に得意なことを褒められてやる気になり、飛躍的に伸びたことの方が多かったと思います。

いくら頑張っても克服できないことも多いので、苦手なことを治そうとし、できない自分を責め、すっかり自信を失ってしまう場合もあります。他の人から見れば、羨ましいくらいに素敵なことが沢山ある人なのに、たいしたことのように思えないレベルのことが気になり、それが大きく膨らみ、自分の長所まで見えなくなってしまう方にも多く出会います。人が幸せに生きていくために必須の自己肯定感の喪失です。

苦手なこと、できないことも含め、自分を愛せる自己肯定感の高い子どもに育

てるのにはどうすればいいのでしょうか。私が15〜16年くらい前に読んだ「7つの習慣」という本の中の「リブス博士の動物学校」を紹介します。この一文は、子育てや教育にとって大切な、自己肯定感を高める子どもに育てることの大切さを教えてくれます。

リブス博士の動物学校

動物達は、新しい世界の様々な社会問題を解決するために学校を設立した。科目はかけっこ、木登り、水泳、飛行だった。あひるは、水泳が優秀、かけっこはにがてで、水泳の時間まで削ってかけっこの練習をしたが、足のみずかきはすり減り、水泳も平凡な成績になった。うさぎは、水泳の練習ばかりさせられ神経衰弱を起こした。りすは、地上から飛び練習ばかりさせられ肉離れを起こし、木登りも下手になった。…… スティープン・R・コービー、7つの習慣、キングベア出版)



得意なことを伸ばすことに重点を……!

「リブス博士の動物学校」は、苦手な所を特訓することも大切だが、得意

意なこと伸ばすことの方がはるかに大切だ」ということをたとえ話にしたものです。大人は、我が子や担任したクラスの子どもの苦手なことが気になり、将来困ると思って、苦手なことをなんとかしようとしやかりきになって治そうとする場合があります。このこと自体は問題ないのですが、度が過ぎると子どもの自信を奪ってしまい、その子の長所が失われてしまいます。そればかりか、心や身体の健康やその後の人生にもマイナスの影響を与えてしまいます。

得意なことを伸ばすのに8割、苦手なことは困らないようにするのに2割くらいのバランスがお勧めです。

ありのままの自分が愛せる子どもになるように……!

子どものこころの研修会のご案内

- 演題 ネットに奪われる子どもたち
—スマホ社会とメディア依存への対応
- 講師 NPO法人子どもとメディア
専務理事 古野陽一先生
- 日時 平成26年10月31日(金)
- 場所 海峡メッセしものせき10階
国際会議場
- 主催 下関市こどもの心を考える会 他
公開講座で参加無料です。
参加ご希望の方は10月24日までに
下関市医師会 佐々木さんまで
ご連絡ください。
FAX 083-255-0726

前号に掲載した内容の研修会のご案内です



水ぼうそうのワクチンが無料になりました

平成26年10月より水ぼうそうのワクチンが定期接種化され、公費での接種が可能になりました。

対象年齢 1歳以上3歳未満

回数 6ヶ月間隔で2回

*任意接種ですすでに1回水ぼうそうワクチンを受けた方は1回のみ公費で接種可能です。

*平成26年度に限り、3歳以上5歳未満で今まで一度も接種したことがない方に限り、1回のみ公費で受けることができます。

*すでに水ぼうそうにかかったことのある方は対象外です。

*完全予約制です。



当院心理士によるリレーコラム

ココ・ココ



日々の子育てで、子どもからたくさん喜びや楽しみをもらうことと思います。またその一方で、いう事を聞かない、困った事ばかりする…など悩みも尽きないものですよね。有名な「子育て四訓」をご存じですか？

- 1.乳児はしっかり肌を離すな
- 2.幼児は肌を離せ、手を離すな
- 3.少年は手を離せ、目を離すな
- 4.青年は目を離せ、心を離すな

子どもの発達段階に応じた親の心構えを教えてくださいます。子どもはいつになっても心配なものです。でもお母さんとしっかり肌をくっつけて満足すると、だんだん体を離していきます。それとともに、今までお母さんと一体化していた赤ちゃんは、別の頭(考え)と心(思い)を持った人として成長していきます。

親の思い通りにならなくて当たり前、言う事を聞かないのは、自分の考えがしっかり育ってきている証拠です。いろんな事を教えていくのも大切なことですが、ちょっと疲れちゃった日や頑張りすぎた日は、教えるのをお休みして、いっぱい抱っこして、子どもが持っている良い所を見つけ伝えてあげて下さいね。(つばき)



病児保育室「ここいえ」通信

「ここいえ」の玄関に入ると、おめめの可愛い大きなシカさんがお出迎えしてくれます。保育士と小児科受診したあとに「おはよう」「バイバイ」と声をかけたり頭をなでなですることがあります。シカさんにも「受診がんばったね!」と言ってもらうと、子どもさんも、ほっこり笑顔でお部屋に戻っていきます。

子どもさん一人ひとりとスタッフが、じっくり向き合うことで心を開いてもらい、体調に合わせて無理のない一日が過ごせますようにと願いつつ、そっと寄り添っています。

どうぞ頑張りすぎないで、困ったときには、子どもさんとご家族をシカさんと一緒に応援させてくださいね。

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.ne.jp/28149681//>

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 3日(金)～

定員になり次第終了

接種開始 10月14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。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、土曜日の午後に(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 1日(土) 14:00～16:00

11月22日(土) 14:00～16:00

おすすめの絵本

『あげます』

絵・文 浜田佳子 ポプラ社



突然やってきた妹は、幸せなぼくの毎日をぶち壊してしまった。幸せを取り戻すために、がんばるぼくの作戦…はたして成功したでしょうか？

おにいちゃん、おねえちゃんになるって大変なこと。新しい家族を迎えるみなさんに送りたい一冊です。

院長不在日 学会、講演・会議のため不在です

10月25日(土) 11時～不在

10月29日(水) 午後

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 8日(水) 11月12日(水) 12月10日(水)

10月15日(水) 11月19日(水) 12月17日(水)

10月29日(水) 11月25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

編集後記

今年の夏は雨が続き、多くの被害が発生しました。いまだに避難生活を送られている方も多いと思います。一日も早い復興をお祈りするとともに、私たちが「あたりまえの日常」を送れていることに感謝したいと思います。(M, ぷるるん)