

健康

すか

新聞

題字 新保勝海壽

草声

教え

秋が深くなり、冬と接する頃、毎年幼稚園ではお遊戯会があります。続いて、ピアノやバレエの発表会があります。みんなとても上手です。いつもおけいこ事に励んでいますから。しかし一方、子供達は行儀が悪いです。挨拶が下手です。偏食します。食べ残します。学校ではいじめます。いじめられます。本当に困った問題です。社会的な。足らないのでしょうか。何かの鍛錬が。そしてそこに教育が在るのでしょうか。本来は。その専門書に古くは貝原益軒の「和俗童子訓」があります。曰く『幼時から孝弟の道を専ら教えるべし』。そして孝弟、忠信、礼儀、廉恥の順序で教えるよう説いてあります。全く教えていないことばかりです。今は。

さらに、よく教える為に、良い手本を示すこととあります。誠に耳が痛いです。俗人には。益軒の十訓や「武士道」の教えを読めば、身が縮みます。恥しくて。子供ばかりでなく、若者も大人も。そして新しくは、須永博士さんの詩があります。子供の心って白いんです。あたたかなんです。やわらかいんです。その心にすてきな生きかたをもたせるのもやる気をもたせるのもそれにかかわった人間の責任です。信念を持つて子供に接することです。本当に重大なんです。大人の責任は。

童謡

七つの子

本居長世―作曲 野口雨情―作詞

鳥なぜ啼くの  
鳥は山に  
可愛い七つの子  
があるからよ  
可愛 可愛と  
鳥は啼くの  
可愛 可愛と  
啼くんだよ

山の古栗に  
いつて見て御覧  
丸い眼をした  
いい子だよ

親の子に対する悲しいまでにこまやかな愛情の世界を、巧みに表現している詩です。  
この詩の原型は、明治四十年出版の月刊民謡パンフレット詩集に掲載された民謡短詩で、映画『二十四の瞳』（木下恵介監督、壺井栄原作）のなかでも歌われました。

子どもたちを  
考えよう

子どもたちのSOS

不登校や非行、虐待される子どもたちに私たちができることは、彼らの居場所を保障することだが、そこには様々な困難が伴う。

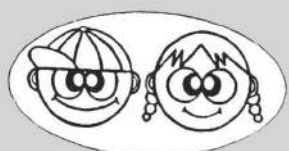
子どもたちの居場所

児童相談所は、来談する人たちへ児童福祉の立場から援助を行っている。そこには不登校児や非行児、被虐待児、発達障害児などとその家族がやって来る。

児童相談所では心理検査による彼らの発達状況やパーソナリティーの把握と、家族力動などの見立てを行い、必要な援助の方向を考えていく。そして、カウンセリングやプレイセラピーなどの精神療法だけでなく、学校や地域へ働きかけ、子どもとその家族がサポートされるような体制作りを試みることも多い。

崩壊家族

ただ、児童相談所へやって来る家族は、いわゆる崩壊家庭が非常に多く、経済的、文化的に恵まれず、両親がすでに離婚していたり、心理的にほとんど修復困難な夫婦間の溝があったりする。そのため、子どもの問題を家族と協力して解決していくとしても、子どもを支える機能を失っており、子どもの将来にほじめから悲観的な見通しを持たざるを得ないことも、正直なところ少なくない。



笑顔 ひろがる あいさつの町

鍋島中校区 たんぽぽ会  
あいさつ運動

子の虐待

たとえば、近年我が子への虐待を主訴として相談が持ち込まれることが多い。保護者自らが、ひどく体罰を加えてしまうことを認め、なんとかしなければと思い、カウンセリングを求めてくることもある。しかし、そのような親は少数で、大半はしつけとして体罰を加えているのだと主張し、なかには「どっかないとこいつは治らんや」と言い張り、「家のことに口をはさむな」と取りつく島のない親も多い。

アプローチ

このような保護者たちと、子どものことについて腹を割って

話し合えるような関係を作ることとは非常に難しい。このようなとき、相手が来談してくるのをただ待っているだけではどうにもならない。けれど、取り得る手段も限られており、その中から、少しでも可能性のあるアプローチの方法はないか試行錯誤を繰り返している。

自分の居場所

また、思春期の非行児や不登校児との係わりも多いが、彼らとは、対話を拡げていくことが難しい。そして、箱庭や描画などによる抽象的な表現も苦手な子が多い。このような子どもたちとつき合っていて感じられるのは、彼らが幼少期から、学校や家庭に自分のいる場所を見出しにくい状況に置かれ続けているということである。したがって私たちにできることは、彼らが一息つける「居場所（物理的かつ精神的な意味で）」を保障していくことではないかと思う。

孤立する子ども

しかし、学校や家庭は、しばしば「そんな生ぬるいやり方では困る」と批判的で、結果的に子どもをさらに追い込んでいき、しかもそのことに気づかないでいることが多いように思う。そのような周囲からの子どもへの強い圧力を和らげていくための作業も、いつもエネルギーを費やされる場所である。児童相談所にいると、社会や家族から孤立している子どもの姿が見えてくる。このような子どもたちにとって、自己の価値観を見出すことが、非常に難しい時代に置かれていることを実感させられる毎日である。

小さな親切

「カッコイイ！ 小学生」

大阪府 女性 (31)

図書館の自転車置き場で将棋倒しをやってしまった時、二人の人に助けられました。ひとりは上品な感じの年配女性。もうひとりは小学生の男の子。起こせずに困っていると男の子が来て子供用の自転車に手かけたので、てっきり彼の自転車かと思ったんです。

「あつ、ごめんね。大丈夫？ 出せる？」

情けなくて泣きたい心境だったのが、ふっとんでしまった。それどころじゃない。なんとか出せるようにとあわてるんだけど、どうにもうまく起こせない。彼は黙って助けてくれるんです。それでも、うまく起こせない。

「あらあら、大変ね」。知らない女性が一緒に起こしてくれました。恐縮する私に、「いいえ、よくあるのよ」と

やさしくほほえみながら。どうにもならない惨状が、三人がかりで。あつという間に、片付いた事に驚きを感じながら女性にお礼を言っている間に、男の子がそのまま立ち去ろうとするんです。自転車をとらずに。その時になってやっと、私を助けに来てくれたんだ、と気がつきました。考えてみれば、彼が手かけた自転車は、彼よりかなり小さい、しかも女の子用のものである事に途中で気付いたはずなのに。妹のために取りに来たものと勝手に思いこんでいた。

「あ……、ありがとうね！」

少しふりむいて、軽くうなずいて、彼はそのまま行っちゃいました。すぐ失礼な事をしてしまったという思いと、あたたかくてありがたい思いと……。

——ごめんね。そして、ありがとうね。

「あなたはとても紳士で、カッコイイよ」って、言えたら良かったなあ。

「あのときはありがとう」



漢方と調剤

健康に感謝

ヤマト薬局

尼寺店

☎62-8162

佐賀市大和町尼寺 グリコ北

処方せんは  
どこの処方せんでも受付ます。



漢方と調剤

健康に感謝

ヤマト薬局

立石店

☎51-2882

〒840-0851 佐賀市大和町東山田2100-5

処方せんは  
どこの処方せんでも受付ます。



健康を考える 養正会

医大前 養正会薬局

薬剤師 鍵山 稔 明

☎30-2694

〒849-0937 佐賀市鍋島4丁目1-6

処方せんは佐賀医大病院ほか  
どこの処方せんでも受け付けます。



# ハトムギ(薏苡仁)

ヨクイニン



熱帯アジア原産で、古くから日本に渡来し、鳩の食べる麦（鳩麦）に由来。各地に食用、薬用として畑栽培されている。

和漢薬ブームと言われている今日では、その消費量の年間80%が輸入されている。高さは1.5m位になるイネ科の一年草。春、種子を蒔いておけば夏から秋に花穂を出す。10月頃熟した果実を採取し、天日乾燥して用いる。実はだ円形で茶褐色で従筋がある。外穀（果皮や種皮）を除いた種子（仁）を薏苡仁といって漢方薬にも用いられている。

ハトムギに似たものにジュズダマ（川穀）があるが、数珠玉で、実の中に穴があって、ひもを通してじゅずを作ったり、ノレンのかわりにして子どもの頃は遊んだものです。各地に野生している多年草で、実は滑らで指で圧しても割れない。ハトムギは一年草で実は縦ジワがあり指で圧して割れる。ジュズダマの薬効としては、根を煎じて飲めば、咳を止め、通経にも効がある。中国では根を川穀根といひ神経痛、関節リウマチ、肩こりなどの鎮痛薬として用いられている。果実の堅い穀をとり、その仁を煎じて飲めば色が白くなると言われている。

## 薬効

消炎、利尿、排膿、鎮痛、滋養強壮、いぼとり、美肌作用、

もよいが胃にもたれることがある。

筋肉のこり、リウマチ、神経痛 胃腸が悪いと体内に水毒といつて非生理的な水分が滞ることがある。そんな体質の人にストレスがかかり、アレルギー反応を起こし神経痛、リウマチ、筋肉のこりが起こることがある。その様な場合に皮去りハトムギ10〜15gを煎じて飲むとよい。又、これをこまかく砕き米にまぜてかゆにして常食してもよい。からだの筋がこわばったり、つれたりするのがよくなる。又、尿を通じ、皮膚をよくし、胃腸を強くし、痰を去り、咳にもよい。

にきび ドクダミ（ジュウヤク）30gと皮付きハトムギ20gをよく砕いて、煎じて服用する。肌荒れ、色の黒い人、にきびの絶えない人によい。

乳汗不足 皮付きハトムギをフライパンで炒って砕いたものを一日量20gとして煎じてお茶代りに飲む。

浮腫・産後のむくみ 皮去りハトムギ10〜15gを煎じて飲み、煎じかすはよくかんで食べる。

腺病体質 皮去りハトムギ10〜15gを煎じて飲み、煎じかすはよくかんで食べる。

口臭 ハトムギの粉末にしたものを5gと甘草末2gをまぜて舌にぬる。

養正会薬局（鍵山）

## 皮膚病に

### 手技療法

顔面のおできに

#### 「合谷」

首から上にできるおできは要注意です。へたにさわると雑菌が入り、悪化しますから、「合谷」を技しましょう。

「合谷」は、人差し指の骨と親指の骨とが合流する直前、少し人差し指寄りになります。「合谷」は、大腸経の原穴（十二経路にひとつずつある、とくに重要なツボ）で、顔面、目、鼻、口、歯などに関係の深いツボですから、首から上のおできに卓効をあらわします。



### 民間療法

#### 水虫、たむし ドクダミ

ドクダミに含まれるデカノイルアセトアルデハイドの優れた殺菌効果は、白癬菌（水虫やたむしの原因となるカビの一種）に、たいへん効果的です。

（用法）よく水洗いした新鮮なドクダミをすりつぶし、患部にはります。

## 「おばあちゃんの知恵」

知っていますか？

夏の風物であるスイカは、腎臓病によいことは昔から知られておりました。スイカには、利尿作用があり、果肉を煮つめたものを「スイカ糖」といい、むくみに効果があります。作り方は、よく熟した赤いスイカ二〜三個を二つ割りにして、中身を取り出します。この果肉を布袋に入れて、中火で煮ます。朝から夕方頃までかかります。水分が少なくなる

薬剤師 高木 丈夫



## こどもの病氣シリーズ

### 「かぜの予防」

寒くなってくるとかぜがはやってきます。どうして寒い冬にはかぜがはやるのでしょうか。



かぜのほとんどはウイルスによって起こります。かぜを起こすウイルスは200種類以上もあり、それぞれ違った特徴を持ちます。有名なところでは、インフルエンザウイルス。A香港型、Aソ連型、B型などがありますが、毎年のように形を変えるので、去年かかったから今年はいらないとは言えないのです。他にものどかぜを起こすウイルス、嘔吐・下痢を起こすウイルスなどあります。

ウイルスは高温・多湿に弱いので、空気の乾燥した温度の低い冬には強いのです。更に人間の体もこの時期は乾燥していて防御反応が落ちていと言えます。

体は、外から入ってくるほこりやウイルス、細菌などを、まず鼻の入口で防いでいます。侵入してきたウイルスや細菌は、次に鼻の奥の暖かい湿ったところで活動を弱められ、くしゃみや鼻水として外に出されま

す。更に奥に侵入してきたら、粘膜に生えている繊毛が粘液にくっつけて痰や咳として外に出そうとします。又、体温を上げること

でウイルスや細菌に対抗しようとしします。これが私達の体の防御反応です。ですから、鼻でなく口で息をす

養正会薬局 薬剤部



漢方と調剤

健康に感謝

ヤマト薬局

江北店

☎86-2973

杵島郡江北町 ジャスコ前

処方せんは  
どこの処方せんでも受付ます。