



日中のぽかぽかとしたお日さまがより暖かく感じられる程の、朝晩の冷え込み。晩秋の気配が深まる季節となりました。本格的な冬の到来の前に、子ども達は楽しみながら積極的に体を動かしています。今年も残すところあと1ヶ月となりました。「今年はこのことやあんなことがあったなと」振り返りながら、健やかに年を越したいですね。

## ☆今年の冬に大切な感染症対策☆

新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが流行すると、発熱外来等の医療機関がひっ迫し、具合が悪くても思うように病院受診できなくなるかもしれません。小さいお子様は、突然体調を崩すことがありますので、早めの対応や備えが大切です。

### 症状など記録が役立ちます



●時に〇〇℃の熱が出た。  
▲時に△△℃まで下がった。  
等、時系列をメモに残したり  
下痢や発疹などは写真を撮るの  
も医師の診断に役立ちます。

### 外来の情報を集めましょう



流行期は、かかりつけ医  
が受け入れできない事態  
も起こりえます。日頃よ  
り、複数の病院を検索し  
ておきましょう。

### 症状緩和や脱水予防の対策



食欲が無い時に水分や栄養  
補給できるアクアライトや  
ゼリーなどのストックがあ  
ると安心できますよ。

病院受診したほうが良いのか  
迷ったり、夜間・休日の時、  
どうする？



#8000 子ども医療相談

#7119 救急車利用マニュアル

救急安心センター事業（#7119）に寄せられた相談は、電話口で医師、看護師、相談員がお話を伺い、病気やケガの症状を把握して、救急車を呼んだ方がいいか、急いで病院を受診した方がいいか、受診できる医療機関はどこか等を案内します。

ホッと一息できる  
本をご紹介します

## 『子育てのピンチが笑いに変わる 世界一楽しい 子育てアイデア大全』

株式会社KADOKAWA 定価 1,300 円

SNS で話題になったり、メディアにも取り上げられていた  
ので、既に読まれた方もいるかもしれません。

乳児期からまさに保育園世代にドンピシャな子育て集と  
なっています。

著者の実体験をもとに様々なアイデアが描かれています。

乳児期は、養育者のモチベーションをいかに上げるか。

幼児期は、楽しみながら、上手に子どもの「やる気スイッ  
チ」を刺激するのがポイントの様です。

著書にもありますが、全てが上手くいくとは限りません。

時には「ま、いいか」と気持ちを少し緩めるのも大事かも  
しれませんね。



### 【世界一大切な子育て科学大全】

～次世代に生きる子どもたちが幸せになるために～

「法人だより 12月号」にも紹介したのですが、新しい脳神経科学は子育てに大切な生物としてのヒトの  
育ちを科学的エビデンス（根拠）として実証しています。

「ヒトの育ちを科学の視点で理解する」 明和 政子 ちくま新書

1. ヒト族、ホモサピエンスは環境に適応しながら生きてきた生物である。
2. 他者との身体接触なしには生存できないヒトである。
3. 他者は「心地よさ」を持たらせてくれる。という記憶を大切にする。
4. 視聴覚の情報が身体的接触による「心地よい感覚」からオキシトシン（愛情ホルモン）などを生む
5. ヒトは「共同養育」の形質を獲得して進化してきた生物である。
6. 「親も子も」共に社会で育まれるべき対象である。

改めて今の時代、社会のあり様を見つめてみた時、0歳から生活を共にし、「自ら課題をもって、自ら学  
び、自ら考え、一日一生を生きる」ヒトたちだけが生き残れる時代なのかも知れません。そして「世界一  
大切な子育て科学」から導き出された「願いと祈り」は次のようになりました。

『環境に適応するための「五感の刺激、愛された育ち、抱きしめ言葉」の上に立って「自敬・自尊心（自  
分を大切にできるヒト）が生まれます。“生きてきてくれてありがとう。生きてきて良かった”』と思わ  
れる人生を味わわせてあげたいですね。

理事長 中山 勲

