

# 山本助産院だより

\* 詩子のつぶやき \* vol.4?

## 児童憲章



昭和 26 年 5 月 5 日、児童憲章が制定されました。

われらは、日本国憲法の精神にしたがい、児童に対する正しい観念を確立し、すべての児童の幸福をはかるために、この憲章を定める。

児童は、人として尊ばれる。

児童は、社会の一員として重んぜられる。

児童は、よい環境のなかで育てられる。

- 一 すべての児童は、心身ともに健やかに生まれ、育てられ、その生活を保障される。
- 二 すべての児童は、家庭で、正しい愛情と知識と技術をもって育てられ、家庭に恵まれない児童には、これにかわる環境が与えられる。
- 三 すべての児童は、適当な栄養と住居と被服が与えられ、また、疾病と災害からまもられる。
- 四 すべての児童は、個性と能力に応じて教育され、社会の一員としての責任を自主的に果たすように、みちびかれる。
- 五 すべての児童は、自然を愛し、科学と芸術を尊ぶように、みちびかれ、また、道徳的心情がつつかわれる。
- 六 すべての児童は、就学のみちを確保され、また、十分に整った教育の施設を用意される。
- 七 すべての児童は、職業指導を受ける機会が与えられる。
- 八 すべての児童は、その労働において、心身の発育が阻害されず、教育を受ける機会が失われず、また、児童としての生活がさまたげられないように、十分に保護される。
- 九 すべての児童は、よい遊び場と文化財を用意され、悪い環境からまもられる。
- 十 すべての児童は、虐待・酷使・放任その他不当な取扱からまもられる。あやまちをおかした児童は、適切に保護指導される。
- 十一 すべての児童は、身体が不自由な場合、または精神の機能が不十分な場合に、適切な治療と教育と保護が与えられる。
- 十二 すべての児童は、愛とまことによって結ばれ、よい国民として人類の平和と文化に貢献するように、みちびかれる。

母子手帳の最後の方に載っています。

じっくり読んでみてください。「じん」として目頭が熱くなります。天声人語にこんな文章がありました。

「育つ力をもれなく支える仕組みを心底考えたときだ。産声と共に決まるのは、親と故郷。あとは資質と努力でどうにでも。そんな社会は、大人の責任でもあろう。」

生まれてきた子供たちを大切に育てていきましょう。

2015. 6

236-0031

横浜市金沢区六浦 2-14-12

TEL 045-788-6601

http://www1.seaple.icc.ne.jp/utako-y



## 冬瓜(とうがん)のスープ煮

夏野菜レシピ  
肥満予防、利尿作用  
が期待できます。

<材料>4人分

冬瓜 大 1/2 個、鶏胸肉 200g、えび 300g  
干し椎茸、4枚、ゆでぎんなん 12~16 粒  
煮汁[椎茸の戻し汁 200cc、だし汁 200cc  
固形スープの素 2 個、薄口しょうゆ大 2  
みりん大 1、酒大 2、砂糖大 1/2]片栗粉大 1

<作り方>

- ①冬瓜は皮をむいて一口大に切る
- ②鶏胸肉を小さめの角切りにし、さつとゆでる。えびは殻をむき背わたを除きさつとゆでてぶつぎりにする。しいたけは水 200cc 強でもどし角切りにする。戻し汁は取っておく。
- ③鍋に煮汁、冬瓜、鶏肉、椎茸を入れて火にかける。煮立ったら弱火にしてアクを取り、えびを加え、冬瓜が透き通るまで 4~5 分煮る。ぎんなんを加え、倍量の水で溶いた片栗粉を加えてひと煮する。

## 実習生の紹介

こんにちは。5月11日より6週間、実習をさせて頂いています。北海道にある天使大学大学院助産研究科助産基礎分野2年です。

◎島田紗代子◎

長崎県出身です。趣味は書道ですが、実習中はゆっくり時間を取ることができないので少し残念です。しかし、実習の合間をみてシーパラダイスや中華街など人生初の神奈川を満喫したいです。

◎齋藤風悠子◎

宮城県出身です。食べることが大好きです。横浜と言ったら、中華街だと思っています。たくさん食べ歩きをしたいです。ぜひ、おすすめのごはん屋さんや観光スポットを教えてください。また、運動が大好きで、中学校~高校までバスケットボールをしていました!どうぞ、よろしくお願ひします!?!?!

お知らせ

◆元気講座~今回は金沢消防署六浦出張所の消防士さんをお招きして「防災の話」です  
6月29日(月) 10時~ 参加費無料  
準備しておくもの、乳幼児を抱えての避難など、普段聞けないお話をみんなでできませんか?  
予約は、助産院(045-788-6601)まで。お待ちしております!

## リレー随筆、レシピ大募集中!

あなたも助産院だよりに投稿してみませんか?  
リレー随筆は、育児のこと、暮らしのこと、日々の中で思うことを何でもつづってください。  
おススメレシピも募集しています。  
また、レシピや記事のリクエストも受付中です!

~リレー随筆~

## ミルナーしのぶ

助産院で出産された、  
2児の母です♪

私には3歳の息子と10ヶ月の娘がいます。息子を妊娠しているときから、あえて妊婦さん用の雑誌や育児雑誌などを読まないようにしていました。私は凝り性なので「頭が良いコが育つ方法」とか「これはNG」とか、読んでしまうと必要以上にとらわれて自分らしく子育てができないと思ったからです。だから私は自分の母を手本に子育てしています。時には、その母にさえ相談できないほどに思い詰めてしまったこともあります。赤ちゃん返りの息子に対して、何で言うことを聞いてくれないの?って溜まって、でも、言うことを聞かないのが子どもです。自分が子どもにイライラするのは、自分の思う通りに動いてくれないから。でも思う通りに動かないのが子ども。それに気づいたら笑えてきました。変なところで気に入らない私は『まあいっか精神』と名づけて、自分がイライラしたら一呼吸おく、完璧を求めないようトライ中です。3歳ともなると意外と自分自身でできることが増えていて、自分でやらせたらできた?って驚きがいっぱいあります。声を上げて叱っても意味がない、ぐੱことらえて話しかけるように教えると理解したり。親である私の方が教えられてると思います。『子育ては親育て』って本当だと実感する毎日です。私はあいさつを大切に育児をしています。息子に「あいさつをしなさい」と強制をしたことはありません。私が会う人会う人にあいさつをするのを見て、息子も自然にあいさつをするコになりました。親の背中を見て育つ、こちら身が引き締まる思いです。

世のお母さんってすごい。  
お母さん、ありがとう。  
子どもたち、ありがとう。

