



院長のつぶやき

長期のお休みが明け、新しい生活が始まりました。新たな生活リズムにまだ体が馴染まないうちは、頭痛や腹痛、朝起きれないなど様々な症状が出てくる場合があります。これは、無意識下に体を調節している“自律神経”のセッティングがずれているために起きる症状です。馴染むまで(自律神経の再セッティング)にかかる時間は子どもによって違います。また、不調なままの無理な登校・登園は心の負担につながってきます。お子さんの様子をよく観察しながら、上手な再セッティングを心がけてください。



予防接種に関してのお願い

- ・ご両親以外が予防注射にご来院の際は、必ずご両親が記入された委任状が必要です。
- ・発熱で受診された患者さんで、受診日以降1週間以内に予防接種の予約がある方はスタッフにお知らせ下さい。発熱後1週間は予防接種を受けることができません(予防接種の効果が十分に得られない可能性があるため)。診察後に予約変更のご案内をさせていただきます。
- ・予防接種時間内の薬の処方は、事前にご相談ください。

今日はニュージーランドなどで知られる「TODAY」という詩をご紹介します。

今日、私はお皿を洗わなかった
 ベッドはぐちゃぐちゃ
 漬けておいたおむつはだんだんくさくなってきた
 昨日こぼした食べカスが床の上から私を見てる
 窓ガラスは汚れすぎてアートみたい 雨が降るまでこのままだと思う
 人に見られたらなんていわれるか
 ひどいねとか、だらしがないねとか、今日一体何していたの?とか
 わたしは
 この子が眠るまでおっぱいをやっていた
 わたしは、この子が泣き止むまで抱っこしていた
 わたしは、この子とかくれんぼした
 わたしは、この子のためにおもちゃをならした、それはきゅうっ、と鳴った
 わたしは、ブランコをゆすり、歌を歌った
 わたしは、この子に、していいことと悪いことを教えた
 ほんとに、いったい1日何をしていたのかな
 たいしたことはしなかったね、たぶん、それはほんと
 でも
 こう考えればいいんじゃない?
 今日一日、わたしは澄んだ目をした、髪のリボンなこの子のために
 すごく大切なことをしていたんだって
 そしてもし、そっちの方が本当なら、わたしはちゃんとして、やったわけだ

もちろん我が子は可愛い。でも育児や家事は、誰からも賞賛されない毎日のルーティーンでもあるのです。子育ては、時に自分の無力感・社会からの孤立感を味わうこともあります。でも、だから、尊く、歳をとったときに、あの頃に戻りたいと思えるものなのかもしれません。

私は、始めてこの詩を読んだ時、そして今でも読む度に“ジーン…(涙)”
 「私、今日も頑張っている。」そう思えるのです。

今悩んでいるみなさんも、みんな十分に頑張っています。

それでも誰かに「頑張ってるね」と言って欲しい。そんな時もあります。

そんな時は、かなや小児科を訪れたとき、少し看護師に話してみませんか?
 かなや小児科のスタッフ全員、口をそろえてこう言います。

「お母さん、大丈夫。頑張っている、ちゃんとやれている。」

だってみんな通ってきた道、そして今まさに歩いている道だから。

休日当番日のお知らせ

7月12日	城南クリニック
7月19日	やまだこどもクリニック
7月23日	西の台小児科
7月24日	かきさこ小児科
7月26日	金谷小児科医院
8月2日	谷村胃腸科・小児科医院
8月9日	ももその小児科クリニック
8月10日	たけうち小児科

7月26日、当院休日当番のため、翌27日(月)は休診となります。
 よろしくお祈りします。

6月から通常登校が始まりました。

東京など地域によっては第2派が今か今かと迫るなか、大分もいつどうなるかはまだまだ見通しがつかない部分もあります。

感染対策はこれまで通り努めつつ、少しずつ日常を取り戻していきたいですね。

そして、春休みが長かった分、登校再開後は、授業数が増えたり、今年は夏休みも短くなったり、夏のプールは中止など、やはり遅れを取り戻すための、しわ寄せは否めません。

ただでさえ、入学後5月・6月は心身ともに疲れが出やすい時期に、このような状況になってしまったため、子ども達の心の負担が心配される場所です。

学校から帰ったら、是非子ども達の言葉に、いつもよりゆっくり耳を傾けてみてください。向かい合って腰を据えて、である必要はありません。料理をしながらでも、お風呂に入りながらでもいい。なにげなく、子ども達から発せられる言葉に心を寄せて。大好きな人からの相づちや共感、心が楽になります、元気がわいてきます。

それでも、困ったときはいつでも相談に来て下さいね。