



## 経済力から命力へな社会へ



9月になりましたね☺行事ごとの多い秋🍁楽しむぞー!! (コロナでイベントごとの減少が少なかった2人目の育児だったのでも) 新学期スタートの学校・園に通うお子さんのママは、子どもが元気に通ってくれるのが、何より嬉しいですね!!

ですが、教員時代も、ママとものお子さんたちも、夏休み明け "エネルギー" が出なくなるお子さんも少なくないな〜と感じます。子どもたちが、ありの持て いいんだ!! "自分を認める力" "自己肯定感" を家庭・学校・園はもちろん、地域・社会 全体で育みたいなと思う今日このごろです(泣) 日本の教育も、変化が必要だと語られる今、母・教員として、自分に何が出来るか、考えていこうと思います。

私が最近気になってるワードは **フレースペース** **フレースクール**

などです。良かったら YouTube などでも検索してみてください。社会や教育に大人の参加が(地域)あたりまえにならたらいいな〜

家だからこそその“ありのまま”  
神戸市北区の  
**natural k**  
自宅開放型フリースペース

★産後1年以内の死因1位が **自殺** (2018年厚労省)  
★出生率減少・自然人口増減数 **マイナス** **絶滅危惧種日本**  
**「1人の子どもを育てるために100人の村人が必要」**；インディアンのお話

太古より集団で子育て⇒核家族化・コロナ渦等で一家族での子育てに歴史も振り返っても初の最少単位子育てだから問題起きるの当たり前! 先日、久々に実家に帰省し、「自分以外の方が家事・育児をしてくれて、**楽!**」と実感しました。「信頼できる人と共に大家族的子育てを楽しむ」を目標にします!

### 産前産後 YORISOI ヘルパー 神戸市・三木市

心身共に疲労しやすい産前産後の方に! 訪問し、お仕事の作り置きや日常の家事育児をサポートする事業がスタートしました。私もヘルパーのメンバーです人に頼って、がんばりすぎない **母の笑顔** が **家族と社会の笑顔** に  
10月才2子お産予定のサミー♡



## 人間ドック、行って来ました〜

みなさん、人間ドックなど健康診断受けていますか? 私はアラフォーなので年に一回受けるようにしています。子育てやお仕事をしながら受けるのはなかなか大変かもしれません。それに、どんなことするの? と不安もあると思います。私が今回受けた内容をご紹介します。ご参考にになれば☺

- エコー** 妊婦健診のときと同じ感じで痛みなし。
- マンモグラフィ** ひらいて挟まれるので痛いですが、耐えられます。
- 内視鏡** 胃カメラです。鼻から楽々聞き、鼻からを選択。私は鼻の中が細ギリギリ通るくらいなので痛いです。さらに、喉を通る時やお腹に入ってくる感じ、麻酔の薬が舌までとんとん出てくるのが最高に不快です。
- 子宮けいがん検査** ちよと痛いですがリラックスして臨みましょう。痛いかならないか先生にお尋ねします。
- 身体測定** 視力 聴力 肺活量 検尿 検便 採血 心電図 レントゲン

いきなりドックは抵抗ある方は、三木市の町ぐるみ健診や市から送られてくる割引チケットで子宮けいがんだけ受けてみるのもいいかもしれません。 ☆ゆか☆

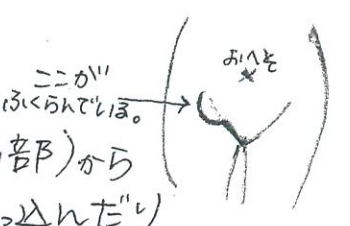
### 我が家の長男(10才) 鼠径ヘルニアの手術しました。

小学校の体育の授業で股間を引強打したことをきっかけに発覚。手術は日帰り。その後1ヶ月は走らないうちに過ごしました。

**小児鼠径ヘルニアとは...**

股の付け根の少し上あたり(そけい部)から陰部にかけて腸が出たり引っ込んだりする疾患です。生まれつきの疾患で20人に1人くらいの場合で見られるそうです。

腸が出たり戻ったりしている状態の時は痛みもないのですが、腸が出たまま出口で締めつけられると、血行障害が生じます。この状態を「かんとん」といい、痛み、おう吐、発熱を伴い、放っておくと腸が腐ってしまうことがあります。



幸い我が家の長男は「かんとん」の前に気づき痛みもないうちに治療することができたのはおたがです。

ふと、記憶をたどってみたら、どういふ... また1才くらいの時、股のふくらみ方が左右でちがうな〜って思ったことがありました。もっと早く気付くチャンスがあったのに... と感じたので、今回、ここに書かせていただきました。ゆき

