

わが子を良い子に

三、快活明朗な子

倉橋惣三

快活といひ明朗といひ、これは子ども
の通性といつていゝもので、格別養ふと
いつた譯のことではないやうですが、若
しも、さうでない子があつたら、何より
氣にかゝることです。しかも、時々、さ
ういふ子があります。少なくとも、もつと
快活であつて呉れたらと思ふことは、必
ずしも稀でありません。わけても、前回
に申した、眞實とか、眞面目とかいふこ
とが、どうかすると、快活とは反對のこ
とのやうに考へられてゐたりすることも
あつて、子どもの此の通性が一ぱいに歡
迎せられなかつたりすることも無いでは
ありません。

快活明朗が何ぞそんなに望ましいこと
かといふと、第一には、さうあることこ
そ子どもの幸福だからです。楽しいから

快活になるといへますが、快活の性質
だと萬事楽しくなるといへます。どこ
ろでその幸福は幸福であることで先づよ
ろこばしいことですが、それから、あら
ゆる良いものが、生れ出で、育てられる
ところに、第二といふか、次の大きな價値
が認められるのです。暖いと物が育つ。
やはらかいと物が育つ。明るいと物が育
つ。それと同じに、快活な心は善良の種
を生み育てる大切な條件です。

或る人は、そんな快活な人といふ條件
から生れるものは、淺薄なものだ、深酷
な、しつかりした善良は、寧ろ、嚴肅の
中に生れるといふでせう。それはさうで
すが、おとなのことです。どうせ淺薄か
も知れませんが、それが、幼い子どもと
しては、それでいゝことじやありません

手製榮養お八つ

厚生科學研究所
國民栄養部 佐々木 理喜子

早春のひさしが、御庭や御椽側にさし
こんでお雛様が近づきました。今年はや
餅をお幸で作つて、皆さんで桃の花を色
形で切り抜いて、其の上に飾つて下さい。

(一)食パンのプティンガ

材料 食パン三五瓦(半斤ヲ三枚ニ切り、
一枚ノ半分)、牛乳五〇瓦(五勺ノ半分)
片栗粉四瓦、人蔘二〇瓦、砂糖五瓦、
以上で一六一カロリー

作り方 食パンはお残りのかたい物、端
を切り落したのを利用しても結構です。
小さく千切つて、少量のお湯を加へて煮
ます。人蔘は軟く煮て、摺鉢でよくすり、
先に用意をして置きます。牛乳と人蔘、
水溶した片栗粉をパンにまぜ、砂糖を加
へて、全體をよく混ぜ合せます。鹽も少
少入れます。焦げない様にして鍋を火か
ら下し、温い内に御皿に入れて、スパン
を添へていただきます。

か。後を、だん／＼成長と共に鍛へられ
る必要はあります。その結果、ほんとう
に、しつかりした善良にならなければな
らないのは勿論です。しかし、幼児とし
ては、やはらかいふた葉のやうな、善の
芽生えこそほしいのです。快活はその善
の芽生えの爲の土やはらかき畑です。

その反對に、快活でないで、善良の芽
を枯らし、萎けさせ、曲げさせる危険が
あります。ひねくれは陰氣の産物であり
ます。意地わるは陰性のかびです。そん
なことが、少しでもあつてはならないの
が、幼児の心です。

さて、その通性の缺けてゐる子は、ど
ういふ譯なのでせうか。第一に、身體の
健康に故障があるかも知れません。消化
系統に障りがあるか、鼻どか咽喉どかに
障りがあるか、病氣といふ程でないとし
ても、さういふ故障の慢性状態は、最も
有害なものです。早くお醫者さんの助け
を借りるべきです。第二に、生活習慣と
して、子どもらしさを存分に發揮させら

れてゐない時です。暗い室内に、じつと
仕舞ひ込まれてゐる子、外へ出て思ひ存
分遊ぶことを許されぬ子。かういふと
ぎやくたいされてゐるやうですが、かわ
いが、れ過ぎてさうなつてゐる子が、却
つて多いのです。これは大に改めなけれ
ばなりません。第三には、それらのこと
が無くても、傍にゐるおとなが、不機嫌
な、濇い、にがい顔ばかり見せてゐるこ
とは、幼児の折角くの快活性を抑へたり
するものです。たりもするどころか、こ
れが一番悪い原因です。

さて、あなたのお子さんは、どんな風
に快活ですか。その顔色は輝いてゐます
か、その動き方はきび／＼してゐますか。
その話し聲に張りがありますか。その笑
ひが暗れやかですか。若し、その反對に、
くもりや、のろ／＼や、たるみや、にぶ
みや、さういふ傾向が見えたら、充分氣
をつけなければなりません。一體、幼
子の心の訓育には何をした、何を言つた
といふ所謂行ひより、いつも、どういふ
風な氣分であるかと大切ですからね。

(二)菱餅

材料 さつまいも八〇瓦、上新粉一〇〇瓦、

砂糖六瓦、以上で一五五カロリ

作り方 さつまいもは、蒸して皮をとり、

よくつぶします。一度裏漉しにかけると、

きれいになります。此の中に砂糖と上新

粉をまぜ合せ、四角い御辨當箱につめて、

平にして、上に布巾をかけ、二十分位蒸

します。程よく菱形に切ります。御皿に

二枚位重ねて盛り、上に桃の花を作つて、

木の枝につけたものをさします。

(三)お好み焼

材料 甘藷七〇瓦、メリケン粉一五瓦、

砂糖六瓦、ベーキングパウダー、食紅

少々、以上で一六四カロリ

作り方 甘藷で餡を作ります。メリケン

粉とベーキングパウダーを混ぜ、水を加

へ天ぶらの衣位にとき、二分して、紅白

にします。フライパンに油をひき小判型

に流して皮を焼き、餡を入れて三角に包

みます。