

# 夏の育兒漫談

竹 内 薫 兵

## 食物のこと

夏は食慾不振になることは一般にいはれることであるが、幼兒は必ずしもさうでない。涼しくさへしてやれば、驚くほど喰べるものである。

夏、母親として、食物についての一番の務めは、子供の偏食を直してやることである。偏食の子供は随分多いが、何故、夏休に直してやるべしといふか申すに、夏は、同胞達(ありこすれば)が比較的同じ家庭に居るし、母親も、同様な家に在り勝ちである。いはゞ他の季節よりも一家が家庭的になり易いものである。この事あるが故に偏食の矯正が出来やうといふのである。

要するに偏食は一種の神経病である。たゞひ親の偏食をその通り子供が偏食であるにしても神経病たるに相違はない。親が罹らせた神経病であるともいへる。之を矯正するには教育による外はないとされて居る、それには、よいお手本を示し、そのお手本通りにさせる方法が最もよいのである。それであるから、同胞達に食事する機會の多い夏は、母親も其氣になつて、『ホラ、お兄さま達も、あの通り、何でも喰べるでせう。お父様も、お母様も、みんな一緒にあの通り喰べませうね』といふ風に仕込んでいくのである。それに夏は最もよい時機なのである。若し、しかし、母も父も、同胞も皆偏食であり、『嫌ひなものは仕方ないさ』といふ流義であるならば、さういふ人達には偏食の害なご判らう筈はなく、又従つて、偏食矯正の熱意なごありやう筈はない、さういふ家庭の子供の偏食を直すには、もう親や同胞を相手にせず、その子供のよ

きお友達を頼りにする外はない。何でもよく喰べるお友達と一緒に會食させる機會をなるべく多く作つてやり、その友達の眞似をするやうに仕向けるのである。友達は一人だけでなく、なるべく、取りかへ引きかへ、いろ／＼な友達を會食させ、その友達の誰もが、偏食でないところをよく／＼感得させるのである。

## 二、住居のこと

風通しのよい住居がよいといふことは申までもないが、それは夏の暑いうちだけの事だと思ふ人が多くて困るのであります。風通しは秋になつても、それから寒中になつても、直接に風が部屋へ出入しなくては子供のためによくないのであります。それは、しかし、寒くなつてから急にこんな事云つたところで到底實行は出来ないわけでありますから、暑い夏からこの習慣を附けるのであります、冬になつてからの部屋は夏同様に吹き晒してはいけません。これは申すまでもありません。戸外の空氣が直接室内に入出入する點が目的ですから、大きく窓を開ける必要はありません。しかし、夏は、すつ／＼廣く窓を開けた方がよろしいのであります。近頃、肺病の治療に外氣小屋といふものを拵らへて、唯一人その小屋へねかす、勿論晝夜そこへねかして置く。窓は開け放題、窓から入る外氣は直ぐ顔へあたるといふ工合に、ほん／＼に小さい部屋です。總計一坪半か二坪位の小屋です。そこへねかして置くに肺病にも非常に効果があるといふことが確認され、もう試験的の時代を過ぎて、實行期にまで入つて居るのであります。

これは肺病の治療についての外氣の必要な事を申したに過ぎませんが、丸で無病の子供にも外氣になるべく觸れさせて生活させる事は必要缺くべからざる事です。そんな譯ですから夏のうちから風通しのよい部屋でねかすことを心懸けていたゞきたいのです。若し眞に一層積極的に實行しようとするならば、子供のために外氣小屋を建造してやり（一軒三十圓か五十圓で出来ませう）、その中でねかす癖をつけておやりになる事よいのであります。子供の怯懦心を去るといふ教育的効果も同時に護られやうといふものです。

### 三、歩行をすゝめる

都會には街上に危険が多いので、充分に歩かせる事が躊躇されますが、なるべくもつゝ歩かせる癖をつけるのがよいのであります。夏に山や海岸へいつて、身體の鍛錬を行つて比較的丈夫になるのは、その次の一年間を健康に暮らし、來年の夏また鍛錬を行ふまでの健康の貯蓄になるなご思ふのは誤りで、夏の健康法は、秋や冬の養生で一擧にして壞滅して終ひます。これ故、夏に行つた健康法を秋も冬もつゞいて實行するやうにしたいものであります。この意味で一番實行しやすい方法は歩行です。しかも、風の吹く時でも何でも歩かせることです。實は、子供は、こんなに取り立てゝ歩け歩けといはなくとも、放つて置けば充分に歩き廻るものですが、なるべく外へ出させないやうにしたがる傾向が都會の母親達の間に著しくあるために、子供よりはむしろ母親方への注文としてかく申上げるのです。子供はもつゝ歩かせてやつて下さい。

### 四、甘やかし過ぎないこと

躰のことは、その方の先生方のお話に任せますが、身體の健康にも躰が大關係あり、しかも、近頃躰のよくない結果、子供の病氣に際しての取扱ひにも至難なるやうな事實がありますので申すのですが、さうも一概に甘やかし過ぎて困るご思ひます。病氣なるご、起臥飽食共に醫師の注文通りにしなければ、到底治るわけにいかないのではありませんが、平素からの躰のよくない子供は、さうしても、この治病の規格に沿ひません、その結果のよくないご知るべしであります。子供を放置することが教育上よいごいふ説もあるかも知れませんが、一方ではもつゝ嚴然ご、守るべきごころは守らせていたゞきたいご思ひます。善いごはイエスで、悪い事はノー。ごするご、子供の躰の場合にはイエスカノー。この二つを判然ご區別して、子供のためによくない事であれば、さんなに子供が泣いても飽くまでノーで押し通すだけの毅然たる母親で是非ごもあつて欲しいのであります。

夏は母親も同胞と一緒になつて、幼稚園年齢の子供の躰に専念し得るよい機會であるご思はれます。