

# 育兒談

醫學博士 瀨川昌著



## ● 腦の養生法

▲ 精神と身體の關係 精神の養生は小兒の時から親々の深く注意して適當の方法を講じなければならぬのです、一體精神の養生法と云ふは腦の働きに就いて注意を與ふべき養生法で、西洋の諺に「健康の精神は健康の身體に宿る」と云ふ事があるが、之れは素より一理ある事で健康の身體に非ざれば決して健康の精神は保たれぬが左ればと云つて健康の身體をもつて居る人なら必ず健康の精神であるかと云ふに、決して爾うは言れぬ者です、夫れ故幼稚兒時代の頃から身體の健康に伴ふて、完全に發達させる事を心懸けなければならぬのです、小兒の身體を見るに、何處も申分はない頗る

強壯であるから腦の發育は自然此健康に伴れて發達するであらう、投遣りにして置いても差支なからうと思ふは大層な考へ違ひであります、處で夫れと反對に完全に發達させたいとする一心から餘り過度に仕すぎ教え過ぎる者も随分世間にあるが之れも甚ば宜しくないのです、要するに適當な方法をもつて腦の働きを完全にさせなければなりません

▲ 三ツ子の魂百迄も 元來善良なる精神の養生をなすには腦の機能をして完全圓滿に發達させなければならぬのです先其手段としては良き習慣を養成させなければなりません、俚諺に三ツ子の魂百迄もと云ふ事があるが、之れは幼稚兒時代からして善良なる精神の修養をさせねばならぬ事を云ふのに外ならぬのです、前にもお咄し仕て置いた通り小兒程早く癖のつき易いものはなく善き習慣にも、惡しき習慣にも忽ち染りますからよく此點に注意しなければなりません、殊に親達とか保育者の任に當る者が少しでも眼を放すと善き習慣にはならんで惡い癖の付き易いもの、夫れ故油斷

は一寸でも出来ません

▲習慣は親の責任で小児を善良に導くのは世の教育家の任務とも申すべきで既に幼稚時代は幼稚園で教育をいたす故精神の修養法に就いては教育家の擔當する處であります、衛生上脳の健康を見るに置いては矢張醫師の立場から注意させなければなりません、故に小児の精神の養生法は教育家と醫師と相待なければならぬが、併し夫れよりもモツと大切なるのは家庭に於て先づ善き習慣をつける事に親達が率先し實行して見せなければなりません、是等の事に就いて親達の注意すべき例を次に述べませう

●脳の養成と感化力

▲親の感化力 家庭に於ける善良なる習慣は小児の精神を修養するに最大なる感化力を有するものであるから總べて両親が率先して良き模範を示さなければなりません、私は世間の母親から斯ういふ様な事を耳にした事があります「無我意な小児で良い事も悪い事も知らないものを少し位の仕事は何んな舉動をしたつて分かるのですか」と、是

れは餘り無責任な申様かと思ひましたが、分けても小児は母親の感化を受けて、精神的母親の性質に似易いものですから、母親が口善悪なく喧嘩好きで詰らぬ事を罵つたり、又愚痴など譟すと男兒でも女兒でも兎角其氣質を受けて母親の半面は寫出されるものです

▲母親の氣質に似る 之れは續いて全く贅澤な所謂奢侈の風、又沈鬱なる氣質などは勵めて注意し「自分に悪い習慣のあるので夫れが小兒に迄悪い癖となり、將來を過まらせてはならぬ」と充分奮勵して親々自身の良くない癖を改良し小兒に示さなければなりません、脳の機能を完全に圓滿に發達さすには是非共善良癖を付ける事が急務であります

▲寄席、芝居の害其の他夜更しをさせて日が暮れても容易に寝せないのは脳の養生法に背いて居ります、一體此時代の小兒には尤も睡眠が必要で、眠る間には脳が休養するのであります、然るに小兒を夜分寄席へなど連れて往つて大切な睡眠の時間を徒らに過させて仕舞うのは何んたる心得違

ひでありませう、寄席斗りでない劇場へ迄連れて  
行き「何うだ子面白いだらう温順しくして観てお  
出で」など、親自身が面白く感じるものだから、  
矢張り小兒も自分と同じ様に面白からう、之を觀  
て精神を慰んであらうと思はうが、夫れは至つて  
宜しくない大變な考へ違ひであります、又寄席や  
芝居は時には精神上の刺劇を受け却つて完全圓滿  
なる腦の發育の妨げになります、また夫れ計りで  
ない、斯様な場所へ往つては長い時間も坐り通し  
に坐つて居なければならぬから之れも小兒發育の  
妨げとなりませう

▲郊外の運動 然らば精神の養生法としては如何  
なる事が尤も小兒を慰めるであらうかと云ふに、  
郊外の散歩などは至極良いのです、天氣の良き日、  
野邊に出で、小兒を思ふ儘に運動させる事は、芝  
居や寄席の窟窟な所で、悪い空氣を吸つて長い時  
間坐つて居るのに較べたら、精神及び身體の爲め  
何れ程有益でありませう左もなくば春や秋の學校  
の運動會があつたら夫れを見せに連れて往くと  
か斯ういふ快活な事は大賛成であります

▲白痴兒の教育 幼稚時代の精神修養は家庭に於  
ける感化が大關係を有つて居ります、尙教育の方  
法としては事情の許す限り幼稚園へ入れて善良な  
薰陶の下に美風を養成させる事を賛成いたしま  
す日本でも幼稚園教育は近來頗る進歩して以前と  
較べたら大に改善されて居るからヨシ幼稚園へ入  
れぬとしても其規定にならつて家庭で教育する事  
が必要である併し此處に憐むべき一種の不具な小  
兒がある夫れは即ち白痴の小兒で、之は天然に頭腦  
の構造を誤つて居ると、又病氣の爲めに變化し  
たのとあります、孰れにしても此位不惑な者はあ  
りません 況して其両親の身になつたら何れ程悲  
哀くあるか、實に氣の毒に堪えぬのです、西洋に  
は斯ういふ小兒を收容して、懇篤に、氣を練らし  
て教育する設備があるが、未だ日本には是等の完  
全した場所の設けられぬは遺憾に堪えぬのであり  
ます、家庭に於て不幸にも斯る白痴の小兒を産け  
たら、其両親は勿論、周囲の人々も充分氣を永く  
持つて、教育の方法も手加減をなし、感れみを加  
へて何時も其の小兒は春風に接する想ひあるやう

にして教育を施さなければならぬのです。

● 身體上の監視

▲ 第一飲食食物 小兒の身體を監視する事は片時も油斷して、目を放してはなりません、時には嚴重に注意して居つてすら、小兒の故障を直に發見することが出來ず、時經て知るやうな事が往々あります、夫れ故身體上の監視は無論兩親の自身に行ふべき事であり、一體小兒を育てるには他人任せや奉公人任せにすべき筈のものではない、ヨク事情の許さぬ場合なら、夫れも據ころ無い事だが他人任せや、奉公人任せになると動もすれば身體上の監視を忽かせになし、到底兩親の注意には及ばぬもの。是れは何人も其の感があらうと思ふ、處ろで小兒の身體に對する監視は何んな風にするかと云ふのに、先づ第一が飲食食物であり、素より飲食食物は各其の小兒によつて親達に注意しなければならず、度合ひを見計らはなければなりません、食慾の平生より多く進み過ぎる時、又平生より減する時、斯ういふ場合には、必ず其子の身體に故障を生じて居る事に深く心を注ぎ、

忽せに致してはなりません、俗に「ムラ喰ひ」をすると申すが是は餘程小兒の四邊のものにも注意してムラに食べる原因を研究し、何うしても身體に故障あると見たら醫師に診斷を受ける事に仕なければなりません、随分遊びに屈托すると急いで食べて三杯食べる處を二杯にして戶外へ飛出すやうな事もあれば、又欲きなのであると度を過して喰べる、是等は四邊の誘因から「ムラ喰ひ」をするので病的ではないが斯ういふ事に迄綿密な注意を拂はなければなりません。

▲ 食物の好き嫌ひ 夫れから小兒は或る場合に食物の好き嫌ひをして困るものです、好きなもの云へば夫ればかり喰べて外の食物を喰べません、斯ういふ事は身體の營養上至極宜しくないから、一方の食物ばかりに片すまぬやう、親達の注意を要する事肝要であります、其他食物の事は家庭に居る時斗りでなく、戶外へ出て喰べた事を場合によつて親に話さぬ事がある、例へば毒だから喰べてはならぬと嚴禁して置いた不熱の梅實を竊に喰べたりする、斯ういふ事は、小兒が秘密にして置

くのが多いが夫れを親達が心付んで居るやうでは、身體上の監視に對し責任を全うするとは云はれませんが、先づ梅の實の結ぶ頃などには豫め小兒を教訓して置いた上に尙綿密な注意を仕なければならぬ

▲睡眠の状態 飲食物に次いで睡眠の状態を良く監視しなければなりません、一體健康な小兒なら、快よく安眠するものであるが、夫れを如何にも寝苦しさに、折々唸されたり、稀に寢言を云つたり、又甚しきに至ると寢惚けて床の上へ起き上がりサメザメと泣いたりする事がある、是れは身體何れの部分かに故障を起して居る爲めだから完全な教育を遂げる健康の小兒とは認められない、不安の状態が斯く頻々であつたら醫師に相談する様になさい、去れども之れは親達が小兒と一室に寝なければ何んな風にして眠て居るかを知る事が出来ませぬ、大切なる育兒を他人任せや奉公人任せに仕て置いては、何うしても小兒の健康は故障の起り易いばかりか、現に故障があつても親達とは注意の仕方が違ふから、何うしても發見する事

十六  
が遅く、誰にも目にも止る頃になつて始めて氣の付く位のもので、夫れ故獨り睡眠の事のみでない、我子の養育は必ず兩親の下に置いてすべきが天然の法則で、人手に斗り任せるのは變則の育兒法と云はなければなりません

▲大小便の注意 夫れから第三は大小便ですが先づ大便の事からお咄しませう、之は小兒に能く有勝ちですが下痢する時など動もすれば親達に隠して居ります夫れは下痢したことを話すと何か自分の欲望を満すことが出来ぬとか、禁じられて居た飲食物をした爲めとかで夫れが露現したら叱られるだらうと云ふやうな小兒心の考がへからヨク烈く苦痛に堪へられぬやうにならねば親に告げないで居ることがある、之れは至極危険なことで下痢すると云つても普通の腸加多留か、夫れとも他に原因のあるのか、下痢した當時に早く手當をすれば快復の早いものを、時経た爲めに重患に陥らして仕舞う事がある、斯ういふ事は最も親の注意しなければならぬことであります