

寝たきり老人の看護法 ⑤

▶ 洗顔は1日のスタート ◀

朝の洗顔は、一日のスタートとして大切です。忘れないようにしましょう。順序は次のとおりです。

- ①枕をはずす (あごがふきやすい)
- ②頭の下に大タオル (バスタオル)、襟もとに中タオル (手ぬぐいの大きさ) を当てる。
- ③熱い湯でしばった小タオル (ハンカチの大きさ) を手に巻き、目頭から目

じり → 額 → 鼻 → 頬 → 鼻の下 → 口の下 → あごの順にふき、襟元に当てているタオルで湿り気をとる。

- ④首の回りをふく場合は、あごの下 → 耳の下側 → 後ろの首すじの順で。

目頭と目じりは、目やにがたまりやすいので、気をつけてふいてあげましょう。目やにが固くついているときは、1~2%のほう酸水か湯ざましを綿かがーゼに湿らせて、目頭から目じりへとふきます。

耳の中、耳の後ろなどは、あかがつきやすい部分ですから、細かいところまでよくふきます。耳の穴は、タオルを指に巻いてふいてあげましょう。耳あかを取り除いてください。耳あかがたまっていて耳が聞こえにくいことがあります。

顔は朝夕洗ったりふいたりしますから、特に汚れていないかぎり石けんなどは使わず、お湯だけでよいでしょう。

○しかられる愛情を 知らない子

ある少年院の調査によると、これらは父母から「もつときびしくしかってほしかった」と訴えているという。なにを勝手なことをと、言いたくなるが、最近しかられる愛情を知らない子供が増えつつあることも事実です。なにくれとかゆいところ、手が届かんばかりに子供の世話をやき過ぎる母親の養育態度と、子供からきらわれまい、反抗されまいとして「ものわかり

のよい、話しのわかる親」に変身している父親からは、社会のきびしさも、自立への足がかりもつかめそうにありません。

○しかり方にも救いがあるように 二度とこんな事をさせたくないと考えて、念には念を入れてしかると、つい、りきみ過ぎて、目の前の行動だけでなく、あんなこともあった、こんなこともしたと拾いあげ、いわば精算済のことまで引き合いに出すことがあります。

聞いている子供は、自分は悪いことばかりしている、全くだめな人間だと思ひこんでしまうでしょう。こうなると、子供はよくなるという気持ちを持ってしまう。

しかる時には、かならず救いがあるように、希望がもてるように考えるのがコツです。「お母さんはカッコよかったけど、それはおまえがこんなことをするのはおかしい。残念だと思ふからよ」と

○しかるときの三つの禁句

一、「憎らしい子」「ちっともかわいくない

子供にとって何よりも大切なのが親の愛情です。それを否定すると大ダメージを与えます。

二、「どこへでも出ていきなさい。育てる気がしない」と、養育を放棄するような言葉。

三、「なんてでくの悪い子」「とことんだめな性格ね」と、子供の人格を非難する言葉。しかし、その子供を生み、育てたのは親なのです。いささかナンセンスです。

小学校四、五年になると、「もうひとりの自分」が芽ばえてきます。この時期からは「もうひとりの自分」を意識させるようなしかり方をする、子供の自立を促します。

「そんな子じやないはずだ。もうひとりのおまえはどういうふうな考えているの？」と、子供の心のなかに、もうひとりの自分と対話しながら生きるということを育てていくわけです。このことがやがて思春期を無事乗り越える力になるはずですよ。

子供たちを健やかに育てるために ⑥

しかり方

元婦人補導員
馬 淵 理

○しかられる愛情を 知らない子

ある少年院の調査によると、これらは父母から「もつときびしくしかってほしかった」と訴えているという。なにを勝手なことをと、言いたくなるが、最近しかられる愛情を知らない子供が増えつつあることも事実です。なにくれとかゆいところ、手が届かんばかりに子供の世話をやき過ぎる母親の養育態度と、子供からきらわれまい、反抗されまいとして「ものわかり

消費者コーナー

士(さむらい)商法

「〇〇士は近く国家資格になります。この講座を受講すれば、職場で有利になります」などという電話が多くなりました。一般に〇〇士などの資格には弁護士、公認会計士、税理士、建築士などの公的な資格と、民間の各種の団体が自主的な判断で自由に出す資格に大別できます。しかし、前記のように勧誘時の説明が虚偽的であったり、資格が社会的に通用するかどうか疑わしいものも多く見られます。

その資格が自分に必要かどうか、本当に役立つのかどうかをよく考えると同時に、「疑わしい資格」でないかをよく確かめましょう。

ファミリィング

クッキング

大館農業改良普及所 越後 静 生活改良普及員

季節のさば、さんま、いわしは成人病予防食品として見直され、生活改善集会でも好評でしたので紹介します。

さば(さんま)

玉ネギのケチャップ煮

材 料

さば1尾
玉ネギ2個、片栗粉、塩
コショウ、油、ケチャップ
ウイスターソース

①さば(さんま)を三枚におろし一口切りとし、塩、コショウする。

②さば(さんま)に、片栗粉をまぶし、油で揚げる(片栗粉をつけて時間を置かない。)

③鍋の油をあげ、大切りの玉ネギをいためる。ときどきふたをして透き通るまでいためる。

④③にあげたさばを加え、ケチャップ

材 料

さば1尾、ネギ10センチ、
片栗粉、しょう油大さじ1、
あげ油
スープ しょう油、酒、ごま油
砂糖各大さじ2

①さばは三枚におろして薄切りにし、ネギは千切りにしてしょう油で下味をつける。

②①のさばに片栗粉をつけて油で揚げる。

③スープをボールに作り、揚げたさばをつけこむ。

