子育てのスキマに読んでほしい話

小松市民病院小児科部長
上野良樹

はじめに

小児科医をこころざしてから35年になります。まだ本当の小児科医になれたのかどうかよく分かりません。確かに言えることは、ほんの小さな診察室から子どもたちをずっと見続けてきたことだけです。35年前と子どもたちの本質はなにも変わることはありません。むしろ、それゆえに社会の変化の中でもっとも影響を受けやすい存在かもしれません。あるいは社会や家族の変化をまっさきに鋭敏にあらわしてくれる気がします。

社会が閉塞感（へいそくかん）におおわれ、大人たちが先の見えない不安にかられ、家族が行く先を見失いそうでも、子どもたちはなすすべもなく無垢（むく）なままそこにいます。そんな子どもたちに接し続けられたこと、これからもそれができることが小児科医としての誇りです。社会の中でいちばん弱い存在である子どもの側に立つこと、それは絶対に間違ってはいないと信じられます。

陰湿ないじめや不登校、ゲーム依存症や家庭崩壊……、それらは私が小児科医になったときには医学の教科書になかったものです。それは子どもたちが社会のひずみや家族の危機を先取りして教えてくれたものです。小さな心や、小さな体を犠牲にして身をもって私に示してくれました。子どもたちの一人一人が教科書でした。言い換えれば、これらのことは診察室で、子どもと一緒に考え、親と一緒に悩みながら私自身が勉強させてもらったものです。ほかの病気のように抗生物質や抗がん剤はありません。なんとか手探りで子どもたちも一緒に答えを見つけようとしてくれたと思います。

そんな子どもたちの思いに答えるにはどうすればいいのでしょうか。正解が分からなくても、まだ答えが見えなくても、少しでもその子どもたちの思いを誰かに伝えることしかないと思いました。子どもの側に立つということは、無条件に子どもを応援することではありません。大人としての余裕や誇りを取り戻し、社会がゆっくりと流れる子どもの時間を社会の中に作り出すことだと思います。

この本では、散文と詩がセットの形になっていますが、もともと一緒に書いたものではありません。散文は6年前に「子どものいる風景」として北國新聞と富山新聞に連載したものに手を加えたり、新たに書き足したものです。一方、詩の方は傷ついたり、迷ったりしている子どもたちに何かを伝えたいと思い、2年くらい前から作ったものです。詩集にして外来にくる子どもたちに渡して読んでもらったり、感想を聞いたりしていました。最初から意図したものではなかったのですが、自然にこんな組み合わせができあがりました。ただ、この散文と詩の組み合わせには、この本を親と子が一緒に読んでほしい、親と子が一緒に読める本にしたいという願いがこめられています。むかし、子どもだったお父さんやお母さんと、これから大人になっていく子どもたちに、好きな時に手にとり、話し合ったり、感じあったりしてもらえれば、こんなにうれしいことはありません。

上野　良樹

もくじ

【　】は詩

はじめに

第1章 子育てが不安なのは当たり前

【同じ道のり】……14
最初はみんな新米なのです……16

【プレゼント】……22
イライラの99%原因はお父さん……24
【朝の光】……30
1歳以降の死因1位は病気でなく事故……32
【誰だって】……38
夜泣きはお父さんを呼ぶ声と思って……40
【知をつなぐ】……46
絵本で赤ちゃんと会話しよう……48
【ポケットの笑顔】……52
子どもとの時間は「あなたの時間」……54
【好きなことば】……60
子どももお父さんもほめて育てよう……62

第2章 いじめ、不登校と向き合うには

「うれしいこと」……72
子どもは話すのが大好き
「日　記」……78
理解できなくてもいい、共感するだけでいい
「ほんとうの強さ」……86
「死ね」と言いながら生きるなんて
「ひとりが好き」……94
「無理しなくていいよ」という励ましもある……96

第3章 家族で考えてほしい

「こころの宇宙」……102
怠学（たいがく）は結果であって理由じゃない……104
「負けないよ」……112
「やせれば…」のひと言のために……114
「ひとつだけ」……122
心やさしい子ほど自分を傷つける……124

「キミとボク」……130
「勉強できる注射をしてください」……132
「夢」……136
自分の経験を伝えるのが思いやり……138
「旅がはじまる」……142
ひとりでもいいじゃない……144
「エネルギー」……148
勉強は自分でなく人のためにする……150
「タイムマシン」……156
携帯ゲームで失われているもの……158

第4章 障がいから教えられること

「いつのまにか」……166
だれに勇気をもらったの？……168
「I have a dream」……174
決して選ばれたわけじゃない……176
「動物たちに」……182
正直で無邪気な姿がそこにある……184
「この家族が好き」……188
どんな子も一緒に生きる社会に……190

第5章 こんな社会になれば

【あなたは超能力者】……196
虐待（ぎゃくたい）は連鎖しない……198
【弱　虫】……204
0歳の壁（かべ）をつくってはいけない……206
【学　校】……212
先生は子どもの人生を預かっている……214
【時　間】……220
科学は不公平をなくすためのもの……222
【選べぬもの】……226
本当に家族の判断でいいの？……228
【こども】……234
思いやりマークのある駐車場……236
【かっこいい】……240
大人が手本になるしかない……242

おわりに

第1章 子育てが不安なのは当たり前

同じ道のり

山登りでは
いちばん弱い人を先頭にして歩く
最後にすることは死を意味する

どんなに辛くても
もうやめたいと思っても
代わりに歩いてくれる者はいない
でも後ろを歩いてくれる人がいる

どんなに遅くなっても
どんなに時間がかかっても
いつかは目的地にたどりつく

強烈な疲れの中でわずかに笑みを返す

夕暮れとともに
同じ道を歩いたことだけが
みんなの心の中に静かに拡がっている

そんな社会のありかたをふと思う
そんな社会でもいいんじゃないかなと思う

最初はみんな新米なのです

小児救急のことが話題になるたびに、緊急に受診する必要のない軽症患者がおしかけて小児科医が大変だとか、肝心の重症患者が後回しになってしまうとかいうことが問題になります。

こんな状況を回避し、適正な受診をしてもらうための方法として、#8000に電話すれば相談にのってもらえる小児救急電話相談事業があります。ここに電話があったうち半分くらいは相談だけで夜間の救急に受診しないですんでいます。

救急を判断する小雑誌も

また各自治体が、「こどもの救急」―おとうさん、おかあさんのための救急&予防ノート―という小雑誌を配布しています。その中には発熱、けいれん、せきなどの症状ごとにチャート形式でこんな時は、〈急患診療所を受診してください〉あるいは〈様子をみながら診療時間になるのを待ってお子さんを病院へ連れて行くとよいでしょう〉というふうに判断するようになっています。

最初にできたときは「おかあさんのための」とありましたが、最近改訂されたものから、おかあさんだけではなく、おとうさんのためのという文字が加わるようになりました。この男女共同参画社会で最初

から書いてなかったのが配慮に欠けるというものです。共同で参画するのは社会も家庭も同じ、まして子どもの病気のときにお父さんが参加しないなどありえません。

小さな赤ちゃんほど容易ではない

それでも赤ちゃんが初めて熱をだしたり、子どもが急に吐いたりすれば心配になるのは当たり前です。朝まで待つのは不安で、やっぱりお医者さんに診てもらえればと思うことも仕方ありません。小さな赤ちゃんほど軽症か重症かを見分けることは決して容易ではありません。

医者の方だってたくさんの経験を積んで初めて、明日まで待てるかどうかという判断ができるようになるのです。「なんでこのくらいで連れてきたの」とか、「どうして朝まで待たなかったの」とか、えら

そうに言う救急外来の医者も成り立ての頃は口では大丈夫と言いながら、顔はややひきつり、心の中では本当にこれでいいのだろうか、何か見落としてはいないだろうかと不安だらけです。

不安な夜を過ごすなら

お母さんやお父さんは、初めてお母さんやお父さんになったのですから、文句なくみんな成り立ての新米です。しかも子どもなんてわが子一人しかみたことがないのです。私は、お母さんやお父さんが不安なまま赤ちゃんのそばで夜を過ごすくらいなら受診していただければいいと思っています。不安をかかえたままそばにいるのは、赤ちゃんにとっても一番よくないことです。そうしているうちに、お母さんも、お父さんも経験を積んでいきます。明日の朝まで待てそう、そんなに

あわてなくていい、安心してそばにいてやればいいと。

そんなお話をある講演会でしたあと、参加された人たちから「不安なら行ってもいいんですね」「これで安心してそばにいてやれます」という意見をたくさんいただきました。こちらが思っている以上に、お母さんやお父さん方はとても遠慮されていたのだとあらためて気づかされました。もし当直の医者が「こんな時間にくる必要ないのに」と言ったら、まだ悟りを開く前か、36時間連続勤務のお医者さんと思って、やさしく聞いてあげてください。

初めての孫となると……

もう一つ、核家族で周りにすぐ相談できる人がいないことも救急受診の原因の一つによくあげられますが、これも完全に間違っています。

私の経験では、おばあちゃんやおじいちゃんも初めての孫となるとお父さん、お母さん以上に筋金入りの新米になってしまいます。ここで一句、

古々米も孫のためなら新米に

好評発売中

●定価：本体 1,500 円＋税

小児科医の診察室からみた 涙と怒りの世相診断

●定価：本体 1,500 円＋税

好評発売中

北國新聞社出版局 TEL 076(260)3587
〒920-8588 金沢市南町2-1
お求めはお近くの書店 または 北國新聞社出版局へご注文ください。
北國新聞社の本 検索 ホームページからもご購入できます。

著者紹介

上野　良樹　(うえの・よしき)

1951（昭和26）年富山県上市町生まれ。1977年大阪医科大学卒業後、金沢大学医学部小児科医学研究科に入学し学位を取得。その後、珠洲市民病院、厚生連滑川病院に勤務後、金沢大学医学部小児科助手となる。白血病、免疫学などの治療、研究にあたり、1985年7月から1987年12月までカリフォルニア州立大学ロサンゼルス分校に留学、主に免疫の研究に従事する。帰国後、金沢大学医学部小児科、国立療養所医王病院勤務などを経て、1993年より現職の小松市民病院小児科部長として小児科医療にあたる。著書に『小児科医のアフタヌーンコール』（2000年、北國新聞社発行）、『続・小児科医のアフタヌーンコール』（2004年、同発行）がある。

詩のイラスト　　さかぐち はるか

子育てのスキマに読んでほしい話

二〇一二（平成二十四）年四月十一日　第一版第一刷

著者　上野　良樹

発行　北國新聞社
〒九二〇―八五八八
石川県金沢市南町二番一号
電　話　〇七六（二六〇）三五八七（出版局直通）
ファクス　〇七六（二六〇）三四一三
電子メール　syuppan@hokkoku.co.jp

©Yoshiki Ueno 2012,Printed in Japan

ISBN978-4-8330-1863-0

本書に掲載されている文章、イラストの無断転載、複製などはかたくお断りいたします。

定価はカバーに表示してあります。落丁、乱丁本は小社送料負担でお取り替えいたします。