

# 健康 ガイド

「上手なしかり方ってありますか？」

健診時のお母さんの声から

「すぐにダダをこねて泣き叫びます。どうしたらよいでしょう」「一日中しかってばかりいます。そんな自分が嫌になります」



1歳6カ月児健診や3歳児健診の中で、しかり方に悩むお母さんたちの声が多く聞かれます。「上手なしかり方」「子どもを伸ばすしかり方」は、育児雑誌でも人気の特集です。レストランや公共の場で子どもが走り回っているのに知らん顔という親に腹を立てたことはありませんか？「きちんと子どもを見ていればいいのに」。

自分であれ他人であれ、子どものしつけは、とても気になります。

子どもは、生後9カ月頃から「バイバイ」「ぱちぱち」など、親のすることをまねるようになります。1歳を過

ぎると好奇心と探究心から「いたずら」が盛んになります。1歳半を過ぎると受話器を耳に当てたり、食事の前におじぎをするなど親のすることをまねてマナーを身につけていきます。3歳を過ぎるとことばの理解が進み、説明すると納得することも増えていきます。

上手なしかり方のヒントは、子どもの立場になって考えてみることでないでしょうか。避けたいのは「できないことをしかる」と。子どもは年齢からいって、まだまだできないことがたくさんあります。

泣いたり、かんしゃくを起こしたりするのは、子どもなりに理由があります。しかりつける前に「あなたの気持ちわかるけど」と声をかけてみませんか。

例えば「おもちゃが欲しい！」とだだをこねたときは「これ〇〇ちゃん好きなものね」と、お子さんの気持ちを言葉で受け止めてあげます。すると、

## 2月の休日当番医 急患に限ります

- 4日 市立総合病院  
☎01654 3101
  - 11日 吉田病院  
☎01654 3381
  - 12日 名寄東病院  
☎01654 2188
  - 18日 名寄中央整形外科  
☎01654 2006
  - 25日 岡崎内科  
☎01654 2361
  - 3月4日 市立総合病院  
☎01654 3101
  - 11日 あかいし内科医院  
☎01654 7177
- 救急医療情報案内フリーダイヤル  
☎0120-208-699

## 市立病院の やさしい

## 医療講座

今回のテーマは  
急性大動脈解離です

「急性大動脈解離」と言えば、少し前にドリフターズに加藤茶さんが緊急手術を受け記者会見していたのは記憶に新しいことですね。今回は、この病気について説明します。

動脈は内膜、中膜、外膜の3層から成り立っていますが、中膜が何らかの原因で裂けて二層、三層に剥がれ、動脈が二腔、三腔となった状態が大動脈解離です。内膜には裂け目が出来て、本来の血液の通り道（真腔）と新たに出来た通り道（偽腔）の間に交通ができます。急性に大動脈解離が起きると、血管壁が薄くなり破裂しやすい状態で、大変危険です。

症状は、多くは突然起こる胸や背中 of 激痛が特徴で、まさに「引き裂かれるような」痛みと言われています。意識消失や下肢痛が初発のこともあります。この病気は、解離の部位とその範囲 発症からの時間 全身の臓器の状態、などによって治療法が決定されます。一般的に、急性に上行大動脈が解離（A型）すれば、心臓や脳の合併症をきたす可能性が高いので緊急手術が必要です。手術しない場合の死亡

率は60～80%とされています。下行大動脈以下におこる大動脈解離（B型）の急性期治療は、2～3週の安静、血圧管理など内科的治療が行われますが、臓器虚血や破裂は緊急手術が必要になります。しかし、この病気は、広範囲でまた動脈壁が弱いというえに全身の臓器機能に影響することから、手術にも多くの危険を伴い手術成績もいまだに良好とは言えないのが現状です。統計では、手術死亡率が15～30%、生存したとしても手術に伴う合併症（心臓、脳、腎臓などへの影響）が約30%程度おきるとされています。

急性大動脈解離は、発症する直前まで全く何ともなく、突然起きます。したがって、症状のない時期にあらかじめ検査でみつけることはできません。しかも致死率が高く、手術治療も大きな危険を伴う重篤な病気です。原因は、動脈硬化と高血圧ですから、動脈硬化の危険因子（タバコ、肥満、高脂血症、高血圧、糖尿病）の制御が一番の防止策といえます。

【市立総合病院 副院長 和泉裕一】

子育て保健  
ミニカレンダー  
2月

- 6日(火) ちびっこひろば
- 9日(金) 親子ふれあいひろば
- 13日(火) ちびっこひろば
- 14日(水) のびのび親子教室
- 15日(木) 乳児健診・BCG  
( 風連会場 )
- 16日(金) 発育相談
- 19日(月) 股関節脱臼検診
- 20日(火) ちびっこひろば
- 21日(水) 子育て教室
- 22日(木) 1歳6ヵ月児健診
- 23日(金) 親子ふれあいひろば
- 28日(水) お母さん教室

風連会場は風連地区の方のみを対象として実施しています。  
詳しくは母子健康カレンダーをご覧ください。



お子さんの気持ちはゆるみます。その上で、今日は買えない理由を伝えあげるのはどうでしょうか。親子で5分5分の関係が大切です。そして、外あそびをたっぷりして好奇心をたくさん満たしてあげましょう。  
しつけは急にはできません。行きつ戻りつしながらゆっくり身につけていきます。保護者の方も周りの方もそのような目で「親子」を見守っていただけたらと思います。

安心できるための老後の法律  
あなたと家族の財産と権利を守る

と き 2月21日(水)18:30~20:30  
と ころ 市民文化センター  
内 容 地域で暮らす高齢者と家族、そしてそれを支える地域住民を対象に、高齢者虐待と成年後見制度について  
講 師 弁護士・笠原裕治氏(名寄ひまわり基金法律事務所)  
参加費 無料(申し込みは不要です。直接会場へお越しください。)  
問い合わせ  
名寄庁舎2階 在宅介護支援センター(☎01654 1000)

子育て支援センターで  
育児の輪を広げましょう!

「さくらんぼ」 開設：月～金曜日  
☎01654 5683 (東5南3 東保育所内)



「ちゅうりっぷ」 開設：月～金曜日  
火・木曜日は女性児童センターで実施します。  
☎01654 3361 (西2南2 中央保育所内)



「こぐま」 開設：月・木曜日  
☎01655 2378 (風連町西町 風連さくら保育園内)



2月・3月の催し

と ころ 女性児童センター  
おひな様作り  
・とき 2月27日(火)10:00~11:30  
親子でおひな様を作ります。  
身体測定  
・とき 3月20日(火)10:00~11:30  
測定カード・手形をプレゼント。

今月の健康すてっぷ教室

★ 今月の夜間健康教室「健康すてっぷ教室」のご案内です。 ★  
★ と き 2月20日(火) 19:00~20:00 ★  
★ と ころ 保健センター ★  
★ 内 容 Let's おいシー・ヘルシークッキング(調理実習) ★  
★ 対 象 市民どなたでも ★  
★ 費 用 200円(材料費) ★  
★ 持ち物 エプロンと三角巾 ★  
★ 申し込み・問い合わせ ★  
★ 保健センター(☎01654 1486) ★  
★ または風連庁舎保健係(☎01655 2511) ★

健康づくり体操教室のお知らせ

と き 2月8日(木)・15日(木)・22日(木)・26日(月) 9:30~11:15  
と ころ 総合福祉センター  
内 容 フォークダンス・民謡踊り・自きょう術  
持ち物 上靴  
申し込み 当日会場で受け付けます  
問い合わせ 名寄庁舎2階  
高齢福祉課高齢福祉係  
(☎01654 2111 内線3231)