

裏面の話題

みんなの居場所の裏面は、小学生にとって必要ではないかと思う問題、漢字、語、慣用句等々を載せていきます。ご家族の団らんの話題にしてみてください。会話が広がります。

令和7年12月8日(月)

みんなの居場所

徒然

12月に入り、時間の速さが増しているような感じがしています。今月22日は二十四節季の「冬至」です。「柚子湯」が待っています。そういえば私は朝まだ暗いところから出勤しますし、退勤時も暗くなるのが早くなってきたと感じていたところでした。今後寒さが本格化し、2月の初め頃までは感染症対策もしつかりしておかなければなりませんね。とは言え、あつと週間程で冬休みに入り、子ども達も多くの行事を楽しみにしていることでしょう。

さて、来週14日は「歩け歩け大会」が行われ、17日は「持久走大会」と行事が連続します。いずれの行事も効果の大きいものであり、子ども達の心に、どのような影響を与えてくれるのか楽しみです。本校は行事実施を諦めずに、こつこつでは実施できるかという視点で教育活動を展開してきました。お陰様で多くの行事を実情に合わせて実施することができ、大変嬉しく思っています。

この時期は気温が下がることもあり、外で活動することが億劫になりがちです。休みの日になると私もつい暖房の効いた部屋でタタラすることが多いです。これでは体に良いわけがありません。子ども達も持久走に向けてかなりの時間練習(外で走る)をしています。この流れを崩さず、運動に親しんでもらいたいものです。かと言って私も運動不足は否めません。週末のウォーキングを頑張ります。

本が溜まっている 積読：

小学生の頃、冬休み前になると本の注文が学校で行われていて、毎年面白かった本を買って読んでいました。それを冬休み中に読むのですが、我が家の冬の風物詩として懐かしく思い出されます。

私は読書が好きです。でも、最近はその時間があまり取れないのが現状です。まさに積読状態です。帰宅したら、食事、入浴、ルーティンをとると、その後は眠くなるんです。眠くなるのもルーティンなのではないでしょうか。10分間読書の最中に寝てしまっています。私の小学校時代を思い出します。本を借りる時は、挿絵が多い本を選んでいました。マンガもたくさん読みました。本が好きになるきっかけはそれですが、親でしてそれとなくアドバイスするのは重宝がもしれません。小学生に対して、残酷な描写のある本やマンガは絶対によろしくない。そういった本に出会わないようにするために、メディアのコントロールも重要でしょう。私は読んでいて「フック」と笑ったり、「ホロ」ときたり、心が「ほっほ」したり、手に汗握ったり、そんな本が好きです。とにかく、何でも読みたいです。

私が読んだ本...、子ども達も抵抗なく読めそうな本を幾つか紹介しましょう。先ず恩田陸さんの「夜のピクニック」です。これは本屋大賞も受賞した物語ですね。高校伝統の歩行祭に参加する生徒達の青春像が描かれています。私が子ども達と行っていた強歩会と重なる物語です。次は、小森陽一さんの天神「シリーズ」です。自衛隊のパイロットを目指して努力する若者の姿が描かれています。努力する姿を自分と重ね、こうありたいと思いがかりに読めることができました。その言葉は教員書は読んでいません。ストレスの元かも。

シリーズ「自分を語る」#508

内視鏡検査のへたりまで書いてみました。では、参りましょう。フワフワな足取りで診察室に入り、お医者様の「二」に笑顔が不安を重く煽り、ポーっとした感じの中でもドキドキしました。お医者様が内視鏡の画像を取り出しながら、説明開始です。

「胃と十二指腸に潰瘍があります。ただ...」(ただ、な...)
「ただ、澤田さんの潰瘍は広範囲に広がっています。」
「そんなに大きいんですか?」

「いえ、潰瘍のサイズは小さいのですがその数が多いんです。イメージしやすくお話をすると、胃と十二指腸の壁に、小さな口内炎がたかたかできてきている状態です。それによる吐き気ですね。それと、痛みもかなり強かったのではないですか?」
先生にそう聞かれ、確かに前日の夜中、嘔吐と嘔吐の間には激痛を背中を丸めてタルマのように丸めておかないといられないような感じていた。原因が分かり少し安心しましたが、その後の治療は大変でした。食事制限があるからです。治療法についてお話をすると、緑色の嘔吐物は何だ?たのか話しますね。一言で言えば「胆汁」です。普段は当然嘔吐などで出るものではありません。何故出たのかと言えは、単純な理由は「吐き過ぎ」です。胃の中が完全に力つになりそれでも吐き気が続いたので、始めに出るのは胃液です。胃液は黄色っぽいもので、酸っぱさを伴います。胃液さえも出なくなると、胆汁が逆流し嘔吐物として出てくる訳です。確か苦みがありました。この症状が続くと脱水症状もあるので、点滴等の処置も必要になってくることでした。結構、重症だったんです、私。

では、治療に入りましょう。先生のお話をそのまま紹介します。
「まず、3日間絶食していただきます。その間は点滴をしますので、遅い時間でもいから通院してください。少し時間がかかりますが仕方がありません。本来なら入院して頂く方がよいのですが、そういう訳にもいかないのでしょう。その後、消化の良いものを少しずつ食べてもらいます。これがその例です。」(言って、食べると良い物の一覧表を頂きました。)、内服薬も飲んでもらいます。(この薬です。)(言ってお出された薬の名前は、「バリエット」と書かれています。)(この薬は胃液の分泌を完全に遮断する薬です。胃液が分泌されると、澤田さんの潰瘍が悪化する恐れがあります。指示通りに飲んでください。取り敢えず、2週間後にもう1度内視鏡検査をしますので、来院してください。3日間のうちに異常があらうすべく入院していただく。」

という訳で、治療が開始されました。あの苦痛は味わいたくないと真剣に思いましたので、お医者様の指示通り裏面に治療に専念しました。食べたもの(食べ物は最初の1週間は、食パンかうどんでした。しかも、食パンは中の柔らかい部分、うどんは素うどんのスープ無しです。しかも、痛みが出るのが怖かったので、何度も嘔んで、口の中でペースト状になるまで嘔んで飲み込んでいました。そして2週間目に入り、少しだけ味のあるものを食べるようにしました。(一)(一)(一)