

### 健康ファミリー



#### 第四十八話

#### たばこの影響？

康子「お父さん、部屋中すごい煙だよ。たばこ吸う時は窓くらい開けてよ」

加寿夫「おお、そうか、そうか。そんなに煙たいかあ？。自分では煙たさに全然気付かんかったわ」

茂子「たばこ吸ってねえ、吸ってない人にとっては案外、煙が気になるものなのよ。お父さんはよくたばこ吸うから、煙に慣れているのかもしれない。そつえば、こないだおじいちゃんが言っとったよ。お父さんはヘビースモーカーだって」

加寿夫「そんなことはないんじゃないか」

康子「えー？。いっつもたばこ

こぼっか吸ってるやん」

茂子「よくたばこの影響について話を聞くけれど、吸ってる本人が自覚しないとなかなかやめられないみたいやね。習慣付いてしまつて。でも、お父さんだけじゃなくて、この家にはおじいちゃん、おばあちゃん、子どもたちも一緒におるんやで、周りのこともちよつとは考えて吸ってちようだね。マナーを守つてね」

喫煙が健康に及ぼす悪影響を皆さんはご存じでしょうか？。たばこはガンだけでなく、心臓病や慢性気管支炎など、さまざまな生活習慣病を引き起こす可能性があります。逆にいえば、喫煙の習慣を減らすことで、これらの生活習慣病になる可能性を減少させることができるわけです。今まで喫煙の習慣がある人にとつて、禁煙を決めたその日から、1本も吸わずにいることは、なかなか難しいことですよ。

禁煙をしたいと思つている人は、まずは1日に吸うたばこの本数を減らしてみましよう。

体の調子がよくなり、ご飯がおいしいと実感することができ、今後の喫煙本数にも反響がでてくるかもしれませんね。

# だん

(38)

#### 子供づくり・大人づくり・まちづくり

昨年、大阪の池田小学校でいまわしい児童殺傷事件が起こりました。「学校は安全」という「常識」はこの事件をきっかけに崩れました。

また、毎日のようにテレビや新聞で子どもの虐待が報じられています。わが子をほつたらかしにして食事を与えない親、傷が残るほど暴力をふるう親など、ひどいときには死に至つた事例も報じられています。全く信じられないような出来事が起きてしまつたのが現代の社会です。

昔のように地域で子どもを育てることがなくなつたとはいぶん前から言われています。確かに、近所の子を見かけても名前のわからない子がいます。

「あの子はどこの子だったかな」と思つてもしはばです。これでは地域で子どもを育てることができません。

昨年11月から、市内の中学校区ごとに「地域学校サポーターチーム」が誕生しました。

このサポーターチームは「地域のお父さん・お母さん」とし

て、学校や地域を巡回し、登下校時の子どもたちの安全確保や声かけ、地域における子どもの情報を学校へ提供することなど、地域ぐるみで子どもを守り、健全育成を図ることを目的としています。

P.T.A役員や民生児童委員、補導委員など、各校区で20人ほどがボランティアとして活躍されています。

4月からは、新しくチームを編成しましたが、昨年度からの継続の人もおられます。サポーターチームの活動報告会では、雪が積もつた朝、児童の登校の安全を確かめたり、年末にスノーパーなどを巡回したりした活動の状況やそこの子どもたちの様子などが報告されました。

また、同席した各小中学校の先生からは、学校での子どもたちの生活のよい点や問題点が報告されました。

この会は、2月の寒夜の開催にもかかわらず、「地域の子どもたちは地域で育てよう」というサポーターチームの皆さんの熱気に会場は、包まれました。

子どもたちを守り、健全に育てていくためには親が変わらなければなりません。私たち大人が「みんな子どもを育てよう」と決意し、近所の子の名前を覚え、「おはよう」と声をかけるといった行動を示すことが大切です。

「子どもづくり」は「大人づくり」それは、「まちづくり」だと思つてです。