はぐくむ光 のびる若芽 ⑱

尾垂五区 伊藤正宏

わが家の家族構成は、両親、私共夫婦、2人の娘、愛犬モグ（現在2匹の子育て中）、8羽の桂チャボです。

子育てや教育について私共夫婦がどう考え行動しているか……。いざ文章にしようとふり返ってみますと、私共夫婦の場合、そういう事以前に、子供が子供を育てて来たようなもので、知らぬ間に15歳と13歳に育ってしまったというのが本音であって、自分たちが大人になる努力で精一杯という15年だった気がします。

世のお父さん方に質問があります。あなたは、最初の子を産院のガラス越しに見た時、心から可愛いと思えましたか？私は、長女には申し訳ないけれど、数ケ月過ぎるまで、可愛いという実感はほとんどありませんでした。ミルクをまかされた時も、自分がマンガ本を読むのが忙しくて、ひじで支えて飲ませていました。そのお陰？でか、3ケ月にして一人で補乳ビンを持って飲んでいました。7ケ月で歩き始めるという、ギネス級の記録も持っています。

長女を心から愛おしく思えた時、それは2女の誕生です。

2女の事についてあまり触れませんでしたが、一人育てられたという自信からか、長女より、より多くの愛情を与えてやれた気がしています。

夏休みを中心に、毎年、家族旅行を楽しんでいます。子供たちの為と女房は言うけれど、女房孝行の時でした。父親よりも、母親と居られるほうが数段良いはずなのに（この時期は特に）産院を出て帰らなければならなかった時の間き分けの良さ、そして、帰りがけに寄った公園のサルや小鳥を見ては私に話しかけるひと言、ひと言がいじらしくて、何か親父としての責任みたいなものを沸き立てられた事を覚えていまの様な気がしてなりません。

自由に、やさしく生きて

▲わが家の家族です。老人を思いやれる温かい子供たちに育つように願っています。

子供たちに、将来の事や生き方などアドバイスしたいけど、まだまだ自分たちの事で手一杯です。ただ一つだけ、動物を可愛がる心を持たせる事で、祖父母を初め老人を思いやれる温かい子供たちに育ってくれたら、と願っています。

保健婦メモ

家庭介護のポイント ⑩ 体位の変換

◎体位変換の方法

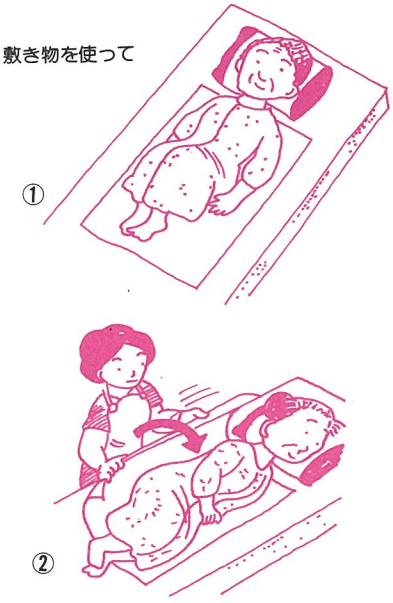
自分で寝返りなどができない方には、床ずれの予防のためにも、体位を時々かえてあげましょう。

体位変換の基本は、あおむけから横向きにすることです。まず、絵のように、寝返りする側の手を上げさせるか、からだの下にならないように横に置き、他方の手は胸に乗せます。ついで、膝を立て、首を少し前に曲げさせてから、介護者は、肩と腰に手をかけて、ゆっくりと手前に起こします。その後、クッションを当てがって、手と足を楽な位置におきます。シーツの上に大きなバスタオルを敷き、その端を持ち上げて横向きにする方法もあります。

●体位変換の方法

あおむけから横向きに

敷き物を使って



●体位の変換は一声かけてから
●めまいがしたらただちに中止を

◎体位を変える時は一声かけてから

体位変換のときには、必ず声をかけて少しでもお年寄りの協力を得るようにします。また、ベットから落ちないよう、ゆっくり変換をするよう心がけましょう。めまいや吐き気があるときには、ただちに中止しましょう。