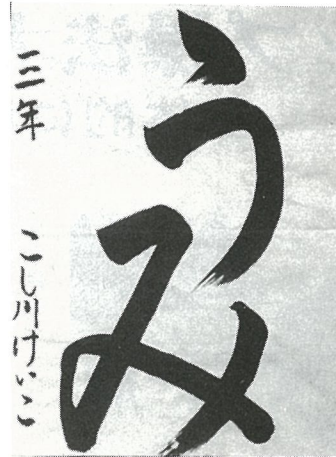
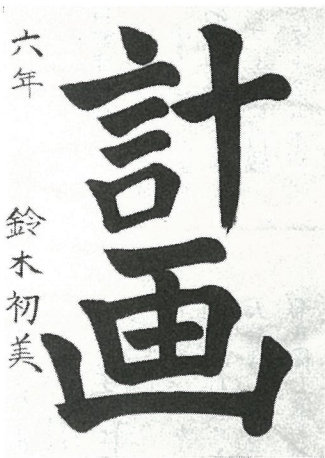


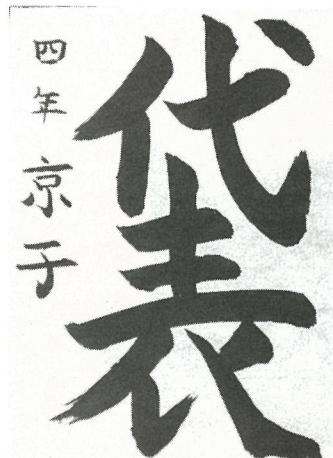
4年 向後 保明



3年 越川 敬子



6年 鈴木 初美



4年 古西 京子

### 我が家の家庭教育

シリーズ 29

宮内 渡辺 好子

#### 健康 第一

家庭教育などふだん考えたこともない。教育とは、教えて育てると言う事だろうか……。

主人と私、小、中、高校の男の子三人、五人家族の典型的サラリーマン家族です。現在、至って健康である。特に子供達は、すこぶる健康、長男、二男、共に健康優良児に選ばれ、表彰されました。

もしかして、末っ子も思い気や「お母さん、ザリガニ取りに行つてねえ、足がすべつて、U字溝のへりに歯をぶつけて、前歯が折れちゃったア」ですつて。

子供達は、それぞれに三人三様であるが、三人共スポーツが大好き、野球部で頑張っている。ですから話題の中心は、いつも野球。

小四の末っ子は、兄達に似て、体を動かす事が大好き。春になれば、すくい網を持って田んぼの方へ出かけ、おたまじやくしを取ってきては飼ってみる。ザリガニ、ドジョウ、小魚なども友達と一緒に良く取りに出かける。

今春、子供達の書いた作文が綴じられ「まつかぜ」として各自、家に回し読みで来たのですが「木の上の天望台」と題し、生い茂った木の上に、いかにして天望台を作ったかを喜々として書いてある

末っ子の文章に、思わず吹き出してしまった。遊びの天才である。

田舎は、環境に恵まれているし、我家は、このままのびのびさせておこう。

さて、私は、慌てたりすると、子供の名前を間違えたり、「早く洗濯機で、顔を洗いなさいよ。」「今日の天気は、雨の子定だそうよ。」等と平気な顔で言うものだから、家族に笑われるのである。それは、仕方がないのです。三年半前に頭の手術をしたのですから……。

私は、健康である事を自負していましたが、自分が倒れた時は、どうして、どうしてとわけが分らずに反問していた。ましてや私と前後して、手術を受けた若い婦人が、小さい二人の子供を残して亡くなった時は、我が身のごとく、悲しく涙が頬を濡らしていた。私はその時、運命的なものを感じたのです。

助かったこの命をこれからは、慈しんでいこうと。

活力ある明るい家庭、家族の幸せは、皆が健康であればこそ。

健康づくりのための食生活に気を配り栄養、運動、休養の健康三原則をこれからも守っていこうと思えます。

