

## <平成 22 年健康教室報告>

今年も例年通り、7月21日を開始日として定員9名で健康教室を実施することとし、6月から受付を開始しました。6月中には早々と参加者が決定し、その中には県外からの応募者もいて、方言や習慣の違いがある中でどのようにして仲良くなっていくのだろう…と、スタッフも教室開始のずいぶん前から「楽しみ半分・心配半分」といった心持ちでした。

しかし、その「心配」は（ある意味予想通り）杞憂に終わり、いざ教室が始まると、子どもたちはあっという間に仲良くなっていきました。



<図> 健康教室の日課

今年も起床は5:30。楽しかった昨日のことを夢見ているのか、声をかけてもなかなか起きない子、起きたとたん座り込みを始める子、トイレや洗面に行かないと言いつ出す子等々、スタッフは朝から汗びっしょりで子どもたちと向き合いました。

その一方で、子どもたちの中で、年上の「おにいさん・おねえさん」たちが自ら年下の「おとうと・いもうと」たちの手をひいて促したり、「おとうと・いもうと」たちが自然に「おにいさん・おねえさん」たちを頼ったりする姿が見受けられるようになりました。

朝は、爽やかな朝の空気を吸い、鳥の声を感じながら、病院周辺の環境美化活動→ラジオ体操→瞑想の時間→朝の診察→朝食と日課が進んでいきます。

環境美化活動で毎回袋いっぱい集まるゴミは、子どもたちに何かを訴えかけたようで、「すごく汚れているね。ゴミをポイ捨てしちゃいけないね」と子どもたちからの素直な声が聞かれました。

からだをきちんと動かすと、瞑想時間の頃にはお腹もしっかり空いてきます。瞑想中にお腹が鳴りだす子がいると、「きょうのご飯は〇〇の予定だよ」と教え合ったり励まし合ったりしながら順調に朝の日課をこなしていきました。

バイキング形式の食事では、全員にしっかり行き渡るように量を考えながら自分たちで配膳し、「この野菜は夏野菜だったんだね」とか「この果物を食べるのは初めて」とか、毎日色々な発見をしながら、楽しい食事の時間を過ごしました。





大好きなプールの時間になると、ストライキを起こす子もなくさっさと準備を完了し、病院の目の前にある運動公園のプールへ、みんなで歌をうたったり、おしゃべりをしたりしながら向かいます。個人ごとに設定された目標距離を泳ぎ終わると、子どもたち自身で色々な遊びを考案し、休憩の時間も忘れるくらい、いっしょけんめい笑顔で遊んでいました。

毎日毎日、日課を淡々とこなしていくことも大切ですが、たまには単調な日常から子どもたちを解き放ち、気持ちをリフレッシュして「また明日からがんばろう！」という気持ちになってもらうために、毎年、いくつかの「行事」が計画されます。今年度は料理教室、ダンス教室、川遊び、遠足、夏祭り、バーベキュー大会を実施しました。





バーベキュー大会は、子どもたちの退院前に行われるその年の健康教室の集大成といえる行事です。子どもたちにはダンス教室の成果、歌や感想文などを病院職員の前で披露してもらいます。子どもたちは「だしもの」について早くから話し合い、練習を重ねます。子どもたちがどんどん上手になって「だしもの」が完成していく様子を見ると、嬉しい一方で「そろそろこの夏もおわりだなあ」とちょっぴり切ない気持ちにもなります。

本番は大成功でした。子どもたちは達成感から大号泣。スタッフもその光景を見ながら思い出を振りかえっていました。



そして退院の日、子どもたちは仲間との別れを惜しみつつ、「離れていても友達だよ」と誓い合っていました。

健康教室において子どもたちは、親元を離れて面会も制限される中で、自分の身の回りのことは自分で行い、さらには周りにも気を配りながら、日課に沿った規則正しい生活を送ります。そしてその中で、一人だけで生きていくことなど決してできないこと、普段からたくさんの人々に支えられ助けられて生活していることに気づいていきます。

年齢や抱える問題等もさまざまな集団生活の中で、今年もたくさん喧嘩して、たくさん笑って、そしてたくさんの思い出ができました。これから生きてく上で、この夏の話は、一生忘れられない記憶として子どもたちそれぞれの胸に焼きついたことでしょう。ただ、健康教室でできたこと・がんばったことはあくまで「練習」であり、それぞれの家に帰ってからの「本番」です。これから、それぞれ抱えているさまざまな問題を一つずつ乗り越えていって欲しいと思います。

スタッフとして、今年も子どもたちとともに夏を過ごせたことを誇りに思います。

看護部：森田 真歩