

笑顔

新しい子育て論（EQ…心の知能指数）

青山病院広報誌
2006年10月
「秋号」No.3



副院長・小児科部長 長江秀利

今の子供たちの多くがなんと忙しい生活を送っていることでしょう。数々の習い事、年齢が進むにつれて勉強の占める比率も上がっていきます。塾の終わりが10時過ぎになるのは当たり前になりつつあります。睡眠時間は1〜3歳で12〜14時間、3〜6歳で11〜12時間、6〜12歳で10時間、12歳以上は9時間が理想とされています。とても今の日本の子供達には無理ですね。ところで最近EQという言葉が良く耳にしませんか？EQは心の知能指数とされています。人生を成功に導く要因のうちEQが占める割合はたかだ

か20%と言われています。EQはIQ以上に大きな影響を持っていると言われています。ルーズベルト、ケネディ大統領が代表格です。IQには先天性の要素が強く絡みますが、反対にEQは子供のうちにこそ教えて向上させることが可能だと言われています。つまり新しい子育て論ですね。具体的にEQとは何か？それは、他人の気持ちに共感できること、自分の気持ちを素直に表現し、他人の気持ちも理解できること、感情の制御ができること、自立性や順応性があること、人に好感をもたれること、人間関係の問題解決能力があること、根気、親しみやすさ、親切、他者への敬意をもっていることなどです。こういった技術を身につけることが人間関係を円滑にできる能力となるのです。人生に大きな差がつくのは、子供の頃に挫折を克服する能力や感情をコントロールする能力や他人と協調する能力を持つ事ができるかどうかなのです。EQの能力をつけるためには幼少時から思春期までが一番大事だと言われています。残念なことに情動や社会面での問題が起きたときに対処する技術は急降下しているように、現代の子供は多くの面で昔の子供に比べてずっと不幸であると言われています。小児科医としてこういう事柄にも積極的に取り組み、病院のホームページや待合室に掲示していくつもりです。小児科医が減少し、病院小児科はどんどん減少しています。そういう環境下でありながら幸いにも青山病院には4名もの小児科医がおります。神経が専門の佐藤先生、新生児、アレルギー、禁煙支援および精神的な問題にも関心が強い中川先生、感染症、予防接種、アトピー性皮膚炎が得意な下窪先生、新生児、気管支喘息、小児症、夜尿症などに力を入れている私、長江がいます。皆で力をあわせ病気のお子さんにとって最良の治療を常に相談して行っており、より良い小児科を目指しておりますので今後とも宜しくお願いいたします。

診療時間・科目

	月	火	水	木	金	土
朝						
昼						
夕						

内科、整形外科、外科、小児科
小児科のみ

水曜日昼の小児科は予防接種

朝 9:00~12:00
昼 14:00~16:00
夕 17:30~19:30

医療法人 青山病院

瀬戸市南山町 1-53

TEL 0561 (82) 1118

http://www.seto-aoyama.jp

内科、胃腸科、循環器科、整形外科、外科

小児科、アレルギー科、リハビリテーション科

放射線科、付属人工腎センター



「敬老会」

9月14日、療養病棟にて敬老会が催されました。高齢の方が多いので90歳以上の方を対象にお祝いさせて頂きました。今回お祝いしたのは女性10名、最高齢者は98歳の方で、今もお元気に過ごされています。

はじめに、入所されている方々とスタッフでその10名にお祝いの言葉を掛け、本人の写真入りメッセージカードを記念品としてプレゼントしました。つづいて喜久香会の方々より三味線の演奏がプレゼントされました。演目は童謡から昭和20年代に流行した歌謡曲、津軽三味線の岡ひき歌などを交えながら演奏されました。みなさん知っている歌を口ずさんだり、三味線の首に併せて手拍子をしたりして生の演奏を楽しんでいました。



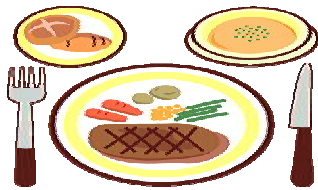
療養病床の食費等の負担が変わります

2006年10月以降療養病床に入院する70歳以上(2008年度以降は65歳以上)の高齢者について、食費として1日13380円、居住費(光熱水費)1日3200円の計17000円が自己負担になります。

低所得者については、所得の状況によって生活療養標準負担額を軽減する。食費・居住費を併せた額として、低所得者(住民税非課税世帯)の方は1日970円(650円+320円)、低所得者のうちの、年金受給額80万以下等の低所得者では1日710円(390円+320円)、老齢福祉年金受給者の低所得者では1日300円(300円+0円)となる(表)。
 そもそもこの食費・居住費の負担の対象とならない方もあり、入院医療の必要性が高い患者として、人工呼吸器、中心静脈栄養等を要する患者や、脊髄損傷、難病等の患者といった、診療報酬上の医療区分2又は3の状態が継続する患者については、従来どおり食料費相当のみを負担いただきます。

表

	従来	改正後
		食費+居住費
現役並み所得者	780円	1380+320円
一般	780円	1380+320円
低所得者	650円	650+320円
	500円	
低所得者	300円	390+320円
低所得者	300円	300+0円



管理栄養士お口め 秋のメニュー

なすと秋鮭のおろし煮



あぶらののった旬の鮭には、EPA や DHA などの不飽和脂肪酸が豊富に含まれていて、血栓を防いで血流を良くしたり、脳の機能を高める働きがあります。

材 料	2人分
茄子	1本半(120g)
生鮭切り身	2枚(1枚70g程度)
しょうゆ 酒	各大さじ1
片栗粉	大さじ1強
揚げ油	大さじ1杯(12g)
A だし汁	1と1/2カップ
しょうゆ	大さじ1と1/2強
みりん	大さじ1
酒	大さじ1/2
砂糖	大さじ1
大根おろし	80g

1人当たり 257kcal
 蛋白質 17.3g、塩分 1.7g

【作り方】

茄子はヘタを切り落として皮を所々むき、乱切りにしたものを水につけてアクをぬく。鮭は一口大に切り、しょうゆと酒をふりかけて10分程置く。

大根はすり金ですりおろし、水気をきっておく。

茄子の水気をふき取り、油でさっと揚げる。鮭も汁気をふき取り、片栗粉をまぶして油で揚げる。

鍋に「A」の材料を入れて中火で煮立て、を加えて1分程煮る。さらに大根おろしを加え、ひと煮立ちさせて火を止める。
 (管理栄養士 金子 歩)