

豊かな心をもった自立した人間を育てるために

- A : 自分自身の感受性を信じる勇気をもって下さい。
- B : 夫婦の仲がよいことが子供にとって一番大切なことです。
(1.夫婦の仲、2.親子の関係、3.仕事 が優先順位です)
- C : 育児関係のよい本を読んで、子育てがどんなに大切なことかを深く理解して下さい。
(参考文献を参照)
- D : 出産、育児に対して夫婦で同じ意見がもてるように十分に話しあってください。
- E : 夫が育児教育に参加できるような環境を、最大限に整えて下さい。
- a : 正しい食事を取り、体に毒を貯めないようにしましょう。
(母親の体内の有害物質が子供に受けつがれます)
- b : 体力と体の柔軟性を得る努力をしましょう。(母親の健康と安産のためです)
- c : 出産は、どこで、どのようにするかを予め考えておきましょう。
(1.自分で、2.助産婦、3.助産院、4.小さな産院、5.大病院 が優先順位です)

《妊娠～出産まで》

- A : 妊娠したら妊娠を心から喜びましょう。(胎児は母親の心を全部知っているのです)
- B : 胎児への愉気と話しかけをして親子の絆を作っておきます。(母親はもちろん父親も！)
- a : 妊娠を知ったときから会社は休んで下さい。
(コンピューターの電磁波やたばこの煙は特に有害です)
- b : 毎日最低1時間は散歩して足腰を鍛えておきます。
(不妊や流産をする人は足腰が弱く、腰椎4番が捻れている場合が多いのです)
- c : この時期の母親は出来るだけリラックスすることを心がけ、夫はそれに協力しましょう。

《出産と出産直後》

- A : 胎児の状態を最優先にし、母体が出産の準備が出来るまで十分に待つことが大切です。
(医師の都合に合わせた出産は母子の健康を著しくそこないます)
- B : 母体の準備が整うと、赤ちゃんは自らの力で楽に生まれてきます。医者に頼る気持ちは持たないようにしましょう。(人に頼る気持ちの強い人ほど安産から遠ざかります)
- C : 必ず母子同室にして赤ちゃんの反応にすぐに気づけるようにします。これが可能な産院を選びましょう。
- a : 赤ちゃんを生んだらすぐに抱いて授乳させましょう。(赤ちゃんを産んで45分以内に！)
- b : 赤ちゃんに強い刺激を与えないようにします。
(大人の大きな話し声、せき、くしゃみ、直射日光、熱い温度の沐浴など)
- c : 母親は両方の骨盤の開きがそろってから立ち上がるようにします。
(美容と健康のためです。出産後3～6日後にそろいます。夫の協力が不可欠です)

《出産以後》

- A : 十分に抱いて育てましょう。(心をこめて抱いて下さい。抱きぐせは絶対につきません)
- B : 授乳、おむつ交換などをする時には、赤ちゃんに必ず話しかけましょう。
(親の言葉をすぐに理解します)
- C : 家事は後回しにして、必ず子供の要求を優先させます。(十分に愛されて育った子供はわがままになるどころか、愛情深く思いやりのある子に育ちます)
- D : 子供の自然な成長を待ち、決して育児書のように育てようとしないことです。(自分の感受性を信じて下さい。赤ちゃんによって個人差がありますが、歩行や言葉を話すことなどは遅い方がよいのです)
- E : ワンワンではなく犬と教えましょう。赤ちゃん言葉はなるべく使わないようにします。
(大人の言葉が分からなくなり、将来の理解力に大きな差が出てきます)
- a : 母乳で育てましょう。(ミルクは母子ともに健康に著しく不利です)
- b : 授乳は出来るだけ長く続けましょう。(最低でも1年半は必要でしょう)
- c : 赤ちゃんは意外に体のあちこちがこっているものです。体をなでてあげることを習慣にしてください。時にはマッサージが必要なこともあります。(赤ちゃんの免疫力が高まります)

- d : 離乳食は出来るだけ簡単な方がよいのです。赤ちゃんが食べたがらないものは必要がないのだと考えて下さい。(栄養のとりすぎ、食べすぎは病気の原因となります)
- e : 1才半になるまで、空気の汚れた場所や人の多いところに赤ちゃんを連れていかないようにします(1週間、ときには1ヶ月後に病気になります)
- f : ベビーベッドは使わず床に寝かせます。(赤ちゃんの運動能力をうばわないようにします)
- g : 歩行器など器具は絶対に使わないようにします。(はいはいなどの赤ちゃんにとって必要な運動能力をうばうため、将来の運動能力に大きな差がでてきます)
- h : 布おむつで育てましょう。(紙おむつは子供の排尿に対する感受性をにぶらせるだけでなく歩き方がおかしくなります)
- i : 靴は履かせないで、ぞうりを履かせるようにしましょう。(足を変形させないためです)

《しつけの時期》

- A : 親の言葉や態度は常に「(私は)いつもあるがままのあなたを愛しています」というメッセージであって下さい。
- B : 子供をあるがままに観て、自分の理想を押しつけないようにしましょう。
- C : 子供の話をよく聴く習慣を身につけましょう。
- D : あなたが認めたとおりに子供は育ちます。(子供の性質を、意志が強いとみるか、わがままとみるかで子供の将来は二方向に分かれてしまいます)
- E : 積極的、肯定的な言葉を使って下さい。消極的、否定的な言葉は子供の性格をその方向に導くだけでなく、反抗や病気の原因になります。
- F : しつけを急がないで下さい。子供の自主性と自立性を尊重して下さい。
- G : 子供が自発的に何かをしようという意志が育つまで待つことを学んで下さい。
- H : 子供に何かをさせる、あるいはしてもらうときには、必ず子供の同意を得る習慣を作ってください。(子供の意志を育てるために…)
- I : しつけを強制しないで下さい。あくまでも大人からのアドバイスという形にとどめて下さい。子供がいやがることは、それ以上強く言わないようにします。(親は子供がいやがる理由を深く理解することを心がけるようにします)
- J : しつけには十分な準備期間をおいて長期計画を立てます。しつけを成功させる秘訣は、子供に行動をともなった空想を誘導することです。
- K : 子供を自立させる最高の方法は、子供をすでに独立した自立性のある完全な人間であると親が認め、そのような態度で子供に対してふるまうことです。

《参考文献》

(著書名)	(著者)	(出版所)
生きがいの創造	飯田史彦	P H P 研究所
運命の貴族となるために	ジョン・マクドナルド	飛鳥新社
ミュタント・メッセージ	マルロ・モーガン	角川書店
愛のヨガ	R・V・アーバン	野草社
子供たちとの対話	J・クリシュナムルティ	平河出版社
眠りながら成功する	ジョセフ・マーフィー	産能大学出版部
アメリカインディアンの教え	加藤諦三	ニッポン放送出版
インナー・ブレイン	濱野恵一	同文書院
胎児は見ている	T・バーニー	祥伝社(ノン・ブック)
自然療法	東城百合子	あなたと健康社
クスリのいらぬ健康法	石原結寛	三笠書房
子育ての記	野口昭子	全生社

野口晴哉著 全生社

育児の本・叱り方褒め方・しつけの時期・背く子 背かれる親・誕生前後の生活
思春期・こごと以前・体癖 第一巻、第二巻

子供たちの心を感じられますか！(1)

竹下雅敏 1997.12.7