



輝いている人

自分にどれだけのことが  
できるか試してみたい

開発途上国の経済開発や福祉の向上を支援する青年海外協力隊。派遣先の国の人々と生活を共にしながら、国づくりの手助けをしている。その一員として、アフリカのウガンダで今年6月24日から2年間、聴覚障害児の教育にあたるのが田中明子さんだ。首都にある公立の聾学校が勤務地。聴力検査をはじめ、耳の不自由な子どもへの発声や発語の指導などにあたる。聾学校教諭の免許をもっているが、「聾学校が派遣先になるとは予想外だった」と言う。また、「あこがれのアフリカで仕事ができる」と喜んだとも。

学校でのコミュニケーションに手話は欠かせない。出発前、ウガンダの手話の習得に役立てばと、日本の手話を学んだ。「日本の手話を紹介しながらウガンダの

の手話を教えてもらい、コミュニケーションのきっかけにしたい」と話す。学生時代はボランティア活動を通じ、障がいのある人と接してきた。社会に出てからも言語聴覚士として病院で仕事をしたり、臨床心理士や介護支援専門員などの資格を取得した。しかし、「資格の通用しない環境で、自分にどれだけのことができるか試してみたい」という気持ちが起り、これが彼女を青年海外協力隊への道に進ませた。

機会があれば日本の聾学校の子どもたちと、手紙や写真で交流したいと考えている田中さん。ウガンダは経済的に厳しく、必要な機器がそろわないなど、不安なことも多いが、「担当する仕事を一つでも多くやり遂げられれば」と目を輝かせた。

田中 明子さん(中央二丁目)

青年海外協力隊としてウガンダで聴覚障害児の教育にあたる



トイレトレーニング



「トイレトレーニングはいつ、どうやって?」と、育児相談や健診でよく相談を受けます。「ひとりで歩く」「言葉をおお程度理解し片言で話す」「おしこの間隔が1時間半から2時間くらい空く」ころがスタートの目安です。無理なく自然におむつがとれるトイレトレーニングのポイントを紹介します。

- 1 気持ちいいという感覚を覚えさせよう  
～おむつが汚れていると感じたら、すぐ交換を～
  - 2 トイレかおまるへ誘ってみよう  
～起床時や外出前、就寝前など定期的に～
  - 3 できたらうんとほめよう
  - 4 昼はパンツ、夜はおむつに挑戦してみよう  
～成功率と環境をみて～
  - 5 おしりのふき方を教えよう  
～最後は手を洗うことも～
- 出る前に予告ができるようになればトレーニングも最終段階です。できるようになったと思っても、安定するには1～2か月かかります。あと戻りしてしまうこともあります。あせらず取り組んでみましょう。

「チー出たね」など言葉を掛けてあげたり、トイレに行きやすい雰囲気をつくってあげたりするとよいでしょう。写真は、岡山県立大学内のチュービーひろばにある幼児用トイレ。

キッズにっこり 家庭応援談 4

栄養委員さん おすすめおやつ

にんじん黄桃のヨーグルトゼリー (1人分 97kcal カルシウム111mg)



- ◆材料・数量(8個分)
- ニンジン……1本(200g)
  - 黄桃(缶詰)……4切れ(200g)
  - A……水=1カップ、スキムミルク=大さじ6、砂糖=大さじ6、レモン汁=大さじ1
  - プレーンヨーグルト……200g
  - B……粉ゼラチン=10g、水=大さじ4
  - ミント……少々
- ◆作り方
- ①黄桃100gと軟らかくゆでたニンジン、Aをミキサーにかける。
  - ②Bのゼラチンは分量の水でふやかしておき、湯せんで溶かす。①とプレーンヨーグルトをいっしょにボウルに入れ、よく混ぜる。
  - ③残しておいた黄桃を1cm角に切って②に加え、器に流し込み冷蔵庫で冷やす。