

# 子どもと女性の健康相談室

54



福島医大ふくしま子ども・女性医療支援センター教授  
横山 浩之氏

これまでの本連載では、①早寝、早起き、朝ごはん②メディアとのつきあい方③自発的にお手伝いができること④しつけの三原則(あいさつ、へんじ、靴をそろえて脱ぐ)ーといった生活習慣

に関わる大事なお約束について述べてきました。なぜ、これらが大切なのでしょうか。

これらの生活習慣を守れない社会人を想像してみてください。周りから嫌がられてしまい、疎んじられることでしょう。すなわち、これらの生活習慣が当たり前になっていくことは、大人になっ

てから本格的に役立つの時期になっているからです。

これらの生活習慣をいつまでに身につける必要があるのでしょうか。私の考えでは、身につけや

他にも、小学校卒業までが勝負である証拠があります。発達障がいを抱えた子どもたちの就労予

一年程度では、好ましい生活習慣を守ることができて、やれて当たり前にはなりません。良い習慣が崩れないところまでいくには、石の上にも

「うちが神様の子ども」「このつ」のように年齢の数え方に「つ」がつくうちは神様の子どもで、よりいっそう大切に育てなさいという意味)とは、よくいったものです。好ましい生活習慣については、A4一枚にまとめて、「小学校にはいるまでにできてほしいこ

## 小学生のうちが勝負

すいのは幼児期ですが、

小学校を卒業するまでが勝負です。なぜなら、中学校以降は二次反抗期に入り、自分が必要だと思わなければ、子どもたちはやろうとしないからです。そして、二次反抗期が終わる頃には、就業の

後が、小学三年までに来院した子どもの方が、それ以降に来院した子ども

三年というように、長い時間がかかるのです。

と」というプリントとして、配布しています。ふ

より、統計学的に有意に良いからです。もちろん、小学四年以降に来院した子どもが就労できないと言っているわけではありません。しかし、早く来院した子どもの方が、間違いなく良い状況にいるのです。

また、日本のデータではありませんが、標準読み書き曲線(どれくらい読み書きができるかを点数化)は、小学三年生までは直線的に増加しますが、その後は増加の程度が低下し、統計学的には中学二年以降は伸びません。「つ」がつく

「横山教授紹介」の枠の中からダウンロードできます。ご活用ください。||次回は10月19日掲載||

### 生活習慣と就労