2009冬のミュージカル公演

トゥルー クリスマス ～奇蹟のおまじないジングルジングラ～

●日時／12月23日(水)～27日(日)
●会場／シアターサンモール（新宿御苑）

子どもたちに夢と希望を提供するゼロプロジェクトによる、クリスマス恒例のミュージカル。今回は脚本と演出を一新し、〝目を閉じたくなるような世の中だからこそ見ることができる夢〟がテーマです。

リズミックタウン 2007-2008

■ストーリー

クリスマスの夜に雪が降ることを信じて疑わない少女ミサと、わがままで口が悪く、自らをサンタクロースと偽って寝床を確保する風来坊のバクが織りなす物語。

「どうかこの街に雪を降らせてほしい」とミサに頼まれるが、そんなこと俺にできるわけないだろうと適当にあしらうバク。だが、ミサの信念と雪に秘められた家族の約束が明らかになっていくにつれ、バクもまたその街に雪を降らせようと思い始める…。

● http://www.zeropro.net/stage/

脚本 / なるせゆうせい
演出 / 林邦應
主催 / Zero Project
出演 / 石井正則
渡辺美奈代
速水けんたろう

■キャスト

お笑いコンビ「アリtoキリギリス」結成後、ドラマ「古畑任三郎」をはじめ映画、舞台と幅広く活躍中の石井正則（バク役）。相手役は、元おニャン子クラブで、現在はママドルとしてさまざまなジャンルで活躍、今回、初舞台・初ミュージカルに挑戦する渡辺美奈代（カレハ役）。お母さんたちには、NHK『おかあさんといっしょ』第8代目「うたのおにいさん」としておなじみ、明るくさわやかな人気キャラクター・速水けんたろう。ミュージカル舞台では、歌の上手さと演技力が評価され注目されている。

石井正則

渡辺美奈代

速水けんたろう

＊　＊　＊

夢をあきらめかけた聖夜に、家族を愛した少女が起こした奇蹟のファンタジー。クリスマスの夜に、心があたたまるハートフルな舞台をお楽しみください。「お母さん業界新聞」読者5組20名に招待券をプレゼント。ぜひご応募ください。

読者プレゼント
親子ペアご招待
12月24日15時～
12月25日15時～
各5組20名様

●応募は「ミュージカル」と書いて、FAX・メールで編集部へ（締切12/15）。〒住所、氏名、TEL、本紙入手先、感想をご記入ください。

ドクターキュウの お母さんと子どもの健康

ILLNESS PREVENTION

側弯症をご存知ですか？

「脊柱側弯症」という背骨が歪んでしまう症状をご存知ですか？ 背骨は後ろから見るとまっすぐで、横から見るとS字カーブを描いています。「側弯症」とは、まっすぐであるはずの背骨が左右にC字やS字を描き、湾曲してしまう状態。脊柱のねじれを合併する場合もあり、重症例では肋骨の変形を伴って心臓や肺などの内臓機能に影響を及ぼします。側弯症の場合、横から見た背骨のS字カーブが緩やかになっている場合が多く、そのことがさらに背骨を不安定にさせます。

脊柱側側弯症が出現・進行する発育期は、本人も気がつかないほど症状もなく、痛みも少ない。しかし成人期以降になると、たとえ軽度でも腰や背中の痛みが起こる頻度が高くなります。側弯症とは気づかず、「腰痛」や「背中の痛み」を訴える患者さんも多くいます。

私は側弯症のスペシャリストとして、アメリカで数多くの患者さんを治療してきましたが、日本に来て驚いたのは、病院の側弯症外来に通う患者さんたちです。6年も前に日本の病院で発見され、専門医のいる側弯症外来で、年に2回レントゲンをとりながら放置（観察）、そして十分悪化したら手術という選択肢とは！ 唖然としました。

医師観察で側弯症は良くなりません。しかも大事な中枢神経が中を走っています。進行性であれば、検査ごとに背骨の湾曲度数が上がっていくだけですし、成長期は進行も早くなります。また根本の問題解決をしないまま背骨に金属板を入れる側弯症の外科手術は、可動性を奪い、激しい運動はもとより、車の運転でも急ブレーキは踏めません。なぜなら、その金属板が内臓に突き刺さることもあり得るからです。

側弯症は早期発見、早期治療が大切なので、お母さんは、普段から子どもをよく観察してください。家庭でできる簡単なチェック方法を紹介します。裸の直立状態で以下の項目をチェックしてください。

□左右の肩の高さは同じですか？
□左右の肩甲骨の高さは同じですか？
□左右の肩甲骨のどちらかが飛び出していませんか？
□左右の腕をだらりとたらした時の長さは同じですか？
□腰のくびれの左右の高さは同じですか？
□腕を前にたらし、背中と地面が水平になるよう前屈みの状態で、背中の左右どちらかにふくらみはありませんか？

成長期の場合、半年～1年に1回、お母さんが子どもに検査を行い、該当項目があったら、早めに専門家の診断を受けてください。

もしこの記事をお読みの整形外科医の先生がいらしたら、どうぞご連絡ください。一緒に未来の子どもたちを救うために、側弯症治療の現状を変えていきませんか？

Dr.Hugh Kieu●カイロプラクティック医師。2004年来日、横浜・元町にBones and Beyond開業。道具は一切使わず、無痛のマニュアル・アジャストメント（手技）による施術。

ボーンズ＆ビヨンド● TEL045-663-3123
横浜市中区元町3-115 百段館ビル6F
http://www.bonesandbeyond.com/

お母さんが手をつなごう

新聞で「虐待」という文字を最近、本当によく見ますね。親が子どもに暴力をふるう。子も親も、それはそれは、心が痛く、苦しいことでしょう。

育児や仕事（経済的）の悩み、人間関係の問題…原因は複雑だと思うけれど。子どもをかわいく思えないとか、子育てが思い通りにならなくてとか、虐待をしてしまう親も、いけないこととわかっていながら、心の逃げ道がないのかもしれません。どうしたら、そんな人たちの心を開放できるのでしょう。

そういう私も、息子がもっと小さい頃、鬼母のようでした。虐待手前？みたいに思って、自分、大丈夫かな？と不安に思ったこともあります。でもそれは、今考えると、子どもにイライラしてしまう自分が嫌いでした。子どもを産んで、怒りんぼになった自分が嫌だったのです。

私の場合は「お母さんはスゴイ！」という言葉に出会って、ストンと心が落ち着いたのですが。

先日、お母さん大学で聞かせてもらった岸信子さんと田川亜寿香さんの話は、まるで炊き立てごはんと、できたて具だくさんお味噌汁。あったかいお母さんの心で満タンになりました。

こんな話を聞いたら、笑顔を見たら、どんな人の心も融けちゃうんじゃないかな～って感じました。「やっぱりお母さんだよね～」と。

「虐待してしまう」「虐待してしまいそう」と児童相談所に相談してくるお母さん。子どもに手を上げてしまうお母さん。まずは「お母さん業界新聞」「お母さん大学」いかがでしょう。そしてたくさんのお母さんと手をつなぎませんか？

虐待問題って、福祉施設や行政の仕事でしょうか。

本当に力になれるのは、同業者である、私たち「お母さん」じゃないかな…と思うようになりました。

実際、もっと深刻な悩みを抱えている現場だとは思います。きれい事かもしれません。きれい事です。ただ、私が少し感じたことを書いてみました。

MJ記者・内田恵利

年々増加する児童虐待

現在3日に1人の割合で、子どもが親からの虐待で死亡している（厚労省2006）。「児童虐待の防止等に関する法律」は昨年の改正で「児童の安全を確保するための立入調査等」が強化された。平成16年以降、毎年11月を「虐待防止推進月間」とし、児童虐待防止フォーラム、オレンジリボン運動、ラッピングバスなどさまざまな取り組みが行われている。

新横浜駅に開設 お客様サービスセンター

信頼を心で運ぶ市バス・地下鉄 横浜市交通局

小さな子どもを連れて、電車でお出かけするのって、けっこう大変ですよね。エレベーターや乗換路線の場所、また駅から目的地までのアクセスがわからずに、子どもを連れてウロウロしてしまった経験は、多くの方にあるのではないでしょうか。

11月16日、横浜市営地下鉄新横浜駅に、お客様サービスセンターがオープンしました。定期券発売等の窓口業務のほか、市内観光情報の提供やお得な乗車券の販売、地域案内業務も担当。

地下鉄のほかにJR横浜線、東海道新幹線も乗り入れる大きな駅であり、近隣には横浜アリーナ、日産スタジアムなどの催し場も多い新横浜駅が、案内業務の充実で、ますます便利になりました。エレベーターの場所が少しわかりにくいこの駅ですが、ベビーカー利用のときなどは案内してもらえるので、気軽にセンターに声をかけてみてください。

小さな子どもを持つお母さんは、どうしても近所の公園やスーパーなど、行動がワンパターンになりがちですが、たまにはお子さんと一緒に、電車の旅を楽しんでみませんか？

困ったときに頼りになる「お客様サービスセンター」は、上大岡駅、センター南駅にもありますよ。

（MJ記者・厚海有美）

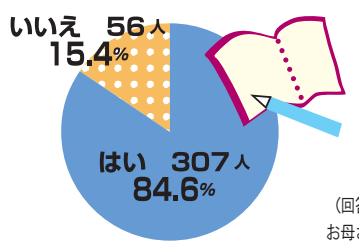
●お客様サービスセンター営業時間
平日 10:00～20:00
土休日 10:00～17:30（年末年始除く）
http://www.city.yokohama.jp/me/koutuu/

気になる「業界数字」の裏側お見せします

手帳

来年のカレンダーや手帳が店頭に並び始めました。そこでお母さんに聞きました。あなたは「手帳」を持っていますか。「はい」の人には、どんな手帳をどんな風に使っているかなど手帳にまつわるエピソードや思いを、「いいえ」の人には、手帳を持たない理由などを尋ねました。

Q お母さん、手帳を持っていますか？



（回答者363人）
お母さん大学調べ

手帳に書き込みがいっぱいあると、何となくうれしい

解説●

手帳を持たない理由は、「予定が少なく必要ないから」「カレンダーやケータイで代用」「どこにでもメモをし、それを失くしてしまうので、手のひらに書くことにしている」という人も。

手帳を持つきっかけは、「子どもの入園」「出産」「再就職」「PTA委員就任」のほか、「お母さん大学入学」と答えた人も多かった。手帳に予定を書き込むのは当たり前。そのほか「旅行記録」「感動の出来事」「ひらめき」「気になる一言」「映画や本、音楽の鑑賞メモ」「金銭の出納」「買物メモ」「日記」「育児日誌」「子どもの言葉」「夢（やりたいこと）」「健康チェック」「ダイエット記録」など使い方は人それぞれ。

長年同型を愛用している人もいるが、毎年一新する人が大半。手帳選びのポイントは、「日曜日はじまり」「家族の予定が書き込めるもの」「時間軸が細かいもの」などを選ぶ、色・デザイン重視、余計な機能や情報がついていないものを好む「シンプル派」も。

「ミスタードーナツの手帳」「化粧品会社の手帳」などを使っている人も少なくないが、仕事や活動を始めると、「お金を出して手帳を買う気」になるらしい。「PTAの会議で周りの人の手帳と見比べて、キャラクターものをやめた」「今は百均の手帳。でもいつかは皮の手帳」といったコメントも。

「手帳に書き込みが増えるとうれしい。逆に、ほとんど白紙状態を人に見られたら恥ずかしい」など、「ぎっしり文字で埋まった手帳」への憧れは母親共通の思い。「一年間使うもの」であり、「差別化願望」もあることから、手帳選びには力が入る人が多かった。真新しい手帳を開き、書き始めるときの緊張感や意気込みを大切にしたい。

一匹の蛙が、いのちの大切さを伝える童話

『ブンナよ、木からおりてこい』

水上 勉

作者、水上勉が、「数ある作品のうち、後世に残るのは『ブンナ』だろう」と語りました。今の時代に失われつつある「心」を養い育てる本。子育て中の母親はもちろん、すべての人へ。

お母さん大学 基本テキスト

水上勉作／若州一滴文庫刊
価格／1050円（税込）
※正本は書店で販売されていません。お申し込みはトランタン新聞社まで。

＜申込先＞　株式会社トランタンネットワーク新聞社　お母さん大学
〒221-0055　横浜市神奈川区大野町1-8-406　http://www.okaasan.net/
TEL045-444-4030　FAX045-444-4031　E-mail：info@30ans.com