

第8回

どう子どもと関わる？
～ 成長を促すために～

講師
谷 昌之

今回は「子どもの生活」について、子どもと接するときどのようなことに注意したり意識したりすればよいか考えていきましょう。日々の生活での親や周りの大人による関わり方は、子どもの身体や心の成長に大きく影響を与えます。また、健康や安全の確保を通して「子どもの命を守る」という視点を持つことも重要です。子どもの病気や事故についても学びましょう。

◆◆◆ きょうのキーワード ◆◆◆

基本的生活習慣

食事、排泄^{はいせつ}、衣服の着脱、清潔（手洗い・入浴など）、睡眠といった日常生活の基盤となる動作です。子どもの健康を維持し、順調な発達を促すために必要であり、幼児期の終わり（6歳ごろ）にはおおよそ形成されます。子どもが自分でできるようにするため、親や家族、周りの大人はさまざまな援助を行う必要があります。子どもの心身の発達に合わせながら、褒めて、繰り返しやらせるなど、根気強く付き合う姿勢を持つことが大切です。

社会的生活習慣

あいさつをする、順番やルールを守る、友達と協力するなど、集団での生活を円滑にするために必要となります。大人からのしつけや働きかけだけではなく、仲間とイメージを共有できる遊びや、目的やルールのある集団遊びなどの遊びの場面を通して、役割やルールを学びながら身につけていきます。

心理的な問題による身体や行動のサイン

子どもはさまざまなストレスを自覚することができなかったり、うまく周りに伝えることができなかったりします。そのため、子どもの心のトラブルが、腹痛や吐き気、下痢、頭痛などの身体症状や、過食や不眠、指しゃぶりなど、ふだんとは異なる行動となって表れることがあります。親や家族、周りの大人は、このような子どもの変化を見逃さず、適切に対応しなければなりません。そのためにも、ふだんから子どもの様子や行動をよく観察しておくことが必要です。

memo

子どもの健康管理

子どもは病気や環境の変化に対する抵抗力が弱く、健康状態に対して特別な配慮が必要になります。丈夫な体をつくるために、食事や睡眠を十分に取らせ、外気浴や外での遊び（運動）をさせることも大切です。また、定期的な健康診査（健診）や予防接種を受けた記録を母子健康手帳に残すことで、子どもの健康管理に活用することができます。休日や夜間、子どもの急な病気にどう対処したらよいか迷ったときには、こども医療でんわ相談（小児救急電話相談）**#8000（全国同一の短縮番号）**に電話すると、住んでいる都道府県の相談窓口へ転送され、医師・看護師に無料で相談することができます。

1 子どもの日常生活を支える

次に示す場面について、あなたならどのように対応しますか？
番組で学習した内容を活用して考えてみましょう。

場面

4歳の子どもと食事をしています。最初は機嫌よく食べていたのですが、煮物に入っている「にんじん」を食べようとしません。口をギュッと閉じてしまいました。子どもの好き嫌い（偏食）をなくしたいと思うのですが、どう対応すればよいでしょうか？

memo

2 子どもからのサインを読み取ろう！

次に示す場面について、あなたならどのように対応しますか？
声かけや接し方など、具体的な対応方法を考えてみましょう。

場面1 たいしたことでもないのに、急に大声を出して叫んでしまうといった、感情の起伏が激しい3歳の子どもにどのように接しますか？

場面2 くだんなら喜びのに、自分の好きなものを見ても何も言わないといった、口数が少なくなった5歳の子どもにどのように接しますか？

memo

3 子どもの健康と安全を守る

家の中で発生しそうな子どもの事故について、例をあげ、その原因と対策をあわせて考えてみましょう。

どのような事故が起こるか？	なぜ発生してしまうか？(原因)	どのように予防するか？(対策)

《参考》子どもの事故の主な原因



体が小さく機能が未発達

- 大人には平気でも子どもにはできないことも多い (飲み込む・体を支えるなど)
- やけどや熱中症が重症化しやすい



頭の比率が大きい (重心が高い)

- 転びやすい 転落しやすい
- 自力で起き上がれず 少しの水でも溺れる



危険が判断する能力が未発達

- 恐怖心がない
- 高い場所が怖いという感覚が育ちににくい (高所平気症)



理解力や行動が大人と異なる

- 予想のつかない行動に出る
- 危険がわからず 触ったり口にしたりする

☆子どもの診療を受ける際に持参するとよいもの☆

《母子健康手帳》妊娠、分娩、成長発達に関する記録、予防接種の記録など、子どもの健康に関する情報が集約されています。

《体温の記録》単に「熱がある」、「体が熱い」というだけではなく、体温の数値、体温の変動の記録は診断の際に有力な情報となります。

《投薬の記録》「お薬手帳」や医療機関で処方された薬の記録などは、薬の重複投与や飲みあわせの確認に役立ちます。

《動画、写真、音声などの記録》デジタルカメラやスマートフォンで写真、動画、音声を記録しておきましょう。下痢や、血便などの異常な便や嘔吐物などの持ち運びにくいものでも、記録して持参することができます。気になるしぐさ、行動、音、発疹、など、診察室で見られない現象の記録は診断の際に有力な情報となります。

わたしたちの未来 ~ SDGs 17のゴール ~

目標6 安全な水とトイレを世界中に

今回は、SDGsの【目標6 安全な水とトイレを世界中に】について取り上げます。「水」は私たちの生活に欠かせないものであり、命を保つために必要なものです。「安全な水」と聞いて、みなさんはどのようなものを想像しますか? 逆に、「安全ではない水」とはどのようなものなのでしょうか?

SDGsが採択された2015年、「安全に管理された飲み水」が新たに定義されました。その内容は、「自宅にあり、必要な時に入手でき、排泄物や化学物質によって汚染されていない、改善された水源から得られる飲み水」とされ、水質の安全性だけでなく、必要な時にいつでも手に入れられるということが、条件として明確に示されることになりました。

日本では、各家庭だけでなく公園などの公共スペースにも水道が整備されていて、水道水をそのまま飲むことも可能です。しかし、2017年に発表された、ユニセフ（国連児童基金）とWHO（世界保健機関）の報告書「飲み水と衛生の進歩と格差」によると、世界全体で「安全に管理された飲み水」を使用できない人が22億人、その中で1億4,400万人は湖や河川、用水路などの未処理の地表水を使用しています。汚れた水や不衛生な環境は、感染症を引き起こす原因となります。安全な水を供給できる環境を整えるということは、今回、みなさんが学習した「子どもの命を守る」ということにもつながっています。

「水」に関する問題には様々な側面があります。まずは、「水」そのものが地球上を循環している、限りあるものだということです。このことから、「水」を使いすぎない、汚水をできる限り排出しない、といったことが考えられます。ほかにも、経済、技術、公衆衛生に関する意識なども大きく影響します。



「水」について考えるきっかけとして、次のようなことができます。ぜひチャレンジしてみてください。

- ・私たちがふだんの生活でどれぐらいの水を使っているか調べる。
- ・限られた量の水を使って調理、後片付けまでを工夫して行う。
- ・ふだんの生活（調理・片付け、洗濯、入浴、トイレなど）の中で、水を汚さないための工夫を考える。

水に関する問題は、SDGsの【目標3 すべての人に健康と福祉を】とも関連しています。私たちの生活との関連も含めて、視野を広げて考えていきましょう。

