

学校保健

The School Health No.149

(財)日本学校保健会

- 就学時の保健指導のために
- 子どもの育ち方・育て方
- 子どもの心・その発達
- 子どもの生活・運動・遊び
- 日本学校保健会だより

~~~~~  
会報をよくするため、読者のご意見を求めています。お葉書をお寄せください。

## 就学時の保健指導のために

— 誕生から就学までの子育て —

(財)日本学校保健会副会長

渡 邊 一 九

学校保健の充実を図るには、出生から就学までの成長・発達及び保健上の留意事項を理解することが極めて大切である。特に人格形成は、三歳児までが重大なる時期であるといわれている。

本号は、学校保健の立場から、幼児の育ち方・育て方、発育の過程、子どもの遊びや悩みについて、お知らせする。

なお、「学校保健と誕生から就学までの子育て」は、日本学校保健会の学校保健センター的事業の委員会で編集したものである。保健関係者は、もちろん、父母の方の活用を期待する。



港区立西桜幼稚園

# 子どもは育つ・子どもを育てる

## 1. 人間の発育には原則がある

### ① 連続と順序の法則

「おすわり」「立ち」「歩く」など、個人差はあるが、一定の順序で発育する。

### ② 不均一の法則

発育の速度は一定せず、急に身長が伸びたり、突然ことばを覚えだしたりする。

### ③ 臨界期の法則

器官や機能の発達には、決定的時期がある。そのときに正常な発育が妨げられると欠陥や機能障害を残すことがある。

### ④ 方向の法則

頭尾方向…頭に近い部分から下部へ発育する。

近遠方向…中心部から末梢部へ発育が進む。

### ⑤ 個体差の法則

発育が進むほど個性がでてくる。生れつきか、育ちか、がわかりにくくなる。

### ⑥ 相互作用の法則

乳児期では、人と人との相互作用により発育が支配される。

## 2. 母と子のきずな

### ① 母親から乳児に向けられる相互作用

分娩直後から、乳児期全般、場合により幼児期におよぶ。

接触。視線による接触（見つめ合い）。

母親の話しかけ。母親の体臭、体温。

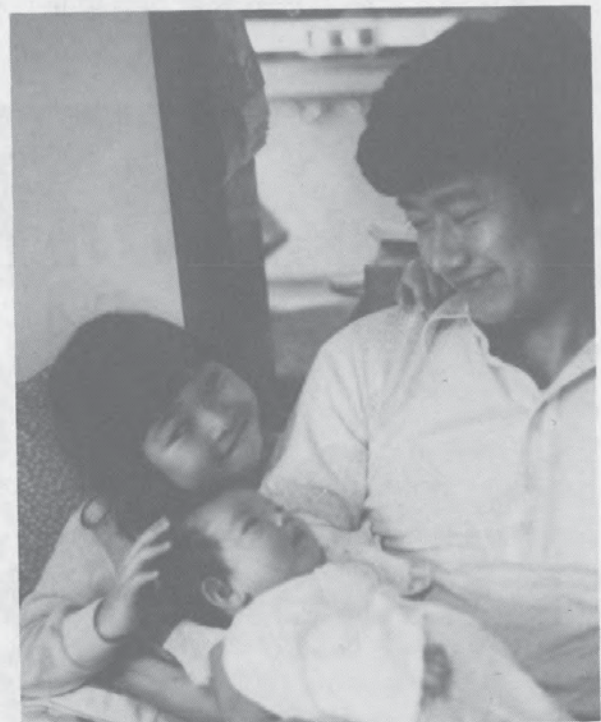
### ② 乳児から母親への相互作用

多様な感覚的はたらきかけがあり、母性的感情の確立の役割りを果す。視線による接触。泣き声と笑顔。乳児の体臭。エンタテインメント（母親の話しかけに応じて体を動かす）。内分泌反応の誘導。

## 3. 「育つ」と「育てる」

自然環境や家庭構造などのハードな因子と、人間的、文化的なソフトな因子があるが、先進社会では後者の意義は重要である。

人間と人間の相互作用は、「心のきずな」を形成するのに重要である。

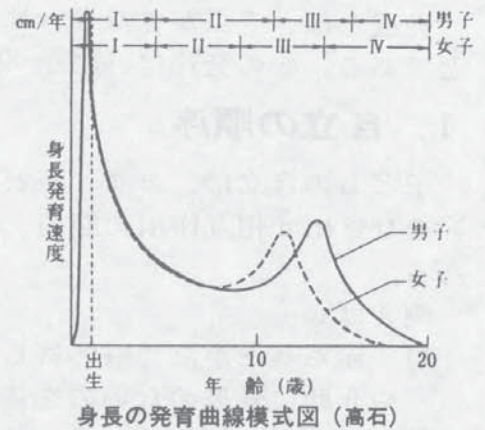


# 子どもの育ち方、育て方

## 1. 発育の過程

図は、身長の間年発育増加量の年齢による変化を示したものである。

Iは、乳児期の第1発育急進期、IIは比較的安定した発育の時期、IIIは男女の差はあるが、思春期の第2発育急進期、IVはその後、ゆるやかな発育となり、やがて停止する漸減期である。



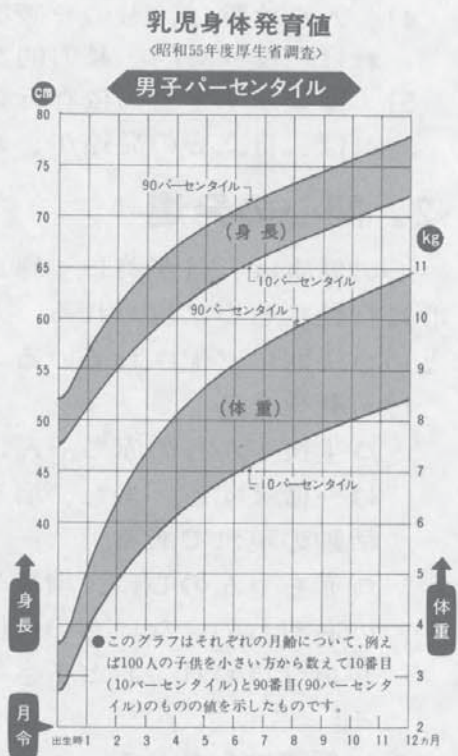
## 2. 発育の評価

発育途上のこどもでは、発育状態と栄養状態とが密接な関係にある。

客観性の高い方法として、乳幼児身体発育値 (母子手帖) や、学校保健統計調査値 (文部省) を利用する。

10パーセント未満、90パーセント以上は、一応経過を観察する。3パーセント未満、97パーセント以上のものは、医師に相談する。

### 《パーセントイルとは》 参考図



## 3. 発育の因子と条件

### ① 遺伝的因子と環境的条件

親の体格が子どもに似ることは知られている。この場合、純粹な意味での遺伝的因子による影響だけでなく、社会経済的条件をふくむ広義の環境条件の影響を受けている。それには、栄養、疾病、運動、気候、季節、社会、経済などの諸条件がある。

### ② 発育の地域性および年次推移

国内的には、遺伝的因子による地域特性が少なくなっている。国際的には、人種的な差異がある。

現在は社会経済的に安定し、年次的に大きく発育状態が改善されている。

学校保健の新らしい課題は、ライフサイクルを考慮した子育てであり、乳幼児保健とのドッキングといえる。学校の教育実践を含めて、地域社会の保育と教育が、子どもの発育によい影響を与えるようにしたい。

## 子どもの心・その発達

発達とは、毛虫がさなぎ→蝶に変身するように、構造が一定の順序で変化することである。心の発達は、感覚—運動、認知—情動と、より複雑に変化し活動する。

### 1. 自立の順序

子どもの自立は、まず、子ども自身が環境に働きかけ、環境から必要な刺激や応答をひき出す相互作用の能力、コンピテンス (Competence) を正常に育てることである。

例えば——

- 1) 赤ちゃんが泣く→応答しない (放任) 自分の行動や働きかけが、他者の関心や介助に効果のないのを体験したら、無力の状態のままになってしまう。
- 2) 赤ちゃんが泣く→その前に要求を先取りして与えてしまう (過保護) 子どもの働きかけが消極的となり、無力な子になる恐れがある。
- 3) 赤ちゃんが泣く→冷たく憎しみ、心を閉ざして接す (拒否) 子どもの心に母親の行動を模倣しようとする親和的な感情、熱意が育たない。
- 4) 人を攻撃し、ものを破壊することによって「人の関心をひく」効果を学習すれば、反社会的、暴力的な行動型を組み立てる。
- 5) 母親が子どもの依存行動を受容し続け、赤ちゃん扱いを幼児期以降も継続すれば、自立心の発達が、ますます遅れる。

### 2. 関心の発達

心の健康は、目が美しく輝き、生き生きとした表情である。ささいな事ながらに熱心に行動する姿に現われる。人の心は、より完全な、より均衡のとれた活動をするという法則に支配されている。内からの自発性によるものである。

#### 1) 凝視する

○ 生後1か月の赤ちゃんは、母親の顔をぐっと見つめ→眉をひそめ→それが解け→微笑する。また、眉をひそめ→そして笑う。そのサイクルを繰り返す。知的活動の現れである。

○ 赤ちゃんの心に、環境やできごとが消化され(なじみ)、知識となる。なじみのあるもの、ないものの区別ができると、なじみのないものに向う。眉ひそめが再び現われ、“おどろき”の表情になる。コンピテンスが活発になるからである。

#### 2) 新奇性をつくる

○ 幼児の行動成果を、新奇性をつくる力として、育ててやる。子どもは、環境や物・人に働きかけ、本棚に近づけば、手あたり次第に本を引き出す。感覚—運動。空想—想像の機能を活かし、より高次の新奇性を辿る。子どもの働きかけに素早く応答する母親との出会いがあれば、子どもの三無現象は無くなる。

### 3. 社会性の形成

人に関心をもつ、また、社会的関係をもとうとする傾向は、人の本性である。さびしさは人を殺す。赤ちゃんは、人の働きかけを感知し、それに応答するしくみで活動する。凝視、微笑、喃語、母親との交流を楽しむ。呼べば応える環境、打てば響く関係は、人を活性化し、親愛感と信頼感を育て、人と人との基礎的な関係をつくりだす。

## 子どもの生活、運動、遊び

人間も動物と同様、運動の本能をもっている。運動は生きるために必要で、心の働きの現われである。運動への欲求は、大脳が発達するにつれ弱くなる。大人になると運動不足病にかかる人が多いのは、そのためである。

### 1. 生理的欲求を満足させる運動

#### ○運動から得られる快感

幼児は、走、跳、石けり等大好きです。筋力は、繰り返しによって強くなる。逆に遠ざかれば遠ざかる程弱くなる。

#### ○生理的機能のはたらき

骨格筋力の張力が極端に低下してしまうと、脳細胞に重大な影響がおきる。運動嫌いは、偏食とおなじで指導が大切である。骨格筋は末梢心臓ともいわれる。全身運動による筋線維の伸張と収縮が、血液の循環を活発にし、心臓の負担を軽くする。この現象をミルクキング・アクションという。

### 2. よりよく生きるために

人間は動かなければ、生きていけない。食事は、手、腕、あごなど、全身の筋肉や神経が協応する。

精神作用の中枢と運動の中枢は、独立しているが、まったく無関係ではない。大脳新皮質の運動領を興奮させることによって、手の指は精妙に動く。手は第2の脳といわれるゆえんである。

子どもたちには、戸外での友だちと存分に遊ばせるとともに、庭掃除、雑布がけや食事の支度などをさせ、身も心も健かに育てたいものである。



# 子どもの心の悩み

## 1. 悩みの原因、背景

共かせぎによる母親の不在、地域の親しい子ども集団がなくなったこと、遊び場が失われたこと、塾通いなど、子どもをめぐる状況はいろいろの問題をはらんでおり、それに適応できず、行動異常や心身症となってあらわれる。

- その原因は、
- ① 心因性のもの
  - ② 脳障害によるもの
  - ③ 機能性のもの

とくに、親子関係のもつれが子どもの悩みの原因となっている。

- それには、
- ① 親子が異常に疎遠になる場合
  - ② 変形された拒否的な親の態度
  - ③ 親子関係が過度に密接になる場合

## 2 子どもの心身症

### ① 年齢段階別にみた心身症

#### ○ 乳幼児期から2歳まで

食欲不振、嘔吐、下痢や泣き入りひきつけなど。

#### ○ 3歳から5歳の幼児期

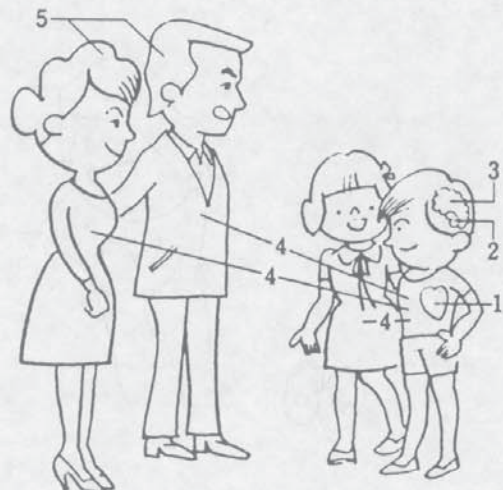
頻尿、夜尿など、しつけと周期性嘔吐、反復性臍疝痛など。

#### ○ 6歳から12歳までの児童期

頭痛、めまい、立ちくらみや過呼吸症候群など。

### ② 主な心身症とその心理的背景

- 1. 器官のレベル(胃や心臓)
- 2. 間脳のレベル(自律神経の安定度)
- 3. 大脳皮質のレベル(情緒、思考……)
- 4. 対人関係のレベル  
(親子、友だち、教師……)
- 5. 家庭の雰囲気(父母関係が重要)



## 日本学校保健会だより

## 昭和58年度 全国学校保健研究大会 地域ブロック学校保健大会

| 大会名                                   | 場所   | 主 題                                                | 講 師 名<br>出席者          |
|---------------------------------------|------|----------------------------------------------------|-----------------------|
| 第34回 十一大都市学校保健会<br>58年5月8日(日)～9日(月)   | 広島市  | たくましいからだどゆたかな心をめざして自ら考え実践する児童・生徒の育成                | 沈 寿 官<br>湯浅 泰仁        |
| 第5回 近畿学校保健連絡協議会<br>7月21日(木)           | 兵庫県  | 近畿地区の学校保健の現状についての連絡                                | 馬場 国蔵                 |
| 第18回 東北学校保健大会<br>7月28日(木)～30日(土)      | 岩手県  | 心豊かでたくましく生きる実践力をもつ児童生徒の育成をめざして                     | 杉浦 守邦<br>重田 精一        |
| 第33回 九州地区学校保健研究協議大<br>8月4日(木)～6日(土)   | 宮崎市  | 生涯にわたって、自ら健康で安全な生活を実践する児童・生徒の育成をめざして               | 上寺 久雄<br>渡辺 一九        |
| 第34回 関東甲信越静学校保健大会<br>8月5日(金)～6日(土)    | 宇都宮市 | 生涯にわたって自ら健康づくりをする幼児・児童・生徒の育成をめざして                  | 平山 宗宏<br>榊田 桂         |
| 第5回 四国学校保健安全研究大会<br>8月18日(木)～19日(金)   | 高知県  | 生涯にわたる健康の基礎づくりをめざして                                | 藤井 真美                 |
| 第29回中国地区学校保健研究協議大会<br>8月25日(木)～26日(金) | 松江市  | たくましいからだ、豊かな心、強い意志の育成をめざして                         | 上出 弘之<br>渡辺 一九        |
| 東海ブロック学校保健会連絡協議会<br>9月9日(日)           | 岐阜市  | ブロックの連絡協議会                                         |                       |
| 第32回 北海道学校保健研究大会<br>10月8日(土)～9日(日)    | 岩見沢市 | 生涯にわたって、自ら進んで健康づくりに取り組む子どもの育成をめざして                 | 玉井 収介                 |
| 第33回 全国学校保健研究大会<br>10月27日(木)～29日(土)   | 京都府  | 「生涯にわたって健康で安全に生きぬく子どもの育成を目ざす」<br>—学校・家庭・地域が一体となつて— | 東 俊郎<br>分科会助言者および講師8名 |

第30回 全国学校薬剤師講習会 7月12日(火)～13日(水) 宮城県

第46回 全国学校歯科保健大会 11月25日(金)～26日(土) 福岡県

第7回 全国学校医研修会 59年3月11日(日) 東京都

〔その他の会〕

全国養護教諭研究大会 7月26日(火)～27日(水) 茨城県

養護教諭実技講習会 青森県、山梨県、岐阜県、兵庫県、鳥取県、長崎県で行われた。

図書頒布価格の改訂ご案内  
「知っておきたい脊柱側弯症」  
旧価格 500円→新価格 700円  
上記の通り改訂いたしました。

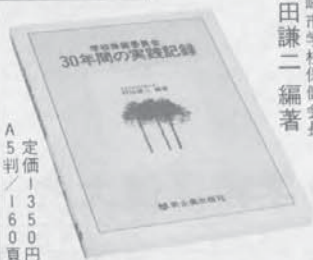
就学時の保健指導のために —誕生から就学までの子育て—

(財)日本学校保健会編 第一法規出版(株)発行 頒価 1,000円

希望者は、なるべく単位保健会を通じて本会に申込みください。

10冊以上の場合、20%引きで送料無料とします。

好評発売中 /



A5判 1350円  
160頁

学校保健委員会  
30年間の  
実践記録  
児童生徒と、教師・母親・三師会  
が参加する、学校保健委員会への  
進め方  
高崎市学校保健会長  
村田謙二編著

新企画出版社 〒160 東京都新宿区四谷3丁目2番地トラック会館2F  
電話 03(357)9251(代表) 振替東京0-174218

どちらかひとつをお選びください。

エームスの尿潜血・蛋白質同時検査試験紙。



尿中蛋白質・尿潜血同時検査用試験紙  
**キッドステックスⅢ**  
尿中蛋白質・尿潜血同時検査用試験紙  
**マコンビステックスⅢ**  
マイルス・三共株式会社  
エームス事業部  
東京都中央区東日本橋1丁目4番10号 03(567)7511  
三共株式会社  
東京都中央区東日本橋1丁目4番10号 03(567)7511



## ◆健康状態に即した積極的な身体運動を! 健康障害児の運動指導

日本学校保健会 編 従来、取り残されていた健康に障害をもつ児童生徒の運動指導について、人間形成という視点から、より積極的な指導と管理ができるよう専門医学者の衆知を集めて解説した学校現場へのガイドブック。 ★A5・定価1,300円

## 就学時の保健指導のために

誕生から就学までの子育て

日本学校保健会 編 ★A5・定価1,000円



第一法規

〈巻107〉 東京都港区南青山2-11-17  
☎(03)404-2251 / 振替東京3-133197

## 育ちざかりのひと粒!

体力をつけ健康を保つ

## カワイ肝油ドロップ



製造発売元 河合製薬株式会社 東京都中野区新井2-51-8

これからの教室、体育館などの学校清掃管理は——SCシステムで!



- 塗るだけでピカピカ!!
- 滑らないので、安全です。
- 水性タイプなので清潔です。



体育館床の保護・ツヤ出し、すべり止め効果があり、タスクコントロール作業にどうぞ。



推薦

日本学校保健会



ペンギンワックス

※ カタログご希望の方は、SCS係宛お申し込み下さい。  
本社・大阪市東成区東中本3-10-14(〒537) TEL06(976)1451  
支店・札幌・仙台・東京・名古屋・大阪・高松・広島・福岡

## “ふだんの予防で、元気な毎日”まず手洗い!!

## 殺菌 消毒用 シボネット石鹼液 ユム

日本学校保健会推せん No.573

精製ヤシ油を原料にした殺菌、消毒用石鹼液で、手洗いのあといや～な臭い  
が残りませんので喜んでお使いいただけます。シボネット容器に入れ、水で  
7～10倍にうすめてお使いください。

サラヤ化学工業株式会社 TEL (06)797-2525 サラヤケミカル株式会社 TEL (03)472-1521

〈本会報は、拠出金と、本会への船舶振興会助成金により作成しました〉