



子どもの保健

改訂第2版

編著 ● **渡辺 博**

帝京大学医学部附属溝口病院小児科
上智社会福祉専門学校保育士科



中山書店

改訂第2版 序

2010年に本書が出版されてから2年近くが経過した。この間、諸先輩方よりいろいろなお意見やはげましのお言葉をいただいた。たいへんありがたく、この場を借りてお礼申し上げるしだいである。私自身この間、小児保健の講義で本書を教科書として使ってみた。それなりに使いやすかったが、執筆段階では気づかなかった細かな不具合や使いにくい点も多少みられ、その辺が少し気になっていた。

本書が出版されて間もない2011年より、保育士養成課程カリキュラムの見直しが行われ、従来の「小児保健」の科目の名称が「子どもの保健」と改められ、そのなかで精神保健を重視する姿勢が打ち出された。初版の出版後まだ間もない時期ではあったが、これを機会に新カリキュラムに沿った形で大きな改訂を行いたいと考えご相談したところ、出版社からも快く了解いただきこの第2版が成立したしだいである。

初版においても精神保健的内容はところどころで記載していたが、第2版ではこれを1か所に集めさらに加筆して、新たに「13章 子どもの心と健康」を創設した。また同時に従来の章立てを整理して全14章の構成とし、統計データ等は最新のものと入れ替え、必要な部分は加筆訂正を行った。こういった大幅な変更に伴い、本書のタイトルは第2版より「小児保健」から「子どもの保健」に変更することとした。本書が今後、子どもの保健の講義のお役に立てることを願ってやまない。

最後に短期の改訂スケジュールのなか、精力的に作業に取り組んでいただいた中山書店編集部の方々に深謝する。

2012年5月

渡辺 博

CONTENTS

1 章 子どもの保健を学ぶ 2

- 1 子どもの保健とは何か 2
- 2 子どもの保健を学ぶ意義・目的 2
 - 子どもと感染症／子どもと集団生活／子どもと事故／子どもの年齢区分
- 3 日本の子どもの保健水準 4
 - 乳児死亡率／新生児死亡率／周産期死亡率／出生率，合計特殊出生率
- 4 子どもの保健に関係する法律と制度・施策 7
 - 児童福祉法／児童憲章／児童の権利に関する条約／児童虐待の防止等に関する法律

2 章 身体の成長 14

- 1 成長と発達 14
 - 乳幼児身体発育調査
- 2 体重 19
- 3 身長 19
 - 計測のポイント
- 4 頭囲 20
 - 計測のポイント／評価のポイント
- 5 胸囲 22
- 6 肥満とやせの評価 22
 - カウプ指数／BMI／ローレル指数

7 スキャモン（Scammon）の臓器別発育曲線	23
一般型の曲線／中枢神経系型の曲線／リンパ系型の曲線／生殖器型の曲線	

3 章 子どもの発達 26

1 発達とは	26
2 運動発達，精神発達	26
原則とポイント／0～2 か月／2～4 か月／4～6 か月／6～9 か月／9～12 か月／1～2 歳／2 歳以降	
3 運動発達・精神発達の評価	32
4 生理機能の発達	33
呼吸／脈拍／免疫／視覚／聴覚／睡眠	

4 章 子どもの栄養 39

1 子どもの栄養の特徴	39
2 母乳栄養	39
母乳栄養の長所／母乳栄養の短所／初乳と成熟乳／このようなときは母乳不足を疑う／母親の感染症と母乳／母親の内服薬と母乳	
3 粉乳による栄養	42
乳児用調製粉乳／調乳法／授乳法	
4 混合栄養	43
5 離乳食	44
開始時間・期間／咀嚼の開始／調理法／分量／環境	
6 幼児の食事	48
7 間食	49

5 章 生活と健康 51

1 体温	51
------	----

2 冷暖房	52
エアコンの使用／冷暖房器具使用の注意点	
3 水分補給	53
嘔吐や下痢の際の対応	
4 便、おむつ	54
便の特徴／おむつの使用	
5 睡眠、夜泣き	55
昼夜のリズム／睡眠時の姿勢／夜泣き	
6 日光浴・外気浴	55
7 入浴	56
8 歯磨き	56
9 遊び	57
10 外出	57

6 章 子どもの事故とその予防 60

1 子どもの事故の特徴	60
2 窒息	61
3 誤飲	63
4 転倒・転落	64
5 溺水	65
6 熱傷（やけど）	66
7 事故と予防	67
8 救急処置	67
誤飲時の処置／窒息時の処置／熱傷時の処置／頭部打撲時の対応／心肺蘇生	

7 章 遺伝と健康 72

1 遺伝	72
2 タンパク質	72

3 遺伝子	73
4 染色体	73
5 優性遺伝と劣性遺伝	74
6 遺伝病	76
7 遺伝子病	76
8 染色体異常	76
トリソミー／モノソミー／構造異常	
9 出生前診断	78
10 遺伝子診断と遺伝カウンセリング	79

8 章 子どもの症候 81

1 発熱	81
2 食欲	81
3 きげん	82
4 嘔吐	82
肥厚性幽門狭窄症／ウイルス性胃腸炎／髄膜炎	
5 下痢	84
6 脱水	84
7 咳	85
8 鼻汁とくしゃみ	85
9 けいれん	86

9 章 感染症 89

1 病原体と感染症	89
2 子どもと感染症	89
3 集団生活と感染症	90
4 感染経路	90
飛沫核感染（空気感染）／飛沫感染／接触感染／一般媒介物感 染／昆虫媒介感染／経胎盤感染	

5	学校感染症	92
	第一種／第二種／第三種	
6	溶連菌感染症	93
7	黄色ブドウ球菌感染症	94
8	百日咳	95
9	インフルエンザ菌 b 型 (Hib) 感染症	95
10	麻疹 (はしか)	96
11	風疹	96
12	水痘 (みずぼうそう)	97
13	おたふくかぜ	97
14	かぜ症候群	97
15	インフルエンザ	98
16	RS ウイルス感染症	98
17	感染性胃腸炎	99
18	食中毒	99
	毒素型／感染型／混合型／自然毒	

10章 予防接種 105

1	ワクチンとは	105
2	勧奨接種のワクチン	106
	DPT ワクチン／BCG ワクチン／ポリオワクチン／MR 混合ワクチン (麻疹・風疹混合ワクチン)／日本脳炎ワクチン	
3	勧奨接種以外のワクチン (接種が望ましいもの)	110
	おたふくかぜワクチン／水痘ワクチン／Hib ワクチン／小児用肺炎球菌ワクチン／インフルエンザワクチン／B 型肝炎ワクチン／ロタウイルスワクチン／ヒトパピローマウイルスワクチン	
4	勧奨接種以外のワクチン (状況により接種が望ましいもの) ...	118

11章 免疫・アレルギーと健康 120

- 1 免疫 120
- 2 アレルギー 120
- 3 アトピー性皮膚炎 121
- 4 気管支喘息 123
- 5 花粉症 124
- 6 食物アレルギー 125
- 7 アナフィラキシー 125

12章 子どもの重要な病気 129

- 1 急性の病気 129
乳幼児突然死症候群／川崎病／尿路感染症／熱性けいれん／熱中症
- 2 慢性の病気 133
慢性腎炎／下垂体性小人症／てんかん／白血病／難聴／先天性心疾患／慢性肺疾患／脳炎麻痺

13章 子どもの心と健康 140

- 1 発達とは 140
- 2 発達障害 140
- 3 発達障害のいろいろ 142
発達障害の種類／自閉症スペクトラム障害（広汎性発達障害）／
注意欠陥多動性障害（ADHD）／学習障害／精神遅滞
- 4 虐待 145
児童虐待／児童虐待の防止等に関する法律／児童虐待の現状／
児童虐待の背景／児童虐待の発見
- 5 子どもの心を守る 149
- 6 子育てのなかで（乳幼児） 150

14章 地域との関わり 152

- 1 母子保健対策 152
- 2 健診 152
 - 母子健康手帳
- 3 保育所，幼稚園，こども園 154
- 4 保健所・保健センター，児童相談所 158
- 5 医療上の支援 161
 - 未熟児養育医療／小児慢性特定疾患／自立支援医療（育成医療）
- 6 児童福祉施設 163

索引 165

本書の読み方



重要な項目，必ず押さえておきたいこと



知識を広げるための記述，実践に役立つアドバイスなど



用語解説

用語解説

渡辺先生が専門用語をやさしく解説



ミニレクチャー

最新知見・情報を板書風に解説



用語解説

*1 首がすわる

身体をすわった位置からある程度後ろに傾けても、首の位置を自ら垂直方向に保ち、簡単に後ろにぐらつかなくなることをいう。頸定ともよばれる。



*2 はいはい

はいはいには、さまざまなバリエーションがある。

- バックするはいはい
- ほふく前進（泳ぐようなかたち）のはいはい
- 片手片足で進むはいはい

*3 人見知り

人見知りをしない乳児もいる。しかし、人見知りをしないことは、知能が劣ることを示すわけではない。

*4 2 語文

単語 2 個をつなぐかたちの簡単な文章のこと。「パパ カイシャ」「プープー キタ」など。

*5 IgG

免疫グロブリン（感染防止のはたらきを発揮する血液中のタンパク質）の一種。病原体の種類ごとに、はじめての感染を経験するたびに、その病原体専門の IgG がつくられるようになる。ほかに IgA, IgE, IgM, IgD がある。

*6 凝視（または固視）

一定方向を見つめ続けること。



6-10 背部叩打法



- ① 片膝をついて、乳幼児の腹部をうつぶせにして乗せる。または、片腕の上に、乳幼児の腹部をうつぶせにして乗せる。
- ② 乳幼児の頭を下にする。
- ③ 背中の中あたりを強く叩く

6-11 ハイムリッヒ法



- ① 窒息した児をうしろから抱きかかえる。
- ② 片手の拳を腹部に密着させ反対の手で上から押さえ、一瞬の勢いで力を込めて腹部を締め上げ、吐き出させる。

▶ 意識の低下（ぐったりする、元気がない、眠りがちである、など）は危険な徴候である。頭蓋内の出血も疑われるため、すぐに医療機関へ搬送する。

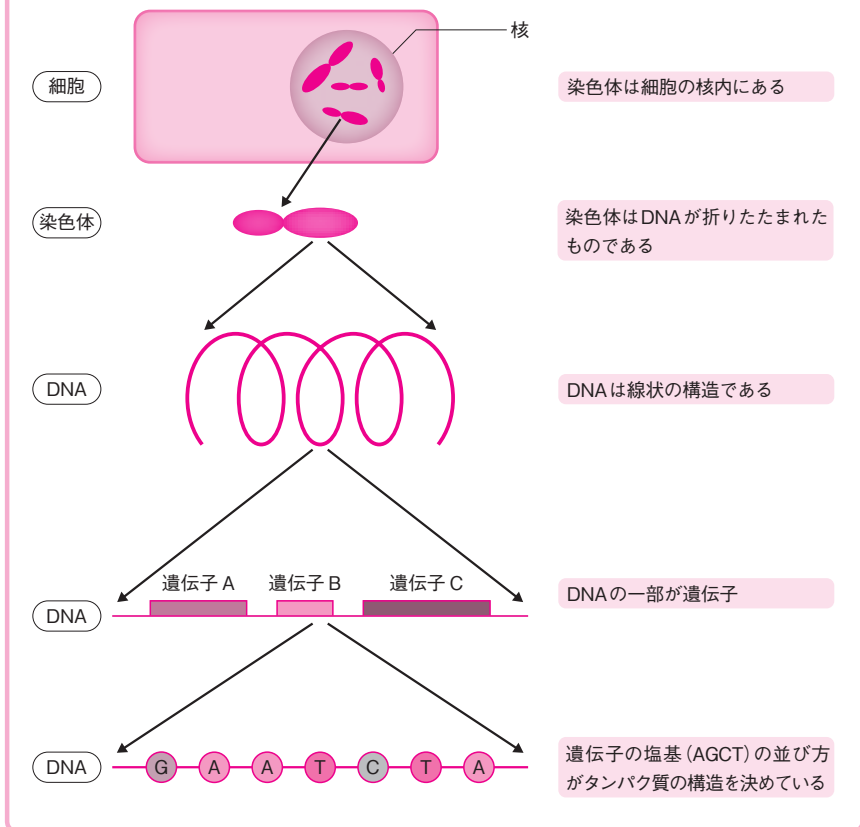
心肺蘇生

◎呼吸停止の場合は人工呼吸^{*5}（6-12），呼吸停止と心停止のある場合は心臓マッサージ^{*6}（6-13）をただちに開始する。

●心肺蘇生は、次の手順で行う。

- ① 固い床の上に、水平に仰臥位で寝かせる。
- ② 呼吸数、心拍数を確認する。
- ③ 口の中に、吐物などの呼吸を妨げるものが残っていれば、排除する。

7-2 染色体と DNA・遺伝子の関係



- ▶ 性染色体の構成は、男性はX染色体とY染色体が1本ずつ、女性はX染色体が2本である。

5 優性遺伝と劣性遺伝

- ある遺伝子の性質が、2つのうち1つの遺伝子の存在のみで発現する場合、これを優性遺伝という (7-4)。
- ◎ 病気となる変異を有する遺伝子を片方の親から受けつぐだけでその病気が発現する場合、この病気を優性遺伝病とよぶ。



パンデミック・インフルエンザ



- 2009 年より、パンデミック・インフルエンザ（当時の通称は新型インフルエンザ）の流行が始まった。
- これまで 30～40 年に一度、大きな遺伝子変異を伴ったインフルエンザの世界的大流行をくり返し経験しており、これをパンデミック（pandemic）とよんでいる。
- 1917 年に流行が始まったスペインかぜは重症であった。
- 2009 年に流行が始まったパンデミック・インフルエンザは、2012 年現在、通常の季節性インフルエンザとなっていて、これに対するワクチンも通常の季節性インフルエンザワクチンに含められている。

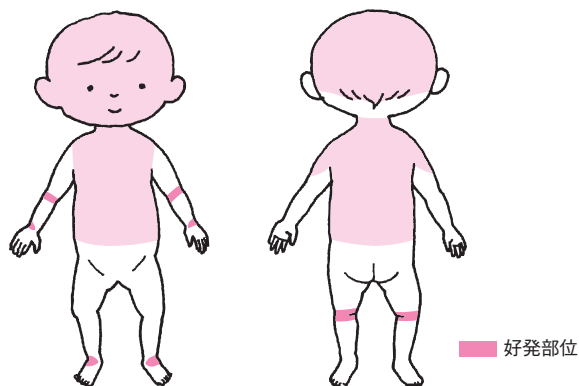


乳児ボツリヌス症



- 乳児ボツリヌス症は、はちみつが原因となることが多い。
- はちみつのなかには、ボツリヌス菌の芽胞が含まれていることがある。
- 1 歳未満の乳児は胃酸の力が弱いので、はちみつといっしょにボツリヌス菌の芽胞を食べたとき、芽胞は胃酸で死滅することなく胃を通過して腸に至り、そこでボツリヌス菌が増殖する。
- 腸の中で増殖したボツリヌス菌が出す毒素で、乳児に食欲の低下や活力の低下、体重の減少が起こり、治療が遅れると死亡することもある。
- 1 歳未満の乳児にはちみつを与えてはいけない。

11-2 アトピー性皮膚炎の出やすい場所



ことが多く、このかき傷のために、湿疹はさらに悪化するという悪循環に陥る。

◎発病は、乳児期から幼児期が多い。

- ▶ かしななかには、成人になってから発病する場合もある。
- ▶ 発病してすぐに、アトピー性皮膚炎かどうかを決めることはできない。
- ▶ 乳幼児期に発病したアトピー性皮膚炎は、自然に治るものも多い。

●アトピー性皮膚炎の患児では、血液検査で、食品をはじめ、ホコリ、ダニ、花粉、動物の毛など、環境中のさまざまな物質に対するアレルギー反応が見いだされることが多い。

- ▶ 血液検査でアレルゲンと証明される物質以外にも、そのほか多くの未解明の要素、要因の関与が想定されている。
- ▶ 血液検査で証明されたアレルゲンとの接触を除去するだけで、症状の改善が得られることは、むしろ少ない。

●アトピー性皮膚炎の病勢は、月単位では変わらないが、年単位では変化する。

●治療の目的は、皮膚炎を抑え、かゆみを除くことである。

- ▶ 種々のステロイドや非ステロイドの軟膏が治療に用いられる。

子どもの心と健康



1 発達とは

- 子どもの発達は、運動発達と精神発達、および生理機能の発達の3つに分けられる(3章参照).
- 運動発達と精神発達は、脳・神経系の発達に伴う現象である.
 - ▶ヒトが生まれたとき、すべての臓器のなかで脳・神経系が最も未熟である.
 - ▶未熟な脳・神経系が徐々に成熟していく過程がすなわち運動発達と精神発達である.
- 運動発達は目でとらえることができるため、誰の目にも容易に確認できる.
 - ▶運動発達の異常は母親が最初に気づくことが多い.
- 精神発達は目で見えない部分がほとんどで、内容も複雑・微妙である. このため精神発達の異常は気づかれにくい.
 - ▶精神発達の異常は母親にはまったく気づかれないことも多い.
- 生理機能の発達は、ほとんどが脳・神経系以外の諸臓器の発達に伴う現象である.

2 発達障害

- 発達障害というときは通常、精神発達の障害・遅れのことをいう.
 - ▶運動発達の障害・遅れは運動発達遅滞とよばれ、いわゆる発達障害には通常含まれない.

こ ほ けん
子どもの保健

2010年9月27日 初版第1刷発行 [検印省略]
2012年3月30日 初版第2刷発行
2012年7月5日 改訂第2版第1刷発行©

編 著 わたなべ ひろし
 渡辺 博

発 行 者 平 田 直

発 行 所 株式会社 中山書店
 〒113-8666 東京都文京区白山 1-25-14
 TEL 03-3813-1100 (代表) 振替 00130-5-196565
 <http://www.nakayamashoten.co.jp/>

デザイン・装丁 白井弘志 (公和図書デザイン室)

イラスト はんざわのりこ

印刷・製本 図書印刷株式会社

Published by Nakayama Shoten Co., Ltd.

Printed in Japan

ISBN978-4-521-73488-0

落丁・乱丁の場合はお取り替え致します

- 本書の複製権・上映権・譲渡権・公衆送信権 (送信可能化権を含む) は株式会社中山書店が保有します。
- **JCOPY** <(社)出版者著作権管理機構 委託出版物>

本書の無断複写は著作権法上での例外を除き禁じられています。複写される場合は、そのつど事前に、(社)出版者著作権管理機構 (電話 03-3513-6969, FAX 03-3513-6979, e-mail: info@jcopy.or.jp) の許諾を得てください。

- 本書をスキャン・デジタルデータ化するなどの複製を無許諾で行う行為は、著作権法上での限られた例外 (「私的使用のための複製」など) を除き著作権法違反となります。なお、大学・病院・企業などにおいて、内部的に業務上使用する目的で上記の行為を行うことは、私的使用には該当せず違法です。また私的使用のためであっても、代行業者等の第三者に依頼して使用する本人以外の者が上記の行為を行うことは違法です。