講話

幼児の健康保育（一〇）

お茶の水女子大学助教授
愛育研究所員　平井信義

一〇　身體検査と測定

今回は、幼稚園或いは保育所で行われる身体検査とからだの測定について、先生方に知つておいて頂きたいことを、お話ししたいと思います。

（一）

なぜ身体検査を行うのでしようか、ときいたら、そんな馬鹿げた質問をして、と怒る方があるかも知れません。しかし、こう改まつてたずねられると、案外どぎまぎしてしまう方も多いでしよう。わかり切つた様なことでありながら、いざはつきり言い表わそうとすると、なかなか難しいことが、世の中には多いものです。

身体検査を何故するのか？　これを今更先生方にくどくどお話ししようとは思いません。私の考えているのは、この意味を子供たちに理解させたい、ということなのです。子供に之を講釈しても無駄でありますから、子供のこゝろに響く方法で、知らず知らずの中に子供のこゝろの中に沁み込ませたいものであります。それには先生方がよく、身体検査の意味をのみ込んで居られて、同時にそれをはつきりいゝ表わせる様な具体的な形で、理解して居られることが願わしいのであります。以前にも申した如く、医者というものは、病気にかゝつたときに診て貰うもの、体というものは病気のときに見せるもの、――こう思つている人達が多い現状ですが、こんな気持を先生方がもつていたのでは、子供たちに身体検査の意味を活々と教えることは出来ないでしよう。子供のときから、自分自分のからだについて様子をよくみてもらう、という気持を養つておきたいものであります。そうすれば日本は、もつともつと健康な国となることが出来ることでしよう。

そうした点で今の家庭の多くは、逆な教育をしていると言えましよう。医者をおどしの材料に使つているのであります。泣いたり言うことをきかなかつたりすると、お医者様ですよ、お注射ですよ、とおどすのですから困ります。ですから子供は医者を悪魔や猛獣の様に思うのであります。けしからぬ話というより他はありません。医者というのは病気という悪魔を追い出す介助者であります。子供がいたずらをしたつて、決して注射などするものではありませんし、却つていたずらをしている元気な子供の姿こそ、私共医者は喜んでいる程であります。私共理想に燃えている医者は、いつも子供が健康で充分な活動が出来る様にと、そのコントロールをすること、即ち人間を機械にたとえれば、油が切れてはいまいか、歯車がすりへつている様なことはないか、……などと機械がこわれる前に手入をする、という様な仕事をしたいのです。これは或る意味では病気を癒すことより、もつともつと難しい仕事であり、而も目立たない地味な仕事なのであります。

ところが、世間には無闇と注射をしてお金を儲けようとする医者があるのは困つたことであります。日本の医者ほど注射をするものはないと云われています。熱が出てもお腹をこわしても注射々々と針をとがらせていますが、ほんとに困つたことです。子供たちにとつて注射は脅威です。日本の子供たちは、医者とは注射をするものと、思い込んでいるのです。ですからやたらに医者を恐れます、何にもしない内から、注射をされはしまいかとじたばた逃げようとするのです。

子供たちと仲よしの医者でありたい、子供たちをいつも健康に導く医者でありたい、――こう願つている医者の願いを、どうか幼稚園・保育所の先生方の手でかなえて頂きたい。即ち、子供たちと共に、自分々々のからだの様子をはつきり知るために身体検査があることを、子供たちと共に考える努力をしていたゞきたいものであります。

之が非常に大きな健康保育となるのであります。

身体検査の当面の意味は、子供の成長発達について知ることであります。個々の子供にとつても、健かに大きくなつていくことは、大きな喜びでありましよう。先生方にとつても、両親にとつても本当にうれしいことでありましよう。発育発達については詳しく後述しますが、子供たちは一日として休むことなく成長していくものであります。人生という山を考えてみますと、青年期までは登りであり、壮年期は山の頂き、老年期は下り坂でありますが、幼児期は登り坂でも相当急な登り坂であります。昨年と身長も体重も同じだつたとしますと、私共の様に青年期を超えた者にとつては当り前のこと、或いは先生方の中で太つた方などは、去年より痩せる様なことがあればそれこそ感激の声をあげるでしようが、幼児にとつては誠に必配なことであります。そして直ちに、何故にそうなのか、原因をしらべなくてはならないのです。

個人々々の子供の発育発達の他に、同じ組の、同じ年齢の子供の発育発達を見ることは大変に意義の深いことでありま

す。之を一番大きな立場、即ち日本全体の幼児の発育状況という点から見ますと、戦争になつてから次第に悪化して、昭和二十・二十一年頃が最もいけなかつた、それが最近再びよくなつて来て、戦争前に復旧して来ている——という様に、子供たち全体について眼を透すための大切な役目であることを忘れない様にしていたゞきたい。幼稚園では、学年の初めに、その幼稚園の分をとりまとめて文部省に提出することになつています。文部省ではそれらを集計して、日本全体の幼児の発育状況を示すことになつています。これによつて、幼児の健康に対する政治的な具体策が出て来るわけであります。

(二)

身体検査において行われる項目は何かと申しますと、

(一) 身長・体重・胸囲・坐高、と文部省で定められていることの他に、頭囲・胸の前後経・腹囲・左上腕囲・皮厚などの測定があります。

(二) 栄養・せき柱・胸廓・皮ふ、などの他に生殖器などの状態を見ます。

(三) 目・耳・鼻・などの検査。

(四) 歯の検査。

(五) ツベルクリン反応。

(六) その他の異常。

などであります。

この中身長から申しましよう。

身長は毎月期一回測定するのがよいでしよう。毎月測る必要は先ずありません、というわけは毎月測つても、その意味づけに大したものがないからであります。然し身長は測る際誤差が出来易いので年に三回測つてあとからグラフを作つてみますと、二学期に非常に少い、V型のグラフが出来たりしますので、体重を月々測るとすれば、ついでに測つておいた方が、正しい成績が出ると思います。

測定に当つては、よく身長計を調べる必要があります。頭にのせる台がよくふらふらしていたり、曲つていますから注意しておきましよう。

先ず靴下・靴などをぬいで、即ち裸足になつて踏台の上に立たせます。手は掌を内にして、軽く太もゝにつけて楽なかつこうで垂れる様に導きます。肢をよく伸ばしているかどうか、足先が三〇～四〇度ひらき、踵が両足よくついて、而も柱と踏台の角によく当つているか、を素早く見ます。お尻とか、背中も、きちんと柱についているかどうか、見ることも忘れてはなりません。顎を充分に引かせて、頭が正しく向いているか、頭にのせる台が丁度頭の中央に当つているか、もよくみます。

測定者が手を下す要領は、踵を揃えさせ、肩を下げさせ手をのばさせ、お腹をひつこまさせ、顎を引かせ、そして頭にのせる台を引下せばよいのであります。これを一ト息にやればよいのであります。そして横から見、前から見て正位置であれば、頭の台が示している目盛を読みます。

子供はなかなかじつとしていません。殊に三歳児などは、すぐに倦きて膝を曲げたり、手をあげたり、頭をそらせたりしますから。素早く事を運ぶことが要領であります。

次に体重測定でありますが、之は子供を裸かにして体重計にのせればよいのです。但し注意しなければならないことは、体重計が正しいかどうかの検定であります、実際に私共が経験することは、体重計がなかなか一定の値を示さないというより正確でない秤りが多いということであります。これでは切角の数字を出す意味が、非常に減少してしまいます。もう一つの注意は、体重計の中央に立たせること、これは多勢の子供を扱つていますと、つい眼の行届かぬまゝに、端にのつて測つてもらつている子供がいるからであります。

体重は最も健康状態のバロメーターになりますから、毎月測定するのが望ましいことであります。その際、測定の時刻を一定にしておくこと、勿論食事前後を避けなければなりません。

次に胸囲の測定を正しく行う方法について申しましょう。

先ず子供の背を見て、巻尺が左右の肩胛骨の下のへりに当る様にわたし、それから子供の胸の高さに目がいく様にしやがんで、巻尺がお乳の真上を通る様にします。廻し終えたら一度ゆつくりと息をすわせ、息を吐き終つた頃を見計つて目盛を読めばよいのです。巻尺はゆるんだり、強く締めすぎてはならぬことは、言うまでもありませんが、大勢の子供を測定していますと、ついゆるんでいたまゝ測つていることがありますから、充分注意をしていて欲しいと思います。

坐高を測るには坐高計を用います。即ち柱を背にして腰掛台に坐り、正しい姿勢をとつたまゝ、身長と同様に頭にのせる台を引下してくればよいのです。坐高計をもつていないところが多く、従つて測定しない幼稚園・保育所が多いでしょう。坐高を測るのは何の爲かと申しますと、之は身長に次ぐ長育の基準であつて、体質とか栄養指数を構成する尺度となります。ピルケーという人は、体重の十倍の立方根と坐高とが等しいということを発見しまして、骨格の発育にふさわしい筋肉・脂肪・その他の器官の発育であるかどうか——之を知る方法として、次の様な、式を考え出しました。之を栄養状態の判定に用い、ピルケー氏指数と呼んでいます。更にピルケー氏は、腸管の長さは大凡坐高の一〇倍、その巾は坐高の一〇分の一、腸管の面積は坐高の二乗であること、つまり坐高の大きいことは、腸管の内腔面積の大きいことを言い出しました。

$$P = \frac{\sqrt[3]{10.\ G(G)}}{S\ (cm)}$$

P ＝ ベリヂン
G ＝ 体　重
S ＝ 坐　高

坐高については従来幼稚園・保育所などでは殆ど顧みられていませんでしたので、一応申し述べましたが、特に重要とは思えませんし、これからの講話に於て触れることがないと思いましたので、こゝに少し詳しくお話した次第です。

以上の測定に際し、特に月々の体重の測定に際しては、前に測つた値と比較して、「五郎ちやんは増したわね」「三津江ちやんは同じね、どはん沢山たべた？」「一郎ちやんは減つたではないの、あれが好きこれが嫌いつて言つたのではない？」などと、子供に知らせる様にしたいと思います。或いは先生方がよくなさつている様に表又はグラフに作つて、それで示すこともよいでしよう。体重の増減については、両親は非常に注意を拂うものでありますから、増さないもの、減つたものについては、両親と共に、子供の生活・栄養・病気などについて検討したいと思います。

即ち病気によつて健康を害したときは、身体の生活機能は衰えますし、殊に消化器の病気をした時は、水分の脱出と共に消化吸收も妨げられますから、体重の減少は著しく起ります。又、結核・寄生虫など著しい症状を表わさない病気のときに、唯一つの症状として、相当食べているのだが痩せる、ということがありますから、レントゲンを撮つたり、検便をしたりして、よく診てもらうことが大切であります。

第二に栄養の取り方が不足したり、均衡がとれないとき、即ち食慾不振・むら食・偏食であつたりするときには、体重は思わしく増していきません。

近頃、幼稚園の子供の母親に「食慾がない」「むら食で困る」「偏食で困る」という訴えを持つた者が非常に多く、私が幼稚園の先生方に調べていたゞいたところでは、約三分の一に及んでいますので、之は非常に困つたことだ、と思つています。その可成多くの原因が、不規則な間食に負つている様で、こゝ一・二年急にいろいろな菓子類が出て、子供を甘やかす材料になつているのは、何とかして是正しなければならぬことであると思います。第三に疲労でありますが、幼稚園・保育所でもよく遊ぶ、帰つてから年上の兄さんたちに引張り廻されて体力以上に遊び、夕飯は食べるか、食べぬうちに睡つてしまう、という様な子供もありますので、その様なことが続くと次第に疲労が重なり、体重の増し方も悪くなるのであります。

月々の体重測定は、この様なよい指導標となりますから、是非どこの幼稚園・保育所でも試みていたゞきたいことであります。

（以下次號）

（二七頁より）

七、さようなら

ゆうがたです。しずかなゆうがたです。
八にんの　こどもが　あそぶのを　やめてたちあがりました。
日本の　こどもが　いゝました。「さようなら」
アメリカト　イギリスの　こどもがいゝました。「グット　バイ」
ちゆうごくの　こどもがいゝました。「ツァイチエン」
ロシアの　こどもが　いゝました。「ドスビダーシヤー」
フランスの　こどもが　いゝました。「アデユウ」
ドイツの　こどもが　いゝました。「アウフ　ウイダーゼーン」
イタリーの　こどもが　いゝました。「アリベベルチ」
そうして　みんな　おてゝを　ふりく　わかれていきました