

幼 兒 の 健 康 保 育 (九)

お茶の水女子大學助教
愛育 研究所 員 平 井 信 義

七 予 防 注 射 (つゞき)

今回は引續き、百日咳・ジフテリア・はしかの豫防についてお話ししよう。

先づ百日咳であります。百日咳菌ワクチンが用いられます。二週間隔で三回注射しますから、始めてから約一と月かかるわけです。三、四年前に市販されていた液は殆ど無効に近しいものが多かつたけれど、近頃のものには相當良好な効果が認められていますから、必ず注射をうけておくべきです。豫防接種法——御存じない方のために一言しておきますが、病氣の予防のために効果があると認められた注射を強制的に行う法律で、従来は種痘だけでしたが、ジフテリア、百日咳、腸チフス、パラチフスなどが含められました。市町村長がその施行機關です。昭和廿三年に法律として定められたものです——この法律では百日咳は第一回を生後三〜六ヶ月に、第

二回は、第一回注射を完了してから一〜一・五年ということになつています。之はこの注射の効力が大體一年であるためです。一月に一回は必ず注射を受けるのがよいでしょう。アメリカでは一と月一回、即ち毎日追加免疫を行う様に指導しているところがありますが、よい方法だと思えます。健康診断に病院を訪れる度にしてもらえばよいわけです。

近頃のワクチンはアメリカのワクチンに似て、相當副作用が強い。即ち注射した晩は熱が三十八度位に上り、或いは注射をした場處が赤く脹れて相當強く痛がる場合があります。その反應は個人的に可成差が著しく、全然反應のない子供もあります。反應があるからといつて、豫防注射を中止するのは誠におろかです。一日二日の熱は、あの恐ろしい百日咳の咳に較べれば問題とならない筈です。何はともあれ、必ず受けましょう。

流行してから注射をうける、という考えが間違つてゐるとは既に述べました。注射を終えてから約二た月して初めて

有効な免疫が出来るからです。流行しない前に終えて置く、流行しても大威張りでいたいものです。然し完全に予防出来るわけではないから注射があるからといって、病人に近づくことはいけません。

ジフテリアの豫防注射は、豫防接種法では生後六ヶ月十二月、小學校入學前六ヶ月以内、小學校卒業前六ヶ月以内の三回に亘り、定期的に行うことになっています。百日咳と同様、二週三週間隔で三回行いますから、百日咳と同時に打つても差支えないわけです。アメリカの注射液の様に、百日咳・ジフテリア・破傷風の三豫防液が一緒に入っている様なものがあれば、子供に二度の痛い思いをさせずに済みますから助かります。早く作られて欲しいと思います。

この副作用は極めて軽度です。注射をした場處が多少はれて赤くなり、軽い熱が出るがありますが、殆ど心配はありません。本来ならばジフテリア反応というのを豫め行い、陽性ものに豫防注射を行う——ツベルクリン反応と反射——のですか、七・八歳までの子供は統計からみて多くは反応が陽性なので、反應をみないで一齊に注射してしまつてもかまいません。

この注射の効力も、三回目の注射を終えてから四〜五週間最高に達しますから、隣の子供がジフテリアになつた、といつてからでは間に合わないのです。百日咳と同様、流行する前——ジフテリアは十二月頃から流行し始めますからその二た月前、即ち九月頃になさるのが最もよいと思います。

有効期間は四年以上と云われていますから、豫防接種法に定められてある通りに子供の時三回注射をうければよいでしょう。

はしかの豫防はなかなかむづかしい。普通は血清又は血液を用います。血液は注射した場處が非常にいたむから、急がないときには血清にして注射をしてもらえばよいのです。血清は母親でも父親でも若い者なら誰でも結構、50ccを注射器で採つて——50ccといつても月経時の總血重と同様です。

——それに操作を加えて一晝夜おくと、血球は一つの塊になつて沈み、血清のみが残るから、それをお尻の筋肉内に入れるのです。

この注射は、はしかに未感染のときは勿論、感染後に於ても潜伏期の早期に行えばよいのです。この點ジフテリア・百日咳の豫防液とは性質がちがいます。即ち隣の子供がはしからしい、とかかつてからで間に合います。但し潜伏期の五、六日以内に行うことが大切で、それ以後ですと相當大量用いても豫防出来ません。潜伏期は覚えていますか？ 約十日〜十三日です。一緒に遊んでいるとなりの子供がはしかにかつた、ということがわかつたら、その發病の第一日を、うちの子が感染してから四日目（潜伏第四日）と見なせばよいでしょう。即ちすぐに注射を行う必要があるのです。

この免疫は然し、せいぜい二ヶ月しか続きません。この點も百日咳・ジフテリアと性質がちがいます。即ち第一回目に豫防出来ても、又二三月後にその地區へ流行が來たら、再

び注射を行わなくてはなりません。一と冬に三回も注射をすることがあります。

血液の型は、輸血でないから考慮する必要はありません。何型でもかまわないことを附言しておきましょう。

この副作用は殆どありません。注射した場處が多少痛む程度です。之は濕布をすれば早く散ります。その他には全く心配ありません。

その他はしかの瘧りかけの子供の血液をもらつて注射する方法もあつて大變有効ですが、未だ他人に血液を分けてあげようという心のお母さんは殆んどない有様で、實行されていません。僅か五・〇ccでよいのですが。……………

之ら豫防注射は、これをうけているものと受けていないものと非常に大きな差が表れています。即ちうけている者は殆どかゝらないか、かゝつても輕くてすむのです。ところが受けていない子供はひどくやられます。一卵性の双生児で偶然に片方に注射をしておかなかつたら、その子が相當重いジフテリアにかゝり、他児はのどが赤くなつた程度ですぎてしまつたことがあります。一日も早く全部の子供にゆきわたる様に希望して止みません。

幼稚園・保育所の先生方が、子供のためを思つて、わざわざお醫者に頼んで注射を受けさせておられるところがあります。本當に熱意あることゝ思います。ところがそれにいろいろと文句をいうお母さんがありますが、どうぞそれらを氣にしないで實行していただきたいと願います。將來、保健所が

充實すれば、先生方のそうした御心配は消滅し、どの子供も全部保健所の指圖に従つて注射を受けなければならぬ、——もし厭だというお母さんがあれば、法律で罰せられるのです。法律で罰する、などとおどし文句を使わねばならないとすれば、文化國家などとは言えないと思います。お母さんが保健所へ催促する位になつて欲しいのですが、——兎に角、保健所で之らをやつてくれれば、どんなにか幼稚園・保育所の先生方の心勞は省けることでしょう、それまでは然し、どうぞ頑張つていただきたいと願います。

八 健康保育の一日

朝の幼稚園・保育所が、子供を迎える準備を充分に整えておく可きことは、保育にとつて重要なことは勿論、健康保育にとつても極めて大切なことであります。その健康保育にとつては特に二つの意義を認めなくてはなりません。一つは清潔な雰圍氣、一つは精神衛生の在り場であります。

朝早く子供たちが飛ぶ様にしてやつて來ても、幼稚園や保育所の戸口がまだしまつてゐる、或いは子供を迎える先生が誰もいない、——室の中には玩具もクレオンも何も取揃えてない、それどころか前日の塵が積つてゐる、後片附もされてない、室はむんむんと埃くさい——こんなことがあるとすれば子供を心身共に毒する、といつても過言ではないでしょう。幼稚園へいく、といふことは子供にとつては精一杯の期

待なのであります。元氣よく家を出て、子供は決してゆつくり歩いてなどはいきません。道草さえ喰わなければ子供たちは耻け足であります。待ち設けてある子供の世界へとまつしぐらであります。それに應えて幼稚園での世界が子供たちを待つていて欲しいのです。にこにこ迎えてくれる先生、昨日も一日友であつた積木、そして清潔な清々しい室・机・椅子——みんな子供たちのこころの中に、無形の夢を養つてくれるものでありましよう。この夢がやがては理想となり、よい生活・健康な生活への希望となるものであります。夢を養う様な雰圍氣、——これが最も大切な幼稚園生活だと私は思つています。敷をおぼえることよりも、清潔のテクニツクを知ることよりも、もつともつと大切なことであります。

やがて朝の視診が始まります。朝の視診が健康保育の具體的な事項の中、最も大切であることは既に言葉を盡しました。

手洗い・口すゝぎなど健康教育の行事が一つ一つ繰りひろげられていきます。子供たちは一人一人順序を守りながら、自分からすゝんで手を洗い、口をすゝいでいます。要領よく早く片付けるもの、いつまでもかゝつてゆつくり構えているもの、いろいろな子供、——然しどの子もこの様な行事を楽しんでゐるのです。

健康保育に、日光と空氣が大切であることも繰返し申述べました。戶外保育を充分取入れた案、而も臨機應變に日光や空氣を利用するという心構え、——之らは本當に先生方の心

構え一つで出来るもので、子供たちの健康、不健康の岐れ道となるとさえ思われます。

やがてお辨當、——このお辨當については後述いたします。給食などについてもその際に考えてみましょう。

幼稚園では一〇二時頃に「お歸り」となります。「お歸りの歌」——これも又、子供たちは實に元氣よく歌います。お母さんの懷ろを想つているのでしよう、或いはおやつを考えているのかも知れません。引込思案の子供も實に大聲で歌います。「先生さようなら」この響きがそこに湧き起つて、しばらくあとには幼稚園は森閑となります。

然し先生方のお仕事はこれからです。今日の整理が残つてゐるのです。それと同時に明日のための準備が既に始まるのです。床や机を清掃して、疲れたからだを椅子にもたせてから、先生方には仕事があるのです。再び今日一日の子供について一人一人顔を思い浮べ、その子供たちの行動を考へてみるのです。元氣がありすぎて喧嘩をした正夫ちゃん、一昨日あたりからおあそびに進んで入らない佳子ちゃん、それぞれの問題について、先生自身の側と、子供の側とから考え合せてみましょう。その際にどんな問題であつても一應、子供の健康について充分考へていたゞきたいと思ひます。どうも健康に問題があると思はれる子供には、早速母親への連絡の手紙を書く用意を始めましょう。或いは先生の歸り道に當るならば寄つていくことに致しましょう。

缺席した子供についても、電話をかけて様子をきくなり、

暇を見付けて寄つて見舞つてやることも忘れないでしましう。先生に見舞つて貰うことは、お醫者の薬よりもつとよい薬になることがありますから。

この他に、健康教育の積極的なプランを立てることも大切です。近頃、英夫ちゃんはどうもお手を洗いたがらない、たかしちゃんはおちんちんをいぢつてゐる。之れらを正しく導くにはどういう方法がよいだろうか、……いろいろな書類の整理もしなければならぬ忙しい中にも、園長先生や同僚の先生方と、その方法についてあれこれ語り合うこともしたいと思ひます。

冬の日は暮れ易い、そうこうしてゐる中にもうあたりは眞暗で、貧しい炭火ではしんしんと手足が冷えることでしょう。先生方の中には、それからお稽古にいかれる方もありましょう、家庭の仕事を手傳う方も澤山ありましょう、又、自分の身のまわりは自分で繕ひをしなければならぬでしょう。疲れたからだを床の中に横たえてからも、夢にも、いつも清潔の悪いみどりちゃんの姿が浮んで來ることもあるでしょう。先生方、本當にご苦勞さんです。子供たちを育てる仕事は、蔭の仕事です。縁の下の力持ちです。責任を感じれば感ずる程、重い縁であります。一日の健康保育を考へるときに、いつも先生方の御苦勞を思ひます。どうぞ自分の健康にも充分注意なさる様にと祈ります。

九 健康保育と疲勞について

子供たちにも先生方にとつても、幼稚園・保育所の生活が重荷となつて、疲勞を感じさせるものであつては困ります。どうもうちの子は疲れ易い、こういう訴えをするお母さんがあります。先生方自身の中にも疲れて困る、という方があります。一寸みると頑丈そうよく太つていて——こんなことを云うと怒る方があるかも知れませんが——それで非常に疲れ易い方があり、瘦せていても——之は私自身の例ですが——いくら頑張つても疲れなれないという者もあります。

一體疲勞とはどんなものなのでしょう。私共日常生活に云いならわされた現象であり、よく自分に経験してゐることでありますが、これをはつきり言い表わそうとすると、なかなか困難であります。ですから定義も「或る程度以上の肉體的又は精神的作業の結果として、その作業又は他の作業の能率が低下する現象」という漠然としたものなのです。づいづいいろいろな研究が行われてゐます。づい分澤山の學者がこの問題を解明しようと努力してゐます。血液のいろいろな成分を見る方法もあります。尿をしらべる方法、感覺即ち視覺とか味覺についてしらべる方法、精神機能即ち反應時間や注意力をしらべたり、加算をさせる方法、循環系統や呼吸器系統神経系統の検査もあります。けれどどの一つをとつてみてもはつきり之が疲勞の本態だ、といえるものがないのです。

しかも同じ様な條件についてみても個人個人によつて非常に異つた表れ方をし、その程度もまちまちです。その理由としては、その人のからだの弱點がどこにあるか、ということ

は勿論、その人が従事している仕事にどの程度の興味を持つているか、どの程度慣れているか、……その他、一般生活に、實に無数の刺戟をうけていること。之らの刺戟の成るものは、日常生活の上で、絶えず我々の精神を緊張させますしからだも必要以上に働かせるものであります。

しかし問題は之らの小さな刺戟以上に、煩悶・不安・恐怖といった中樞の中を駆けめぐる刺戟であります。この様な大きな刺戟のある生活環境の中に生活している者は、本當に不幸といわなければなりません。

更に、之らの刺戟をうけ入れる個人の側に、これらをうまく處理する能力があるかどうか、によつて疲労も非常に異つて來ます。煩悶が起きてもそれを早く解決する様な方法を持つということ、不安や恐怖についても同様であります。——こう申上げると、結局、この世の中の見方・感じ方・考え方即ち人間の在り方の問題になつて來ると思ひます。

之らについては子供の精神衛生の項で再びお話ししたいと思ひますが、子供の精神衛生は、その大部分が子供を取巻いている環境の精神衛生である、ということだと思ひます。疲労からいさゝか話が脱線した感がありますが、疲労もからだだけの問題とか、その人個人のこゝろだけの問題とかに限られていることではなく、その人を取巻いている環境の問題と共にそれに對處する仕方の問題という極めて廣範圍のものになつて來るのであります。

くどく申し述べましたが、疲労を強く感じる先生方に、御

自身のからだの問題と共に、いつも、いつも御自身のことゝろに影響を與えている出來ごとを考え、それに對處する仕方を研究なさると共に、それが子供たちにもどう影響を持つていつてるかを考えていたゞきたいと思ひます。

疲れ易い子供についても、その子供のからだだけの問題としないで、その子供について、幼稚園・保育所の中でも刺戟の受け方・對し方、又家に歸つてからの家庭環境がどうかというこれまで及んで、いろいろと考えていかねばならぬことを、強く申上げたかつたのであります。

すぐ寢そべりたがる子供、戸外保育のあとなど泣虫になる子供、積極的に保育に入らない子供、——目の輝きのない子供、目のふちの黒い子供、活動に張りの少い子供、——注意と同情の目を持つて、そうした子供が一日も早く、悪い状態から抜けることか出来る様に、子供を支持してやりたいものであります。

次回は身體検査についてお話する豫定です。

