

幼 兒 の 健 康 保 育 (七)

お茶の水女子大學助教
愛育 研究所員

平 井 信 義

今日は講座に入る前に、教育使節團の御一人 Lewis 先生から、健康保育について伺つたお話を御紹介したいと思ひます。アメリカの幼稚園でも、健康保育の中心は傳染病の豫防にあること、それには「朝の視診」が重要であることを、先生の御口から伺うことが出来たのは、私にとつて大きなはげみとなりました。

向うの幼稚園では、醫者とか看護婦の連絡が大變密接に行われていることは、私共にとつて羨ましい制度ですが、そうかといつて幼稚園の先生方が「朝の視診」を短い時間で要領よく實施することは怠つていないそうです。「子供一人一人がおはようを言いに来る時に」と Lewis 先生は仰しやいます。「すばやく目とか、手とか、視診に大切な項目について觀察するのです」或いは「保育室の戸口に椅子をおいて、室に入る前の子供について、視診をする」或いは「室に入つてそれぞれの遊びをしている子供たちの處を、先生はぐるぐる廻つてみて、異常を認めたらば、ジョー！ こつちへい

らつしやい！ と別の室に呼んだりする」——「こうしたらそれだけの方法は、その時々どんな傳染病が流行しているかによつて決めるのです」と先生は答えて下さいました。

私が視診の項で、くどい程にお話した視診、ゲゼル博士の論文まで引用してお願ひした視診、そして今日は又 Lewis 先生の御言葉を拜借してもう一度お願いする視診、——どうぞ視診については、先生方で御研究下さつて、必ず實行にうつしていただきたいと思ひます。

六 衛生上の基本的習節について

衛生上の基本的習節は、食事でいへば、こぼさずに獨りで食べる様になる「自立」をはじめとして、偏食の豫防とか、間食の問題があります。睡眠では、どの位ねかせたらよいかという時間の問題を中心に、お糞寝・寝付きなど。排泄の習慣には、おしっこやお通じの自立と夜中のおしっこなど。その他、清潔とか着衣の習慣が問題となりますしやう。

心のしつけと同じように、體のしつけをしておくことは、健康な生活を営むために、何より大切なことです。汽車にたとえれば、しつけはレールです。子供という汽關車に、榮養という石炭をたいてやりさえすれば、汽車はなんなく走つていくことでしよう。レールが正しくひけてなければ脱線です病氣です。

こうして躰けが出来ると、生活にもリズムが出て來ますしいろいろな面でむだが省けます。幼稚園・保育所でよい衛生の習慣を身につけて、家に歸つてからもそれが實行されるとすれば、子供にとつて幸福であるばかりでなく、子供を中心として一家の衛生が改善されて來るにちがひありません。幼稚園・保育所に於ける健康教育も、子供を通じて家庭全體に及ぶ様になれば、成功です。しめたものです。それが又今日の日本では大いに要求されているところなのです。子供が手洗いをおぼえて來た、いまでは手洗をすることさえ考えていなかつたお父さんも、おばあさんも、食前、外出から歸つた時に、決つて手洗をする様になつた、家中手洗をする様になつた——小さなことの様ですが、夏の赤痢、疫痢はどんなに防げることでしよう。我が國に多い赤痢・疫痢を、幼稚園保育所の先生方の教育で防ぐ——何と愉快なことではありませんか、何と重要な使命ではありませんか。

(イ) 齒みがき

齒磨きはお辨當の後で練習させることは、可成多くの幼稚

園・保育所でなさつてゐることです。三才兒で、家庭でまだブラシを使つたことのない子供でも、四―五日練習させますと非常に上達します。四才近くなれば無論どんな子供でも出來ます。

ブラツシユは固すぎず軟かすぎず、柄の程よくそつたものなどよいものを齒醫者さんに推薦していただきましよう。そして時々新しいものに替えてやるのが大切で、或る子供は非常に興味を持ち、他の子供が遊んでゐるのを見ながら、いつまでもごしごしこすつてゐる齒は、本當に可愛いものです。注意して横にこすることゝ同時に、縦に磨くことも指導します。之はなかなか難しいことですが。……虫齒の豫防は後述いたします。

(ロ) 洗 顔

洗顔は、夏戸外で泥と汗によごれたときとか、顔を洗わないで幼稚園保育所へやつて來たとかにさせる様にします(顔を洗わないで來た子供の數を調べるのもよいことでしょう)。

きたない手で洗つては何にもなりませんから、まづ手をよく洗います。眼は閉ぢたまゝ、左右に軽くこする様に言ひましよう。耳の後や、首のよごれは手拭をよくしぼつてふきとります。鼻をかむことも教へたいものであります。

こうした技術を教へるばかりでなく、いつも顔をきれいにしていることが、どんなに氣持のよいことか——顔をふいた後もう一度先生がふいてやつて、「ほらこんなにきれいな

りましたよ、いゝ氣持でしょう」と話しかけて御覽なさい。そして「お友達も先生も、きれいにしたお顔の子が好きよ」と相手に對しても好感を持つ様身だしなみを作ることをご知らせましょう。

顔を不潔にしていますと、いろいろの病氣にかゝります。ふき出もの・白癬・濕疹・その他目・鼻・耳の病氣など。顔の様々な部分でばい菌の検査をした研究があります。ひたいでもあごでも首でも、葡萄狀球菌や連鎖狀球菌が可成多い率で檢出されています。

(八) 手 洗 い

洗顔の前、食事の前、ねる前、用便のあと、外出から歸つたとき、運動や作業のあと——これらの時には必ず實行させることを習慣にしたいものです。子供の手は非常によごれ易いから、石鹼は必ず具えておきましょう。

子供たちは手洗いが非常に好きです。教えられると、いつまでも水を流し石鹼をつけて手洗いを楽しんでゐる子供もいる位です。そうしたときに、よく手洗いのこつを教えてやりましょう。萬遍なく洗い流す様に指導するのですが、先づ手の平を交互にこすり、次に手背を手の平で交互にこすり、指の又や爪の先にも注意して、きれいにしましょう。

洗い終つたらば、吊してある乾いた手拭でふき取るのですが、その手拭がきたなくては元の本阿彌です。却つて汚物を手にこすりつける様なこともある位です。いつもきれいにし

ておきたい——子供はきたない手でふくこともあつて手拭が直ぐよごれてしまひますが、家庭に連絡して、二つ位は用意させて、交互に洗いに出す様にしましょう。

手先はからだの中で、いろいろの物にふれる機會が極めて多く、したがつて非常によごれ易い。手先のばい菌を檢出した研究は澤山あり、又電車や自動車の吊革から、しばしばばい菌が見付かっています。爪のあかはばい菌の巢の様なものですし、顯微鏡でみると寄生虫卵がうぢやうぢやしてあります。つまり、手の不潔は、傳染病・寄生虫・化膿性の病氣の仲人役をつとめます。

手の清潔をおろそかにして、やれ下痢をしたゞの、蛔虫がわいて困るだの、おできの出來やすいたちだのというのは、誠に笑止といわねばなりません。

爪をきれいに切つておくことは當然です。爪については前回申し述べた様に、ぢきに伸び易く、家庭でも一寸油斷してゐると鬼の爪の様になつてゐると申しました。爪は子供自身で切るのにはなか／＼むづかしいことです。深爪の危険もありますから、親に注意をするとか先生が切つてやる方が安全でしょう。然し、爪切りで上手に切る子供がいますから、やらせてみる様に指導したいものです。

(三) う が い

外から歸つたときは必ずうがいをさせましょう。齒を磨いたときとか、顔を洗うときにするのは當然です。がら／＼の

他に口すゝぎ即ちぶく／＼も練習をさせます。

がら／＼もぶく／＼もなか／＼もむづかしい藝當ですが、四才になれば大低出来る様になります。三才にならぬうちに器用に出来る子供もありました。はじめは水をのみこんでしまつたりしますので薬液でなく、番茶とかたゞの水で結構です。上手になつてから、硼酸水(二%)・重曹水(二%)・過酸化水素水(三／五%)の様な薬液を用います。

之らはのどや口のばい菌を洗い流すのに重要な役割をもつています。人混みには様々なばい菌がいますから、その様な場所を通つたあとには、それらがのどにつくことがしばしばです。例えばジフテリア・猩紅熱・結核菌・腦脊髄炎菌などその他口内炎や扁桃腺炎を起させるばい菌のことも考えなくてはなりません。

(木) 鼻 汁

いつも鼻汁を出している子供が、かなり多いものです。とに、秋から冬にかけて風邪がはやり出しますと、ます／＼ふえて來ます。袖口でふくもの、絶えずすゝつてゐるもの、鼻のまわりに黒くこびりついてゐるもの、青い鼻が入口から出たり引込んだりしてゐるもの——こんな子供がいない様に、早くから鼻をていねいにかむ方法を教え、いつもポケットには鼻紙をいれる様に、家庭を連絡したいものです。

片方の鼻をおさえ、一方づつ静かにかむことを教えますし、もう一方一時にかむことや、強くかむことは、鼓膜をいため

ることになります。

用を足した紙の始末について教えることは、公衆道德・公衆衛生の教育ともなります。決してあたりへ散らしたり捨てずに、ポケットに入れておくなり、屑箱に投げましょう。

鼻をかむことも四才になれば大低一人で出来るものです。その前でも、二才半頃から、下手は下手なりにやらせてみることを忘れてはなりません。

(へ) 排泄の習慣

三才になれば、だいたい一人で便所へいけるようになります。その際パンツの脱ぎ、はきも、出来るだけ一人でする様に仕向けたいものです。「先生はかして」といつて持つて來ても「良ちゃん出来るでしょう」といつて、長いことかゝつてもよいから、自分でさせましょう。その際、面倒な仕組の衣服では子供に出来ません。その様な衣服であつたときは、家庭を指導しなくてはなりません。

便所から出たら手洗をすることは當然ですが、大便であつたときは先生にその性状を報告させることも考えたいと思ひます。「緑ちゃん、いゝうんこだつた」——緑ちゃんが首を縦にふつたらO・Kです。もし顔を曇らせたら「ゆるいうんこ? ぼん／＼いたくないの?」ときいてごらん下さい。母親には内緒にしておく子供でも、先生には正直にいうものです。誘導訊問しようとするといゝうんこだい」と威張られてしまふこともあります……。

小便の近い子供にはなかなか困ることがあります。お繪畫
きしていても、折紙していても、先生がときどき注意してい
ないと、おもしろしをしてみようからです。然しこれは一種の
體質と考えた方がよいから、先生も面倒がらずに注意をして
やりましょう。あとで頻尿症についてはもう一言する予定で
居ります。パンツの予備はどこの幼稚園、保育所でも必ず持
つておかせていると思います。

夜尿は幼稚園では問題がないが、保育所で子供を泊めて居
られるところには大問題であります、之も頻尿症と共に別
の項目で扱ふ予定です。

以上お話しした習慣を、本當の習慣にするためには、第一に
繰返し繰返し實行させるといふことです。子供たちは初めの
うちは興味がありますので云わなくてもしますが、なれて來
たり、遊びに無中だと、便所から出て手洗わぬ様になり
ます。手を洗わなくては氣がすまない、という様にする迄繰
返し繰返し實行させなくてはなりません。

その爲には先生が率先して、必ず忘れない様に。「正彦ち
んお手を洗うのでしたネ」と注意したら「先生だつて先つき
しなかつたじやないの」などと云われない様に注意したいも
のです。先生の唯一回の忘却も、いゝわけが成立ちません。
それよりもむづかしい問題は、家庭に於てどういふ風に實
行させるかです。幼稚園、保育所で先生が一心に習慣付けて
も、家庭へ歸れば手洗いもしない、顔も洗わない、という

始末では困ります。中にはお父さんが率先して庭先で用便し
しかも、手も洗わなかつたりしていますから、子供にどんな
教育が出来るでしょうか。

幼稚園・保育所の衛生教育が完全に行われるためには、そ
れが家庭にまで延長しなくては成果がないことは既に申しま
した。それをどうしてするか、なか／＼むづかしい問題です
P・T・Aの議題にしてもよいでしょう。母の講座で話しを
してもらつてもよいでしょう。或いはこんな提案はどうでし
ようか、手洗い表をつけさせるのですが、その際、子供だけ
でなく、お父さんお母さん、おぢいさん、おばあさん、みん
なの表を作つて渡したらどうでしょうか。

いつも申し上げる様に、教育は子供だけに向けられていて
も成功しません。子供を取巻いている環境から教育が行われ
なくてはならないのです。幼稚園保育所——子供——家庭、
……このつながりが大切なのです。このつながりが密接で
ないと、先生の前だけはしつけのよい子供が出來上つてしま
います。先生の前と家庭とで違つた行動を取る子供は望まし
くありません。

どんな場所でも正しく生活できる子供——こういう子供を
衛生上のしつけの上でも望みたいものです。(つゞく)