

養護教諭がみる子どものからだところ

一人ひとりを大切にする保健室をめざす

非常勤の伊澤亜紗養護教諭とともに保健室経営にあたっている。複数配置の利点を生かしながら、子ども一人ひとりをよく知り大切にすることを目標に、様々な取り組みを行っている。

1. 来室する子どもにしっかり向き合える保健室の環境を作る

子どもの来室理由に応えられる保健室であるためには、来室する子どもにしっかり向き合える保健室の環境を作る必要がある。

1) 保健指導「けがの手当て」の実施

本校に赴任した当初、手当てを求めて来室する子どものけがには軽傷なものも多く、中には転倒しただけで、すり傷や打撲の跡が全くない状態でも来室する子どもも多数いた。些細なけがでも来室する目的が「手当てを受けることで気持ちが落ち着くため」であれば構わない。だが「けがをしたから保健室に行かなくてはいけない」という思いこみや、「このけががだいじょうぶかどうか、保健の先生にみてもらわないとわからない」という態度が気になった。

子どもたちがけがの正しい手当てを知れば、来室の必要の有無がわかるようになるのではないかと思い、昨年9月の身体測定時に保健指導「けがの手当て」を実施した。すると、子どもたちはけがによっては保健室での手当てが必要ないものもあるとわかり、安心した様子だった。

2) 来室者が減少し、一人ひとりに向き合える保健室へ

保健指導の後、来室する子どものけがのほとんどが、手当てが必要なものとなった。そのため来室者は減少し、子どもと話をしながら手当てができるようになった。今までは廊下で待っていた付き添いの子どもも保健室に入れて、話ができるようになった。

指導後も変わらず些細なけがで来室する子どももいたが、それはけがを理由に保健室に来室したい子どもとしてとらえ、丁寧に対応するように心がけた。

2. 子ども一人ひとりのニーズにあう保健指導を実施する

子ども一人ひとりが抱える健康問題を解決できるよう、個人の実態に合った保健指導を個別に実施している。健康への意識を高めることができるのはもちろんだが、その子のからだを大切に思っているというメッセージを伝え、その子に安心感を与える場であるとも考えている。また、保健指導以外の話題にもなり、一人ひとりの子どもとの人間関係を深める場にもなっている。休憩時間に実施しているが、救急処置も同時に並行できる複数配置の利点を生かした取り組みの1つでもある。

1) ブラッシング指導

歯科検診の結果、歯垢・歯肉の状態が要観察または要治療の子どもを対象に、1日に数人ずつ行っている。本人と一緒に口腔を観察し、その子の歯並びや歯肉の状態に合う指導をしている。

2) 肥満傾向児への保健指導

身体測定の結果、肥満度20%（軽度肥満）以上の子どもを対象に、保護者と本人の希望制で行っている。個人の生活の様子に合った健康的な生活ができるよう支援している。

3. 子どもの話をよく聴く

からだの不調を訴えて来室する子どもには、問診とバイタルサインチェックその他観察を必ず行った上で、子どもの話をよく聴くように心がけている。特に心因が推測される身体症状を訴える子どもに対しては、こころの問題をからだの訴えを通して表現していると考え、丁寧に対応している。

1) ベッドでの休養をすすめる

立位より臥位の方がからだが目安なのは当然だが、柔らかい布団や毛布に包まれると、からだの緊張が解けてほっとする。座っていたいという子どもには、普通の椅子ではなく柔らかいソファに座ることをすすめ、ひざ掛けや毛布を掛ける。

2) からだに触れて、安心感を与える

問診だけでなく、必ずバイタルサインチェックを行う。からだの状態の把握だけでなく、子どもの手を取ったり、からだに触れることも目的としている。不調な部分には実際に触れて、手を当てるようにしている。

人は、自分のからだの苦痛な部分には自然と手が行くものである。胃が痛いときは腹部の上をさすったり、こめかみが痛いときはその部分に指を添えたりする。手を当てることで、何かで覆われ、包まれたような感じになり、痛みや不調な部分が守られ、苦痛が軽減するような気持ちになる。触れることは、このような安心感を与え、痛みや苦痛の共感にもつながると考えている。

3) ベッドサイドで、ソファの側で子どもの話を聴く

最初はこちらから質問をするが、そのうち子どもが自分からいろいろなことを話し始めることが多い。子どもの話したい気持ちを尊重し、遮らずに聴くようにつとめている。養護教諭の考えはあえて話さないことが多い。思いのまま話をさせることで、子どもが「自分のことをわかってもらった」と感じることをできると考えている。

4) 何気ない会話を大切にす

何気ない話をすることも多い。保健室では話したいことを他の子どもに遮られることもなく、自分本位で話ができる。家庭でのそういった機会が少なくなっているのかもしれない。養護教諭と何気ない会話ができる関係を大切にしたい。

4. 子どもへのからだのケアが、こころへのケアにもなっていることを自覚する

先にも述べたが、こころにしんどさを抱えている子どもの中には、からだに症状が出て、それを保健室で訴える子がいる。からだのしんどさを語ることで（本人は自覚していないが）こころの様子を語っている。養護教諭が子どものからだの問題にかかわることは、こころの問題にもかかわっていることになる。

養護教諭はからだの訴えに対しては、まずはからだへのケアで対応する。話を聴いて子どもが自分の気持ちを話し始めたり、何気ない会話がはずんだりするのはその後である。からだのケアがこころへのケアにもなっているこの対応は、からだとこころの関係が未分化な発達段階にある子どもに合っている。

養護教諭が行う子どもへのケアは、それがからだへの手当てであっても、それがこころにも影響していることを自覚して、日々対応したいものである。子どもは、養護教諭のケアを受けることでこころが安定し、「自分のことを大切にしてもらっている」という安心感を持つことができる。そのことが子どものこころの成長につながっていると考えている。