

4 6～7か月児健康診査の保健指導



(1) 特 性





- ・からだつきや運動機能に個人差が目立つようになる。
- ・寝返りができ、おすわりも上手になってくる。
- ・自分から手を伸ばしてつかむ。認知能力と運動機能の協応により周囲への積極的な働きかけが始まる。
- ・母親など特定の愛着対象者が定まってきて、その人との接触が最も安心感を保証するものとなる。
- ・歯が生え、離乳食も勧められる。
- ・母体からの免疫が減少し、感染症に罹りやすくなる。

(2) 保健指導のねらい

- ・昼夜の区別が明確になり、睡眠のリズムもとれてくる時期なので、生活リズムが整うよう支援する。
- ・子どもの反応が豊かになる時期であり、あやしたり、抱っこなどのスキンシップをとおし、親子の絆を深められるように支援する。
- ・離乳食の積極的な勧めと、よい食習慣ができるよう支援する。
- ・事故防止のための安全な環境づくり

(3) 保健指導の実際

特 性	観 察 事 項	保 健 指 導
I 発達・発育 1 身体発育 ○皮下脂肪の発達が著明な時で、カウプ指数も6～10か月までは高値を示す。 ○体重増加は1日10～15g ○身長伸びは1月1～2cm ○皮膚 ○視覚 眼球運動は成人とほとんど変わらない。	○身体発育状況 ○既往歴・家族歴の有無 ○皮膚についての心配の有無 ○アトピー性皮膚炎、おむつかぶれなど、スキンケアの適否 ・入浴時の石鹸使用の方法 ・暖房や冷房など室内環境 ・外気浴の状況 ・衣類やおむつの使用状況及び洗濯状況 ○眼脂や涙が多くないか。 ○目つきや目の動きについての心配の有無	○この時期の発育について (P. 13 参照) ○皮膚に関する適切な対応について (P. 17、27 参照) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> よくある訴え 皮膚の問題とスキンケア (P. 82～) </div> ●眼科疾患の疑いがある場合 (P. 18 参照)

特 性	観 察 事 項	保 健 指 導
<p>○聴覚 聴覚の発達を音源詮索反応（音刺激に対する振り向き反応）でみることができる。</p>	<p>○聞こえについての心配の有無</p> <ul style="list-style-type: none"> ・難聴の早期発見の時期であり、音源詮索反応を確認する。 ・静かな部屋で子どもの右又は左後方（15cm～20cm位の近さ）から、ガラガラや鈴を鳴らし、振り向き反応をみる。 	<p>○母子健康手帳の「きこえに関するチェックシート」での確認</p> <p>○難聴の心配がある時は受診を勧める。 （健康診査の手引P.22～23参照）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>よくある訴え 目や耳に関すること（P.85）</p> </div>
<p>2 精神・運動発達</p> <p>○立ち直り反応が育ってきて、おすわりや寝返りができるようになる。</p> <p>○両脇を支えて立たせると足で体重を支えるようになる。</p>	<p>○おすわりが少しでもできるか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手をついて座っていることができるかを確認する。  <p>○寝返りをするか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仰向けからうつ伏せになれるかどうかを確認する。 ・腹這い姿勢で腕立て位がとれているかどうかを確認する（報告でもよい）。 <p>○腹這いで方向転換したり、這ったりするか。</p> <p>○立たせると足で体重を支えるか。できなくても異常とは限らない。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもが一瞬でも、自分の足で体重を支えられるかを観察 	<p>●おすわりができない。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・両下肢を開き、支持面積を広くし、両手を前方につかせてやるとおすわりの姿勢が保ちやすい。 ・いくらか座っていられるようになったら腰を押さえて、おもちゃを与え、手を床から離して遊べるように助ける。 <p>●寝返りをしない。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・寝返りのできる時期は、個人差が大きい。 <p>○寝返りのさせ方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・寝返ろうとする方向の、下側になる上肢を外転させ、下肢は下方に伸ばし、上になる下肢を屈曲させながら腰を同時に回転させ、上半身が起きてくるのを待つ。 ・寝返りの練習は腹這いで遊べるようになってから始める。    <p>○立たせ方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・両脇を支えて立たせ、足を床に近づけて、やがて膝を伸ばして立ってくるのを待つ。足に体重をかけてきたら、からだを持ち上げないよう、むしろ足に重みかけるようにする。 ・足のふんばりのない時は、足底部を床につけるようにして、歩行器にのせて足のふんばりを引き出すようにするのもよい。 （健康診査の手引 P.14～15参照）

特 性	観 察 事 項	保 健 指 導
<p>○欲しいものがあると声を出し、手を伸ばしてつかもうとする。</p> <p>○養育者の顔が認識できるようになり、情緒的な結びつきが定着する。</p> <p>○人見知りの始まり</p>	<div data-bbox="592 611 746 842" style="text-align: center;"> </div> <p>○手を伸ばしておもちゃをつかむか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもの視野の中で、手に届く範囲にあるおもちゃをつかむことができるか。 ・物のつかみ方 <ul style="list-style-type: none"> <div data-bbox="499 1151 571 1240" style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> </div> <div data-bbox="655 1151 826 1218" style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> <p>手掌でつかむ (5か月)</p> </div> <div data-bbox="499 1267 571 1357" style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> </div> <div data-bbox="655 1267 852 1346" style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> <p>拇指側でつかむ (7〜8か月)</p> </div> <p>○顔にかかった布（透けて見えな い布）を取り払おうとするか。</p> <p>○人見知りが始まったかを確認 (例)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・知らない人に不安を示す。 ・知らない相手の顔を真顔で見つめる。 ・養育者が離れると不安がって泣く。 ・養育者が抱くとピタリと泣き止む。 	<p>○歩行器の使用について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもの成長に必要な子育て用品ではない。 ・安全基準として、おすわりができるようになる7か月〜1歳位の間とされている。 ・使用する場合は使用開始時期（おすわりができるようになってから）、事故防止（段差・階段・縁側などでの転落）、長時間入れっぱなしにしないことなどを説明する。 <p>○発達の遅れがある場合、専門機関または療育相談を勧める。</p> <p>(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お座りが全くできない。 ・腹臥位にしても顔が上げられない。 ・引き起こした時、肘が完全に伸展し、頭が垂れ、からだが反ってしまう。 <p>○おもちゃを持たせたり、振ったり、なめさせたりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・口に入れても大丈夫な手に持てる又は手でいじれるおもちゃを与える。 ・手から手の持ち替え ・いじる、落とす、拾う <p>・スキンシップ遊びを喜び声を立てて笑ったりするので、応じてあげる。</p> <p>○人見知り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・順調に育っているほとんどの子どもが通過する一過性のものであり、人見知りのもつ意味を説明する。 ・イライラして怒ったり、突き放したりしない。 ・無理にほかの人に慣れさせようとせず、徐々に慣れさせるように見守る。 ・そばを離れる時は、必ず声をかける。 ・離れる時間を短時間にし、不安がらせない配慮をする。

特 性	観 察 事 項	保 健 指 導
<p>○6～7か月は喃語期。意味はまだないが、盛んに声を出すようになる。</p>	<p>○喃語の種類や数</p> <ul style="list-style-type: none"> ・声も大きく長くなり、ブー、ンマーなど口唇音が聞かれるか。 	<p>○ことばの発達のために</p> <ul style="list-style-type: none"> ・目を見て正面から話しかける。 ・喃語を発した時、それに答えてあげるようにすると、コミュニケーション行動としてのことばの発達につながっていくことを説明する。
<p>II 栄養と食事</p> <p>○7～8か月で離乳中期、1日2回食となる。</p> <p>○自分で飲み込むコツを覚え、スプーンが持てる。</p> <p>○数回モグモグして飲み込む。</p>	<p>○離乳食は進んでいるか。</p> <p>○母乳や粉ミルクをどれ位飲むか。</p> <p>・食事の量・回数・内容を聞く（体重の増加状況も併せてみる）。</p> <div data-bbox="576 786 762 976" data-label="Image"> </div>	<p>○離乳食の進め方（7～8か月）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・離乳食は1日2回 ・舌でつぶせる固さ ・離乳食は食べやすく、消化のよい食べ物を選ぶ。 <p>○食事について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食習慣、リズムをつくるのに、大事な時期である。 ・食べさせること、飲ませることだけに集中しないで、話しかけたり、楽しくゆっくりした食事時間を過ごせるようにする。（健康診査の手引 P.29～33 参照） <p>●頻回な夜間の授乳</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもが夜間頻回に起きるようになった原因がないか考える（かまいすぎ、運動不足、空腹・興奮する出来事などないか）。 ・頻回な夜間の授乳は、養育者の負担が大きいため原因に応じて対策をとる。 <p>●離乳食嫌い</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもにとって、食事が楽しい時間となるよう、離乳食を無理強いしない。 ・新鮮な素材を選び、調理形態、内容、味に変化をつける。ベビーフードを利用するのもよい。 ・喜ぶものから徐々に慣らしていく。 ・個人差があるので焦らない。 <p>●体重が増えない。（P.16 参照）</p> <p>●ミルク嫌い（P.30 参照）</p> <p>●モグモグできない</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペースト状のものを上手に飲み込めるようになると、次の段階では、舌と上顎でつぶしてモグモグ食べることを覚えていくが下手な子どももいる。 ・繰り返し体験することで上手になっていくので、毎食根気よく少しずつ練習させる。

特 性	観 察 事 項	保 健 指 導
<p>Ⅲ 生活習慣としつけ</p> <p>○睡眠時間 1日 10～13 時間</p> <p>○昼寝 2～3 回</p> <p>○生活リズムができてくる。</p>	<p>○睡眠や生活のリズムが大体決まってきたか。</p> <p>○生活リズムと睡眠の習慣、夜間の睡眠の良否、夜泣きなど困っていることがないかを聞く。</p> <p>○夜泣きで困っていないか。 ・寒さ、暑さ、深夜の騒音などの環境問題はないか。 ・昼間のかまいすぎによる興奮のしすぎ ・昼間かまってもらえないことへの不満など ・子どもの生活リズムが乱れてないか。</p> <p>○遊びについて具体的に聞く。 ・遊び方 ・遊ばせ方 ・子どもの好む遊びやおもちゃなど</p>	<p>○生活リズムの確立について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・乳児の生活の安定は、生理的な欲求が満たされる事が基本であることを養育者に説明し、養育者の生活ペースに引き込まないよう指導する。 <p>○生活習慣の確立</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族全員の生活リズムの調整をする。 ・個々のリズムにあわせ、外気浴、日光浴、入浴などの日課を決める。 ・起きている時間からだをつかって十分に遊ばせる。 ・昼間も 2～3 回の睡眠をとらせる。 ・午後 9 時頃までには就寝させる。 ・部屋の温度・湿度の調節、換気をする。 ・衣服、寝具、寝衣の調節を行う。 ・かまいすぎない。 <p>●夜泣き</p> <ul style="list-style-type: none"> ・夜泣きそのものは病気ではない。 ・そのまま寝かせつけるように背中を軽くトントンしたり、ピッタリ抱っこして安心させる。 ・母乳やミルクを与えてみる。 ・おむつが汚れていないか。 ・あまり神経質にならず、やれる工夫をしながらみていくと、日がたつにつれよくなっていく。 <p>○遊びを通して創造性や社会性が育ち、感性が豊かになる。外遊びも大切。</p> <p>○子どもが遊び相手を欲しがるときは、できるだけ相手になることが大切。自分で遊び始める時期でもあるので、危険がないよう注意する。</p> <p>○おもちゃの与え方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おもちゃを使って養育者も一緒に遊び楽しむことが大切 ・月齢にあったおもちゃを与える。 ・子どもが興味を示すものを利用する（日常生活用品など）。 ・丈夫で衛生的なもの、口に入れても大丈夫なものを選ぶ。

特 性	観 察 事 項	保 健 指 導
		<ul style="list-style-type: none"> ・色は鮮明で赤、黄、緑などの原色に近いものがよく、また一度に沢山のおもちゃを与えない。 ・誤飲や外傷の危険を伴うものは子どもの近くに置かない(ライター、ボールペン、薬剤の瓶など)。
<p>IV 疾病予防と健康増進</p> <p>1 健康増進と予防接種</p>	<p>○予防接種の接種状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・母子健康手帳や母子健康記録票で接種状況を確認する。 	<p>○予防接種について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・接種の時期と接種時の注意 定期 生後2か月より：インフルエンザ菌b型(ヒブ)、肺炎球菌 生後3か月より：四種混合 生後5～7か月：BCG 任意 ロタウイルス(2価のワクチンは、生後24週未満までに、3価のワクチンは、生後32週未満までに完了すること) 生後6か月より：インフルエンザ <p>※詳細は日本小児科学会ホームページ、日本小児科学会推奨の予防接種スケジュールを参照</p> <p>○低出生体重児の場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インフルエンザは生後6か月以降、罹患する可能性の高い環境にいる場合は主治医と相談の上、接種が勧められる。 (健康診査の手引 P.26 参照) <p>※詳細は「低出生体重児保健指導マニュアル」参照</p> <p>○母子健康手帳の積極的活用について (P.14 参照)</p> <p>○からだの鍛錬</p> <ul style="list-style-type: none"> ・季節に応じ、衣類を調整する。 ・乾布摩擦も効果的(皮膚疾患がある場合は避ける) <p>○感染予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ・混雑する場所に子どもを連れていかない。 ・空気のきれいな所での外気浴の勧め ・室温の温度調節や換気に努める。

特 性	観 察 事 項	保 健 指 導
2 事故防止		<p>○事故防止 (P. 15 参照)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・寝返り、這い這いが始まり、手に持ったものを何でも口に入れる。この時期は転落、熱傷、誤飲などの事故から子どもを守る必要がある。 ・子どもから目を離さない。 ・危険な状況にならない環境づくりに努める。 ・口に入れられて困るものは、子どもの手の届く所に置かない。 ・ストーブ、ポット、食卓上のものに注意する。 ・灯油、タバコ、薬剤にも注意する。 ・窓、階段の上がり口、玄関に柵をする(柵は子どもの脇の下より高くする)。
V 歯及び口腔の健康 ○生歯 ・下2本→上2本 ・歯が生える時期、順序には個人差がある。	○歯はどこに何本生えているか。 ○母乳・ミルク・離乳食以外に、何か与えているものはあるか。 ○口の中の清潔と歯の手入れをしているか。	○むし歯予防 ・歯が生え始めた頃から、スキンシップの一環として、口のまわりを触れられるのに慣れさせていく。ガーゼで磨くのもよい。 ・歯の生え始めからの歯みがき習慣のアプローチが大切 ・何でも口に入れる時期になったら歯ブラシを持たせる。歯ブラシをなめたり吸ったりすることでいろいろな感覚を覚える。 ・歯が生えてきたら、座布団や養育者の膝の上にあおむけに寝かせて歯を磨いてやる。 ・飲食後にお茶や水を与える。 ・哺乳瓶にジュースやイオン飲料水を入れてのダラダラ飲みは、むし歯になり易い。
VI 子育て支援	○その他、子育てのことで困っていることや相談したいことはなにか確認する。	○子育て上の不安や養育者の心身状況を確認しながら相談に乗る。(P. 13 参照)