

もっと知りたい、健康のこと。

静岡赤十字病院広報誌

2018年・夏号

vol.348

季|刊|発|行|

# 日赤News

## ほっとニュース

“幸せの花”の香りを患者さんへ  
ANAグループより幸せを願って  
すずらんのしおりを贈呈

## information

「糖尿病教室」のお知らせ  
「腎臓病教室」のお知らせ  
「赤十字講習会」のお知らせ



## 【特集】

適切な対応が可能性を広げる!

# 子ども 「発達特性」

## しずおかクロスNAVI

いますぐできる認知症予防  
まず「生活習慣の改善」から!

7/21開催! 第7回しずおか日赤まつり

写真は当院で働くスタッフが毎号出ます。



注目の  
トピックス

今号のテーマ: 発達特性

# 適切な対応が可能性を広げる! 子どもの「発達特性」

ここ数年テレビなどでも取り上げられることの多い「発達特性」。正しい理解が広まる反面、「本人の甘え」「親のしつけ不足」などの誤解もいまだ残ります。発達特性を持つ子どもにとって必要な支援と、周囲が心がけるべきことは何か。小児科部長の西澤先生に伺いました。

教えて  
ドクター  
Q & A

小児科 部長  
西澤 和倫 医師

丁寧な口調が印象的な西澤先生。当院には10年前に小児科部長として着任、専門は小児科一般およびアレルギー。趣味は読書と将棋で、棋力は三段。「でも、実はこの前小学生との対局で負けてしまって…ショックでした」と苦笑。

Q 発達に特性がある人はどれくらいいるの?

A 本文で紹介した「注意欠如多動症」が約5%、「自閉スペクトラム症」が約1~2%。他に、知能は低くないけれど、文字の読み書き、計算・想像が苦手な「学習症」が約1~3%、年齢に対し精神や行動の成長に遅れがある「知的障害」が約1%と言われます。さらに知能がやや低い人、自閉スペクトラム症とはっきり診断するには至らないものの同様の特性を持つ人をなど含めれば、全体の約20%が発達に特性があると言えます。

Q 発達に特性があるとどのような心配がありますか?

A 親や教師から強い叱責を受けることが多く、本人の自己評価が低くなりがち。そのために周囲との関係を良好に保ちにくくなったり、将来に向かって前向きに努力する意欲が失われることに。こうした状況が学習不振や不登校、非行、引きこもり、うつ病、不安障害のリスクを増大させてしまうのです。

Q 「注意欠如多動症」に対してはどんな治療をするの?

A まず周囲が特性に関して知ることが重要。聞くことが苦手なので、口頭での指示は短く具体的に、なるべく視覚的な補助を使って行います。また「良いところ、頑張っているところを褒め、見逃せる部分はなるべく大目に見ること」を心がけます。本人の行動を改善するためのソーシャルスキル(周りとうまくやっていくための方法や考え方)を教えます。将来の可能性を狭めないために、状況に応じて薬物療法も考慮します。



## 得意／不得意の間に、 極端な差がある発達特性

人は誰でも、得意なことと不得意なことがあります。しかし中には、この「得意／不得意」の差が生まれつき大きく、それにより生活に支障をきたしている人たちがいます。これが、私たちが取り扱う「発達特性」の問題です。障害や病気というより、もっと広い概念として考えて下さい。

皆さんご存知の『ドラえもん』の登場人物でいえば、集中力が続かないのび太や、衝動を抑えられないジャイアンのような「注意欠如多動症」、コミュニケーションが苦手な強いこだわりのある「自閉スペクトラム症」などが主な対象。ただし、実際には子どもひとりひとり特徴は異なり、また特性が強く現れている子どももいればそうでもない子どももいます。

のび太のように集中力が続かない子は、授業をしっかりと聞いているつもりでも内容が頭の中に残りにくく、家庭学習に困難が伴うことも多い。こうした状態を放っておくと、だんだん勉強ができなくなってしまう。ジャイアンのように衝動を抑えるのが難しい子は、少しずつ周囲の友達から避けられ、結果として自分と似たタイプの子とつるむ形に。高学年になるにつれて

反社会的な行動が目立つようになるかもしれない。またコミュニケーションが苦手な子は学年が上がるにつれ、友達関係がうまくいけなくなるが多くなります。学校での居心地が悪くなると不登校になるかもしれない。このように、発達特性を持つことによる困難が、学習不振や非行、不登校につながるケースが多いのです。

## 適切な練習と対応が 子どもの可能性を広げる！

私は、発達に特性のある子どもたちの問題は、長距離走に置き換えて考えるとよいと思います。長距離走のスピードは、体格や心肺能力、筋肉の質や量、フォームの良し悪し、ペース配分など様々な要因により異なります。持つて生まれた素質によつて走る速さには違いがあります。たとえ素質にはそれほど恵まれなくても、ある程度までは練習量で補うことができます。また同じ量の練習をして、すぐ速くなる人もいれば、なかなか速くならない人もいます。けれど適切な練習を重ねていけば、ある程度速くなることはできます。逆に練習をしなければ、いつまでたつてもタイムは上がりません。これと同じことが発達特性においても言えます。重要なのはそれ

ぞれの子どもの特性を考慮し、その子に合った練習の方法を考え、なかなか結果が出ない子を支えていくこと。これにより学習不振や不登校、非行などのリスクを防ぎ、さらにその子の将来の可能性を広げることができるのです。

子どもの特性を考えることは子どもの心を守ることであり、未来を守ること。当院小児科では、こうした特性を持つ子どもや家族のための勉強会を不定期で開催しています。「わが子に発達特性の問題があるのではないか」「特性を持つ子どもにどう接したらいいのか」「グレイゾーンなどと言われたけれど、どう見守れば」など不安がある方は、ぜひ気軽にご参加いただければと思います。



小児科外来の壁面にはかわいい動物たちがいっぱい！静岡大学地域連携プロジェクトに参加、同大学教育学部美術科の学生たちが約3ヶ月かけて描き上げた力作。優しい雰囲気にも子どもも大人もほっこり。

## 表紙を飾った静岡赤十字病院スタッフ

認知症ケアチーム(左から)  
森藤あゆみさん(認知症 認定看護師)  
白井洋介さん(精神神経科副部長)  
鈴木大介さん(社会福祉士)



地域の急性期病院としての機能を担う当院。入院が必要な患者さんの中には、認知症あるいは認知機能低下のみられる方も。こうした患者さんの療養生活を支えているのが「認知症ケアチーム」。精神神経科白井医師を中心に、専門知識と経験を持ったスタッフが集まり、職種の垣根を越えたチーム医療に当たっています。「週2回の回診とカンファレンスで、患者さん一人一人に対するケアを検討。安心して治療を受けられるよう多方面からサポートします」

## ▶ INFORMATION

7/21開催!  
第7回  
しずおか日赤まつり

皆さまのご来場を  
お待ちしております

地域のみなさんと一緒にクロス!

毎年好評をいただいている「しずおか日赤まつり」、今年は7月21日(土)に開催します。催し物など詳しくは院内ポスター、ホームページでご確認下さい。ぜひお楽しみに。







## “幸せの花”の香りを患者さんへ ANAグループより幸せを願って すずらんのしおりを贈呈



5月31日(木)、ANAグループ(全日本空輸株式会社)から全国47カ所にある赤十字病院及び関連施設に、爽やかなすずらんの香りのする「しおり」が贈られました。

ANAグループでは毎年恒例となっているこの活動、当院では富士山静岡空港開港を機に始まり、今年で記念すべき10回目を迎えました。今年では静岡県出身の客室乗務員・内山優季さんが当院を訪れ、患者さんにしおりを手渡し。400枚ものしおりには1枚1枚手書きのメッセージが添えられており、会場は爽やかな香りと患者さんたちの笑顔に包まれました。すずらんの花言葉である「しあわせ・幸福の再来」の通り、患者さんの幸せ、1日も早い回復を祈っております。

早く元気になって  
くださいね



左より、当院 磯部潔院長、全日本空輸 客室乗務員内山優季さん、静岡支店長杉山浩也さん

## INFORMATION インフォメーション

### 「糖尿病教室」のお知らせ 15:00~

**糖尿病について**(糖尿病専門医・村上医師)… 7/13(金) 8/3(金) 9/7(金)  
※やむを得ない都合等により中止となる場合がありますのでご了承ください(電話でお問い合わせください)

**検査・運動について**(臨床検査技師・理学療法士)… 7/6(金) 8/10(金) 9/14(金)

**食事・薬について**(管理栄養士・薬剤師)… 7/20(金) 8/17(金) 9/21(金)

**網膜症・日常生活について**(視能訓練士・看護師)  
…7/27(金) 8/24(金) 9/28(金)

**糖尿病教室食事会** 11:30~ … 7/18(水) 8/15(水) 9/19(水)

申し込み・お問い合わせは、2号館栄養課まで  
TEL.054-254-4311(代) / 内線3103 当院に受診されている方が対象となります。

### 「腎臓病教室」のお知らせ 15:00~

**腎臓病のデータの見方** … 7/24(火)

場所:2号館4階 第1会議室 これから病気が気になる方もご家族の健康に不安をお持ちの方もどなたでも無料で受講できます。直接会場へお越しください。

### 「赤十字講習会」のお知らせ

**健康生活支援講習 短期講習**… 7/10(火) 7/11(水) 7/12(木) 10:00~15:00

健康に年を重ねていくための知識や高齢者への理解を深め、家族や地域の人々に対する自立支援を学びます

**地域で支える認知症講習** … 8/7(火) 13:30~15:00

認知症について正しく理解し、認知症の人々やその家族が安心して暮らせる地域づくりを目指しましょう

**災害時高齢者生活支援講習** … 9/4(火) 13:30~15:30

被災した高齢者の避難所生活を支援するための知識や技術を学びます

日本赤十字社静岡県支部ホームページからお申し込みください。

暮らしに役立つ情報をおとどけ

## しずおかクロス NAVI

◆いますぐできる認知症予防

### まず「生活習慣の改善」から!

厚生労働省の2015年1月発表によれば、日本の認知症患者数は2012年時点で462万人、軽度認知障害は400万人。高齢者の4人に1人は認知症あるいは発症の可能性ありと推定されています。「じつは認知症と深い関係があるのが生活習慣病。近年の研究で、生活習慣病が脳に及ぼす影響がわかっています」と話すのは、当院病棟にて認知症認定看護師として活躍する森藤あゆみ看護師。認知症予防のために心がけたい3つのポイントを伺いました。

#### 1 食生活の改善

食べすぎには要注意。食べる時は腹八分を心がけて。



#### 2 日常生活の改善

生活の中で体を動かすことを意識して。また喫煙は動脈硬化につながる可能性大、いち早く禁煙を。



#### 3 生活習慣病の治療

生活習慣病が疑われても、治療せず放置している人が意外と多い。「自分だけは大丈夫」と思わずに生活を見直し、きっちり治療することが認知症予防に繋がります。