



保育サポーターバンク通信

2017年(平成29年)11月発行 一般社団法人山口県医師会 〒753-0814 山口市吉敷下東3-1-1 TEL090-9502-3715 FAX083-922-2527



医師のための子育て応援団

山口県医師会男女共同参画部会長 黒川 典枝

平成21年に開設された保育サポーターバンクも運営9年目を迎えました。つつがなく継続できましたのも、保育サポーターさんのご尽力、利用される医師の皆さんのご協力、保育相談員のきめ細やかな心遣い、県からのご支援があつてのこと、心から感謝いたします。最近では利用された医師の口コミで相談される方も増えてきており、嬉しいかぎりです。また、女性医師だけでなく、男性医師も利用してくださることがあります。こうして利用者の輪がどんどん広がってほしいものだと思います。それが山口県の医療の下支えに少しでも役立つのなら、これほど嬉しいことはありません。平成21年7月の開設から平成29年10月の8年余りの間に成立したサポート件数は93件、利用した医師の実数は58名、活動したサポーター数はのべ

136名になりました。現在、登録して下さっている保育サポーターさんは、県内各地で130名余りいらっしゃいます。本サポーターバンク制度は医師の子育てに特化していますので、「医師が仕事を継続するために子育てを手伝いますよ」という応援団だと思ってください。私が子育てをしていたころに比べると、院内保育所も徐々に充実し、市町のファミリーサポート制度も整備され、いろいろな支援を選択できるようになってきました。それでも、医師という仕事と子育てを両立することは大変だと思えます。子育て中の医師の皆さん、困った時にはどんなことでも結構ですからサポーターバンクに相談してみてください。まずはお気軽に保育相談員までご連絡ください。お待ちしております。



保育サポーターバンクに寄せる大きな期待

山口県健康福祉部長 岡 紳爾

平素から、本県の健康福祉行政の推進に、格別の御理解と御協力をいただきまして、厚くお礼申し上げます。

さて、近年、全国的に医師全体に占める女性医師の割合は年々大きくなっており、国がこの4月にまとめた「新たな医療の在り方を踏まえた医師・看護師等の働き方ビジョン検討会報告書」の中でも、出産・育児等のライフイベントへのサポートなど、女性医師支援の強化が大きく取り上げられています。

女性医師の方々が、出産・育児中にあっても、安心して勤務を続けられる環境を整備することは極めて重要であり、県では、仕事と子育ての両立に向け、女性医師が働きやすい環境づくりを行う病院に対する支援を行うとともに、山口県医師会への委託により、専任の保育相談員を配置し、子

育てに関する様々な御相談にお応えする窓口を設けています。

この保育相談窓口と、県医師会の保育サポーターバンクの連携により、様々なニーズに対応したきめ細やかな支援を行っていただき、利用されている皆様からも大変高い評価をいただいているところであり、今後も、保育サポーターバンクのさらなる充実に期待しております。

女性医師の皆様におかれては、育児に関し、多くの心配や不安な事があると思いますが、この相談窓口や保育サポーターをしっかりとお利用いただき、安心して本県の医療の場で御活躍されまことを願っております。

最後に、保育サポーターバンクの今後の益々の御発展を祈念し、感謝の言葉とさせていただきます。

第8回 保育サポーター研修会

8回目となる研修会を本年3月5日(日)に山口市の県医師会会議室で開催し、36名の保育サポーターの参加があり、そのうちの3分の1は初めての参加者でした。

まず、保育サポーターバンクの黒川運営委員長からバンクの説明がなされた後、鼓ヶ浦こども医療福祉センター小児科の伊住浩史先生から「発達障害を初めて学ぶ方へ」と題してご講演をいただきました。

「発達障害」は、最近ではメディアでもよく耳にするようになりましたが、今回、基礎からわかりやすく説明をいただき、大変参考になったと感想がありました。子どもと上手に関わるためのヒントになったのではないのでしょうか。

恒例の地区別昼食懇談会では、5つのグループで昼食をとりながらなかなか情報交換がなされ、要望などが発表されました。

次回も、席の配置やグループ分けを変えて、楽しくするための研修会になるよう企画してまいりますので、多くの方のご参加をお願いします。



(講演抄録は本通信2ページに掲載)

平成28年度 保育サポーター研修会 講演抄録

平成28年度 保育サポーター研修会 を終えて



鼓ヶ浦こども医療福祉センター
小児科部長 伊住浩史 先生

このたびは講演する機会をいただき、ありがとうございます。また研修会後には皆様からの経験や意見をたくさん伺うことができ、私も大変勉強になりました。発達障害はここ最近、メディアなどでも取り扱われる機会が増えていきます。今回の研修会ではパンフレットやスライドを用いて、代表的な発達障害の自閉スペクトラム症、注意欠如多動症(ADHD)、限局性学習症(学習障害)について勉強しました。

1. 自閉スペクトラム症

- ① 対人関係の苦手さ
 - ② 強いこだわり
- が特徴の発達障害です。

対人関係の難しさ 幼少期から他人への関心が希薄で、相手の状況や立場など、あいまいなことを理解しにくかったり、臨機応変な対応が苦手です。

こだわり 小さいころから物事やルールに強いこだわりを持ち、好き嫌いが極端です。自分の関心のあることや物事の進め方ややり方、自分のペースを最優先しようとする志向が強く見られます。

そのほか(感覚のかたより) 周囲が気にしないようなちよっとした物音に過敏に反応したり、大きな音が苦手といった「感覚のかたより」も特徴です。

理解とサポート その特徴から、叱られる、仲間外れになる、からかわれるなどの失敗や挫折を経験しやすく、不登校や自傷行為などの二次的な問題を来さないための対応が大切です。周囲の人たちの理解を得るとともに、療育や生活環境の調整、薬



物治療などがあります。自律スキルやソーシャルスキルを学ぶことも有用です。

自閉スペクトラム症では、聞くよりも、見る方が理解・納得しやすい子どもが多いため、写真やイラスト、文字などを使って『見て分かるよう』に指示や必要な情報を示すことで、生活や学習に取り組みやすいことがあります。

感覚過敏に対する配慮も必要です。多くの人たちにとって何でもない気にならない程度の音や声でも、とても強い刺激として感じている場合があります。園や学校の先生には、どのような刺激が苦手なのかを伝えて対応をお願いします。

学校での合理的配慮 子どもの状況に合わせて合理的配慮や特別支援教育を利用します。就学に向けて年長児から教育機関と相談すると良いでしょう。

2. 注意欠如多動症(ADHD)

注意欠如多動症とは、年齢あるいは発達に不釣り合いな不注意や衝動性、多動性を持ち、このために日常生活や学習に支障を来すものです。不注意とは集中力が続かない、気が散りやすく忘れっぽいなどであり、多動性とはじっとしていることが苦手で、落ち着きがないといったものであり、衝動性とは思いついた行動を行っても良いか、考える前に実行してしまうといったものです。

二次的な問題について これらの行動から生じるトラブルに対して適切な対応が行われない際には、自尊心や自己評価の低下など二次的な問題



を引き起こします。

治療・対応について 二次的な問題を予防することが大切です。心理社会的な対応と薬物治療があり、心理社会的な対応としては、環境調整、ペアレントトレーニング、ソーシャルスキルトレーニングがあります。薬物治療は薬の効果と副作用をよく考えてから開始します。

3. 限局性学習症(学習障害)

知能には問題がなく、目も見えて耳も聞こえているのに、「読む」「書く」「計算する」といった学習面の困難さをきたしている状態です。「読む」「この問題として、誤った発音をする、文章の文字や単語を抜かして読む、読んでいるものの意味を理解することが難しいなどがあり、「書く」「この問題として、誤った文字を書く、句読点を間違える、文法の誤りの多い文章を書く」などがあります。「計算」の問題としては、数の感覚、計算の正確さに困難があるなどが挙げられます。

限局性学習症は脳の発達特性が関係しています。学習に困難をきたすのは本人の努力が足りないせいではないことを、周囲がよく理解する必要があります。限局性学習症の子どもたちは自分分が勉強ができないと感じて、自尊心

や自己評価が低くなりがちです。学校の先生と相談して、学習方法の工夫をしたり、課題の量や難易度を調整することが必要です。



最後に

さまざまな発達障害があります。が、常時生活に支障をきたしているものから、ほとんど生活に支障のないものまで、その程度はさまざまです。診断の目的は、周囲の理解や生活・教育面での支援・配慮を得たり、福祉・医療を利用するためです。過剰な診断は逆に本人に不利益をもたらす可能性もあるため、生活に何ら支障のないケースでは診断は慎重に行います。また特性の程度が同じでも、取り巻く環境によって困り感もきたしたり、きたさなかったりします。さまざまな規則に縛られ、枠にはめられて、寛容さが感じられなくなる一方で、問題が起きても事なかれで済ませようとするこの多い今の社会は、特性のある子どもたちにとって生きにくい世の中なのかもしれません。

利用者の声 (平成29年8月)

● R先生(小児科) 40歳

サポーターさん、保育相談員さんにはいつもお世話になっております。開業医院に夫婦で勤務しております。

第2子の産後からサポーターさんにお手伝いをしていただいています。

自宅近くになかなかサポーターさんが見つからず、相談員さんには骨を折っていただきました。またサポーターさんには遠方にもかかわらず快くお引き受けいただき、本当に感謝しています。

産後1か月はサポーターさんに毎週末に自宅に来ていただき食事の用意をしていただきました。サポート当日の食事だけでなく、作り置きのおかずも用意していただき、買い物もお願ひしました。上の子は現在2歳で人見知りが強いのですが、サポーターさんにはすぐになれて食事



サポートを受けられた方から
感謝の声が寄せられています



の用意の合間に遊んでいただいたり、本を読んでいただいたりしました。最初は産後1か月のみのサポートの予定でしたが、夫婦ともにサポーターさんのお人柄に惚れ込んでしまい、以後もサポートを継続していただいています。現在は週に1日2-3時間ですが、仕事をしている間に下の子の守りをお願いしています。また今後本格的に仕事復帰したときは、病気などで息子、娘を保育園に預けられないときにもサポートをお願いしたいと考えています。

サポーターさんには最初の面談の時に、「おばあちゃんと思って」と言っていたら、とても心強く感じました。また産後は母親の先輩としてもいろいろアドバイスをいただき本当に感謝しています。すばらしいサポーターさんとのご縁をいただき本当にありがとうございます。どうか今後もよろしくお願ひします。

サポーターさんの声 (平成29年8月 順不同)

◆ Bさん (下関市・56歳)

昨年の5月に、友人を通じ、子育て中の女医さんをサポートする子育て支援のシステムがあることを初めて知りました。

その時専業主婦をしていた私は、資格のない私でも人のお役にたてて、かつ、お子さんと触れ合える仕事はいいなと思い、友人と分担してサポートを始めさせていただくことになりました。

9か月だったRちゃん(女の子)ももうすぐ2才。月に2〜3回のサポートですが、今では玄關で「こんにちは」と迎えてくれて、すぐに読んでほしい本を持ってきてくれるようになりました。この時間は、私にとっては4人の子育てをした頃の楽しかった気持ちを再び味わわせてもらえる喜びの時間となっています。



これから、お行儀や生活習慣の面で私のできることは何かと心配にもなりますが、まずは遊び友達として楽しくやりたいと思いますし、信頼してサポートを依頼してくださる先生方のご期待に添えるよう、責任を持って務めていきたいと思っています。

◆ Mさん (宇部市・54歳)

2年ほど前、娘の進学に伴い、子育てが一段落いたしました。何か始めようと思いい、保育サポーターに応募しました。

そして、2年が過ぎようとしたとき、突然依頼が続けられました。その依頼は通常とはちょっと違うサポートでした。

一件目は入院しているお子さんの付添いで、もう1件はお父様が医師、お母様は専業主婦でしたが、第二子出産後の体調がすぐれないということでのサポートでした。

どちらのケースも短期間であり、今ではどちらも体調は回復されています。現在は、定期的なサポートは終了しました

が、突発時などの不定期での依頼は続いており、時々、近況報告をメールでいただいております。私は、この2件のサポートをしたというより、新しいつながりをいただいたと思っています。

働きながらの子育てはもちろんのこと、たとえ専業主婦でも出産、病気など他の人のサポートを必要とする機会は大さんあると思います。どちらかが医師であればなおさらです。短期や不定期(単発)のサポート等形態はいろいろでもいので、大変なときは気軽に依頼していただけたらと思います。



予告

平成29年度 研修会日程


サポーターの皆様へは改めてご案内を差し上げますが、下記のとおり開催予定です。万障繰り合わせてご出席くださるようお願いします。

日 時：平成 30 年 3 月 11 日 (日)
10 時から 13 時

場 所：県医師会会議室
(山口市吉敷 山口県総合保健会館内)

講 演：講師…岩国短期大学教授
山縣明人 先生
演題…「ワクワクドキドキの子育て論
～子どもの心とひびきあう
ための関わり方～」

その他：サポート事例の紹介、昼食懇談会



DATA 保育サポーター登録者数

(平成 29 年 10 月 1 日現在)

職業別	無職	パート	フルタイム	自営	合計
(人)	66	55	6	4	131


() 内は活動中

地域別	人	地域別	人
下関市	22 (4)	光市	3 (1)
宇部市	29 (14)	長門市	2 (0)
山口市	20 (3)	柳井市	2 (0)
萩市	3 (0)	美祢市	1 (0)
防府市	14 (5)	周南市	14 (1)
下松市	4 (1)	山陽小野田市	9 (0)
岩国市	6 (0)	熊毛郡	1 (0)
大島郡	1 (0)		
合計		131 (29)	

サポートの態様

継続中 29 名のうち

- 定期的支援 15
- 不定期支援 14
- 家事支援を含むもの 8



保育相談員より一言

保育相談員連絡先
TEL 090-9502-3715

住所や連絡先の電話番号の変更があった場合は、必ず相談員へ連絡をお願いします。
(連絡がとれなくなった方は登録を解除させていただきます。)

家事支援の依頼も増えていきます。簡単な掃除、片付け、夕食の一品など、できそうな方、またはお知り合いで登録していただけそうな方などありましたら相談員までご連絡いただくと助かります。

サポートを終了する場合は、サポーターさんにはもちろん、相談員にも連絡をお願いします。

医師のみなさんへ

突発時のみお願いしている先生方は、面談後 1 年以上依頼なしというケースも多く見受けられます。できれば、突発時ではなくても半年に 1 回位はサポートの機会を作り、顔つなぎをされた方が頼みやすくなるのではないのでしょうか。

サポーターさんへ



知っていると役立つ
医学まめ知識

子どもの身長について

山口赤十字病院小児科
大淵 典子



低身長とは、標準偏差-2.0SD以下の方です。-2.0SDというのは、同い年のお子さんが100人いたとして低い方から2人目くらいまでです。当然クラスでは1番低く、前から2番目のお子さんと比べてもずいぶん低いという状態です。

低身長のお子さんがすべて病気であるというわけではありません。身長が-2.0SD以下の低身長でも9割以上のお子さんは検査を行っても異常が見つかりません。治療が必要な病気が見つかるお子さんは1割に満たないのです。1000人中2人くらいが病的な低身長ということになります。(A、B)

ただし、-2.0SDを上回る身長でも、年間の身長の伸びが悪い場合は心配です。お子さんの身長が-2.0SD以下であり、しかも伸びも悪いような場合は、一度検査を受けた方が良いでしょう。(C)

身長の伸びがよくても心配な場合もあります。思春期早発症といって、性の発育(乳房の発育や陰毛など)を促すホルモンが早く多く出過ぎる病気があります。他に異常はみられないため表面的にはわかりにくく、同時に急に身長がぐんぐん伸びるため『この子は発育が早い』と喜んでしまう事があるのです。しかし、この場合は男の子160cm、女の子150cmにいかないところで身長の伸びが止まってしまう可能性が高く、止まってしまったら病院を受診しても手遅れでどうしようもありません。(D)

気になった場合は成長曲線を書いてみましょう。何歳何か月で何cmであったかという過去の記録をもとにお子さんの身長の伸び(推移)をグラフにして成長曲線のパターンを分析するのです。このグラフは日本小児内分泌学会のホームページなどでダウンロードできます。

成長曲線を書いてみて自分のこどもが平均的ではなくA B C Dにあてはまりそうな場合は病院でご相談下さい。

参考

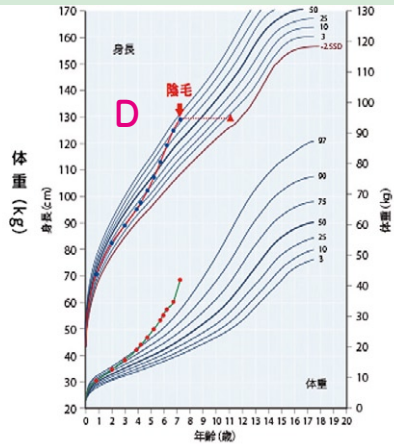
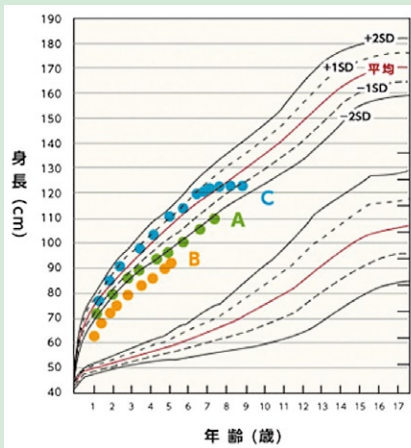
低身長の中で一番多く70%以上を占めるのは特発性低身長です(家族性、原因不明など)。

お子さんの最終予測身長は、

男の子の場合：(父の身長+母の身長+13) ÷ 2

女の子の場合：(父の身長+母の身長-13) ÷ 2

です。



A Bは-2.0SD以下の伸び
Cは-2.0以上だが途中から伸びが不良の場合
Dは低身長での思春期開始を示しています。

早めの相談をお願いします



編集後記

育児中のママ先生の話。「イライラしてつい娘にあたってしまったりと優しい母親になりたい。」と少しでも自分に余裕ができたという理由でサポートをお願いしてみようと思ったとのこと。保育サポーターは、先輩ママとして、「今はそういう時期。もっと肩の力を抜いて。」とアドバイス。そんな精神的なサポートも大きな力となるはず。一人で抱えこまないでサポートを求めてほしいです。この「通信」が医師とサポーターをつなぐ架け橋となりますように。

(保育相談員)

医師のみなさんへ

両立支援のための「保育サポーターバンク」をご活用ください。保育相談員が要望をお聞きしてコーディネートします。まずはお電話かメールでご連絡ください。医師会加入の有無は問いません。

【問い合わせ先】

TEL : 090-9502-3715

E-mail : hoiku@yamaguchi.med.or.jp



山口県医師会は育児中の医師を応援します!