

 あけましておめでとうございます 

朝の冷えた空気が、気持ち新たに身も引き締めてくれるような新年の始まりです。今年、午年です。馬のようにスマートに走り抜ける素敵な年にしたいですね。本年もどうか病児室もみの木を宜しくお願いいたします。

 意外と知らないお子様の体～大人の縮小版ではありません！～



お子様の体は 15 歳くらいまでは発達段階です。その中でも急速な発達を遂げる 0～6 歳のお子様の特徴についてご紹介します。



### 小児 バイタルサイン 基準値

時期	体温(腋高)	脈拍数	血圧	呼吸数
新生児	36.5～37.5℃ 程度	120～160回/分 程度	収縮期 55～85mmHg 程度 拡張期 30～60mmHg 程度	30～70回/分 程度
乳児	36.3～37.5℃ 程度	80～150回/分 程度	収縮期 70～100mmHg 程度 拡張期 50～65mmHg 程度	25～55回/分 程度
幼児	36.3～37.5℃ 程度	65～120回/分 程度	収縮期 90～110mmHg 程度 拡張期 55～75mmHg 程度	20～30回/分 程度
学童期	36.5～37.3℃ 程度	60～100回/分 程度	収縮期 100～120mmHg 程度 拡張期 60～75mmHg 程度	15～25回/分 程度

看護roo!

### 成人 バイタルサイン 基準値

体温	36.0～37.0℃ 程度(腋高)
脈拍数	60～90回/分 程度
血圧	※高血圧治療ガイドラインの正常血圧 収縮期 120mmHg未滿かつ 拡張期 80mmHg未滿
呼吸数	12～20回/分 程度

※バイタル参考 看護 roo2023.10.4

※大正製薬健康ナビ引用

#### ● お子様は大人よりも心拍数が多い

＊幼児の心拍数は標準的な大人の 1.5 倍。お子様の心臓は大人よりも小さく、1 回の心臓収縮で送り出せる血液量が少ないため、心拍を速めて送り出す血液量を増やしているのです。

#### ● お子様は熱を取り込みやすい

＊体温は脳の視床下部にある体温調節中枢が指令をだし、皮膚の毛細血管を収縮、拡張などで調節されていますが機能が未熟な上体重当たりの体表面積が大きいいため、暑い環境では大人以上に取り込みやすく、体温調節がしにくくなります。

#### ● 免疫力が弱く病気にかかりやすい

＊幼児期が終わるくらいまでは急ピッチで病原体に感染して抗体をつくるため、病気にかかりやすく長引きやすいのですが、その時期が過ぎると落ち着きます。

#### ● 腎臓機能が未熟で脱水症状を招きやすい

＊大人は脱水状態になると、濃縮した尿をつくることで尿量を減らし体内に水分を保持します。しかしお子様はこの機能が未熟。体が脱水状態でも体内の水分や塩分を排出してしまうため、脱水症状を招きやすいのです。

#### ● 成長ホルモンの分泌が盛ん（体の細胞を活性化させたり、代謝を促進させるホルモン）

＊思春期の後半にピークを迎え成長期を過ぎると減少していきます。

#### ● お子様の骨はしなやかにできている

＊お子様の骨を木に例えると、若木の小枝のよう。軟らかくしなやかにできているため大人のような折れ方はしません。硬い骨になるのは思春期を過ぎてからです。

#### ● 目に見えないけれども発達途上！

＊情緒や言葉、知的な要素など精神的な部分も体の成長とともに形成されていきます。お子様は大人と比べ、心の悩みが体と直結しやすく、体調不良として現れやすい傾向があります。

🌳 今回は病児室での遊びをご紹介します。

お子様の状態は様々ですので安静に横になって過ごすこともありますし回復期で状態が良い時は活発にボールや風船で体を動かしたいときもあります。

🌳 もみの木人気の遊びベスト3



人気 NO.1 おままごと遊び  
男の子、女の子みんな大好きです！



男の子が大好き車の玩具  
特に大きな救急車は人気です！



みんなのヒーロー大きな  
アンパンマンぬいぐるみ

その他



木製パズル  
型にはまるのが楽しい



手作りすごろく  
ルールのある遊びにチャレンジ



メルちゃん、ポポちゃん  
お母さんごっこが楽しい

令和6年12月～令和7年3月利用者 年齢や疾病

- |               |          |
|---------------|----------|
| 🌳 インフルエンザ     | 🌳 上気道炎   |
| 🌳 胃腸炎         | 🌳 咽頭炎    |
| 🌳 コロナウイルス回復期  | 🌳 咽頭気管支炎 |
| 🌳 マイコプラズマ気管支炎 | 🌳 気管支炎   |
| 🌳 結膜炎         |          |

利用者の年齢



- |          |          |          |
|----------|----------|----------|
| ■ 年齢 0 歳 | ■ 年齢 1 歳 | ■ 年齢 2 歳 |
| ■ 年齢 3 歳 | ■ 年齢 4 歳 | ■ 年齢 5 歳 |
| ■ 年齢 小学生 |          |          |

医療法人社団恵育会病児室 もみの木

対象年齢 6 か月～小学校 3 年生

\* 登録用紙は鹿嶋市ホームページ

利用時間 月～金曜日 AM8:30～PM5:30

からダウンロードできますので

土曜日 AM8:30～正午

是非ご覧になってください。

利用料金 1 日 2000 円

QR コードからもご覧に

場所 鹿浦小児科医院裏

なれます。



登録を  
お待ちしております

