

予防への取組み

東洋伝統医学の考え方を取り入れた健康教室で 子どもの生活習慣病予防に取り組む

鹿児島県日置市・医療法人天会 鹿児島こども病院

近年は生活習慣病から介護まで、予防の重要性が増している時代だが、子どもの生活習慣病予防もその一つである。今回訪ねた医療法人天会・鹿児島こども病院は、全国でも数少ない民間による小児専門病院。同病院による子どもの健康づくりは、平成4年の喘息教室にはじまり、平成9年からの肥満教室（平成18年からは健康教室）へと発展してきた。その実践について、紹介する。

休日の通常診療と24時間の 当直体制で小児医療を支える

鹿児島こども病院のある日置市は、平成17年5月1日に、それまでの東市来町、伊集院町、日吉町、吹上町の4町が合併して生まれた市である。県の西部、薩摩半島のほぼ中央に位置し、東は鹿児島市内に、北はいちき串木野市と薩摩川内市に、南は南さつま市に隣接し、また、西は日本三大砂丘の一つ・吹上浜と東シナ海に面している。人口は約5万2000人強で、同病院が開設された平成2年以前は小児科の病床が少なかった。そのため、入院して治療したほうが回復が早いと思われる子どもにも

自宅療養をしてもらわざるをえない状況がみられたこと等から、前院長の宗像修三氏（故人）が鹿児島市医師会病院を退職して設立にこぎつけたという経緯がある。「高齢化社会が進行していくからこそ、これからの老人福祉を支えてくれる小児を心身ともに健康に育てていくのが使命。子どもの将来「国の存亡」という信念のもと、さまざまな分野の人々の協力を得ながら、同氏を中心となつて資金計画や収支計画、計画構想図などをまとめあげたという。紆余曲折を経て、計画から約5年後に開院にこぎつけた。小児科の単科病院という

施設の概要

医療法人天会

鹿児島こども病院

〒899 - 2503

鹿児島県日置市伊集院町妙円寺

2丁目2000番669

TEL 099 - 272 - 2001

FAX 099 - 272 - 2322

開設：平成2年3月

院長：奥章三

診療科目：小児科、小児外科

病床数：40床

職員数：48人（常勤医師3人、非常勤医師3人、看護師22人（パート2人含む）、看護助手1人、保育士5人、保健師1人、臨床心理士1人、検査技師1人、管理栄養士1人、栄養士1人、調理師3人、事務員6人）

付属施設：事業所内託児所「プティ・ユニヴェール」、慢性疾患児家族宿泊施設「愛子ハウス」

URL <http://www.k-kodomohp.or.jp/>



診の必要性があり、

が一般的だが、鹿児島こども病院では、これまで赤字に陥ることなく経営を続けている。その要因のひとつに、木曜日を休診日として土・日曜日は通常診療を行い、24時間の当直体制で小児救急にも対応してきたことがあるだろう。救急指定は受けていないが、要請があった場合には、



この著作物は著作権法、国際条約およびその他の知的財産権に関する法律や条約によって保護されています。著作権者（独立行政法人福祉医療機構）ならびに著作権者の許可を得ない複製（コピー）、再配布を、固くお断わりいたします。



受診を待っている間、子どもが動き回れるスペースを確保した待合室と受付前。取材時は休診日だったが、受診を希望する親子が待っていた。まず電話をしてもらい、必要があると思われる場合は休診日でも受け付ける。24時間体制が地域の安心に結びついている



感染性疾患患者専用の診療室。他児と接触しないよう、受付脇に3室ある

同院で診られる状態であれば断ることは無いという。また、開院時から、子どもの心のケアもできる病院とすることを目的に、保育士や臨床心理士などを採用していることでも知られている。当初から予想以上の患者数となり、順調なスタートを切った。

また、小児医療は、インフルエーザの流行の規模等により年度ごとに収入が大きく変動するが、収入金額以内で経費を賄うという原則に徹していることも、堅実に経営が続く要因としてあげられるだ

るのかもかもしれません」と語る。

東洋伝統医学の考え方を取り入れた健康教室とは

地域に根差し、安定した患者数を確保できている大きな柱としては、喘息教室、肥満教室（現在は健康教室）を実施しつづけていることもあげられる。

子どものための予防指導の取組みは、平成4年9月にはじめて「喘息教室」から始まっている（平成4年9月〜13年）。学校の第1・第3土曜日休業制導入を機に、幼児から小学校低学年を対象として、月に1回、金曜の夕方から2泊3日で病院周辺の自然をいかした山歩きや川遊びを取り入れた体力づくりと、和食中心の食生活を体験させることで、免疫力を高める内容であった。また、アレルギー的要素に加え、心理的要素も関係するとされる喘息の治療について保護者の理解を深めるため、最終日に子育て公開講座などを開催していた。

その後、肥満を改善したいという子どもが増えてきたため、平成

9年7月からは、夏休み期間中に約1カ月入院する肥満教室がスタート。この内容が大変特徴的なものとなっている。東洋伝統医学の考え方を取り入れ、精神と肉体が本来の均衡のとれた状態に戻ることをめざし、正しい日常生活の過ごし方を実践させる内容だ。

同病院の奥章三院長は、次のように語る。

「何も特別なことをしているわけではないのです。朝早く起きて夜は早く寝る、規則的に食事を取り、間食はさせず、水分はお茶という具合です。食事そのものは、前院長の考えを反映させた、アールヴェエダに基づく自然食としていきます。栄養バランスが偏らない食事の取り方や食事のマナーについても、しっかり指導します。間食がないと、摂食障害などの子どもでも食生活が整ってきます。



総合部部長・保育士
河野 千賀子氏

「痩せるということも大切ですが、歩くのも疲れると言っていた子どもが走るようになったり、食事の好き嫌いを克服したり、自発的に行動するようになったと感じたときに、『変わったな』と嬉しく思います。これからも、子どものために努力していきたいと思います」



この著作物は著作権法、国際条約およびその他の知的財産権に関する法律や条約によって保護されています。著作権者（独立行政法人福祉医療機構）ならびに著作権者の許可を得ない複製（コピー）、再配布を、固くお断わりいたします。



病床は、個室9床・4人室16床、3人室3床、6人室12床の計40床

感染の可能性のない患児が集まって食事をしたりくつろぐリビングには、絵本などを充実させている



食事の摂取カロリーの配分は、朝3・昼5・夜2のバランスとし、就寝前3時間以内に食事をとらなようにするといった内容です。日中は、夏休みの宿題の指導も含めた学習時間のほか、町営プールに毎日通い、週1回程度のイベントとして川遊び、地引き綱、キャンプファイヤー、グランドゴルフなど、さまざまな運動や活動をメニューに取り入れている。今年の健康教室には先方の都合で招聘

できなかったというが、18、19年度は、インドからヨガの講師を招き、毎日1時間×2回、本場のヨガ指導も取り入れていた。子どもたちは片言の英語と鹿児島弁で会話をしたが、動作で伝えていくメニューなので、コミュニケーションに困ることはなかったという。なお、今年度は、代わりに鹿児島在住のヨガ講師に週3回×1時間、指導してもらおうメニューとしたそうだ。就寝の準備なども、すべて自分で行うように指導している。食生活だけでなく生活習慣を整えることも、健康な体づくりに役立つからである。

こうした活動は、病院の職員のほか、学生のボランティアやアルバイトなどが支え、プールの代などは病院が負担している。入院期間中は、原則として保護者と面会することはない。なお、参加者の都合や病状にあわせ、30〜40日の範囲で入院日と退院日の設定は柔軟にしている。

「こつとした生活を送るだけで、大きな効果があります。太過ぎている子どもは痩せますし、拒食症などで痩せすぎている子どもは太ります」(奥院長)。

この肥満教室は、不登校児や



院長

奥 章三氏

「健康教室だけ特別な食事しているわけではありません。子どもたちが楽しめるよう、バイキング形式を取り入れたりといった工夫はしていますが、自然食が普段からのスタイルです」



事業所内託児所「フティ・ユニヴェール」は、職員のための託児所で、化学物質を放散しない自然木材を使い、広々としたスペースとなっている。平成12年の建設から8年たっているが、まだ木の香りが漂う

発達障害などがある子どもが増えしてきたことから、平成18年からは健康教室に衣替えしている。健康教室を中心になって運営している同病院の相星壮吾副院長は、次のように語る。「入院して治療をしなければいけない子どもの疾患は、肥満だけでなく摂食障害、喘息の長期鍛練などさまざまです。多様化してきたニーズに対応しつつ、教室の私たちを変えてきました。現代の子どもたちには、いろんな子どもた



ちと触れあうことにも大きな意味があります。長期入院により、それぞれの課題は解決します。解決というのは、具体的な数値の目標は当然ですが、家に帰ったあと、継続して本人が実践できるようになることです。自助・共助・公助という言葉がありますが、ここにくる子どもたちの場合は共助から入って、自己決定できるようになる、ということが入院期間中の目



この著作物は著作権法、国際条約およびその他の知的財産権に関する法律や条約によって保護されています。版權者(独立行政法人福祉医療機構)ならびに著作権者の許可を得ない複製(コピー)、再配布を、固くお断わりいたします。

標です。1カ月以上の入院期間のなかで、標準体重とまではいかなくとも自分の状況を自分でしっかりと把握し、何をやればいいのかを理解し、かつそれを家に帰っても実践できるような素地を作っておけるということです。そういう意味では、すべての子どもが目標を達成して帰るといえます」。

健康教室で身についた食習慣を維持するには、とくに低年齢の場合は保護者の意識改革も必要になるため、教室の前後に外来に通つ

信念と実行力で 地域に受け入れられる

健康教室の広報については、同病院のホームページ、院内掲示、鹿児島県内の小児科医師間のメーリングリストでの紹介の3つの方法で行っている。

慢性疾患児家族宿泊施設「愛子ハウス」(平成15年4月開設)は、1室あたり12畳のスペースがとられている。キッチン、冷蔵庫、食器、寝具などを揃えた部屋は、全4室



事務部長

中袴田 絹江氏

「4部屋すべてが埋まることはなく、2部屋くらいが通常です。だいたい年間100日くらいは使用されている状況です。離島からみえる患者さんのご家庭は、とくに喜ばれています」



てくるなかで、保護者に対し、その子どもに必要な栄養指導を管理栄養士が行っている。

最近の参加者は、平成17年度が9人、18年度が7人、19年度が6人で、今年度は6人であった。鹿児島県内だけでなく、九州内の他県からも来るという。定員は、約10人としており、小学3〜4年生くらいが中心だが、今年度は21歳の患者もきたそうだ。

未来を担う子どもたちにも、 公的な予防事業を

医療法人天会 鹿児島こども病院
副院長 相星 壮吾氏



現代は、中性脂肪が高く肝機能が悪くて……といった子どもが本当にたくさんいます。

生活習慣病予備群の子どもたちの生活改善にも取り組んでいけたらと思うのですが、保険診療という縛りのなかでは限界があります。現在は、あくまでも「入院して治療する必要がある」という子どもたちに、治療の一環として日常生活訓練という選択肢を採用している、という状況です。

最近では、一時的に親子を切り離してあげた方がいいケース、学校の休み期間に生活が乱れてしまうケース、発達障害が周囲に理解されないケースなど、カバーしていくべき新しいニーズがどんどん出てきていますが、保険診療である以上、私たちだけでは解決できません。

例えば国保では、成人を対象したメタボリック症候群対策のためのヘルスアップ教室などを行っていますが、子どもたちにもそうした事業を行っていただけたらと期待しています。もしそうした事業があれば、当院にはお引受けできる素地はあると思っています。少ない子どもを大切にしていってほしいと考えています。

ほかに離島へのボランティア診療(平成7年〜)、ネパールなど海外での診療ボランティア活動(平成8年〜)も続けている。

「離島には年4回行くことが目標なのですが、天候不良などなかなか目標通りに行けません。診療自体はボランティアですが、行政船に同乗させてもらっているの、燃料費などは自治体に負担していただいていることになりました。ネパールはここ2年ほど治安

が悪化しているので行けていませんが、現地の治安が回復して、また行くことができればいいなと思っています」(相星副院長)。

今後は、入院の必要はないが、生活習慣病予備群となっている子どもたちの生活改善に取り組むことも考えているという。

小児医療に対する信念だけでなく、それを実現する実行力があるからこそ地域に受け入れられ、経営を維持できているのだろう。

