

# 家庭看護技術 関係資料

～乳幼児の発達特性を学び、自ら成長するために～

☆ 子どもは大人によって生命を守られている！

- (1) 心身の発達過程を知る
- (2) 食事、排泄、衣類の着脱、身の回りの清潔について学ぶ
- (3) 子どもが健康で安全に過ごせるように配慮する

☆ きずなを結ぶことでお互いに成長する！

- (1) 共に成長するための「言葉がけ」を大切にする
- (2) 子どもを客観的に理解するために、共感的に理解する

◆◆技術検定実施にあたって◆◆

- 1 技術検定のしおり
- 2 指導要項・関係書類
- 3 「実技」実施上の注意
- 4 生徒用のてびき

実施前に、必ず上記の内容を確認してください。  
事前指導で この冊子も参考にしてください。

◆◆実施の流れ「例」◆◆

DVDの4・3級（現3・2級）も  
参考にしてください。

3～1級

清潔な服装。長い髪は結ぶ。爪は切る。

- (1) 入室、礼
- (2) 番号と名前をいう
- (3) 問題配布：問題を読ませる  
（問題文を読んで指示する）
- (4) 初めの合図で開始  
・・・実技終了
- (5) 記入事項がある場合は、  
問題用紙の個票の備考欄に記入
- (6) 礼、退室

審査にあたる教員は、事前に採点表の  
得点事項を確認し、1級は補助員への  
説明や打ち合わせもしておく。

実施中に瞬時に採点する事項と、退室後に  
再確認できる事項を把握しておき、見逃さ  
ないように注意する。

3～1級

「言葉がけ」を大切にしましょう。いろいろな場面を想定して練習しましょう。

● 泣いている赤ちゃんは、  
何を言いたいのでしょうか？



● お父さん、お母さんは  
子どもとどんな会話をしているのかな？



子どもの様子を目で観察するだけでなく、言葉に出して表現しましょう。

例：「顔が赤いね」「汗をたくさんかいているね」

次に行く世話や手当てを子どもに伝えながら進めると良いでしょう。

例：「ミルクを飲みましょうね」「おむつをはずしますよ」

子どもの感情に共感し、言葉をかけましょう。

例：「おなかがすいてるんだね」「おいしいね」「気持ち悪かったね」「気持ちいいね」「大丈夫だよ」

## だっこの仕方



### 首のすわらない乳児の抱き方

左腕を乳児の後頭部、首、背中に回して支え、  
右手でおしりから足を支える。

### 【首がすわらないとき】（寝ている姿勢から）

一方の手のひらで子どもの頭か首をささえ、もう一方の腕は背中が  
不自然にまがらないように、脊柱にそって支える。

（だきよせてからは、左の図を参照）

### 【首がすわっているとき】

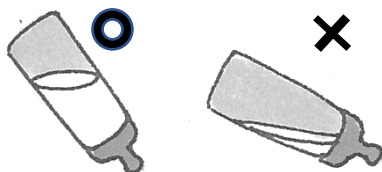
両手で包みこむようにだく。脊柱がしっかりしてきて、はいはいから  
歩行に向かう時期であれば、からだをたてにしてだき、片手を足の  
間に入れて支える。

## 授乳の仕方

粉ミルクを溶かしたら、  
手首の内側あたりに  
垂らしてみて、温かいと  
感じる程度（40℃）が  
適温である。

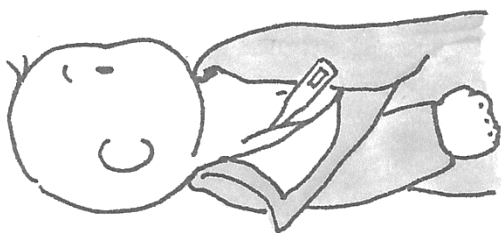


※検定ときは哺乳びんに  
水を入れて傾きを確認する



## 乳児の体温の測り方

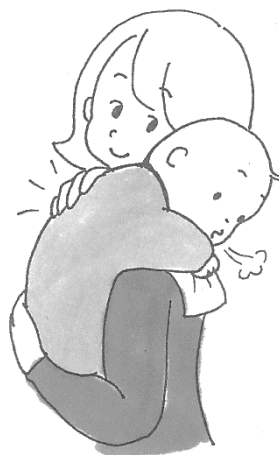
脇の下のくぼんだところで測る。  
汗はふき取る。いつも同じ側、  
同じ部位で測る。



## 排気の方法

乳児は、乳汁と共に空気  
も飲み込んでしまう。

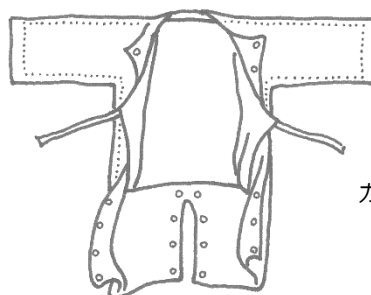
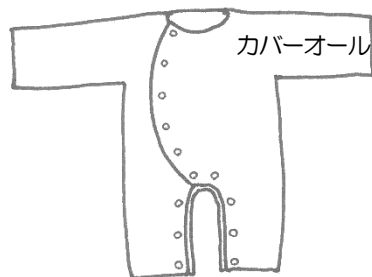
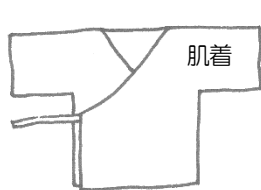
座った状態で  
抱いて、授乳し  
ましょう



授乳後は、乳児が前かがみになる姿勢で  
肩にかつぐように抱き、背中を軽くたた  
く。胃のなかの空気は、げっぷとして出  
る。

## 2級

### 着替えの準備



肌着の袖を  
カバーオールの  
袖に通して  
重ねておく

### けがをしている場合の着脱の仕方

〈 脱がせるとき 〉

〈 着せるとき 〉

健側 → 患側

患側 → 健側

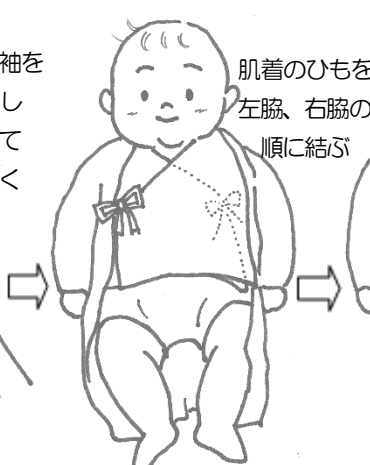
患部を  
かばいながら  
そっと  
脱がせる



先に袖を  
たくし  
あげて  
おく



袖の中に手を入れ、  
乳児の手を握り、  
袖を通してあげる



おしりの下から肌着の  
背中のしわを伸ばす

肌着のひもを  
左脇、右脇の  
順に結ぶ



スナップをとめる

脱がせた肌着と  
カバーオールを  
たたんでおく

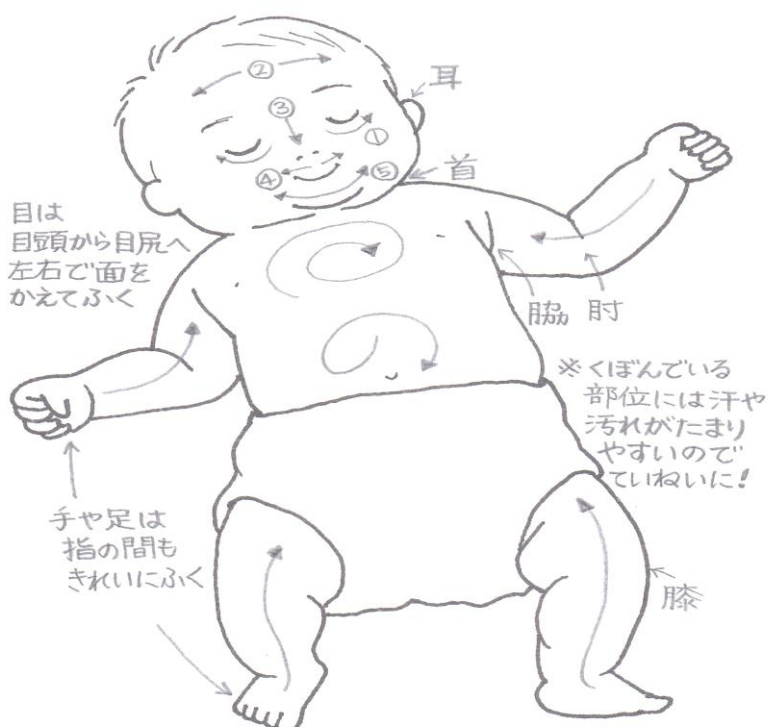


## 準1級

### 清拭の仕方

次の方法は清拭の一例です。  
健康状態や汚れ方に応じて工夫しましょう。

指は1本1本でいねいに拭く  
手・足の甲、手の平、足の裏も拭く



目は  
目頭から目尻へ  
左右で面を  
かえてふく

手や足は  
指の間も  
きれいにふく

※くぼんでいる  
部位には汗や  
汚れがたまり  
やすいので  
ていねいに!

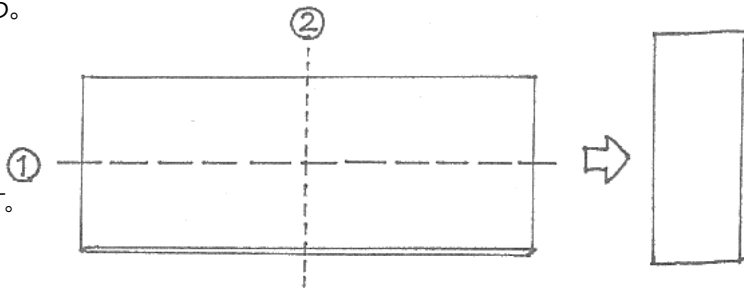
# おむつの仕方

## 1 布おむつのたたみ方

長方形の布おむつを1枚広げます。縫い目があるときは、ごろごろしないようにぬい目が折り目になるようにたたんでいきましょう。

### 新生児の場合

①短いほうの辺を二つ折りにたたみ、長い長方形を作ります。

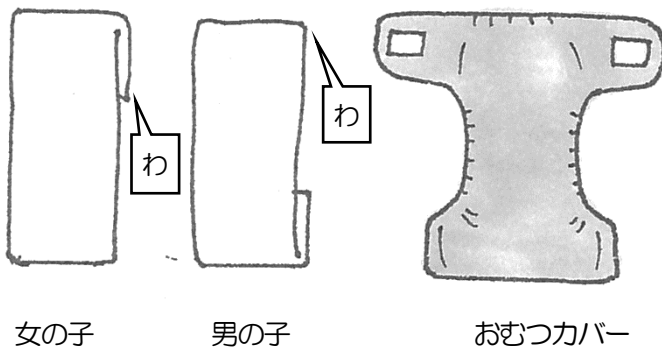


②今度は、長いほうの辺を二つ折りにします。これで四つ折りしたことになります。

おむつカバーの上にたたんだおむつをのせれば、布おむつワンセットができて上がりです。

## 2 布おむつのセットの仕方

女の子は後ろ、男の子は前を折り返して、おむつカバーと一緒にあてる。



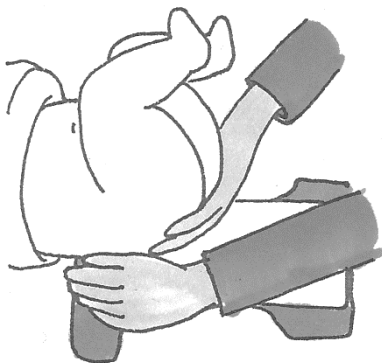
### 陰部清拭



- お尻の下を手で持ち上げるようにする。
- お尻を拭くときは横向きにする。
- おむつを替える時は肌についた尿や便を陰部から臀部の順にふきとる。  
ひだやしわの隙間の汚れもていねいにふきとる

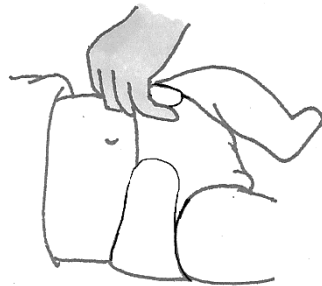
## 3 布おむつのあて方

①おむつとカバーを重ねておしりの下に敷きます



おしりを片手で持ち上げ、おむつカバーごと、おしりの下にさし入れます。

②腹部を圧迫しないようにへその下でまとめる



背中側は、うんちがもれないようにぴったりと当て、おなか側は苦しくないように指が3～4本入る程度の余裕を持たせます。

③足の動きの妨げにならないように足の自然な形に沿ってあてる



おむつの上からカバーを当て、左右を止めたら、左右対称にきちっと当たっているかどうかを確認。おむつがはみ出ていたら、カバーにおさめてでき上がりです

## 傷の手当に使うもの

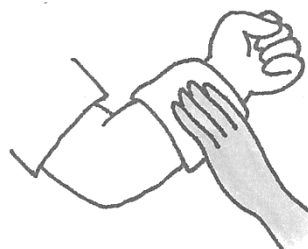
### (1) 保護ガーゼ（傷の覆い）

包帯をする前に、傷には適当な大きさと厚みのある保護ガーゼをあてます。

#### 保護ガーゼの効果

- ・ 圧迫による出血防止（止血）
- ・ 血液や分泌物の吸収
- ・ 傷の清潔保持（感染防止）
- ・ 傷の安静による苦痛の軽減

#### 傷口の止血



### (2) 包帯

包帯には、巻軸帯、弾性包帯、救急絆創膏、三角巾、ネット包帯などの種類があります。

（清潔な状態のストッキング・ハンカチ・シーツなども、包帯として使用する場合があります。）

#### 包帯の目的

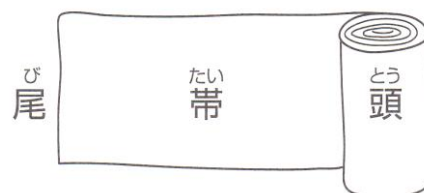
- ・ 傷に当てた保護ガーゼの支持固定
- ・ 副木の固定
- ・ 手や腕を吊る
- ・ 強く巻くことによる止血など

包帯の巻き方がゆるかったり、ほどけて保護ガーゼが傷口から外れると、傷病者に不安や苦痛を与えるばかりでなく、しめ方が強すぎると、血液の循環を悪くしたり、腫れや痛みを増し患部を悪化させたりするので、正確な包帯の巻き方を習得しておく必要があります。

#### ①巻軸帯（かんじくたい）について

巻軸帯は、S、M、Lのサイズを、患部の部位によって使い分けます。

#### 巻軸帯の名称



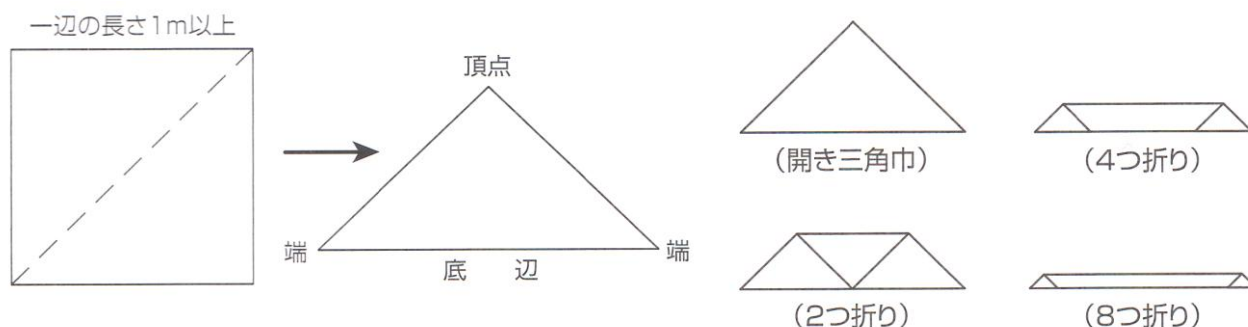
#### ②三角巾について

三角巾は傷の大きさに応じて使用でき、広範囲の傷や関節を包帯したり、手や腕を吊るのに適しています。三角巾の使用法を知っていると、ふろしき、スカーフ、シーツなどを応用することができるので、応急手当の基本的知識の一つといえます。

#### 三角巾の名称と作り方

一辺の長さ1m以上の四角の布を、対角線に沿って二等分に切ります。（2枚できます。）  
開いた状態の三角巾を「開き三角巾」、たたんだものを「たたみ三角巾」といいます。

#### たたみ三角巾の作り方



## 包帯の巻き方

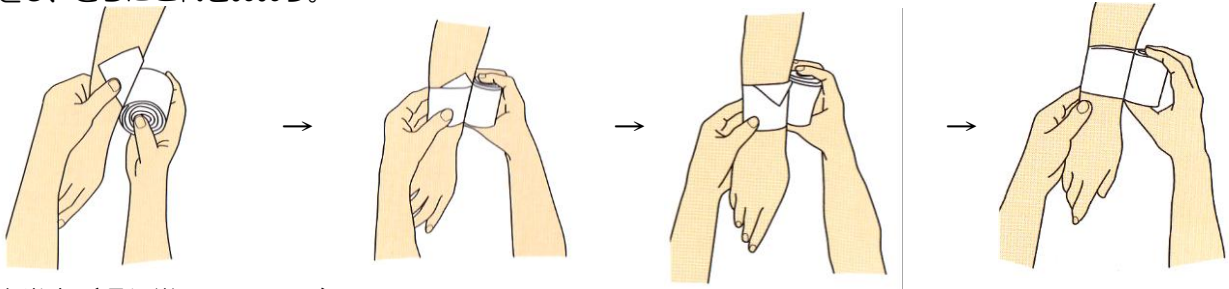
### 巻くときの注意

- 巻軸帯を持ち、体につけ、ころがすように巻きます。しめ過ぎやゆるみに注意してきれいに巻きます。
- はじめと終わりは基本巻きにする。
- 途中で足りなくなってもう1巻を連続して巻くときは、はじめの巻軸帯の尾の下に、次の巻軸帯を約10cm重ねて巻く。
- 傷の上や体の下にならない部分で止める。

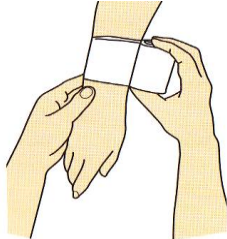
### 巻き方

#### ①巻きはじめ

巻軸帯を巻くときは、起点（出発点）の帯の一端を斜め上にあて、その上に1～2回巻き、次にはみ出した端を折り返し、さらにこれをおおう。



#### ②基本巻き（環行帯 かんこうたい）



巻軸帯の始めと終わりに必ずおこなう。  
ひとまわりごとに巻いた帯をおおうように  
重ねて巻く方法である。

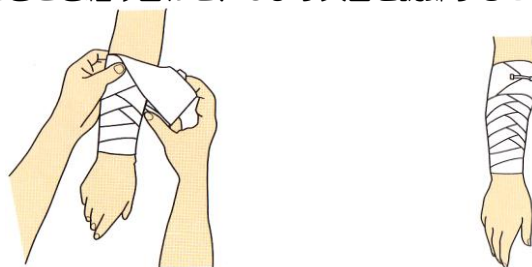
#### ③らせん巻き（螺旋帯 らせんたい）



前に巻いた包帯の上を、1/2～1/3 程度ずつ重ねて  
巻いていく方法である。

#### ④折り返し巻き（折転帯 せってんたい）

前腕、下腿のように包帯をする部分の周囲の差が大きい場合には、一方がゆるみ他方が引き締まるのでこの方法を用いる。1/2～1/3 程度ずつ重ねて、毎回折り返しながら巻く方法である。  
らせん巻きや固定巻きにときどき組み合わせ、しまり具合を調節することがある。

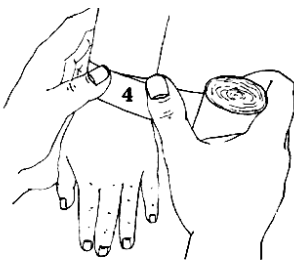
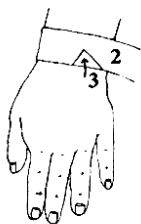
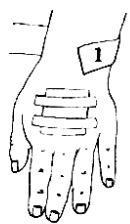




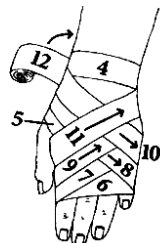
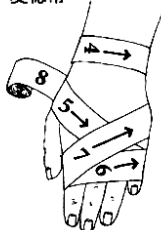
## ⑤8字巻き（麦穂帯 ばくすいたい）

手や手指、肩などを巻く方法で8字帯とも呼ばれる。

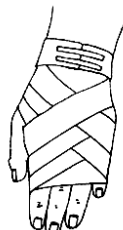
巻き始め（環行帯）



麦穂帯



巻き終わり（環行帯）

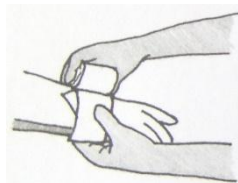


## 三角巾の使い方

上肢の三角巾

【前腕の骨折】

包帯の持ち方・巻き方



三角巾による固定の仕方



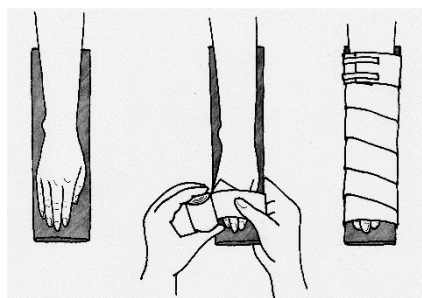
肘と手首  
副木で固定



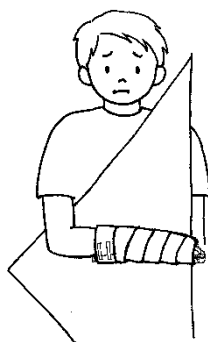
頂点を  
止め結び

前腕が床と平行に  
なるように固定

【手首の骨折】



手と手首  
副木で固定



頂点を  
止め結び

前腕が床と平行に  
なるように固定

## 家庭看護技術 参考文献

- ・「子どもの発達と保育 ～育つ・育てる・育ち合う～」 教育図書
- ・「子どもの発達と保育」 実教出版
- ・「保育基礎 ようこそ、ともに育ち合う保育の世界へ」 教育図書
- ・「保育基礎」 実教出版
- ・「赤十字 救急法講習」（教本） 日本赤十字社