

プレパレーションガイド

お子さんが安心して処置や検査を受けるためにできること

母子センターキャラクター
“モコニャン”



ご家族の皆さまへ

「プレパレーション」とは処置や検査、手術などの医療行為を受ける子どもに対して、心構えや準備を促すことによって不安や恐怖を軽減し、乗り越える力を引き出すことです。お子さんの発達に合わせた資料を使って説明を行い、一緒に処置を乗り越える作戦を立てることで、「できる」「頑張れそう」という気持ちを増やしていきます。

「どんな風に手術について伝えよう」「手術や検査の話すると怖がらるかな。黙ったまま連れて行こうか」「怖がらずに検査に向かうことができるかな」。いろいろな悩みや不安を抱えながら、お子さんと向き合っているご家族に、この資料が一つの助けとなりますように。

ぜひ、みなさんもプレパレーションを行なってみてください！

何かからはじめよう

「何かからはじめたら良いのだろうか」。そんな疑問が浮かんできますよね。安心してください。この資材は、お子さんへの「プレパレーション」をサポートするものです。一つずつ一緒に確認していきましょう。



もくじ

1. 処置や検査、手術、病院での予定について理解する
2. どのように子どもに伝えよう？
3. 自分で話をするのが難しい時には
4. 私が話すので大丈夫？
5. お子さんに話をする時のコツ
6. 年齢別のポイント
7. 当センターでの術前サポート
8. プレパレーションの例として、採血を伝えてみましょう
9. 病院に関する絵本
10. 大阪母子医療センターが提供するプレパレーションに使える資材

1.処置や検査、手術、病院での予定について理解する

お子さんへの説明の前に、まずはご家族のみなさんがお子さんが経験する処置、検査、手術について理解するための時間を取りましょう。ご家族が疑問に感じること、不安に感じることは、診察などの際に、医師や看護師に遠慮なく尋ねてください。

※診察の際にお話できなかった時には、内科系・外科系受付で誰に相談したらよいか尋ねてください。



2.どのように子どもに伝えよう？

処置や検査、手術の伝え方について悩む場合もあるかと思います。大阪母子医療センターでは、「プレパレーションブック」を作成しています。処置・検査、手術について、どのような手順で、どのようなことが行われるのかを子ども向けにわかりやすく説明しています。ぜひ、お子さんへのお話の際にご利用ください。プレパレーションブックには、下記からアクセスすることができます。

<https://www.wch.opho.jp/kodomo/preparation.html>



ご家族だけで不安な場合は、当センタースタッフがお手伝いすることもできます（次ページをご覧ください）。

3.自分で話をするのが難しい時には

お子さんに処置や検査、手術の話を自分でするのは難しく感じる場合は、院内スタッフにご相談ください。処置や検査、手術などに対して、お子さんの成長や発達に合わせた説明の仕方や方法をご家族と考え、お子さんの理解をサポートします。

- 外来看護師・病棟看護師

処置や検査、手術に向かうお子さんの負担が軽減できるようお手伝いします。

- ホスピタル・プレイ士

ぬいぐるみ、写真、玩具、実物の医療資材、絵本などを用いて、お子さんの理解を助けるお手伝いをします。お子さんの不安や苦痛が少しでも軽減するように、気持ちの面でのサポートをします。

4.お子さんに話をする時のコツ

以下のような項目を含めて、事前に、処置・検査、手術について話をするのが、お子さんの医療経験への理解につながると言われています。

- お子さんの年齢や発達に合わせた時期があります。後ほど年代別にご紹介します
- 感覚に関する情報（味、感触、音など五感に関する情報）を伝える
- 一連の出来事の流れについて説明する
- どのくらい処置に時間がかかるか説明する

お話の内容については、お子さんの状況に合わせてください。お子さんが不安に感じるようなことは必ずしも伝える必要はありません。ただし、嘘をついたりごまかしたりしないでください。

★避けてほしい例★

- 採血の時「痛くないよ」と言う
- 入院や手術することを黙って連れて来る

5.自分の説明で大丈夫？

お子さんに話をする際、「自分が説明するので大丈夫かな？」と感じるかもしれませんが。しかし、ご家族は、お子さんにとって安心できる頼もしい存在です。また、お子さんのことを一番理解しているご家族は医療チームにとっても心強い存在です。ぜひお子さんに前向きな言葉をかけてあげてください。そういったご家族の言葉が、お子さんを処置や検査、手術に前向きに向かわせてくれると思います。



6. 年齢別のポイント

乳幼児（0～2.5歳）

- お子さんが説明を理解することは難しい年代ですが、ご家族の安心がお子さんの安心にもつながります。ご家族がお子さんにできることを医療スタッフと相談しましょう。また、ご家族が不安に感じていることやわからないことなどあれば、医療スタッフにお尋ねください。

就学前児（2.5歳～5歳）

- 5～7日前に説明することが効果的です。
- 実際のあるところに行ったり、写真を見たり、実物の医療資材を用いて、具体的なお話をすることが、子どもの理解につながる年代です。
- ご家庭では、先述のプレパレーションブックをぜひご活用ください。
- 病院でもお子さんに合わせた説明の仕方をご家族と一緒に検討できます。必要な場合はご相談ください。

学童（6～11歳）

- 遅くとも1週間前までにお話しましょう。
- 体の仕組みや病気、治療について、本人が理解できるように説明しましょう
- お子さんにあった対処方法などをご家族で話し合ったり、お子さんの気持ちを正直に言えるような機会をもってあげてください。

青少年（12～18歳）

- お子さんにお話して良いと感じる時であれば、いつでもお話してあげてください。
- 自立していく時期です。医師との話には、本人も同席し、自分の体について正確な情報を得て、治療などの決定に参加していくことが大切です
- 自己決定や自律性を尊重し、治療への主体的な参加を促しつつ、サポートしてあげてください。

7. 当センターでの術前サポート

手術を受けるお子さんに対して、当センターでは下記のような術前のサポートがあります。

●手術看護外来

麻酔科受診後に手術室看護師と話をする機会があります（希望制）。手術に関してご家族が抱えている不安についてお話したり、お子さんへの手術の説明を行っています。

●ホスピタル・プレイ士によるサポート

ぬいぐるみ、写真、絵本、玩具、本物の医療資材など、お子さんの理解を助けるグッズを用いて、手術に関する話をします。お子さんが安心して入院生活を送ることができるよう、気持ちの面でのサポートも行います。

介入をご希望される場合は、外来受診の際に主治医にご相談いただくか、手術看護外来での面談時にご相談ください。

8. プレパレーションの例として、 採血を伝えてみましょう

事前に検査があると分かっている場合は、お子さんに病院に来る前に採血があることを伝えましょう。

- 採血の説明例

「血を少しとる検査だよ。血を調べると体がどうなっているかわかるんだよ」

- 説明時期

6の年齢別のポイントを参照ください。

- 説明に用いるもの

2歳から小学校低学年くらいのお子さんであれば、ごっこ遊びをしながら説明するのも一つです。その際、ご家庭にある医療ごっこ用の玩具等を用いてもよいと思います。採血や注射に関する絵本を読みながらお話していただいてもかまいません。「プレパレーションブック」もご活用ください。

お話をする際のコツ

- 採血の流れを伝えましょう。お子さんが感覚で感じること（例、アルコール消毒の冷たさや匂い）もお話しましょう。
- お子さん自身の役割（例、「お人形さんのようにじっとしてるんだよ」）を伝えましょう。役割を伝えることで、自分自身も処置に参加している一人だという気持ちが芽生え、処置に対してより前向きに臨むことができます。
- どんな姿勢だと頑張れそうか、お子さんと一緒に考えてみましょう。保護者抱っこが良いか、寝ている姿勢が良いか、保護者に手をつないでもらうのが良いかなど、お話してみてください。
- 必要に応じて、採血時にお子さんの気がそれるようなグッズ（例、音や光の出るおもちゃ、タブレット）を用いることも有効です。

●採血後

お子さんと一緒に採血を振り返ってみてください。どんな方法だとうまくいったか話してみましよう。また、お子さんが頑張ったことなどお話しましよう。お子さんが頑張ったことをたくさんほめてあげてください。次回の採血や別の処置や検査につながる、成功経験としてお子さんの中に残ることと思います。

●気を付けること

「いい子にしていけないから注射する」「悪いことするから注射してもらおう」など、子どもを脅すようなことは決してしないでください。



9. 病院に関する絵本

- **ひとまねこざるびょういんへいく** (岩波の子どもの本) 1998/3/5
M.レイ (著)、H.A.レイ (イラスト)、光吉夏弥 (翻訳)
- **おさるのジョージはいしゃさんへいく** (岩波書店) 2014/10/10
M.レイ (著)、H.A.レイ (イラスト)、福本友美子 (翻訳)
- **からだの「なぜ？」えほん なぜちゅうしゃをするの？** (文響社) 2021/11/11
カーラ&ジョン・フローランス (作絵)、岩田健太郎 (監修)、吉山朱里 (翻訳)
- **なぜおいしゃさんへいくの** (文響社) 2021/12/9
カーラ&ジョン・フローランス (作絵)、岩田健太郎 (監修)、吉山朱里 (翻訳)
- **コロとカラのびょういんえほん 採血ってなあに？** (星雲社) 2023/7/19
村田友梨 (著)、megkmit (え)
- **からだのふしぎ (どんだんめくって発見) からだえほん** (学研プラス)
2013/2/26
ロウイーストウェル (著)、阿部和厚 (監修)、ケイトリーク (イラスト)、山田美愛 (翻訳)

10.大阪母子医療センターが提供する プレパレーションに使える資材

大阪母子医療センターホームページ内

「こどものページー来院前にぜひ見てねー」

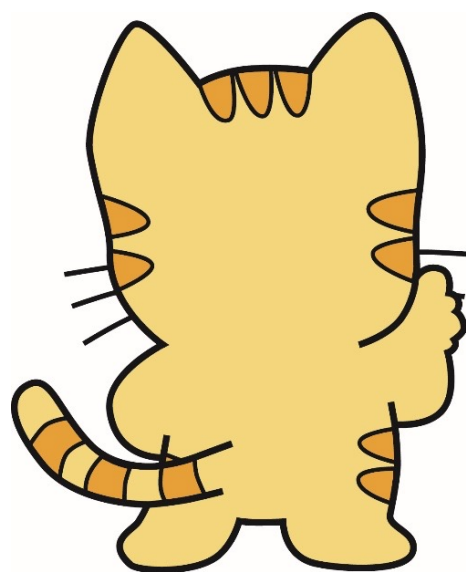
<https://www.wch.opho.jp/kodomo>



●コンテンツ

- プレパレーションブック
- にゅういんするきみへ
- びょういんたんけん
- びょういんのおしごとしょうかい
- モコニヤンのページ

※「プレパレーションガイド」もここで見るすることができます。



大阪母子医療センター 2025年 11 月 初版