



# ほけんだより



2026

2月



保育所うるは  
No.17

小児科  
佐藤・立川医師監修

寒い日が続いています。インフルエンザの流行は、昨年よりも落ち着いていますが、引き続き感染対策を心掛けましょう。今回は『誰かに聞きたい、男の子の体』についてお話しします。

Q.男の子のおちんちん、むく？むかない？

A.むかずに放っておいてよい

日常診療で男の子の親御さん(特にお母さん)からの質問あるあるですね。

先日も、お父さんが4歳の男児のおちんちんを、お風呂で頑張ってみていたたら、翌日から痛がって泣いている、というお子さんが受診しました。

ほとんどの成人男性が『仮性包茎』という

『亀頭部全体は出ていないが、用手的に出すことができる』タイプです。

手術が必要な『真性包茎』は1~2%です。



包皮をむきやすい時期

①0~2歳：この時期にむくべき！ではなく、少し引き上げて尿道口を出して清潔にする程度で良い。

②12歳以上：むきやすくなり自分でむけるようになるので、この時期まで放っておいて大丈夫です。

もし思春期のお子さんが非常に気にしている様子があれば泌尿器科を受診してください。

⚠️2~12歳：痛みを伴い最もむきにくい時期です。嵌頓(かんどん)包茎の危険性もあります。

【嵌頓包茎は緊急事態】

包皮を無理にむいたことにより、亀頭部が戻らなくなり、亀頭の根本が締め付ける状態です。

血流が悪くなり、放っておくと組織が壊死してしまうため、緊急で受診が必要です。

## 小児科医による育児コラム 子どもとの会話

子どもが話しかけてきた時→子どもの話を聞き切る：子どもの話って、長い割にまとまりがなくて分かりづらい。結局何が言いたいのかわからず「そうなんだ、よかったね」なんて言って、途中で切り上げてしまいませんか？それでは、言葉で説明する力も、聞く力も付きません。とにかく一度最後まで聞き切り、その後「今の話って、こういうこと？」と、親御さんが話を要約してあげてください。そうすることで伝わりやすい表現を学ぶこともできます。また、他のきょうだいが話しかけてきても「今は〇〇ちゃんがお話しする番だから待っててね」と言ってください。パパ、ママは僕の話聞いてくれている、大切にされている、と思うことができます。

こちらから話しかける時→具体的に聞く：「学校どうだった？」「別に、普通」「...」小学校高学年以降の親子会話あるある、でしょうか？とは言え、お父さん、お母さんも「仕事どうだった？」と、奥さん、ご主人から聞かれたら「別に、いつも通り」答えるのではないのでしょうか？学校での生活を聞きたければ、具体的に聞きましょう。「今日の給食なんだった？」「昼休み何して遊んだ？」などから、話を広げていくことで、親御さんが本当に聞きたい、交友関係や授業についていけているか、などを話してくれるかもしれません。その土台となるのが、前述の、幼児期~低学年、比較的自分から話しかけてきてくれる時期に、いかに親御さんがお子さんの話を聴いていたか、だと思います。