

第27回シンポジウム

日 時 平成19年1月25日(木) 午後2時～5時

場 所 アルカディア市ヶ谷(私学会館)

テーマ 子どもが育つ保育

座 長 前川喜平先生

講 演

1. 「ふれあいの意味」

神奈川県立保健福祉大学教授

東京慈恵会医科大学名誉教授

前川 喜平先生

2. 「園におけるタッチケアの実践」

聖マリア病院母子総合医療センター育児療養科長

吉永小児科医院副院長

吉永 陽一郎先生

3. 「絵本の読み聞かせ ～心の処方箋～」

吉村小児科院長・日本小児科医会常任理事

内海 裕美先生

4. 総合討論

前川 皆さん、こんにちは。今日は非常に晴れて気持ちのいい日です。これから約3時間、よろしくお願ひします。

保育園、幼稚園は、子どもを預かり、親と一緒に子どもを育てる場です。現在の子どもは物質的には非常に恵まれておりますが、家庭を含めて、子育ての現場で最も不足しているのがいわゆる「ふれあい」です。子どもはふれあいにより育つと言われてます。ふれあいを重視した保育をどのようにして行い、子どもを育てるかが、本日のテーマ「子どもが育つ保育」です。ふれあいの方法として、保育の現場で誰にでも容易にできて害がないものとして、今回は「タッチケア」と「絵本の読み聞かせ」の2つを取り上げさせていただきます。

本日の予定は、最初に各講師の先生に講演をいただき、終了後、休憩をはさんで、皆様からの質問をもとにして討論を行う予定です。本日、短い時間ですけれども、今回のシンポジウムが皆様の保育の場で実際に役に立つことを心から願っております。

それでは、まず私が最初に「ふれあいの意味」につきまして20分ほど話させていただきます。

1. 「ふれあいの意味」

神奈川県立保健福祉大学教授

東京慈恵会医科大学名誉教授

前川 喜平先生

○ふれあいとは

「ふれあい」とは何か、それは人と人が直接ふれあう生身のコミュニケーションの事です。決してEメールとかそういうこととは違うということです。英語ではタッチ (touch) と言います。実際には、抱きしめたり、抱き合ったり、さすったり、揺すったり、声をかけたり、見つめたり、母乳を与えたり、笑顔などの広義のスキンシップで、人間の重要なコミュニケーション手段の一つと考えられております。

ふれあいは、赤ちゃんに必要な生物学的ニードで、タッチケアのTをとって「ビタミンT」とも言われております。これは子どもが育つ太陽の光に喩えられています。我々人間は太陽がなかったら生きていけません。子どもも、ふれあいがないと生きていけませんという意味です。では一体、どうしてそうなのかの意味をこれからお話しいたします。

○新生児期における「ふれあい」の重要性

ふれあいがどうして重要かということを理解するためには、新生児期におけるふれあいの重要性を理解していただくのが一番の早道です。妊娠中のお母さんたちには、子どもを育てるエネルギーが遺伝的に組み込まれておりますし、お腹の中の赤ちゃんにも育つ力が遺伝的に組み込まれていますが、両方のエネルギー共に、お産しただけでは出てこないのです。引き出されないと出てこないということが大切なことです。それは、お産をした後のお母さんと赤ちゃんの自然に行われるスキンシップ、ふれあいによってスイッチが入ることになっています。このための一つの能力として、新生児が持っている不思議な能力があります。生まれたばかりの赤ちゃんはいろいろなものをすべて見ますが、人間の顔を一番よく見て、最も見える距離が母乳をやっているときのお母さんの目と赤ちゃんの目です。その距離で抱いてお母さんが語りかけると、赤ちゃんはそれに応えるように、体を揺すったり、口を動かしたりします。生後5日以上たつとお母さんのにおい、呼び声で、そっちを振り向くなどのことが、わかっているわけです。

普通の望まれた妊娠で周囲に支援があると、胎動が始まる頃から、どんな赤ちゃんが生まれるのだろうかとの期待と不安があります。生まれた後はどんな人種のお母さんたちも、必ず抱いたり、さすったり、母乳を与えたり、自然のスキンシップを行います。それに対して赤ちゃんが持っている能力で応えますと、それで初めて、組み込まれていた子どもを育てるエネルギーと、子どもの育つ力にスイッチが入るわけです。

新生児の早期接触がどうして重要かということに関しましては、表1を見てください。

小児虐待および非器質性発育不全症に及ぼす分離の影響					
	著者	対象	罹患数	発 生 率 %	
発育不全症	AMBUEL および HARRIS, 1963	100	27 未熟児	27	
	SHAHEEN, ALEXANDER, TRUSKOWSKY および BARBERO, 1968	44	16 未熟児	36	
	EVANS, REINHART および SUCCOP, 1972	40	9 未熟児	22.5	
	ELMER および GREGG, 1967	20	6 未熟児	30	
虐待	SKINNER および CASTLE, 1969	78	10 未熟児	13	
	KLEIN および STERN, 1971	51	12 低出生体重児	23.5	
	OLIVER, COX, TAYLOR および BALDWIN, 1974	38	8 未熟児	21	

(表1)

これは、第二次世界大戦の後、アメリカで、何だかわからないけれども、大きくならない、発達が遅れている発育不全の子どもと虐待が問題になったわけです。発育不全症の子どもでは百人いたうちの二七%が、生

まれた後、お母さんと分離されていたとか、虐待の子どもでも、虐待されたうちの二三～三〇%が周産期にお母さんと一緒にいなかった、ということがわかってきたわけです。

では、動物の社会はどうかといいますと、表2のように、生後間もなく離してしまうと、もとに戻しても六匹のうち五匹が拒否されたとか、生まれてわずか五分か十分、三十分から一時間離しても、三分の一は全く乳を与えないし、二分の一は粗雑に保育されたとか、動物でもそういう事実がみられました。

研究資料	分離開始時期	分離期間	影響
COLLIAS, 1956	生後まもなく	2-4 ¹ / ₂ 時間	元に帰したとき少なくとも1時間は6匹の子どもの5匹が拒絶された
	生後まもなく 分離せず	15-45分間	6匹の子ども中6匹が受け入れられた 8匹の子ども中8匹が受け入れられた
KLOPPER, 1971	出生直後	1, 2, あるいは3時間	15匹の母親中2匹が子ヤギに乳を飲むのを許した； 15匹の母親中15匹とも他のヤギの子どもを絶対寄せつけなかった
	生後8分	1, 2, あるいは3時間	15匹の母親中14匹が直ちに子ヤギを再受容した；15匹の母親中15匹とも他のヤギの子どもを絶対寄せつけなかった 2-3ヵ月後母親ヤギとその子ヤギ、および他の子ヤギ2匹について観察
HERSHER, RICHMOND および MOORE, 1963 a	実験対象：生後5-10分 間後	¹ / ₂ -1時間	子ヤギの ¹ / ₂ は全く乳が飲めず、あと ¹ / ₂ は乱雑に養育された 自分の子ヤギをつつき出す母親ヤギはいなかったが他のヤギの子はしばしば突き出された
	対照：分離せず		乱雑に養育されたものなし

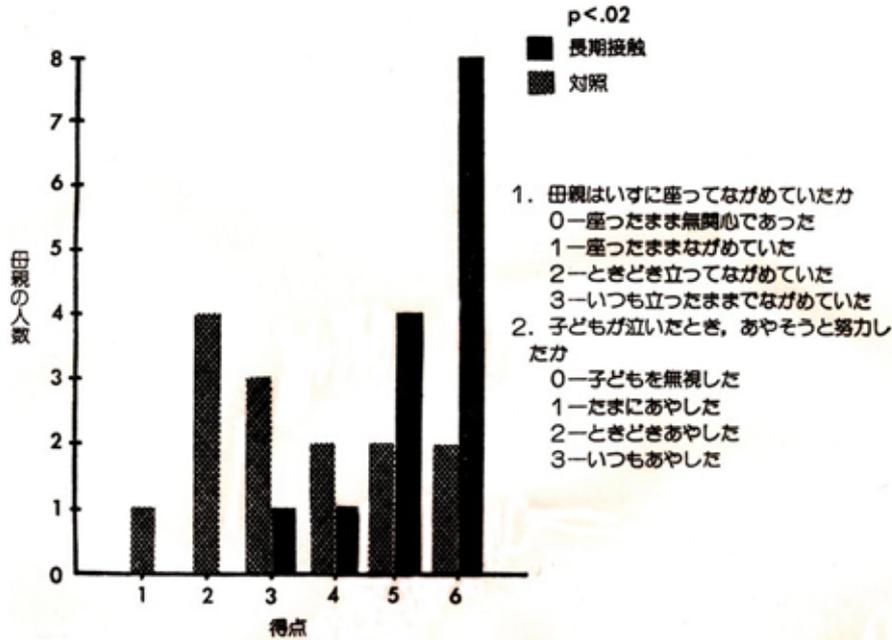
(表2)

次に表3を見てください。クラウド、ケネルという有名な人が、そこに出ているように、お母さんの特徴、収入、社会階層、赤ちゃんの目方、男・女、すべて類似の対照群と長期接触群の二つのグループを作り実験しました。長期接触群というのは、生まれてから退院するまでお母さんのそばに赤ちゃんを置いて、母乳とか抱くとかのふれあいを十分与える群です。対照群は、哺乳のときだけ赤ちゃんを連れてきて、後は新生児室で赤ちゃんを育てたわけです。

	対照群	長期接触群
母親の特徴		
年齢	18.6	18.2
母親の人数		
既婚	5	4
黒人	13	13
白人	1	1
平均得点†		
A (住居)	6.5	6.7
B (職業)	6.6	6.7
C (教育)	4.9	4.9
看護婦の時間 (分/日)‡	14	13
在院日数	3.7	3.8
平均出生時体重 (グラム)	3074	3184
子どもの人数		
男児	8	6
女児	6	8

(表3)

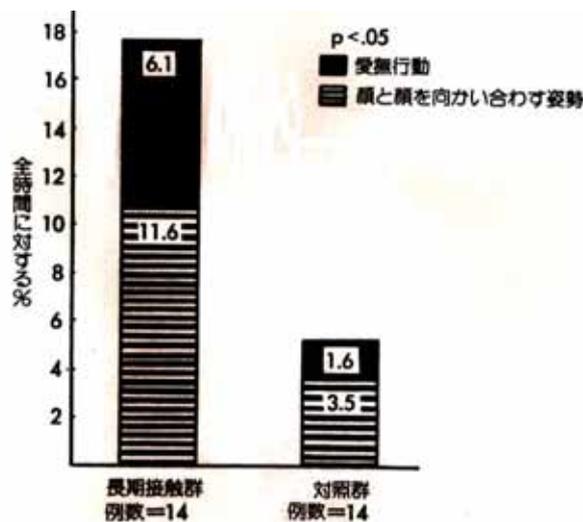
表4を見ますと、退院一か月健診のときに、赤ちゃんが診察しているのをお母さんは椅子に座って眺めていたか、「座ったまま無関心」が0点で、「いつも立ったままでながめていた」が3点。それから、子どもが泣いたとき、あやそうと努力したか、「子どもを無視した」が0点で、「いつもあやした」が3点です。そうすると、生後一カ月の時点で、黒いほうが長期接触群です。斜線が対照群ですけれども、長期接触群が明らかに好ましい行動をお母さんがとっていることがわかります。



1か月検診時に行った母親の行動観察と得点数。(KLAUS, M. H., JERAULD, R., KREGER, N. C., McALPINE, W., STEFFA, M., and KENNEL, J.H. : N. Engl. J. Med. 286 : 460-463, 1972.)

(表4)

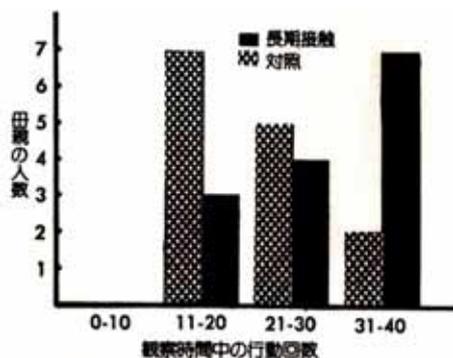
表5を見てください。これは同じようなことで、そのときの「愛撫行動」と「顔と顔を向かい合わす姿勢」です。これでも長期接触群のほうが対照群よりはるかに好ましい行動が多いということがわかりました。



長期接触群と対照群の各母親にみられた「顔と顔を合わせる姿勢」と愛撫行動の出現率 (生後1カ月で行った映画による授乳行動の分析)。(KLAUS, M.H., JERAULD, R., KREGER, N.C., McALPINE, W., STEFFA, M., and KENNEL, J.H. : N. Engl. J. Med. 286 : 460-463, 1972.)

(表5)

一年後のことですが、表6を見てください。一年後の診察に来たときに、医師の診察中に見られたお母さんの行動を十五秒ごとに観察して、お母さんが診察中の医師を助ける行動の回数を示したものです。



生後1年の検診時、医師の診察中にみられた母親の行動。15秒ごとの観察時間（1人10分間）内に母親が診察ベッドのそばで医師を助ける行動を示した回数。（KENNELL, J.H., JERAULD, R., WOLFE, H., GIBLER, D., KREGER, N.C., McALPINE, W., STEFFA, M., and KLAUS, M.H. : Dev. Med. Child. Neurol. 16 : 172-179, 1974.）

(表6)

これでも明らかに長期接触群の方が好ましい行動が多い。さらに表7のほうは、お母さんの行動で、子どもが泣くときに応えてあやす行動を示したパーセントです。一年たっても、明らかにお母さんは子どもを育てるのに好ましい行動をしていることがわかったわけです。

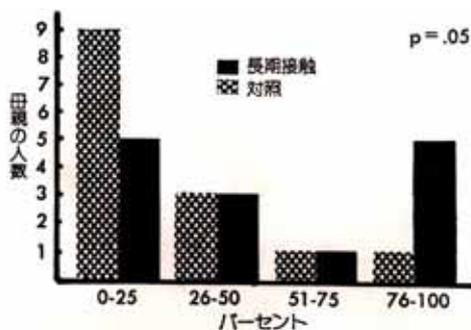


図 3-8 生後1年の検診時、医師の診察中にみられた母親の行動。15秒ごとの観察時間内に、子どもの泣くのにこたえてあやす行動を示した時間を%で表わしたもの。（KENNELL, J.H., JERAULD, R., WOLFE, H., CHESLER, D., KREGER, N.C., McALPINE, W., STEFFA, M., and KLAUS, M.H. : Dev. Med. Child. Neurol. 16 : 172-179, 1974.）

(表7)

○母子相互作用とアタッチメントの形成

スイッチオンされると、普通のお母さんは、自分の赤ちゃんだ、かわいい、育てなくてはならないという感情が起こります。赤ちゃんが泣いたときに、わからないけど世話をするわけです。そうすると、何だかわからないけどやっているうちに、赤ちゃんが心地よくなって泣き止み寝て、再び不快になって泣く、この繰り返しですよね。これらの動作が反復することによって、赤ちゃんのほうは、自分が守られている、安心だ、この人は信頼できるという人に対する信頼感と、母親に対して情愛の絆、アタッチメントが形成されるわけです。

ふれあいによってスイッチオンされると、赤ちゃんが可愛くなり、赤ちゃんが声を出すとお母さんが応えて、笑うと笑い返す、お互いのやり取りやふれあいによってお母さんはお母さんらしく、赤ちゃんは赤ちゃんらしく育っていくのです。お互いのやり取りによってお互いにそれらしく育つのを、「母子相互作用」呼ばれています。ふれあいによる母子相互作用によって、子どもの心が育つのに最も重要なアタッチメント（愛着）が形成されます。

○フレデリック大王の実験とネグレクト

ふれあいがなかったらどういうことになるか、それが「フレデリック大王の実験とネグレクト」です。産業革命後のヨーロッパは捨て子が多くて、それを修道院に入れて修道士が育てました。フレデリック大王はあるとき修道士にマスクをさせて、赤ちゃんが目を見ても一切目を見てはいけない、笑いかけても笑ってはいけない、語りかけてもいけないと、ふれあいを一切しないで赤ちゃんを育てる実験をしたのです。そうしたら、実験が終わらない間に子どもはみんな死んでしまったのです。次は現在の社会で問題になっている虐待の一種のネグレクトです。赤ちゃんがだすサインを一切無視して育てると、子どもは身体も大きくならなければ発達も悪い発育不良になってしまいます。以上の事実からふれあいは子どもが育つ上で非常に大切だということです。

今日お話しするタッチケアも絵本の読み聞かせも、すべて、このふれあいの延長線上にあるものです。ふれあいのもう一つの特徴は双方向性ということです。子どもだけが癒されるのではなくて、やっているほうもお互いに癒されるというのが特徴です。フィリス・デイヴィスという人の『パワー・オブ・タッチ（ふれあいの力）』という本がありまして、その本の中に、ふれあいがいかに大切かという詩が載っています。これをちょっと読ませていただきます。

もしわたしがあなたの赤ちゃんなら

どうぞ、わたしにふれてください

今までわたしが知らなかったやさしさを

あなたからもらいたい

おふるにいれてください

おむつを替えてください

おっぱいをください

ぎゅっとだきしめてください

ほおにキスしてください

わたしの体をあたためてください

あなたのやさしさとあなたのくれる快樂が

わたしに安心と愛をつたえてくれるのです

もしわたしがあなたのこどもなら

どうぞ、わたしにふれてください。

いやがるかもしれないし、拒否するかもしれないけど、

何度もそうしてください

わたしがどうしていやがるのかわかってほしいから

おやすみなさい、と抱きしめるあなたの腕が

わたしの夜を甘くしてくれる

昼間に見せてくれるあなたのやさしさが

あなたの感じる真実を伝えてくれる

(途中を省いて、最後のほうにいきます。)

もしわたしがあなたの年老いた父親なら

どうぞ、わたしにふれてください。

あなたが小さかったときに

わたしがあなたにふれたと同じように

わたしの手をにぎり、わたしのそばにすわって、

わたしを力づけてください

わたしの疲れた体によりそい、あたためてください

わたしは随分しわくちゃになってしまったけれど、

あなたのやさしさに力づけられる

どうぞ、何もおそれないで

ただ、わたしにふれてください - フィリス・K・デイヴィス

これが今日の要約です。

結局、ふれあいは、赤ちゃんから老人まで、総ての人に必要な重要なコミュニケーション手段だと思いません。

次に、吉永陽一郎先生に、「園におけるタッチケアの実践」ということでお話をいただきます。

日本で行われているタッチケアは、アメリカではTouch therapyと言われているものです。それを日本に導入するにあたって、アメリカのマイアミと国際テレビカンファレンスをやりました。そのときに吉永先生が、日本では、タッチセラピー、ふれあいは治療ではない、ケアにしたらどうか、と言う提案で日本ではタッチケアとなりました。日本のタッチケアの名前の生みの親です。

吉永先生は、世界の各国から一人ずつ選ばれたタッチケアの代表者で、日本でのタッチケアのインストラクターとして国際的に認められている方です。本当は親と子でやる方法として取り入れたのですが、保育園、その他でやって、意外な効果があることがわかってきました。そのことについてもお話しいただけるのではないかと思います。 それでは先生、よろしく申し上げます。

二番目の育児支援は、お母さん自身が育児をするのですが、それをなるべく心安らかにしてもらえようというタイプの育児支援。いつでも相談所があったり、いつでも相談に乗れる人がやって来たり。例えば、育児というマラソンを私たちが代わりに走ることはできませんけれども、自転車とか車に乗って横で、「もうちょっとで給水所よ」「もうちょっとペースダウン、ペースダウン」「もうちょっとで坂道よ」とか言いながら、いつもお母さんの横にいる、そういうタイプの育児支援があるだろうと思います。

三番目の育児支援が、愛着形成支援というタイプです。わが子がかわいい、うちの赤ちゃんとずっと一緒にいたい、いつもうちの子を抱っこしておきたい、うちの子に何か語りかけたい、もっと言えば、うちにも赤ちゃんが欲しい、そういう気持ちにも支援が必要なことがあるというふうに最近思います。

四つ目の育児支援は、お母さんのリフレッシュです。赤ちゃんのそばにはずっとお母さんがいてほしいのですが、中にはパートに出たりして、その後、子どもに手を上げずに済むようになるお母さんたちがいらっしゃることも事実でございます。リフレッシュの方法はいろいろあるでしょうけれども、リフレッシュということがあると思います。

こういう四つのタイプの育児支援が混ざってやってくるのだらうと思っておりますが、これはあくまで吉永の分類です。

○タッチケア

タッチケアは、その中の三番目の「愛着形成支援」というタイプの育児支援だと考えていただいてもいいかと思いますが、その検討は新生児センターから話は始まりました。昔の新生児センターは、ガラス越し、保育器越しにお母さんが面会に来ては、「私の赤ちゃん大きくなってね、おっばい持ってきたよ。」「元気でね、早く治ってね。」「早く大きくなってね、おうちに帰ってきてね。」と面会をしていました。

そういう面会が多かったのですが、最近は、お母さんがざっくりした服を着て、その裸の胸の中に赤ちゃんを抱っこしてじっとしている様子があちこちで見られるようになりました。そういう面会の仕方を「カンガルーケア」といいます。(図1) 赤ちゃんは入院せざるを得なかったわけですが、赤ちゃんと離れて暮らしているお母さんと子の間でも、肌と肌のふれあいを持つことによって、お母さんのおっぱいがジワッと出てきてみたり、赤ちゃんの体重が伸びたりということがたくさん学会で報告されて、いま、全国の新生児センターでこの面会の方法が大ブームです。



(図1)

ただ、カンガルーケアもいいのですが、八回、九回、十回と進むごとに、だんだんうまくいかなることがあります。というのは、赤ちゃんのほうが成熟してくると、ゴソゴソゴソ動き出すのです。ケソケソし出します、ケソケソってわかりますか？ 九州では落ち着きのないさまをケソケソと言います。私は小さい頃から「ケソケソするな」と言われながら育ってききましたので(笑)、私にはとても馴染みのある言葉なのです。そうやって赤ちゃんがゴソゴソ動き出すと、お母さんも、背中をさすったり、ほっぺを突っつい

たり、手を握ったり。じっと抱っこしているだけではなくて、お互い積極的に関わり合おうとし始める時期があります。そうすると、タッチケアの出番かなというふうに思います。そういう位置づけでやってまいりました。

もともとは、タッチケア研究会の前川会長からお声かけをいただいて、さて、日本全国のお母さんたちに、「さわってね」「触れることを意識してきちっとやってね」ということを伝えようという行動が始まりました。

ただ、中には、講習会を受けに行きましたら二万円も三万円も払わなければいけない講習があります。それから、現代の医学では治らない病気がこのマッサージで治るといような、そういうオカルトめいたものが出てきたりします。それはちょっと私たちの考えとしては好ましくないわけですね。日本の小児科医を中心としていろいろな人たちがお母さんたちに話すのだから、できれば科学的なこと、きちんとしたことを、しかもわが子に触れるのだから無料で届けたい。それがタッチケアという言葉が生まれた背景でございます。

○日本でこれまでに確認されたこと
マニュアルに書かれた、タッチケアという方法（図2, 3）が一応ありますけれども、絶対その方法でないといけない、この方法でないと病気になるといいう話ではありません。ただ、どんな方法でもいいというわけではありませぬので、日本のお母さんたちになるべく根拠をお示しして、それを無料で届けようとずっと研究してまいりました。

タッチケアの手技

触覚刺激マッサージ

新生児を対象にしたタッチケアの手技をご紹介します。

時間、回数については、赤ちゃんの様子を見ながら調整してください。最初のうちは一部だけでも良いですし、肩と腕を一組に行う、腕は片方ずつでなく両方一度に行うなど、赤ちゃんやお母さんの好みに合わせて工夫しても良いでしょう。大切なことは、ゆっくり行うことです。表面をなでさするだけでなく、圧力をかけながら、ゆっくり行ってください。

A うつぶせ位で始める 約5分間



① 頭
手のひらで6回マッサージを行う。
A 頭頂部から前髪へ向かい、頭頂部へ戻る。



② 肩
両手で、できるだけ指の接触面を広く使って6回マッサージを行う。
A 肩中の中心から腕に向かい、腕から中心に戻る。



③ 背中
両手で、できるだけ指の接触面を広く使って6回マッサージを行う。
A 背から腰に向かい、腰に戻る。
B 背骨の上を避け、両側をマッサージすること。



④ 下腿
両手で、できるだけ指の接触面を広く使って6回マッサージを行う。
A 足背から大腿上部に向かい、足背に戻る。



⑤ 腕
両手で、できるだけ指の接触面を広く使って6回マッサージを行う。
A 手背から肩に向かい、手背に戻る。

B赤ちゃんを仰向けにする 約5分間



① 頸
片側6回ずつ行う。
A 手首を持ち、肘部を曲げる。
B 逆側も同じように曲げ解しする。



② 肩
片側6回ずつ行う。
A 足背を持ち、膝を曲げる。
B 逆側も同じように曲げ解しする。



③ 下腿
片側6回ずつ行う。
A 両方一緒に行う。
B 両足背を持ち、膝を曲げる。



④ 腕
片側6回ずつ行う。
A 両方一緒に行う。
B 両足背を持ち、膝を曲げる。



⑤ 背中
片側6回ずつ行う。
A 両方一緒に行う。
B 両足背を持ち、膝を曲げる。



⑥ 頭
片側6回ずつ行う。
A 両方一緒に行う。
B 両足背を持ち、膝を曲げる。

C赤ちゃんをうつぶせ位に戻す (Aの手順を繰り返す) 約5分間

約5分ずつ 合計15分

(図2)



(図3)

まず新生児センターで、赤ちゃんの全身状態が悪くなったりしないことだとか、裸にしてタッチケアしても、体温が急に落ちたりしないということだとかを確認しました。赤ちゃんはみんな、この場所さえタッチすればご機嫌というところを見つけたかったのですが、赤ちゃんによって違うということもわかってまいりましたし、日によって違うということもわかりました。赤ちゃんに触れることでお母さんの不安がどう変わるだろうかということも調査をしてまいりました。母子分離をしているお母さんでも、うちの子は「犬のおまわりさん」の歌が好きだわとか、うちの子は背中が好きだわとか、赤ちゃんと別れているお母さんでも、自分の子の特徴をすみやかに感じる助けになってきたように思います。

お母さんの感想を紹介します。「タッチケアを始める前は、小さな赤ちゃんを産んで、保育器の外から眺めるだけの毎日で、一人目の子どもと比べてかわいいと思う気持ちが薄かったような気がします。タッチケアを始めてから、触れ合うことで、愛情が次第に増していったような気がします。泣いているときに抱っこし、タッチケアを始めると次第に泣きやみます。特に背中へのマッサージが好きようです。祖父母は、裸でマッサージというと、『風邪をひかせる』と心配なようです。タッチケアをもっと広く知ってもらおうのが大切ではないでしょうか」「タッチケアを始める前は、二十六週で生まれ、保育器の我が子を見て罪悪感で涙しか出ませんでした。抱くことも、母乳をやることもできず、できることは声をかけ触れることだけでした。タッチケアを始めてから、自分と赤ちゃんとの距離が縮められた感じがして、また気持ちよさそうにさ

れるがままの娘を見て、とてもうれしく、これからも続けていこうと思いました。もっと早く教えていただけたらと残念に思いました。罪悪感がある早産してしまったお母さんへ唯一の救いです。

そうやって新生児センターの研究をしてきたわけですが、そのうち、一般の、健康に生まれた赤ちゃんのおうちでも、お母さんたちに向けてのタッチケア講習会というのが始まりました。お母さんたちにとっても楽しいし、赤ちゃんたちも気持ちよさそうにしているということです。ずっと進んできたんですね。

さて、ここからが本題なのですが、私は、タッチケアは赤ちゃんのものだと思っていたんです。タッチケアの命名者だと前川先生から私の紹介がありましたが、その張本人が、これはきっと赤ちゃんのものだと決めつけていました。子どもたちは、歩き出したらマッサージより歩き回るほうが楽しいだろう、お父さんと組んずほぐれつやり出したらそのほうが楽しいだろう、ボールを投げることができたらそのほうが楽しいだろうと。いつまでも胸をスリスリなどというそういうふれあいの仕方ではなく、違うふれあいがあるだろうというふうに思っていたのです。

ある時、知っている保育園から、タッチケアの指導をしてくださいという依頼をいただいて行きました。保育園には乳児もいますから。

後日連絡が来まして、三歳半の子で毎日午後七時までの保育の子がいます。気持ちが落ち着かず、かみついたり、ひっかいたりする子。その三歳半の子に、お昼寝のときにタッチケアを保育士さんがし始めたというのです。そうすると、いままで寝るときにウロウロソワソワして寝なかった子が、突然ストンと寝るようになったというんです。ストンと寝て、しっかり熟睡するせいか、睡眠時間も長いし、起きたときに機嫌が良い。友達とのトラブルが減ってくるというんですね。これは面白いということになって、その保育士さんがいろんな子にやり始めました。

二人目の子。三歳になって、いつもごろごろぼんやりしている子。入眠にも時間がかかり、眠りも浅い。園のお昼寝のときも、いつも、ゴソゴソゴソゴソして寝ない。園の活動のときにもソワソワウロウロして、ぼんやりして積極的に参加しない。その子にタッチケアをし始めたら、ストンと寝る。熟睡するせいか、そのほかの園の活動に積極的に参加する。

これはすごいですねという話を周りのスタッフの人たちも言い出して、他の保育士さんたちが、自分の担当の子どもたちにやり始めたんですね。タッチケアをしてもらっている子も、隣の子に、「あんたもしてほしいからう」などと言ってる。他の子も僕もして、僕もしてという話になって、やり始めたという話です。それがどんどん数が増えていって、「先生、確かに効果が見られますよ」という報告を私が逆に受けることになりました。私は、驚いたり感心したりして、これは本腰を入れていろいろ見てみたいと思い、仕事が始まりました。

二カ月後には、ごろごろしていた子が、毎日すべての活動に参加するようになる。午睡のリズムがつき、自分で眠ろうとするので、少しのマッサージですぐに寝入る。タッチケアする方の心も落ち着く。実は、途中でこの保育士さんのお父様が亡くなりました。そのときタッチケアすると、子どもたちへの効果が薄かったといいます。タッチする側が落ち着いていないと伝わるようなんです。ただ、逆に自分が癒されたような気がする、というふうに保育士さんは言ってくれました。

保育士は、親子のコミュニケーションとして有効であろうということを感じてくれまして、参観日、保護者の会のお母さんたちにお母さんたちに伝えて、お母さんたちもおうちでするようになって、ということが始まりました。

その話をいろいろなところで紹介しましたら、北海道から鹿児島まで、いろいろな保育園に呼んでいただくようになりました。ある北海道の保育園では、いつものタッチケアのバスタオルを出してくると、みんなぞろぞろ並ぶというんですね。次は僕の番、次は僕の番と待っている間に、寝てしまっている子もいる。お昼寝の時間がとても静かになった。自分の番が待ちきれなくなった子は、クマのぬいぐるみにタッチケアをしてくれているというんですね。

そんな光景がいろいろなところから出てきて、いま、前川先生のお許しをいただいて、国の仕事としても

いろいろな保育園でこの仕事をやっていたら、口に手をやる癖が減っていったとか、ずっとおっかなびっくりだった子が、保育士に対して、あれはしないで、これは嫌だ、あれして、これして、ということが言えるようになったとか、そういう話がたくさん出てまいりました。それで、いま、夢中でその仕事をやっているところなのです。

○障害児へのタッチケア

実は今年、保育園だけではなくて、障害児施設とか、乳児院とか、聾学校というところでタッチケアの研究を始めました。

一例をご紹介します。その子は、お母さんが妊娠に気づいたときには、お父さんがどなたかわかりませんでした。お母さんは赤ちゃんを出産するのですが、そのときに重症の病気があるということがわかって、お母さんは産んだ直後にその子を捨てます。その子はしばらく乳児院にいて、実は手術を必要とする病気だったものですから、小児集中治療室に入ります。それから退院してきて、障害児施設に来て、二歳半になりました。ですから、二歳半まで肉親に、好きよ、好きよって抱っこされたことがない子なんです。

その子が障害児施設にいるのですが、ほかの人との接触を嫌がります。誰かが近くでかまおうとすると嫌がります。おもちゃを与えると全部捨てます。一日中、自分のウンコで遊んでいるんですね。自分がおむつの中にウンチするとそれを引き出してきては、べちゃべちゃさわって遊んでいます。そのかわりお腹がすいたら、周りに食事を置いておくと、それを勝手に食べるし、眠たくなったら勝手に寝るという、とってもし手のかからない子なんです。たぶん、そうやって生きてきたのだと思います。

その子にタッチケアをしてもらいました。睡眠の時間だとか、いろいろな癖だとか、いろいろなことを観察していてねということをお願いしました。そうして二週間タッチケアをしました。前の月に二十二回ウンチいじりが観察されているのですが、タッチケアを始めた次の月は八回に減っているんです。しかもタッチケアは月の途中から始めていますので、タッチケアをしている期間はウンチいじりをほとんどしていません。

そのうち、保育士が来ると、保育士に寄り添っておもちゃで遊ぶようになってきました。最初は、何をされるのだろうか嫌がってソワソワゴソゴソと逃げ出し、なかなかうまく保育士の手を受け入れてくれません。ずっとタッチケアをしている様子がビデオに撮られているのですが、二週間でどんどん保育士に寄り添うようになり、保育士の手を受け入れるようになっていきます。ウンチいじりが激減して、保育士のそばで遊ぶようになった。そのかわり、すごく手がかかるようになりました。しょっちゅう人を呼びますし、眠たくなったら、誰かによしよししてもらわないと寝てくれません。恐らく、やっと二歳半らしい、そういう子になってきてくれたのだらうというふうに思っています。実はその施設ではウンチいじりが多いため、ウンチにさわらせないようおむつの中に手が入らない洋服を工夫しようとしていたのです。それなのに、さわって、好きよ好きよと言うだけでこれだけ減ってくるところを見ると、「一体我々は何をしようとしていたのでしょうか」という反省もありました。それから保育士は最初タッチケアの効果を見たかったので、あんなことができるんじゃない？ こんなことができるんじゃない？と新しい変化を探していました。だけど、この子はもともとこんなことは出来ていたよって評価も出始めた。いままでこんなトラブルがある、こんなプロブレムがある、こんなところが困った子よね、というふうに見ていたのが、自分たちがその子のいいところを見ようとするようになったということを書いてくれました。

そして、担当の保育士と担当ではない保育士がやると、「効果が違うんです」と言うんです。担当の保育士がやると、やるほうも落ち着いているし、受け入れるほうも安心してベターッと寝そべって、自分の手を受け入れてくれている。タッチケアする人が担当者の時と担当者でない時では違うですよとおっしゃいます。それでその保育士は、「本当の担当はきっとお母さんなんだろうね」ということを言ってくださいます。

この調査を自分の研究の一環としてお願いしたのですが、よかったなあと思うのと、その間この子は幸せだったらあ、というふうに思いました。実はその障害児施設ではその後、運動会シーズンに入りまして、二週間でタッチケアを中断して、運動会準備に入りました。そうすると、その次の月にウンチいじり

が二十九回に増えているんです。今度は看護師から保育士にSOSが生まれて、困っているから何とかしてと。保育士がまた始めました。そうすると次の月は六回に減っています。六回あるんですけども、保育士さんが園にいる間はありませんでした。

これにはいろいろな要素がかかり合っているのだらうと思います。自分が受け入れられている、自分が愛されている、自分は気にしてもらっているということを子どもたちにわかってもらって、それで愛情を求める。その後、自分が成功したり失敗したときに、自分を振り返ったり、立ち直ったり、もしくは、きちんとそこから逃げたりするときの気持ちのよりどころにする。自分のいいイメージだとか、自分は受け入れられていたという記憶が大きく影響すると思うのですが、そのヒントの一つとして、もちろんこれだけとは思いませんけれども、触れるということをお母さんたちや保育士さんたちに伝える合言葉の一つとして、タッチケアというものがありはしないかというふうに考えて、いま、前川先生の下で仕事をしております。ご静聴ありがとうございました。(拍手)

前川 次は「絵本の読み聞かせ」です。ふれあいはすべて五感の刺激なのです。見る、聞く、さわる、におい、味あう。子どもは五感の刺激が多ければ多いほど効果がありよく育ちます。タッチケアと絵本の読み聞かせというのはその双壁です。

絵本の読み聞かせにつきましては、現在、日本の小児科医は一万何千人いますが、内海先生はその中で絵本の読み聞かせに最も深く関わっている先生です。『チャイルドヘルス』という雑誌に、子どもの絵本について連載していますし、ご自身でも読み聞かせを行っています。子どもに合った絵本とか、それを通してのいろいろな子育て支援などをやっておりますので、このことについてのお話が伺えるのではないかと思います。それでは、先生、よろしく申し上げます。

3. 「絵本の読み聞かせ ～心の処方箋～」

吉村小児科院長・日本小児科医会常任理事 内海 裕美先生

内海 皆様こんにちは。この会場のすぐ近くの文京区で開業しております吉村小児科の内海と申します。うちの娘と息子が卒園させていただいた保育園の方がいらっしゃっているので、ちょっと緊張していますが、患者さんが豊島区、文京区、千代田区あたりからもいらっしゃっているので、名前は聞いたことがあるかもしれせん。

いま、前川先生と吉永先生からタッチケアの話がありましたけれども、私は、それよりももうちょっと大きくなった子どもたちを普通の外来で、もちろん一カ月、二カ月の赤ちゃんも来ますけれども、そのお母さんやお父さんと赤ちゃんとのかかわりとか、子どもたちのかかわり、それから保育園の園医をやっていますので、子どもたちが保育士さんとのかかわりの中で見せているいろいろな問題を毎日どうしたらいいのか考えています。

○子どもの健やかな成長の四本柱

私は、子どもが育つには「四本の柱」が必要だと思っています。それは、眠ること、きちんと食べること、ちゃんと遊ぶこと、そして愛されていること。しかも、親が愛していると思っただけではなくて、子ども自身が愛されていることを実感していること。親は「ものすごく大切にしている」と言うけれど、子ども自身が「自分は大切にされていない」という思いを抱えながら問題を出してくるケースが結構たくさんあります。この親子のすれ違いをどう調整していくかというところが、心の問題の解決の糸口になることが少なくありません。言いかえますと、子ども自身の問題ではなくて、かかわりの中で出てくる問題が非常に増えてきたということを実感しています。

どうしたら“自分が愛されている実感”を子どもたちに伝えることができるのだろうか。いまはとても伝えにくいです。モノが豊かになったので、昔のように、親が一生懸命白いご飯をどこかから手に入れてきて、子どもが、わあっ、すごいという時代じゃないですよ。何でもあるし、親が働いている現場を見てはいませんので、どこからかおカネがわいてくると子どもたちが思っても不思議ではないんです。何でも欲しいものが手に入って、親もそこそこ、愚痴は言うでしょうけれども、一円、十円稼ぐのがそんなに大変なことなのかというのがとても子どもたちに伝わりにくい時代ですから、親が一生懸命やればやるほど子どもはストレスfulになります。つまり大切にされていると感じるよりは、親の思いどおりにされているというふうにストレスを感じている子がすごく多いです。

そういう意味では親もそういう世代です。いま、お母さんたちで子育てに困っている人の中には、自分が愛されて育ったという感覚を持っていない人がいます。よく虐待の連鎖と言いますが、愛されていることの連鎖がうまくいってないんですね。母親になってまで、実の母親から、あんたはちゃんとした母親になっていないとか、子育てになっていないとか、ものすごく否定的なメッセージを受け取って、そういう人たちが、例えば保育士さんはよくわかると思いますけれども、あちこちから否定的なメッセージを受け取り母親としての自信をなくしている。そういう母親達が保育の現場に子どもを連れてくる。

だからいま、保育園が子育て支援の現場になってもらわないといけない。「情けないお母さんね」と言うよりは、お母さんのいいところを見つけてあげて、お母さんを支えてあげていないと、いまのお母さんは、ものすごく愛されて育ったとか、自分が自分でいいんだということがしっかりしていない中で子育てをしていますので、とても大変な時代です。

○絵本の読み聞かせは、時間と空間と気持ちを共有

私は地元の小石川医師会で「子育て支援セミナー」というのを毎月1回やっていますが、あるとき、「絵本の読み聞かせ」というテーマでやったんですね。いつも予防接種とか、熱が出たときとか、そういう話をしていたのですが、絵本の読み聞かせという話をしたら、毎回やって欲しいという要望が強くてその後毎回絵本の紹介、読み聞かせをやっています。例えば離乳食の話をしたら、食事風景の子どもの様子がよくわかる絵本だとか、病気の話をしたときは、病気のとときに子どもがどういう気持ちでいるかというような

絵本の読み聞かせを、テーマを選んでやったりとか、赤ちゃんが言葉を覚え始めるときにはどんな絵本がいいのかというときに、言葉遊びの絵本だとか、リズムを楽しむ絵本だとか、いろいろなテーマを持って紹介してきました。

子育て支援センターでは六カ月、七カ月のわが子が、普通の話をしているときはザワザワしているんです。ところが、読み聞かせを始めると、赤ちゃんたちが母親の膝の上で背伸びをして絵本に食い入るんです。そんなわが子の姿を見て、「エッ、うちの赤ちゃんてこんな絵本に興味があるんだ」とか、お母さんがその絵本を手にとって、保育園の場で絵本の読み聞かせをするときは、たぶん一対多数だと思いますけれども、ご家庭の中で絵本の読み聞かせをするときは、普通はお膝の上ですよ。そうすると、さっきと同じスキップです。膝の上に抱いている赤ちゃんのこわばり方、喜んでいいる弾みなんかも知ることができますし、赤ちゃんは赤ちゃんで、お母さんが膝の上に抱っこして同じ気持ちと時間と空間を共有することができるわけです。

いまは、すごく忙しい、忙しいと言われてますから、ゆったりした時間の中で本当に子どもと向き合っていて、気持ちと時間と空間を共有する時間が少ないんですね。例えば夜寝るときに一〇分間読み聞かせをしてみてくださいといって、それを実行したら、ものすごい積み重ねになります。その一〇分さえもないぐらいの慌ただしさで、早く、早くという生活をしていますから、親子の読み聞かせを勧めていくのは、現代の親子関係には、とてもいいことだと思います。

○保育の世界に絵本がどのように役立つか

私は園医であちこちの保育園に行っています。一週間に一度行っているところが二カ所あって、そのこの保育園で毎週読み聞かせをしています。一つは、一歳児クラスから進めて、いま三歳児。もう一つは、三歳児クラスから始めて五歳児になっています。それを順繰りやっているんですけど、絵本の読み聞かせを意図的に計画的にやっていったクラスと、その辺にある絵本を時間つぶしに読んだクラスでは、全く違います。先ほどから言われているように、子どもたちにとっては、かかわってくれる、真剣にかかわってくれる大人がいるんだという時間にもなるわけです。

例えば二月は保育園の行事として豆まきがあると思いますけれども、鬼をテーマにした絵本を、先生たちがどれくらい必死になって子どもたちのために本屋さんに行ったり、図書館に行ったりして探してきて、その子どもたちのレベルに合わせて、どうやって楽しませる時間を提供するかという下準備がものすごくかかると思うんです。例えば三十分の読み聞かせの時間だとしても、三十分間のバックにある大人の誠意や子どもに対する思いというのは、ちゃんと伝わるのです。それを適当に選んだなら、その適当さしか伝わらなくて、子どもたちはやはりついてこないのです。

いま、私が絵本の読み聞かせをしたときのお母さんがとても勉強してくださって、自分の子が小学校に上がったクラスで、朝の読み聞かせのグループをつくってくださってやっているのですが、「先生、聞いてくれない子がいるけど、どうしよう？」というんですね。それは「聞いてくれない子に合わせなさい」と。要するに自分が提供したものに子どもたちを合わせるのではなくて、子どもたちが何を望んでいるかということに耳を傾けないと、子どもたちはついてきません。

そういうことが人間関係のかかわりの中で一番必要なだけけれども、どうしても大人から押しつけがち。こういうかかわりを大切にしようと考えたら絵本の読み聞かせをするときは、大人の態度が真剣になって変わってくるんですね。そのことによって子どもが、この大人は信用できるとか、この人は私たちのために真剣に取り組んでくれるということが、本当は親が一番なのですが忙しいと、保育園で肩代わりできる場所かなと思います。

子どもたちは本当にいろいろなかかわりを求めている、とよたかずひこさんの『すりすりももんちゃん』（童心社）という絵本がありますが、すごく時間の流れのゆっくりしたほのぼのとした絵本です。これは一歳児から五歳児まで大好きです。小学生も好きです。このすりすりももんちゃんはスーパー赤ちゃんなんですけれども、桃太郎をイメージしていますから男なんですけど、男でも女でもいいと作者の豊田一彦さんは

おっしゃっています。

スーパー赤ちゃんのももんちゃんは、いつも原っぱで一人遊んでいるわけです。ここにいろいろなお友達に来て、「ピヨピヨひよこさん、ももんちゃんにすりすり、ももんちゃん、い~いにおい」。金魚さんが来て、「すりすり、ももんちゃん、い~いにおい」、お友達の中にサボテンさんがいて、ももんちゃんにすりすりするんです。サボテンさんにすりすりされたら痛いですよ。痛ッと言って我慢しているんですけど、泣きながら、我慢、我慢しながら、ずっと我慢、我慢して飛び込んだところがお母さんのところで、お母さんがももんちゃんにすりすりしてくれて、「お母さん、いいにおい」で終わる絵本なんです。ここで子どもたちとバイバイするんですけど、これを読み終わったあと、そばにいる子のほほにすりすりってするんですね。すると全員がズズッと出てきて、自分にもすりすりしろと言うんです。そのすりすりを全部してやらないと、帰ってきてはいけないんです、この本を読んだら。一人でもすりすりせずに残してはいけません（笑）

そういう意味では五歳でもそうです。それは、例えばおうちで抱っこされていないとかそういうことではなくて、その関係の中で誰もが自分を相手にしてほしい、自分にかまってほしい、自分が大切だというメッセージを受け取りたいという思いでいるのです。これは子どもだけではありません。青山学院の庄司順一先生は「皆さんは自分が幸せだというのはどういうときに感じますか？」と問われ、「人から愛されている、自分は大切にされているということを感じる時」が、やはり一番幸せだとおっしゃっています。現代はそのことがものすごく感じにくくなっている時代ではないでしょうか。

先ほど前川先生が、授乳中にはアイコンタクトを取りながら母子相互作用が必要だということをおっしゃっていました。ところが、現代のお母さんたちは、NPO子どもとメディアの調査では、テレビ、ビデオを見ながら授乳をしているお母さんは七割を超えました。赤ちゃんはお母さんを見ているのに、お母さんはテレビ、ビデオを見ているのです。これはとんでもないことです。ですから、今日聞いたんですけれども、母子手帳の改正が一部行われまして、四月一日から母子手帳の母乳のところ、「授乳中は、テレビなどを消して、ゆったりとした気持ちで赤ちゃんに向き合しましょう」という一文が正式に載るそうです。こういう時代になって、そういう子育てをしている現場から子どもたちが保育園の先生たちのところに来ますので、それを補う意味では、いろいろな絵本を丁寧に、子どもたちに意図的に、計画的に真剣に読む、子どもたち一人ひとりをていねいに見ながら絵本を読む時間をぜひつくっていただきたいと思います。

○子どもたちに愛される体験のプレゼント

「手当て」という言葉があります。お腹痛いよと言ったときに手を当ててやってあげる、足をさすってあげる、それだけで子どもの痛みがやわらく。例えば保育園に園医として行ったとき、何でもない子が「ここが痛い」とか言って来るわけです。この子はいつもこうなんですと保育士さんが言うんだけど、ちょっとおいでと言って、全部診てあげて、痛いと訴える場所もじっくり診てあげて、「何でもないよ」と言うと、何でもなくなるんですね。ところが、ちょろちょろと診て「何でもないよ」と言うと、いつまでも痛い、痛いと言うわけです（笑）。だから、「ここが痛い」というのは「こっち見て」のサインなんですね。「こっち見て」と言ったら、特に小さいうちはこっちを見てあげてほしいと思います。

いまの日本の育児は、親子関係を見ていると、抱っこしてほしいときに抱っこしてあげない。早く自立させようとする。ところがひとりで歩きたい、自分で決めたいというときに、はがし締めにして親の言うとおりにしようとするという子育てがものすごく低年齢化しています。

五歳児の男の子がとても反抗するというので、お母さんに来てもらったんですけど、五歳だと言葉をしゃべってくれますので、「どうして？」と言うと、最終的には「お母さんにもっとやさしく怒ってほしい」と言ったんですね。お母さんをちらっと見て、「お母さんそんなに怒るの？」と言ったら、「ハイ、たぶん私はものすごく口うるさいほうだと思います。」「でも、怒ってほしくないらしいよ」と言って、二週間我慢してもらったら、とてもいい子になった。片づけなさいと言わなくても片づけるようになりましたというんですね。やはり言い親が過ぎる。子どもは、信用されたい、大事にされたいという気持ちでいっぱいです。

私が絵本の読み聞かせを始めたときに年長さんで気になる子がいました。絵本の読み聞かせを始めますよ

と言うと、パーッと集まって真剣に準備できる子、こんにちとは挨拶すると普通に挨拶のできる子がほとんどなのに、パンチしてきたり、私のお尻をさわってみたり、妙なかわり方をする男の子です。それで絵本の読み聞かせを始めると、この絵本が興味がなければよそへ行けばいいものを、ほかの絵本を持ってきて、わざと私の目の前で広げて読むんです。それは、上手にかかわれない、でも、かかわってほしいのです。後で園長先生にお聞きしたら、とても複雑なご家庭の事情があって、やはり親子のかかわりが薄い。それで、その子にどうしたかという、保育園の保育士さんはそんなにえこひいきはできないでしょうけれども、園医はできるんですね。みんなに読み終わったあとに、ちょっとおいでと言って、その子の好きな絵本を二、三冊、ずっとつき合っていたわけです。そうしてしばらくしたら、こんにちとは言ったらこんにちをはするようにになりましたし、ちゃんとしたかかわりが出来るように変わってきたのです。わざとしなくても、普通にかかわってもらえるんだということがその子の中でわかってくと、普通になるんですね。

違うことをしないとかわってもらえない、目立たないとかわってもらえないという立場にあった子たちは、そういう態度を示すので、何かおかしいこと、普通の子と違うなといったときには、その子が背負っているものは結構重たいものがあるというふうに考えていただいて、その子の目線に合わせた保育なり絵本なりを探していただいて、そこでかかわる。もちろん手遊びだとか、その子が縄跳びが好きならそれでかかわってあげてもいいと思いますけれども、その子に「自分にしっかり向いてくれる人がいる」ということを感じさせるには、もしみなさんやその子が絵本が好きであれば、読み聞かせを通してその子どもとかわることで非常に勉強になります。この子は何が好きなんだろうとか、どういうセリフが好きなんだろうとか、いい絵本に出会うと子どもの遊びが絵本に変わります。絵本の中の登場人物になったりする。

○豊かな言葉を生み出す

夕暮れになってスーッと暗くなったときに、四歳の子が、「ねえねえ、ママ、墨を流したような夕方になったね」と言ったんです。『すてきなさんにんぐみ』（偕成社）と言うのは誘拐される子どもの話ですけれども、その中にそういうフレーズがあるんですね。とても選ばれた素敵ないい絵本を選べば、素敵な絵の情景と言葉があって、豊かな言葉の世界が広がります。ものすごく簡単な言葉のやり取り、例えばムカつくとか、キモいとか、そういう言葉が横行している中で、きれいな丁寧な日本語というのはものすごく使われなくなっています。おうちの会話でも「早く、早く」で、「何してるの！」みたいな、指示語とか命令語ばかりになっている中で、例えば風が吹いたときの様子を、どの程度豊かな言葉で子どもにかかわる人たちが表現しているのか。「そよそよ」なのか、「さやさや」なのか、「ゴーゴー吹いている」なのか、同じ雨でも、「シトシト降っている」のか、「ザアザア降っている」のか、「すごいね」と言うのか、その体験とその場面と言葉を一致させるような豊かな体験があることのほうが、言葉も豊かなんですね。

「こわいッ」というのと「恐ろしい」のでは違うわけです。「おいしい」というのと、「うまいッ」というのと、「サクサク」とか、全然違うわけです。だから食べているときでも、その気持ちを言葉に変えていく、情景を言葉に変えていく。子どもにかかわっている人たちがどれほどの豊かな言葉で子どもにかかわるかということが、子どものその後の、自分の気持ちをどう表現していくか。悲しいよ～と言ったときに、悲しいよだけではなくて、どんなふうに悲しいのか、どんなふうに悔しいのか。うれしいよ、楽しいよだけではなくて、怒りだとか、悔しさだとか、情けなさだとか、そういうものも絵本の中にはたくさんの言葉があります。喧嘩の気持ちだとか、喧嘩しても仲直りできるんだよというメッセージもありますし、いろいろな言葉があります。

○大人も勉強になる絵本

これは『くまのこうちょうせんせい』（金の星社）という絵本ですが、くまの校長先生が「皆さん、元気に挨拶しましょうね」と言いますね。ところが、大きな声が出せない子ヤギがいるんですね。（小さな声で）おはようございますとしか言えないんですけど、このくまの校長先生は「ハイッ、元気に声出しましょうね！」と、毎日毎日、ずっと子ヤギに言っていたんです。

ところが、くまの校長先生は病気になって声が出せなくなりました。ベッドサイドで看護婦さんが、声の

出せない、小さな声でしかしゃべれないくまの校長先生に耳を寄せて、一生懸命聞いてくれようとする。そこで初めて校長先生は、声の出せない人もいるんだということに気がついて、出せない人には、こちらから聞いてあげようという気持ちが必要なんだということがわかったんですね。最終的には子ヤギ君はちゃんと声を出せるようになるのですが、相手の思いを知るとか、相手の立場を知る、当事者の気持ちを知るという意味でも、大人がものすごく勉強させられる絵本です。他にもこのような絵本がたくさんあります。

○意図的に、計画的に、真剣に

自分たちがその絵本をとったときにどんなことに気づくか。それぞれの先生たちの「気づき」があって、一冊の絵本が百通りにもなる。それから子どもを相手にしていると、同じ絵本なのに、子どもとのかかわりの中でこんなに違うのかというようなとても楽しい世界が広がりますので、ぜひぜひ、保育の現場では、意図的に、計画的に、真剣に子どもに向き合った形で絵本をそろえて、ぜひ勉強していただきたいと思います。

私は絵本にかかわって、新しいことをどんどん学んでいくというものすごく楽しい世界が広がったので、ぜひ子どもたちにも。聴診器を持って行ってわかることと、絵本を持って行ってわかることは全然違います。聴診器を持って行ってわかることももちろんありますし、それは必要最低限、園医としてしなければいけないことですけれども、絵本を持って行って知るもののほうが、いまの子どもたちにとっては必要なのかなというふうに感じています。

私は自転車で絵本を五、六冊持って保育園に行くのですが、卒園した子たちと途中で出会ったとき、「今日は何を読んであげるの？」と子どもたちから必ず声をかけられます。たぶん、聴診器だけ持っていったのではそういう声が子どもたちはしてくれなかったと思います。そういう子どもたちが思春期になって何か困ったときに、小説や音楽も宗だと思いますが、「あっ、あの絵本のあの言葉が僕を助けてくれた」とか、そういう思いがきつとあると思うんですね。年長さんになればなるほど、読みの深い絵本もあります。年長さんになると字を拾って読むようにもなりますけれども、ぜひ、読んで聞かせる絵本、それはかかわりをつくっていくということで、字が読めるからもう自分で読みなさいということではなくて、自分で読む本と読んでもらえる絵本。両方ともいくつになっても大切です。うちの息子は、小学校六年生まで読み聞かせをしていました。この本はママが読む本と決めているんです。『ナルニア王国物語』なんていうのは「ママが読んで」と。自分は『ハリー・ポッター』のこんな分厚いのを読んでいるんだけど、ナルニアは、每晚每晚、私が読んで聞かせていました。

そういうことが、思春期に問題を起こすか、起こさないか。それから、何か困ったときにその子が踏みとどまることができるのか、違う方向へ行ってしまうのか。一つの大きな役割を果たすと私は思っています。ぜひぜひ、保育の現場で絵本を有用に使っていただきたいと思います。日本は絵本がたくさんある国です。これを活用しないのはもったいないと思いますので、それぞれの保育の中に織り込んでいただいて、保護者の方にもこういうことをお伝えしていただいて、ゆったりとした親子の時間を持つようにしていただけたらいいなと思います。(拍手)

前川 ありがとうございます。

4. 総合討論

前川 それでは、総合討論に移らせていただきます。

皆様からの質問に答えていくなかで理解を深めていきたいと思います。まず最初に、タッチケアに関することから始めましょう。

タッチケア手技の図3をみますと裸の写真なんだけれども、裸でなければいけないのでしょうか。また二歳児、三歳児、四歳児はどうしたらいいでしょうか。

吉永 実際の手技のことについて触れる時間がありませんでしたので、そのことについてもお話いたします。多くの保育園では、洋服を着たまま、洋服の中に手を入れてタッチケアをしてもらっていることが多いです。新生児センターでもそうですし、多くのおうちでもそうです。ただ、洋服の中に手を入れて写真を撮っても見えませんので図は裸で出ています。さわり慣れ、さわられ慣れというのがありますから、最初は洋服の上、パジャマの上からでもいいと思いますが、やはり肌と肌のふれあいという意味では、下着の中に手を入れてやっていただくと理想かなというふうには思います。

図2は、三カ月未満用の手技を紹介しています。頭を触れる、肩を真ん中から外へ、外から内側へと動く、背中を肩から腰までおりていって、また戻っていくということを三カ月未満の子ではよくやります。

大事なことは、なるべく指と体の接触面を広くとって、少々プレッシャーをかけます。すりすりではなくて、ある程度の圧力をかけながらズリズリズリズリッとやっていきます。

図3は、元気で生まれた赤ちゃんたちの三カ月以降の手技です。この手技は、手先の遊びだとか、お腹を触れる、胸を触れるというところが出てきます。それを中心に私たちは指導していますが、私が今日お話をしました保育園でのタッチケア、それから障害児のタッチケアは、主に三カ月未満のやり方で行われています。要するに肩をさする、背中に触れる、背中をズリズリとマッサージをしながら、「好きよ、好きよ、大好きよ」と語りかける。

どういうことかといいますと、タッチケアで触れて体の神経に刺激を与えて、本人の副腎皮質だとかいろいろなところに信号を送るといって、ちゃんとした機序は一応報告されていますが、三カ月以降、ましてや二歳児、三歳児になってくると、さっきの絵本と一緒に、自分はとても気にしてもらっている、とても愛されている、受け入れられているということ、本人に信じてもらう作業だろうというふうに思っています。ですから、このテクニックだったら効果が薄い、このテクニックだったら効果が多いというさわり方とかいうものは、あまり気にしないでいいのではないかと思います。本人が気持ちいい、それから、やる人が無理をせずに本人に語りかけながらすることができる、そういうことを考えていただければ、あまり小さな手技にはこだわらなくていいのではないかと思います。

タッチケアをもっと詳しく知るにはどうしたらいいでしょうか

吉永 タッチケアについて、普段しょっちゅうディスカッションをする場所がいまのところないんですね。タッチケア指導者講習会は東京で行われていますので、インターネットでタッチケア研究会のホームページを探していただいたら、講習会の話が出てきます。東京で参加していただくとありがたいのですが、一年じゅうどこでもディスカッションする場所がないので、インターネット・ミクシィの中に私はタッチケアというコミュニティを立ち上げています。タッチケアという言葉ではたくさん出てくるのですが、その中に、お母さんと赤ちゃんの手が二つ重なったマークがついているタッチケアというコミュニティを、私の名前、「管理者よーちゃん」ということでやっています。(笑)よーちゃんのやっているタッチケアコミュニティで、全国の保育士さんたちとディスカッションをやっていきますので、参加していただければ幸いです。

アトピーとか皮膚疾患がある子どもたちにはどうしたらいいでしょうか。またオイルはどうしたらいいですか。

吉永 タッチケアがどんなにいいとは言っても、湿疹があったり、体に異常があるところに刺激を加えるのはいかなものかだと思いますので、やはり健康のほうを大事にするべきでしょう。むしろ塗り薬を塗ったり、

タッチケアでズリズリとしない方法で、好きよ、好きよということを伝えていただければいいだろうと思います。「好きよ」と言うことの方法は、タッチケアでズリズリすることだけではありません。塗り薬を塗ったりする時間、おむつを替える時間などを使って、受け入れているよという信号が送ればそれでいいだろうと思います。

オイルの問題ですが、去年は、オイルを使ったほうがいいかどうか、それから、オイルは日本のお母さんたちに受け入れられるかどうかということが知りたくて、三施設で調査をしました。鉱物性オイル、植物性オイルを比較しまして、この二種類のどっちがいいかということは別にして、やはり無香料で純粋な、良質のオイルであれば、お母さんたちの感触も、子どもたちの様子でも、使ったほうがよかったという結果が出ています。

ただ、アロマでどういうにおいがいいかという質問がときどき来るのですが、少なくとも相手が赤ちゃんであるときは、私は、お母さんのにおい以上のものはないというふうに信じております。どのにおいもいいかということ进行调查するつもりはさらさらなくて、いまでも、おうちのにおい、お母さんのにおい以上のものはないだろうと思っていますので、「無香料のものを」というふうにお勧めしているところです。

- 一歳児です。お昼寝の際に足をマッサージしながら寝かせようとする、過敏に反応して笑い出してしまいます。マッサージ方法が悪いのでしょうか。それとも気持ちのいい場所があるのでしょうか。タッチケアを嫌がる子どもへの有効な導入法がありますか。

吉永 さわり慣れ、さわられ慣れというのがやはりありまして、タッチケアをこの子にしてあげるといいなという子ほど、普段さわられていないという子であったり、いろいろな家庭の問題があったりする。その子たちはえてして、最初にさわろうとすると、九州の言葉で言えば、「なんばするとやろか」(笑)、そういう感覚はあるみたいです。慣れない、くすぐったい。

だから、最初はトントントンでいいと思いますし、絵本の読み聞かせをやる時に手を握っていたり、少しずつふれあいを増やす。最初一、二回やって、それから数回やってみてうまくいかない、だからこの子にはタッチケアがうまくいかない、ということではありません。回数をやることによって、ようやく手を受け入れてくれるようになったという子はたくさん経験します。最初から十分な時間べったりふれあいということは満足にできないかもしれませんが、そのことをぜひ覚えておいていただきたいと思います。

ただ、にあるように、五分・五分・五分、で十五分というふうに書いてありますが、一〇分だったら効果がないとか、十七分やったら病気になるだとか、そういうことはありませんので、自分が好きなところを好きなだけやっていけばいいのだと思います。要は、触れられて気持ちよかった、触れて気持ちよかったということなのだろうと思います。は、触れ方のヒントというか、ヒント集だというふうに解釈していただいて、私のオリジナルのタッチの方法よ、ということが生まれてくるのはウェルカムでございますので、そういう思いでやっていただければいい。さわり慣れ、さわられ慣れというのは本当にありますので、どうぞ、そのことをぜひ覚えておいていただきたいと思います。

もう一つ加えますが、タッチケアをやってみてよかったということをぜひお母さんたちにも伝えてもらいたいのですが、うまくいかないことがあるんですね。小さい子が泣いたり、子どもが嫌がったり。そうすると、タッチケアはとてもいいものだよとお母さんに伝えれば伝えるほど、それができなかったときに、うまくいかなかったという失敗感が残ってしまいます。そうすると考え方によっては、タッチケアなんて教えてもらわなかったらこんな失敗感を感じずに済んだのに、という思いが残ることがあります。それだけは何とか避けたいというふうに思います。

新生児センターでやってきたお母さんたちには、「いつもよりもさわってもらってきっと嬉しかっただろうね」という話だとか、「さわられ慣れがあるようよ」という話だとか、「我が子との時間が濃くなりましたね」だとか、何かプラスのイメージを持って帰っていただく。それから、先につながるような話をする。失敗感をお母さんに残さないということは、タッチケアをやる親子に寄り添う者にとってはとても大事な項目の一つだと思っています。

タッチケアを何歳までしたらいいのですか。

吉永 タッチケアを何歳までしたらいいのかよくわかりません。というのは、赤ちゃんのものだと思っていたのが、どうも赤ちゃんだけの問題ではないという話が出てきました。何歳まで経験が広がるのだろうと楽しみにしていますが、私の子どもは一番上は大学一年生の娘なのですが、その娘に私がオイルを使った全身タッチケアをしてやるといっても、娘のほう嫌がるわけです。(笑)受け入れられている、気にしているよということを伝える方法としては、やはり変わってくるのだろうと思います。老若男女、それぞれの好み、いろいろなことがあって変わってくるのだろうと思います。

いろいろなふれあいがありまして、物理的に触れることの方法としては、例えばお母さんが娘の髪を三つ編みにしてみたり、親父が高校生の息子の尻をポンと叩いてみたり、肩をギュッとつかんでみたり、いろいろなふれあいの仕方はきっと変わってくるのだろうと思います。少なくとも保育園、幼稚園でのタッチケアということでは、いまのところ、三歳、四歳でも随分効果が見られることがわかってきました。

ただ、保育園に入ってきて、二歳、三歳の時からずっと触れることを続けている保育士さんは、その子に対して四歳になってもできるというんですね。ところが、今まで触れられていなかった四歳の子に突然始めようとすると、非常に抵抗が強いといいます。どうやらふれられることも、通常からふれられていないとなかなか受け入れられないのかなということが、最近、言われ始めています。ずっとその保育士さんにタッチケアをしてもらっている子は、「先生、先生、して」といって甘えることができるのですが、いままで何もされてなかった子が四歳になって突然、さあ、胸さわるよといっても、それは恥ずかしがって嫌がる。照れくささだとかいろいろなことがあるのでしょうか。本当に嫌なのかどうかは難しいですが、簡単には受け入れられないということはあるようです。さわられていた子、それから、触れ合う関係をずっと持っていた人たちの場合で、何歳までできたかということ、全くそういう機会がなかった子どもたちで何歳までタッチしていいのかというのは、恐らく違うような気がします。それはこれから見えてくることだろうと思うし、いまのところ、何歳が適当なのか、何歳まではうまくいくのかという正確な数字は私にはよくわかりません。

前川 私はいま七十三歳で、家内と二人で住んでいます。例えば家内に何かしてほしいときに、「何かして」と言うと、「嫌だ」と言われるのが嫌ですね。お互いにそうなんです。それで、近ごろは小人さんが出てくるのです。「今日、足さすってくれる小人はいないかなあ？」と言うと、「今日は疲れたからだめ」と言うんです(笑)。そうすると腹が立たないのです。家内も「後かたづけする小人いないかな？」と言うと、「いまテレビで水戸黄門をやっているからだめ」なんて言いますとね(笑)。喧嘩しないで済むのです。ですから、ふれあいとか何かというのは幾つになっても必要なのです。それをいかにうまく相手に伝えるか。ところが、相手のことはこっちがわからないことが多いのですよね。ですから何かうまい方法をもってお互いに伝え合うことが、恋人にしろ、夫婦にしろ、会社でも何でも、必要なのではないかと思います。

ウンチいじりの子どもの事例のその後を聞きたいです。成長とともにタッチケアの形も変わっていったりするのでしょうか。またいつか、続けてきたタッチケアの効果で素敵な少年または少女になったのだと思いたいです。

吉永 私もそう思いたいですが、さっきの子はその後、また手術が必要で小児ICUに入っています。実はまたウンチいじりが増えています。どうなるかなあどと保育士も心配していて、帰ってきたら、またタッチケアをするんだというふうに言ってくさっています。

ほかに、今年の前川先生のところでの厚生労働省班研究の報告書に、また事例を幾つか載せさせていただきたいと思っていますので、見ていただければ幸いです。

先ほどのミクシィの話ですけれども、一カ月くらい前に、そこでやり取りしている人たちと「タッチを語ろう・イン・東京」というのをしたんですね。要するに五人くらいで一緒に飲んだというだけの話なのですが(笑) はじめましてとか言いながら、そこで、「私は保育園でタッチケアをやろうとしているんですけど、なかなかうまくいかなくて」という話だとか、「私は保育園の看護師なんですけど、いま保育士さんにお話

をしているんです」という話だとか、「私は元看護師で、いまは一人のままなんです、育児サークルでタッチケアを何とかしようと思っているんです」という話だとか、そういう人たちとやいのやいの言いながら楽しく飲んでいましたが、皆さんともそういう話を一緒にできる場が少し増えればいいな、楽しみだな、というふうに思っているところです。

前川 それでは、絵本の読み聞かせについてどうでしょうか。

先ほどご紹介された本の出版社を教えてください。

内海 すりすりももんちゃんというスーパー赤ちゃんは、『すりすりももんちゃん』とか、『ももんちゃんどすこ〜い』とか、『かくれんぼももんちゃん』とか、シリーズで童心社から出ています。『くまのこうちようせんせい』は、いもとようこさんがつくられて、金の星社です。

それと、抱っこを扱った絵本ですがたくさんあります。私がよく抱っこを紹介するとき使用する、わかやまけんさんの『おんぶにだっこ』という本があります。それから『ふんふんなんだかいいにおい』というこぐま社から出ているロングセラーの絵本があります。それから、いま福音館が一生懸命出している「012絵本シリーズ」の『よくきたね』というのも、物理的な抱っこではなくて、自分の子どもが私のもとに「よく来たね」というのをいろいろな動物がやる。これは本当に一歳児、二歳児が、自分がよく来たねえと言われているように嬉しそうに読む本なんです。それを読み終わったあとに、何々ちゃ〜んと一人ずつ呼んであげて、「よく来たねえ」とやると、果てしなく楽しい時間が続きます。それから、こぐま社の『かみさまからのおくりもの』、これは赤ちゃんのいるお母さんたちにご紹介する本です。もうちょっと大きくて、気持ちの面の抱っこでは、PHPから出ている、内田麟太郎さんの『おかあさんになるってどんなこと』。

テーマをもって選ぶときは、本屋さんに行って選んでもいいし、インターネットで検索して、それを参考に実際の絵本を手にとってご覧になってもいいと思います。

絵本のリストは『子どもに読み聞かせたい50冊の絵本』(ひとなる書房)とか、『絵本のある暮らし』(吉備人出版)とか、『小児科医が見つけたえほんエホン絵本』(医歯薬出版)という本も出ています。こういう本はたくさんあります。それから、グランママ社から出ている0から1歳までの『赤ちゃんに贈る絵本ガイドブック』、もうちょっと年長の三歳から五歳くらいまでの『子どもに贈る絵本ガイドブック』という小さな本もあります。それぞれの絵本の書店から、おすすめ絵本みたいなリストが小さいカタログで無料で出ていたりしますので、そういうものから実践を通して選び出して、うちの保育園のおすすめめリストみたいなものをつくられると楽しいと思います。

ゼロ歳児への絵本の読み聞かせに対してどのようにお考えですか。

内海 楽しい時間が過ごせるなら、ゼロでも五歳でも十七歳でも構わないと私は思っています。ある書物では、四カ月の子がもう既に絵本を喜ぶよというのがあるんですね。例えば一カ月、二カ月の子は、ゼロでも、日齢一週間目でも、身近のいつも世話をしてくれる人が、「あら、おむつ濡れたのねえ」と声をかけただけで、一時、ちょっと泣きやむわけです。そういうことのかかわりの中に絵本があります。赤ちゃんがどう見ているかわかりませんが、目の色の識別だとか、マルをマルとして認識しているのかどうかとか、そういうことはわからないけれども、大好きな人が何か自分にしてくれているということはわかるわけです。相手のあることですから、赤ちゃんに読み聞かせをして、その子が全然嬉しそうな顔をしなければやめればいい。ただ、お兄ちゃんが読んでいたそばに赤ちゃんがいて、一緒にウーアー言っただけで嬉しそうにしているという状況はたくさんあります。それから同じゼロでも、三カ月の子と、いまのゼロの終わりはほとんど一歳になっていますよね。八カ月くらいでも、おうちで常に楽しい読み聞かせをしている体験のある子は、私が保育園に行っただけの子を膝に乗せて読み聞かせを始めると、対面で聞くということではなくて、ひょこっと膝に乗ってくるんですね。自分の好きな絵本を戸棚から持ってきて、「読んで」といってズラッと並んで待っていますから、ゼロといえども絵本は大丈夫です。

ただ、月齢に合わせた離乳食がありますが、食事と同じように月齢とその子どもに合わせた好みのものをどうやって選んでいくかという、絵本のリストはたくさんあります。けれど、実際にやってみないことには

誰にもわかりません。このクラスはこの絵本が好きなんだとか、この子はこの絵本が好きなんだということはどう把握していくかということは、関係の中で生まれてくるものです。

読み聞かせは幾つまですればいいでしょうか。

内海 二十歳を過ぎても、三十過ぎても、高齢者施設でも、絵本の読み聞かせはとても楽しい時間を生み出していますので、どこでも、誰にでも。例えば、私がここで皆さんにそのテーマに沿ったある絵本の読み聞かせをすれば、とても効果があるわけです。ここで「いないいないばー」をやろうとは思いませんが、命を扱った絵本だとか、いじめられた子どもの気持ちを扱ったとても深刻な絵本だとか、家族の誕生した楽しい絵本だとかを、例えば映画解説者が「この映画いいですよ」と言うのに、いろんな解説の仕方がありますよね。絵本と人をつなげる人の役割がとても大切だと思います。だから、子どもと絵本をどうつなげるかというのは保育士さんたちの仕事だし、子どもと親をどうつなげるかということも、その中に絵本をどう組み込むかという仕事もできますし、自分が絵本とかかわりながら子どもとどうやって育っていくかということでも、いろんな絵本の使い方があります。

先生は絵本を読み終わった直後のかかわり方をどうされていますか。何か気をつけていることはありますか。

内海 どの本も、楽しんでいるかなということは気を配っています。『すりすりももんちゃん』で、時間がないから子どもたちの半分だけすりすりして終わるといようなことはしません。今日は夕方までつき合えるなという休診日のときには、ああいう絵本を持って行きますけれども、実際にそこでかかわったり感想を聞いたり、あとを引きずりそうな絵本のときには、「じゃ、さよなら、絵本を読んでありがとう」という選び方はしないです。やはり、楽しくてよかったとか、テーマを持っていくと印象に残るんですね。今日は雨が降っているから、雨の絵本を持ってきたよとか、今日は飛び跳ねる動物の絵本ばかり持って来たよといって、「次は何が跳ねるのかな？」と。

「ブックトーク」というのがありますけれども、テーマを持って、例えばお誕生会があったら、おいしそうなケーキがいっぱい出ている本を探してくるとか、次はどんなケーキかなとか、月齢、年齢に合わせたものがありまして、クリスマスのときはクリスマスという定番もあるけれども、「雪の様子が書いてある本を先生は見つけてきたんだけど」みたいな形でやっています。特に私は毎週行っていますので反応も聞けるし、印象に残った絵本は必ず子どもたちが「置いていって」と言います。「ああ、面白かった」だけだと、置いていってと言わないですね。もっと読みたいときはこれを置いていってと言うので、一週間貸してあげたりするので、もっと面白いと、お母さんに報告するんですね。お母さんはわけがわからないけれども、その子が患者さんで来たときに、その絵本の話をお母さんとその子がすると、「ああ、そういうことだったのね」とお母さんが納得なさって、子どもの中でとてもいろいろな思いがあって育っているんだなあというのを感じます。

だから、保育士さん、担任が読むとまた違うんですね。いろいろなことをしている人が続きで絵本を読むのと、全然違った立場の人が一週間に一度読むのとまた違いますから、担任を代えて読むとか、園長先生がたまには読むとかいうふうにしてやるのも、たぶん面白いと思います。

子どもにふさわしくない絵本を挙げるとしたら、ありますか。

内海 やっぱあるでしょうね(笑)

前川 ありますよね。

内海 あります。食べ物でもいいものと悪いものがあるけれども、それはもう自分の感性で、自分が読みたくないと思うものは与えないですね。原則としては、小さい子はワクワクドキドキは好きなんですけど、最後は安心したいんですね。だから、最後ホッとさせる。例えば『すりすりももんちゃん』も、泣いて終わっちゃったらだめなんですね。エーンと言いながら、お母さんのところに入ってすりすりされたから、みんなホッとさせるわけです、「よかったねえ」で。

『三匹のコブタ』なんかは、年長さんにやるのは別にいいんですけど、小さい子にはちょっと早過ぎます。

お化けのものでも、大好きな人と一緒に絵本の中に入っているから入れるんです。三歳児、四歳児は一人でお化けの話なんか見ませんよ、好きでも。読んでくれる人と一緒に、「こわいねえ」と言って一緒に帰ってくれるから見るんです。そういう意味で子どもに不安感を残さない絵本を選ぶことが必要だと思います。

小学生ぐらいになると、戦争の話だとかそういう重たい話を読んで、「どうする？」みたいな詰める話はしますけれども、あくまでも保育園や幼稚園でやるときは、ワクワクドキドキしながら、「ああ、世の中はやっぱりいいものなんだ」というふうに終わる絵本、ほのぼのとしたものとか、時間の流れのゆったりしたものの方が、子ども自身もとても喜びます。こんなにテレビ、ビデオがあって、こんなに速いスピードの中に生きている子どもたちでも、やっぱり生のコミュニケーションでゆったりとした時間のほうを好むんですね。

絵本を読み聞かせすると、やはりテレビをつけません。例えば保育の現場で、東京ではどうなのでしょうね。延長保育でビデオ保育をやっているところが地方に行くところなんですけど、保育士さんがいて、子どもという仲間がいるところで何でビデオを使うのか。しかも保育のプロがいるところで。先生がいて絵本を読んだら、十人や二十人の子どもは静かにするし、絵本が好きじゃない子は、仲間がいるのだから遊ぶわけです。そこで「ビデオを使わないで」というのは私のメッセージなんです。やはり子どもが自分で面白さを見つけて、遊ぶ力を信じる。大人の都合で動かそうとしない。

入園したばかりのとき、なかなか寝なくてずっと抱っこして大変で、布団をぐるぐる巻いて寝かせてしまう。何かよい方法はありませんか？

内海 先の話につながりますが、寝たくない子をどうして寝かせるの？ というのが私の第一の質問で、寝たいような生活リズムの果てに寝ていくわけです。眠れない子を無理やり寝かせること自体の発想をちょっと変えてほしいな、というのが私の思いの中にあります。

保育園は、疲れをとったり、午睡が必要な子には、午睡の時間をとりましょうというメッセージは流すけれども、全員寝かせるとは誰も言っていない。ところが、その時間帯に連絡帳を書くとか、そこに保育士さんを一人置いて、保育士さんのちょっとした研修会をやるというためにどうしても子どもを寝かせてしまう。年長さんなんかは、はっきり言って寝ないですね。だから、三学期は小学校に向けて、年長さんだけはお昼寝なしにしていますが、あの時間が苦痛でたまらない子というのが結構います。寝てしまったために夜寝られないとか、結構いるんです。

だから、子どもに合わせた保育というのは何なのか。保育園に合わせた子どもの保育ではなくて、一人ひとりの子どもに合わせて、その子が小学校生活の準備として早寝早起きのリズム、友達と喧嘩して仲直りするリズム、集団で学べる利点がありますが、保育園のために子どもがいるわけではなくて、子どもたちのために保育園があるんだという視点が、どうも、保育の現場が厳しくなればなるほど、予算カットで保育士さんが減らされたりすればするほど、保育園優先の保育になりがちな現場もありますので、ぜひぜひ、子ども中心に、寝ない子は「どうして寝ないのかな？」と。寝かせなくてはと思う前に、この子には寝る必要があるのだろうかまで考えていただきたいと思っています。

ふれあいは大切なことは十分感じますが、母乳は、いつでもどこでも与えることについてはいかがでしょうか。場所を選ぶマナーというところはどうか考えられますか。

前川 この中で一番年を取っている私から答えます。というのは、私の時代は、どこでも、いつでも、母乳自由です。温泉も全部混浴でしたし、あまりそのことについて違和感を感じていません。私がこの年になって、現在の育児というか、小児科医の立場から、もう少し子どもを育てているお母さんにやさしい社会であってほしいのです。ですから、母乳がいいとって、与える場所や何かにもマナーなんて言うのは親はかわいそうだと思うのです。まあ、トイレの中で与えるというのはちょっと語弊がありますけれども、母乳をやっているお母さんが、必要なときに与える場所を社会でつくるということ。それから、もしそういう人がいたら、みんななるだけ温かい目を見て、そういう恥ずかしい思いをしないで済む、そういう社会の目も必要ではないかと思っています。子育てをした方はわかると思いますけれども、赤ちゃんはお腹がすいたら場所と所

を選ばないですね。それから、子によっては急に欲しいときもありますから、むしろそういう赤ちゃんの立場に立った地域社会をつくるようにしたらどうでしょう。

内海 赤ちゃんの立場から言えば、お腹がすいたときに、いつでも、どこでもなんでしょうけれども、前川先生がおっしゃったように、私が小さいときは、電車とか乗り物でいきなり胸を出して飲ませているお母さんの風景は普通にありました。

前川 先生の時代でもそうですか。

内海 ええ。私の小さいときですよ（笑）。私の時代は、サッと出せて見えないように授乳する。赤ちゃんはおっぱいは吸えるけど、よその人からは見えないようなブラウスとか、カーテンの陰でやるとか。そういうことはやはり社会文化が変わってくると、空港などでも授乳室とかありますよね。そういうことが必要になってくる。これはすごく文化に関係がある。例えば日本は、母乳がいいとか、授乳している姿は美しいとか言いながらも、そういうのを見慣れない人たちが増えているじゃないですか。赤ちゃんが泣いているだけでもエツという冷たい視線があるような世の中で、いくら母乳がいいからといって、昔並みにバスの中でベロンと出されても、みんな困るでしょう（笑）。そういう意味ではお互いに困るので、温かな目が必要。マナーもそうかもしれない。新幹線の中でも、おしっこのおむつは座席で替えてもまあいいかなと思うけれども、ウンチをあの手の中で替えるのは、やはりマナー違反だと思うんですね。そういうのは「マナー違反よ！」と指摘するのではなくて、「こういうところでやったらどうですか」とか、お母さんがやりやすいように温かくアドバイスしてあげるといった方がいいと思います。だから、医院の中でも授乳室があったり、いま、いろいろ工夫されています。

吉永 問題は、環境整備も要るのかなと思います。ウンチのおむつを替えたり、おっぱいをあげたりするときに、電車の中で、それから道端でしなくても安心して行える場所が、どれくらい用意されているのでしょうか。道を歩いていて、大きなビルは飛び込めば授乳できる場所とかおむつを替える場所があるだとか、そういう世の中に変わっていけば、きっとあまり気にせずにはやれるのかなと思ったりもします。

山口県光市というところが「おっぱい宣言都市」になりましたね。光市は「赤ちゃんを母乳で育てます」という議案が市議会で可決されました。だからといって、母乳でなかったら市民じゃないというわけではないのですが。（笑）母乳をあげやすい市に変えるように努力しますよという宣言だと思うのです。それがどこまで到達できているかはよくわかりませんが、そういう周りの目と、そういう周りの環境の準備かなというふうに思ったりします。

内海 例えば皆さんの保育園の表門に「この保育園の中には授乳できる場所がありますよ」とひと言書いたら、世の中のお母さんがどれだけ助かるか。公園に授乳する場所がなくて、ここではおっぱい出しにくいなあと思ってすぐそばを見たら、保育園に「授乳できますよ」と書いてあったら行けるわけですよ。

吉永 「どなたでもどうぞ」と。

内海 そうです。それは行政がするとかしないとかではなくて、自分たちが気がついたことを、誰がどこでやるかという話だけの問題で、これは大きな問題提起として皆さんがお持ち帰りになって、どうするの？という話をさせていただいて、それがどこかで火種になってマスコミに出て、お母さんたちが助かったという話になったら……。

感染の問題が心配だわとなったら、入り口のところにちょっとカーテンをつくってあげるとか、それでも世の中のお母さんたちは、とても温かくされているなあという気持ちを具体的に持てる、大きな子育て支援になると思います。

前川 ありがとうございます。いまの質問で、一つのことに対して三人三様の見方があるということが一つ。それから、何か問題があったときにはその背景を考えて、今度はそれに対する対策を考えることも必要ではないかということだと思います。

私が皆様をお願いしたいのは、いいとか悪いとかではなくて、決めつけしないで、いろいろな見方があるということで、ぜひお母様方とか、世の中の子育てをしている人に対応してほしいのです。あまりにも白黒が

はっきりし過ぎると子どもは育ちませんので、そういうことをご理解いただけたらと思います。

ここに座っている先生方もわからないことがむしろたくさんあるのが普通で、すべてがわかっているわけではないということもご理解ください。あることは皆様と同じレベル、あるいは、それ以下のこともあると思います。

子育て支援は母のための支援になってきている。母親のリフレッシュが必要であったり、病気療養が必要なときには、制度の利用を役立てられるとよいが、子どものふれあい時間を持つとせず自分の時間だけが優先されている気がする。こういう現状があり、伝えても伝わらない親にはどうしたらわかってもらえるのですか。

前川 今度も三人が答える必要のある質問です。

吉永 私は、それは場所によって違うよという叱られそうですけども、育児支援は、日本はそろそろ次の時代を迎えなければいけないだろうと思っています。育児療養科という診療科をつくったのがいまから十二年前ですが、その頃、そのちょっと前くらいから、育児指導という言葉が育児支援という言葉に変わってきた。私も自分の反省としてですが、あれでもいいよ、どれでもいいよ、これでもいいよ、あなたのやり方でいいよ、というふうにずっと言ってきたような気がします。「お母さん、大変ねえ」と言って少しお母さんの気持ちを楽しにしてということやってきて、それで育児支援をやってきたという気になっていたことの反省を、実はここ数年しています。

育児支援という考え方を、日本という国の母子保健にかかわる者はやっと手に入れましたので、それを捨てずに、ただここはお願いよ、ただこれはだめよということ、そろそろ言わなければという時代に来ているのだろうと思っています。育児指導から育児支援になって、次に何という言葉が適当なのかというのを、何とか人よりも先に見つけて吉永がつくったと言いたいところですが、ここ数年考えていてもちっとも思いつきません。育児支援という考え方を捨てずに、健康状態の問題だとか、ふれあいの問題だとか、そういうものを含めて、これはだめよ、これはいいよ、これはお願いよ、ということをお母さんたちに言わなければいけない。しかも思い込みではなくて、根拠のあることをお母さんたちに伝えていかなければいけない時代に来ているのだろうと思っています。

ただ、これは場所によって、人によって違うんですね。いまだに、育児支援という考え方は大事みたいよということさえ伝えなければいけない地域とか、集団とか、人も、実際いらっしゃいます。そのことを伝えながら、ご質問にあったように、そういう根拠のあるものをお母さんたちに言い始めなければいけない、そういうことにもう一度立ち返ろうということをお考えなければいけない時代かなというふうに思っています。

前川先生をはじめ世にはいろいろな偉い先生たちがいらっしゃいます。その方たちがいろいろなことを研究していただいて、私たちがびっくりするような新しい子どもの健康の科学を教えてくださいます。それを我々は勉強しに行くのですが、その知識を、このお母さんに渡すときにはちょっと角を落としておこうかなとか、ちょっと赤く塗っておこうかなとか、手を変え品を変えて、その知識を我々流に、またその家庭にあった方法にアレンジして提供していくのが、我々の仕事の醍醐味だろうと思っています。それこそが皆さんと私と恐らく同じように与えられた使命だろうし、同じようにチャンスとして持っている喜びの機会だろうと思っています。ひょっとしたら、その事実を発見した偉い先生にはそういう楽しみはないかもしれませんが、私たちにだけ許されたこの醍醐味ということをお母さんのそばに寄り添うことができたかなというふうに思っています。

内海 子育て支援という言葉が言われ始めたのは、たぶん一九八〇年くらいで、コインロッカー事件とか、虐待の問題が出てき始めた頃なんですね。お母さんがすごく追い詰められている現状に対して、その追い詰められている母親を支えれば親子関係がうまくいくという時代は確かにありました。ところが、いまは、お母さんが普通に子育てをしても、社会状況は子どもが育つ環境が劣悪になっている。どんなに親子関係がよくて、テレビとかメディアの問題とか、友達関係とか、学校の問題とか、遊び場もないとか、そういうことで子どもが育ちにくい。

そういうことで、最近、子育て支援、子育て支援と。例えば、病児保育は、働いているお母さんたちにはとても助かります。だけど、病気の子どもを看病したいというお母さんの気持ちはどうなるのか。お母さんに看病してほしいという子どもの気持ちはどうなるのか。お父さんと一緒にいたいという子どもの気持ちはどうなるのかと考えたときに、「親時間」という考えを、いま、NPO子どもセンターの施策としては出しています。ドイツでは、親時間、例えば親になった人には残業させないとか、そういうことがスウェーデンでもあります。六時にはお父さんは家にいる。それから、ゼロ歳の育児は両親がしたほうが親育ちの時間を確保できるということで、企業も有給で育児休暇の義務づけがされています。私はスウェーデンで子育てをしたことがあります、平日の公園に立派なお父さんがベビーカーで子守をしている姿などもざらに見えます。

日本で平日にお父さんがベビーカーを押していたら、リストラされたのかしらとか、奥さんに逃げられたのかしらとか、そう思うかもしれませんが、当然のように、親が親になる時間を国が保障しているわけです。そういうことが子どもがちゃんと育つ時間につながるの、親が働くための支援ばかりをやっては子育て支援にならないという反省が来て、いま、いろいろやっています。これは企業も動いてもらわないといけないし、それから公園課にも、ゼロ、一、二歳児が安心して遊べる公園をどれくらい確保するか。ビルとか駐車場とか、お金儲けになるばかりではなくて、子どもが育つちゃんとした空間。保育園も、運動会ができる平らなところではなく、水遊びが堂々とできる砂場だとか、ちょっと危険な山とか、登れるような木とか、そういうものをちゃんと子どものために用意してあげられる国かどうか。そこにおカネをかけてくれるかどうかが重要だと思います。それが、子どもの育つ子育てではなくて、「子育て」支援になると思います。

子どもが現実にちゃんと体も心も育っていないということ、子どもはいろいろなところでSOSを出していますから、親も追い詰めないように、子どももちゃんと育つような施策なり世論なり、保育の現場からいろいろな声を吸い上げながら、少しずつ方向は変わっていると思います。

前川 私の考えですけれども、まず、こういう親御さんがいらしたら、その人の話をよく聞くことしかないのではないかと思います。そういう人とはなかなかコミュニケーションが取りづらいでしょうけれども、お茶飲んでいかない？ とか何とか言って、ただ話を聞いて、その人の立場をまず受容する。それで、いろいろなことがあったら、「大変ねえ」とか共感して、とにかく通じ合うことが第一番です。しかし、それを繰り返すだけでは親の気持ちはいくらか楽になりますけれども、問題は解決しないですね。これは支援の第一歩です。要するに相手の話を聞くということです。聞いて、立場を受容して、共感するということ。今度はそれを聞いているうちに、その原因の背景がわかってくると思います。親自身に問題があるとか、経済的に問題があるとか、いろいろなことに負担があるとか。それぞれに対して、もし皆様がそれに適任でなかったら、しかるべき人と相談して、その解決の手段を考えるということしかないのではないかと思います。最低のこの話を聞く。普通のお母さんは、話を聞いて話しているうちに、段々と解決する人が多いのですけれども、要支援家庭とか虐待の寸前のような方は、シングルマザーだとか、ヤングママとか、いろいろなことがありますので、ちょっとこれだけでは無理です。

ですから、ある問題をある程度階層化して、保育園の立場としてはこういうときには、例えば児童相談所とか、その地域の保健所とか、あるいは小児科の先生とか、連携したらいい、あるいは相談したらいい場所を決めておき前もって、そういう機関の人と親しくしておく必要があるのです。そういう人がいたらそういう方法で解決したらどうか、というのが私の意見です。ぜひ、悪いとかいいとか決めつけしないで、まずお母さんの話を聞く立場をとってください。

気をつけなければいけないのは、そういうお母さんはどこへ行っても同じことを言われますので、最初はすごく反抗的な態度です。ですから、そうじゃないのだということで受け入れる態度をとると、意外と本音を吐いて、涙を流して親しくなったりとか、いろいろなことを言って解決することがあるというのが、私の考え、感想です。

[子どもを愛せないという母親の親子関係の修復を聞かせてください。この場合タッチケアはどれくらい](#)

効果があるのでしょうか。

吉永 とても、とても難しいですね。こうやって、こういう事例がありました、ああいう事例がありましたというご報告をしていますけれども、それは、いい結果が出たことを報告していますからね。あまり大きな変化がなかった報告は、私のところにはなかなか保育士さんから挙がってこなかったりもするので、全体で何パーセントかと言われると、これがどれくらいの方たちに効果的なのかはよくわかりません。ただ、「そういう人たちもいる」という体験談でしかないのですけれども、それが一つのヒントになればというふうに思っています。

愛せないと悩んで、私の外来に来られるお母さんは、簡単なことではその関係が修復できません。修復しようとしているいろんなことを試し、苦しんだあとにとうとう他人の力を借りないといけないということになったのでしょうか。なかなか口にするのも難しいことでしょう。お会いしてから、7年ほどたつのに、いまだに変わらず「愛せない」というふうにおっしゃる方もいます。お風呂に入れてね、ご飯はちゃんとつくってね、これはだめよ、あれしてね、これしてね、とルールを決めて、それでもだめだったら避難してよ、だめって言って。ママだって子どもだって避難させなければいけないことがあるからね、という話をしてかわってきましたけれども、どうして私はこうなっちゃったんだろうという思いもありませんながら生活している。その子は何も怪我をすることなく育ってきています。どうやって関係を修復するかというのはとても難しく、いい手があったら実は私のほうが習いたいぐらいです。でもその一つのヒントとしてタッチケアがありはしないかと思って一生懸命やっているところです。

内海 自分の子がかわいく思えないと悩んでいるお母さんは、やはりかわいがってもらったという体験がないですね。そうしたらその人に、私はあなたの子どもをものすごく気にしているよ、というメッセージをあげてほしいのです。それと、愛せないと悩んでいること自体が親心でしょう。他人だったらそんなこと悩まないわけですね。それでも立派な親ですよと言ってあげれば、何とか頑張れるんですね。

実際に見ていて、子どもに危険が及ぶような場合は離すしかないのですけれども、おおかたの場合は、事件にならないような水面下で私たちのような第一線の診療所や保育所に来ます。それでもほとんどのお母さんは、そこそこやっていますので、悩みを打ち明けてくれる関係があるなら、「お母さんよくやってるじゃない」と。よくやっていたとしても、朝ご飯にお饅頭一個食べさせてきたとしても、食べさせてこない人もいるのだから、お饅頭一個でも偉いよと言ってあげると、それがひと品増え、ふた品増える。そんなことで子どもは死にませんので、とにかく褒めてあげて、関係の中で一番大切なのは母性的な関係です。「私は受け入れられている」、その人の言うことなら信じてついていってみようかな、次に父性的な決まりだとか、規約を守ると。

職場でも、自分がこの職場で働いていいというふうに園長先生から認められ、同僚から認められていれば、居心地よく発揮できますよね。ところが、あなたは保育士としてこういうところが失格よとか、毎日怒られていたら嫌になるじゃないですか。だから、保育園に行ったら、できないと思っている自分でも、保育士さんが「お母さんよくやってるね」とか、「お子さんがニコニコ笑うのはお母さんが一生懸命育てているんでしょ」とか、どこかいいところを見つけてあげて、連絡帳に嫌なことを書かずに、嘘でもいいから、「やっぱりお母さんが来ると嬉しそうです」とか、「やっぱり私たちはお母さんに勝てません」とか書いてあげると、お母さんは自分の役立ち感を感じます、多くの場合ですよ。もちろん通じない人もいます。通じない人はそれなりに仕方がない。自分の無力感を感じてしまうこともあるでしょうけれども、そうやったほうがお母さんの気持ちが満たされてきて、まあ、一朝一夕にはなりません、例えば、一歳児で来たときはとても危うかったお母さんが、四歳児になったらとても立派なお母さんになっているというのはたくさんあります。愛し方もいろいろあるんですね。自分たちがこうあるべきだという母親の姿を押しつけていないか、という反省も私たちの側に必要なのです。

お母さんが子どもを叱っているときに、お母さんは理想の子どもと比べていつも比較していませんかというメッセージは、小児科医はよくやります。ところが、自分自身を振り返ると、「理想のお母さん」という

のを自分の中で決めて、このお母さんは愛せないお母さんだからバツとかいうことをやっている自分に気がつくことがあるわけです。子どものよさを見つけるのと同じような眼差しで、お母さんやお父さんのよさを見つけてあげることが、お母さんたちを大きく成長させる。やっぱり親は親になる時間が必要なんですね。

私も、偉そうなことを言っていますけれども、私が親になるにはいろいろな人の手を借りてきました。一人で立派かどうかわからないけれども親になったわけでもないし、子どもたちを私だけで育てたわけでもない。親子関係がまずくても、そこを修復する別の関係が保育園の中にはあるわけです。ですから、いろいろな関係の中で子どもを預かっている。親子関係も大切だから、そこも何とかしてあげたい。でも、それが何とかならないのなら、私がこの子をたくさん愛してあげよう。あの保育園のあの先生がいたから僕はよかったとか、学校のあの担任の先生にめぐり合えたからというのが、人との出会いには必ずあります。親はだめだったけど、あの先生がいたから僕はいまこうあるとか、学校は恵まれなかったけど、職場でこんな人に出会ったからとか、いろいろなチャンスがありますから、親子関係はもちろん大切だけれども、親子関係だけにフィックスしない人間関係の中で人は育つのだという広い眼差しが必要なのかなと思って、いま、外来をやっています。

それぞれの先生で一番苦労されたことは何ですか。よかったら教えてください。

前川 私は妊娠したことがない(笑) それから、お産したことがない、母乳をやったことがないのです。ですから、子どもを育てているお母さんの本当の気持ちがわからないのです。よかったようなフリをしますが、どうも女の人と男の人と感じ方が違うのではないかと思うようなこともあります。男がいくら理解しようと努力しても、一〇〇パーセント踏み込めない領域が何かあるような気がします。

それからもう一つは、こういうことをやっているとわかるのは、親子の組み合わせが無数にある。いくら勉強してもきりがなくて、結局、時には虚しい気持ちもするということが本音です。だけど、やらなくてはいけないということでやっています。でも、それは苦労ではない、楽しみなのです。私が経験できないことを経験させていただいたら、ものすごいことができるのではないかと思うのですが、それは不可能ですね。

吉永 二つの話をしますが、タッチケアに関することでは、「本当に効果があるの？」と聞かれるのが一番大変なんですね。実を言うと、アメリカのマイアミ大学を中心とした活動では、新生児センターのタッチセラピーをやった群とやっていない群の体重の伸びがこんなに違うよという話だとか、おしっこか唾液の中のストレスを示すホルモンの数値がこれだけ差があるよだとか、いろいろ科学的なデータが出ています。そういうのを見ると、確かに科学的な検証がなされるということで、我々は、この方法に準じて始めようということであって来たわけです。

ただ、こっちのグループにはとてもやさしくタッチケアを試してみましたよ、こっちの群には冷たくしてみましたよという実験はなされない(笑)。できないんですね。数字にあらわれるほどのことがなかなか出てきません。そうすると、エビデンスはどうなんだという話をたくさん言われて、なかなかつらいところがあります。数字であらわしづらい。しかし、数字にあらわれないから根拠がないかと言われると、どうもそういうことではなさそうだと思います。実際お母さんたちと話をしていると、二歳でも三歳でも、さわるのはとてもいいみたいということは感じるのです。ただ、私の役目としては、ある程度の根拠とか、ある程度の事例とか、そういうものをしっかり持って皆さんに伝えなければいけないだろうと思って、いま、研究を一生懸命やっているところです。「本当に効果があるの？」と言われると、「ウン、体験談ではね」ということしかないのが、いま、大変苦労しているところでございます。

もう一つ、育児支援ということに関しての苦労という意味では、育児療養科という診療科でいろいろなお母さんに会ってまいりました。『子育ての、そばにいる人はだれ?』という私の書いた本があります。袖すり合うも他生の縁ということで、どこかで手に取って読んでいただければありがたいのですが、その中でいろいろな事例を書きましたけれど、どなたも対応方法を教えてくれないんですね。こんな問題を抱えたお母さんが来たけど、どうしたらいい? と。「このお母さんの相談に何て答えたらいいんだろう」と、そのたびに思いました。どこを見ても書いていない。「次の子を産むのが怖いんだけどどうしよう」と言われて

も、「いまの旦那とごちゃごちゃしているんだけどいまの妊娠を続けるかどうか」と言われても、そんなものは小児科の教科書を読んででもどこにも書いていないです。どうしようと思いつながらお母さんたちと、「そう、そりゃ大変ねえ」と言いながらやってきたのですが、どこにも書いていないということで四苦八苦したというのが一番苦労したことでございます。

先ほど前川先生がおっしゃったように、受け入れることから始まってということだけを一生懸命やってきましたら、何となくここまで来たのですが、皆さんいろいろな質問で来られるけれども、「そばにいる人は一体誰ですか」ということをこの人たちは聞きに来ているんだなと思ってから、とても気が楽になってまいりました。お姑さんの関係だとか、家の関係だとか、家の収入だとか、旦那の性格だとか、私には変えようがないわけですから、「治らんものは治らんね」と（笑）。お母さんが、育児、子育てということを抱えながらその中で生きていく。その時期を過ぎてしまうまで、ひとりぼっちでいるのが、それとも誰かが、大変ねえ、ああ、そう、よう頑張るとんねえと言いながらその時期を過ごすのかということが、大きな要素なのだなと思ってから、私自身も随分救われた思いがしてこの仕事をやってきました。

内海 私は別に人生の苦労話をするつもりはないのですが、（笑）私が小さいときはそんなに絵本の種類はないし、うちの父も小児科の診療をやっていましたけれど、絵本なんか本当に少ししかなくて、父の子守歌とか、父が語る昔話では育ちましたが、絵本で育っているわけではないんですね。だから、絵本なんかなくても子育てはできると思っています。いまは、絵本が一つの手段になり得るだろうということでやっていますけれども、絵本なんかなくたって育つと思っています。

だけど、娘が一歳のときにスウェーデンに留学して、テレビの全くない生活をしたときに、日本からどっど送った絵本でかなり豊かな生活ができたということ。それから、その娘の育ちをずっと見ていて、日本に帰ってきて医者に戻って当直なんかをするときに、忙しい中で、子どもとどうやってふれあいを築いたらいいかというときに絵本の読み聞かせがあったわけです。その実践を踏まえてお母さんたちに提供していたら、お母さんたちがとても楽しそうになっているなという手応えと、保育園の子どもたちが、真剣に絵本を用意していくと変わる。忙しいときにその辺の絵本をババッと持っていくと、やはり受けが違ふんですね。「あ、力抜いたのがバレちゃった」みたいに、子どもたちはものすごく敏感ですから、そういうところがかかわることの大切さみたいなものを勉強したし、大変でした。毎月一回、セミナーでテーマを選んできちんと絵本の準備をしていくのと、毎週一回、二つの園で絵本を選んで、雨の絵本にしようと思ったらすごく晴れてしまつてやめたとか、動物園に行くという話を聞いたから、動物園の絵本に急遽変えたりとか、いろいろやって大変でした。けれども、そのために絵本屋さんにも足を運ぶ回数が増え、絵本に関する本を読むことが増え、いろいろな作家さんの講演会を聞くことになり、絵本の選書が、こんな絵本が出ているんだということにもなり、外来の待合室に絵本を置いてという運動も、それが『小児科医が見つけたえほんエホン絵本』という本にもなり、こういうところで呼ばれて話す立場になることになり、苦労がみんな実っていているという感じなんです。

いま苦痛なのは、忙し過ぎて新しい絵本になかなか接触できないことと、絵本のことをいろいろ書いているので、嬉しいことに、書店から新刊がどんどん送られてくるんですね。その中でいい絵本を選んで、子どもたちにどう提供していこうとか、そういう根っこの部分がちょっと薄くなってきて、ちょっと辟易していて、何か新しい境地はないだろうかということで、最近、とうとう紙芝居まで始めました（笑）。

それで、診断と治療社から『チャイルドヘルス』という保健雑誌が毎月出ています。これに毎月8冊～9冊、うちにある絵本を出版社に送って、それについて書いていますので、どんな絵本を選んだらいいとか、ブックトークとかそういうときにもしご参考にすれば。ある絵本のところは、紹介だけすると、その出版社が絵本屋さんにも絵本を取り寄せてやってくれるんですけど、これに関しては全部うちの絵本をやっています。もう4年間続けていますので、テーマとタネが尽きてきていますが、まだ続ける話になってしまつて、エッ、どうするんだろうと（笑）。

前川 大変だ。

内海 ぜひ、参考にさせていただきたいと思います。

前川 ありがとうございます。私たちの一時間ぐらいの話で、すべてのことが解決したわけではないと思いますが、特にご意見がありましたら、どうぞ遠慮なくおっしゃってください。

- 図鑑ばかりに目が行く一歳児の男の子がいます。ほかの物語性のあるものとかに目が行かなくて、そういうものから始まるのかもしれませんが、どうすればストーリー性のある絵本につながっていくのでしょうか。

内海 基本的には図鑑が好きの子がいますよね。チョウチョばかり好きだとか、クルマばかり好きだとか。昔から、図鑑が大好き、乗り物の名前なら全部覚えちゃうという子もいますよね。そこが最初の始まりで、汽車が主人公の絵本が大好きだとか、そういうふうに広がってくるので、基本的には好きなものを取り上げない。そこから広げていってあげる工夫は必要だけれども、やはり相手のあることなので、口の中に突っ込んで吐き出すことは無理やりしないというのが原則です。

例えば図鑑が好きなら、その図鑑で色を覚え始めるとか、そこでお話をつくるとか、いくらでも絵本的にはできるわけですね。図鑑を使ってどの程度までお話がつかれるか、みたいな。今日はどこのページから見ようかとか、今日は何分見た？ とか、そうやって余白で楽しむ。絵本化するという形でかかわっていけばいいと思います。うちの娘は恐竜ばかりだったんですよ。もちろんお話の絵本も好きなんですけれども、まず最初に恐竜なんですね。トリケラトプスだとか、すごく難しい恐竜の名前をあのときにいっぱい覚えさせられましたけど、小学校四年生まで恐竜三昧でした。学校の先生に恐竜以外のことって言われて、「いいんです、うちの子は恐竜が好きなんですから」と。夏休みの宿題も恐竜、工作も恐竜（笑）。ほかのことはそこそこやっていたので、好きなものは取り上げないで、そこから発展させる。

ただ、一歳児だとまだわからないので、例えばこれが五歳児で、汽車ばかり言っていてそれしか繰り返さないと、自閉傾向があるとか、いろいろなことが出てきますので、そこは園医も巡回していらっしゃるでしょうから、全体のトータルな育ちを見ながら、その子が好きな世界を邪魔しないで広げてあげるという工夫をされていけばいいと思います。

前川 最後に内海先生が講演のなかで、テレビについていわれていましたが、そのことについて、もう少し詳しくお話しください。

内海 実は私は日本小児科医会で、「子どもとメディアの問題に対する提言」というのを出したところのトップでございまして、二〇〇四年の二月六日に、「二歳まではテレビ、ビデオを控えましょう。子どもの部屋にテレビ、インターネット、パソコンを置くのはやめてください。食事時のテレビは消しましょう。テレビを見るときルールを決めましょう」という提言を出して、いろいろな育児雑誌とか新聞で、医会がこういう提言を出したということで波紋を呼んだのです。一九五三年にテレビの本放送が始まりました。一九六〇年代にテレビはほとんどの家庭に普及しました。一九八〇年代にゲームができました、ビデオもできました。一九八三年のときにゲームで遊んでいた一〇歳の子どもは、いま、三十代のお父さんになっています。その親たちが、一歳、二歳の子どもを膝に乗せゲームを教え込んでいます。

いまの親の世代は、若い保育士さんたちもそうですけれども、生まれたときから茶の間にテレビがあった時代なので、ずっとテレビがついていても何の違和感もない世代なのです。時計がわりについているわけです。そこでBGMとして、「でも、見ていません、ただつけているだけです」と言いながらも、客観的に観察すると、親子の会話はテレビがついていないときよりも少ないことがわかっています。だから、言葉の発達の重要な二歳、三歳ぐらいまでは、やはりテレビはなるべく見せないほうがいいと思います。

医会の調査でも、生後六カ月までに、意図的に赤ちゃんにある特定のテレビを見せているという親が何割もいました。こういう子どもたちは二歳になると、立派なテレビっ子、ビデオっ子になっています。いまは、すごく制限して気をつけているという家庭と、ずうっとつけっ放しにして“電子ベビーシッター”に預けているというおうちと、両極端です。それが保育園に来て真っ当な生活を送り、土日に帰すとドッと疲れてくる月曜日の子というのは、みんなメディア漬けの子なんですね。特に乱暴な言葉を使ったり、そのままマ

ネしているような子どもたちをかなり見えています。それから、昔のテレビに比べて、ゲームは、早く殺せ、多く殺せというのが得点に結びついていますし、ワンタッチでもとに戻る。自分が痛い思いをせずに相手を殺すことができるのを、日常的にやっているわけです。

だから、小学校でも中学校でも高校でも、先生たちにお聞きすると、子どもたちの言葉遣いが、一時の流行の、「おそ松君」が流行ったときのようなブームではなくて、「死ね、殺せ、いなくなれ、うざい」そういう言葉が非常に多くなってきています。昔の子は喧嘩しても、「おまえの母さん、デェ〜ベそ」ぐらいで済んだのが、「死ね」とか、すごい言葉です。そんな言葉、昔の子は言わなかった。

そういう言葉と刺激が大量にある中で、じゃ実生活はどうなのかというと、ペットも飼っていない、身内のお葬式にも出たことがない、赤ちゃんの生まれた現場も見たことがないという中で、実体験がものすごく少ないわけです。このバランスの悪さは、きっと何か子どもの心に影響を及ぼすだろうという危機感があります。

実際に、そういう心配な子どもたちにテレビのない生活をさせたら、子どもだけが変わったわけではなくて、「家族の会話が増えました」「子どもがこんなにいろいろなことを言っていたのに気がつきませんでした」という反響は、全国の市町村や学校、保育園や何かで「ノーテレビデー」にチャレンジしたところでは、体験談として挙がっています。それはテレビを消した生活を一日体験することでわかるんですね。やってみないとわからない。やったところでは、悪いことは一つも起きていないという事実があります。

そういう面で具体的に日常生活の中で、皆さんも食事中にちょっとテレビを消してみたら会話がなくなったという家庭が随分あると思いますけれども、しばらく我慢していると、会話が出てくるんですね。それはぜひやっていただきたいと思います。例えば毎食が無理であれば、朝は会社に行くからニュースを見たりするので、夕飯だけでも。ビデオがあるから、夕飯の時間に見たいテレビはビデオに録って、食事の時間でない時間に見るとか、そういうためにビデオは使ってほしいんです。

そういうふうにすると親が子どもにかかわらなきゃいけないので、子どもたちは、「今日もノーテレビにしないかなあ」と。親がリンゴの皮むきを教えてくれるとか、お父さんが釣りに連れていってくれるとか、かわりが増えてくるので、ノーテレビをむしろ楽しみにしている子も増えるんですね。いかにかわってもらえていないか、テレビを題材にした話しかしていないか、いかに要らない情報がどんどん入っているかということを知るには、別にテレビを捨てるという運動ではありませんで、ノーテレビデーというのは、いかに必要じゃないものが入り込んでいて、いかに大切なものが失われているかということを実感していただいた後で、テレビやビデオとどううまくつき合っていくかということのショック療法の一つですので、その辺はやってみていただければありがたいと思います。

前川 ありがとうございます。

ほかにございますか。そろそろ時間が来ましたので、それでは、まとめたいと思います。本日は「子どもが育つ保育」というテーマで、タッチケアと絵本の読み聞かせの二つを取り上げてやらせていただきました。これは結局、いまの子育て支援のテーマである、「子育て・親育ち」の一つの方法だと思います。恐らく、今日の先生方のお話、皆様のご質問、意見でも、はっきりした結論は急には出ないと思います。ですから、ぜひ今日のいろいろなことを参考にして、保育の現場で、いかに親育ちと子育てにかかわるかということ絶えず心がけて保育をしていただけたら、本日のシンポジウムが意味のあるものになるのではないかと思います。

子どもの病気の話というのはわりと簡単なのですが、こういう問題は、しゃべってもなかなか結論が出ないのが特徴です。それだけにまた、大切な問題ではないかと思えます。現在の保育園、幼稚園の立場は、子どもを育てる上で重要な役割を担っている場所でございますので、本日のシンポジウムがぜひ、いい意味で子育て・親育ちにつながることを願って、本日のシンポジウムを終わりたいと思います。(拍手)

講師紹介

前川 喜平（まえかわ きへい）

神奈川県立保健福祉大学教授、東京慈恵会医科大学名誉教授。

東京慈恵会医科大学卒業後、同大小児科教授を経て現職。

1996年より母子健康財団 シンポジウム統括を務める。同協会理事。2003年に小児科と小児歯科の保健検討委員会会長。

主な著書に「小児神経と発達の診かた」（新興医学出版社）、「今日の診断指針」（共医学書院）など。

吉永 陽一郎（よしなが よういちろう）

吉永小児科医院副院長、聖マリア病院母子総合医療センター育児療養科長。

福岡大学医学部卒業後、久留米大学病院小児科等を経て現職。

1994年、聖マリア病院に全国初の子育て専門診療科「育児療養科」を開設。日本タッチア研究会幹事。育児支援研究会事務局。

主な著書に「子育ての、そばにいる人はだれ?」（メディカ出版）、子育ての医学館（小学館）など。

内海 裕美（うつみ ひろみ）

吉村小児科（文京区）院長、日本小児科医会常任理事。

1980年、東京女子医科大学卒業後、同大学小児科学教室を経て愛育病院等に勤務し、1997年に現職。

「はじめよう 子育てサポート21」（医学書院）編集、チャイルドヘルス（診断と治療社）

『絵本の世界から』連載、NHKすくすく子育て『絵本の広場』連載など

『ようこそ！絵本の世界へ』（学燈社、平成17年）分担執筆