

第 107 回公開シンポジウム

はじまりとしての赤ちゃん

◆ プレゼンター

小 西 行 郎

同志社大学赤ちゃん学研究センター教授・日本赤ちゃん学会理事長／小児神経学

◆ プレゼンター

池 内 佳 子

甲南女子大学看護学科教授／助産学・母性看護学・女性健康看護学

◆ 司

会

一 色 伸 夫

甲南女子大学総合子ども学科教授／子どもメディア学

一色：第 107 回「子ども学」講演会を始めます。今回のテーマは「はじまりとしての赤ちゃん」。赤ちゃんは非常に重要なテーマですね。生まれてからだんだん、大きくなって、幼児、少年少女…と育っていくわけです。その一番始まりのところについて、お二人の専門の先生方に来ていただきました。まず、趣旨を申し上げます。“赤ちゃん”はヒトの起点を象徴しています。ヒトの成長・発達のメカニズムは、誰もが通ってきた道ながら、いまだに解明されていません。赤ちゃん学では、多岐にわたる分野の研究者が協力し、おなかの中の胎児から赤ちゃんへと発達を追って、その解明に挑戦しています。そうした研究を紹介し、赤ちゃんが発しているメッセージを探りたいと思います。

こういうことですので、みなさん、よく聴いていただきたいと思います。

今日はお二人の先生方においでいただきましたが、まず小西行郎先生です。先生は同志社大学赤ちゃん学研究センター教授、日本赤ちゃん学会理事長で、ご専門は小児神経学です。京都大学医学部ご卒業後、同大学附属病院未熟児センター助手、福井医科大学小児科講師、助教授をされて、文部省在外研究員としてオランダのフローニンゲン大学にて発達行動学を学ぶ。埼玉医科大学小児科教授に就任。東京女子医科大学に乳児発達行動学講座を開設されて教授とされました。同年に、赤ちゃんをまるごと考える“日本赤ちゃん学会”を設立されました。現在、同志社大学の赤ちゃん学研究センター教授と、兵庫県子どもの睡眠と発達医療センター長も兼任されています。主な著書は『赤ちゃんの脳科学』『赤ちゃんのしぐさ BOOK』『赤ちゃんの遊び BOOK』『知れば楽しいおもしろい 赤ちゃん学的保育入門』『もっと知りたいおなかの赤ちゃんのこと』『発達障害の子どもの理解する』『ゼロ歳の赤ちゃんの気持ちがわかる本』『赤ちゃん学を学ぶ人のために』などで、多くの本を出されています。

先日、京都で日本赤ちゃん学会が開かれ、その時に池内佳子先生とも一緒だったことから、今回、名コンビだと思い、お二人に来ていただきました。池内先生は甲南女子大学看護学科教授、ご専門は助産学・母性看護学・女性健康看護学です。神戸市立中央市民病院で助産師をされた後、看護基礎

教育の道へ入り、約 30 年間看護教育に携わっています。神戸市立看護短期大学講師、神戸市看護大学看護学部講師、和歌山県立医科大学看護短期大学部教授、和歌山県立大学保健看護学部教授、和歌山県立医科大学助産学専攻科教授、同大学大学院保健看護学研究科教授を兼務されて、その後、本学看護リハビリテーション学部看護学科教授となられ、平成 24 年から本学大学院看護学研究科教授を兼務されておられます。

本日は、お二人が赤ちゃんのことをいろいろな角度からお話ししてくださいませ。それでは小西先生からお願いいたします。

小西：貴重な機会をいただきまして、一色先生に感謝いたします。普段はお母さんや保育士さんの前で話すことが多く、こんなにお若い人たちの前で話すことがあまり経験ないので…。まあ、気楽に笑ってもらいながら聴いていただければ。

さて、私たちは「赤ちゃん学」という聞き慣れない名前の学会を作りました。助産師さんに叱られるかもしれないけれど、小児科の医者をやっていて一番嫌な言葉というのは、「母子」という言葉なんですね。なぜ「母」がもれなくついてくるのだろう、赤ちゃんの研究がしたいのに…と思っていたんですね。小児科医なのでお母さんに興味を持つ先生方が多いのですが、私は人としての始まりとしての赤ちゃんにきちんとアプローチしていきたいと考えているのです。赤ちゃんの気持ちがわかるという人は多いのですが、本当にわかっていますか、思い込みじゃないですか、ということもあって、赤ちゃん学会を立ち上げました。世界中に赤ちゃん学会がありますが、当赤ちゃん学会の特徴は、物理や数学の先生、ロボットの先生がいらっしゃることです。今まで赤ちゃんというと、小児科の医者か看護師さんか心理学者がメインなのですが、おもしろくない。赤ちゃん観が決まっているんですね。では、まったく違う赤ちゃん観を持っているところで研究できないかと考えたわけです。

そもそも赤ちゃんの不思議とは、このようにいろいろあるわけですが、この中で何が一番答えが出ていないかと言うと、「なぜ動くの？」ということなんです。お腹にいる赤ちゃんがどうして動きますか、という理由は誰にもわかっていない。皆さん、わかりますか？ 赤ちゃんはお腹の中でなぜ動かなければならないのか。何のために動いているのか。

そして、最も学会の方々が知りたいのが、人の心はいつ頃から生まれますかということです。お腹の中にいる赤ちゃんの心、あると思いますか。「あると思いたい」？ 証拠がありますか。たとえばお母さんが幸せだったら、赤ちゃんは幸せですか。なんでわかる？ お腹の中にいる赤ちゃんが「私は幸せ」って言いますか。

よく考えてほしいのは、お腹の中にいる赤ちゃんの脳はいつ頃から発達しますか。たとえば 5、6 週で赤ちゃんは動き始めますが、その時脳はまだできていませんよ。幸せ、幸福というのは脳の非常に高次な機能となるので、たぶんわからないですね。要するに、赤ちゃんの心がいつ頃からできてるかということを抜きに、現場で参加しているお医者さんも看護師さんもみんな、心があるんだという考えを持っている。ですから、お腹の中の赤ちゃんが幸せになるためには、お母さんが幸せでなければなりませんよ、という考え方が多いのです。

でも、誰もが妊娠してすぐに幸せだと感じると思いますか。私は無理かなと思うんですね。4人子どもをつくった旦那としては。子どもをつくったとたん、つわりで気持ち悪いときに、かみさんに「お前、幸せだろう」なんて言えると思いますか。体重も20kgも増えている時に「体重増えて良かったね」なんて言ったら怒られるよね(笑)。うちは双子だったから上向いて寝られないんですよ、圧迫されて死にますからね。横向いて寝ないと仕方がない。横向いたら旦那がいきかいて寝てるの(笑)。その時に幸せ感じますか。私はかみさんに何回もきられましたからね(笑)。

ですから、赤ちゃんがお腹にいる時に幸せでないといけないという発想をすると、妊婦さんが非常にプレッシャーを感じる。あなたが幸せだと感じていると赤ちゃんも幸せなんですよ、と言われても、そんなこと、赤ちゃんは知ったことではない。というようなことから、考えたわけです。まじめに赤ちゃんのことを考えた時に、思い込みと言ひ伝えのようなものがあるんだけど、科学的になるとどなたも答えられない。お腹の中にいる赤ちゃんが動く理由を説明できる人は、おそらく、どなたもいません。せいぜい「生きているから」としか答えようがない。生きているものは動いているんだからね。

ですから、私が学会を造ったのは、そういう方々じゃなくて物理やロボットなど異分野の先生方と一緒に研究したかったのです。赤ちゃんを知ることは、ヒトを知ることなので、何歳までを対象とされていますかとよく聞かれますが、私は死ぬまでのヒトが対象だ、と答えるのです。私たちはヒトを研究したいので、そのためにはヒトの始まりである赤ちゃんが重要だと思っていますので。そろそろ人生の終わりが近づいているおじいちゃんでも、赤ちゃん学会でいけるのか、つながっているから。私はもう70歳近くになっているけれど、赤ちゃんからつながっているから。ですから、赤ちゃん学というのは、基本的にヒトすべてを対象にしていると考えていただければありがたいです。

今でこそ、いろいろな分野で異分野交流と言われるようになっていますが、2001年に我々が造った時には異分野交流をやろうという学会はなかったんです。おそらく、我々が初めてだと自負しています。いろんな先生方と組んでやろうという話になりました。

赤ちゃんは生意気にも動いているわけですよ。こんなエラミたいのを付けた赤ちゃんが動くわけですよ。なんのために動いているんでしょうか。皆さんはあまり興味がないかもしれないけれど、そこから発達と障がいについてわかるんですよ。今、我々が取り組んでいるのは、自閉症研究は胎児期からやる。お腹の中にいる時に原因があることは間違いがない。始めからいろいろな研究をやっていかないとたぶん何もみえてこないだろう。実は、認知症もひょっとしたら胎児期に問題があるのではないかと、流れとしてはかなり決まってきたのです。ですから、始めからやらなきゃいけないというのは、極めて大事なことです。そして、研究結果をできれば現場にお返ししていく、ということを常に考えなきゃいけない。赤ちゃん学会を造った時に考えたのは、研究のための研究になってはいけない、研究を活かすための研究をしなければならない。保育士さんたち、お母さんたちに成果をきちんと返さなくてはならないと思っています。

赤ちゃんを知ることが重要なので、赤ちゃんを取り巻く周りのものの研究も赤ちゃんを知るためには必要なのです。ですから、今日、池内先生がいらっしゃって、一色先生がいいペアだなおっしゃったのは、私は赤ちゃんのことしかしゃべらないし、むしろそこが極めて重要なんだと。そしてそれを助

産学なり、保育学なり、保健学なりの中にどう返していただくかは別の話になろうかと思います。

要するに、胎児から始めなきゃいけないと考えた時に大事なことは、じゃあ胎児は一体何をしているんだということです。胎児の行動が生れた後にどう関係しているのか。プレヒテルが研究した結果が、胎児の行動から新生児期とそれ以降の行動は連続しているんだということ、彼は1984年に本を出しています。それ以降も本格的にこういう本を書いた人はおられない。非常に重要な話になります。

お腹の中をのぞいてみようという話で、5、6週くらいから動きますが、脳がまだないのになぜちゃんと動くのか。ほぼ間違いないだろうと言われているのが、動くことで脳が造られるのだろうということです。東京大学の國吉康夫先生というロボットの先生との研究の中で、彼があきらかにしたことは、いろいろな条件を変えることで、胎動のシミュレーションを変えることができるのですが、その結果、脳の中に体性感覚野（自分の体を認知する脳ですが）、これは体の動かし方によって変えられるということなのです。つまり、赤ちゃんは動くことによって自分の脳を作っているということです。考えて動かしているんじゃなくて、動かして考える。大人とまったく違います。大人は考えてから動いていますよね。まあ、本当はこれほとんど間違っているんですけどね。でも、わりと保育や幼児教育の中で先生方がよく言うのは、「ちょっとは考えて動かしなさい」。皆さんもご両親などから言われたことはありませんか、「ちょっとは考えて動きなさいよ」と。あれは間違いですから。動いてから考えていますから。考えて動くで失敗する。この年になってくると階段を降りる時に、左右、左右と言わないとこけそうな気がするんですよ。これが老人の問題なんです。意識するとできなくなる。若い時は階段降りるのに、何も考えないでしょう。あれはね、60歳になったら思い当たるよ。先生が言ったあのことが正しかったとね（笑）。60歳になったら、下を見ながら一生懸命左右、左右と意識しながら降りるようになって、ひっくり返る。意識するとひっくり返るんですよ。意識しないからうまくいく。先日、元オリンピック陸上選手だった為末大さんの話を聞いていると、同じようなことをおっしゃっていた。「一流の選手は考えない。考える人は動かない。だから一流にはなれない」。というような話もあるんです。

そして、動いて“自分”と“自分以外”とを知る。お腹の中で動くことによって自分の身体を触ります。自分の身体を触ることによって自分の身体を認知しますし、子宮にも触る。すると自分と自分以外のものがあることを認知します。ですから、お腹の中にいる時の動きは、非常に大事なんですね。お母さんが少々幸せであるとか、ないとかなんて考える暇がない。お母さんが思えばいいことであって、赤ちゃんは知ったことではない。そこをきちんと考えないといけない。

お腹の中にいる赤ちゃんはお母さんのものではありません。ここが非常に大きな問題で、胎児の人権を考える時にお母さんはお腹の中にいる赤ちゃんを自分のものだと思ってしまう。だから、場合によってはおろしても仕方がないと思ってしまう。それは違うんですね。胎児は別の人格なんですから、別の人間なんだから。お母さんにもその発想を持ってほしい。

ですから、お母さんが幸せだから赤ちゃんも幸せという発想は正しくない。結婚して妊娠したら、周りから言われますよ。「良かったね、幸せだね」と。でも、お母さんはなんでやねん、なんで幸せやねんと思うかもしれない。普通に幸せだと思ってもいいですよ、でも長い妊娠期間中に少々頭に來たって、怒ったってかまわないんです。お母さんをいじめることはしたくない、それはお母さんと赤ちゃんを別の

人間だと考えてほしいということです。

赤ちゃんはお腹の中でいろんなことをしていますが、すべて生きていくための努力です。赤ちゃんは自分が生きていくための準備をしています。ですので、こう言ってはなんですが、胎教はあまり意味がないと思いますよ。たとえばお腹の赤ちゃんに話しかけるお母さんがいますね。でも赤ちゃんからしたら「もうこれ以上しゃべらなくていいよ」という気持ち。ずっと聞こえているんですから。旦那と話していても、周りの人と話していても、赤ちゃんには全部聞こえているんだから。それをわざわざ話しかけられても、赤ちゃんにしたら「今忙しいんですけど。私、やることがいっぱいあるんです」ということなんですよ（笑）。

だから、そう考えれば育児は楽になるんです。やらなきゃいけないと思うからしんどくなる。今のお母さんたちは、とてもまじめな人が増えているんです。何でもしなければいけないと思ってしまう。妊娠中は適当でいいですよ。働いてもいいし、時には旦那とけんかしてもいい。とにかく、何とかしないといけないと考えてしまうことはやめてほしいですよ。ましてやお父さんが外から声かけても意味ないですから（笑）。あまり聞こえてないです。

まあ、これだけ早い時期から動いているわけですね。赤ちゃんにとってこれらはすべて無駄な動きではない。生まれてくる準備をしていると考ええると、けなげに頑張っている。赤ちゃん学会で一番やりたかったことは、赤ちゃんに対する考え方を変えてほしいということです。要するに、何もできない小さな子どもだから親がきちんと育てないといけないという子ども観と、それぞれがそれぞれの能力を持って生まれてくるんだから、邪魔をするなという考え方、これから、どちらを大事にしなければいけないのかというと、我々は、赤ちゃんとは少なくとも自ら行動し、自ら考える存在だから、邪魔をするなという発想になります。赤ちゃんのために…というのが、私は嫌いなんですね。赤ちゃんのためにと他人が言うと思うんです。赤ちゃんは自分で考えると思ってくれたらいいですよ。

お腹の中の赤ちゃんは生まれてくる頃には五感がほぼできています。その中の触覚だけは非常に早くに出来上がっているんですね。触覚というのは五感の中でまったく違うものなんです。なぜ触覚は他の感覚と違うのかわかりますか。あなた方のこれからの人生で、なくなってしまうら一番困るものは何ですか。それは間違いなく触覚なんですね。なぜかという、他の四感はずべて専門の場所が決まっているでしょう。では、触覚がなくなると何がなくなるか、自分がなくなるんです。五感の中で自分を認識する感覚は触覚なんですよ。触ったり、触られたりすることで自分というものがわかる。自分の腕を見て、それが自分だと思いませんか、自分の声を聴いて自分が生きていますか。だから、触覚がなくなってしまうと自分がなくなるんです。触覚はなぜなくなるかということ、全身にあるからです。つまり、触覚に関する感覚器は頭の先から足の先まで全身にあるわけです。ということは、なかなかなくなっていくにつくってあるんですね。ですから、触覚は極めて重要な感覚なんです。今、視聴覚教育をよくされていますが、実は触覚教育がとても重要なんですね。

さて、胎児を見てみると、触覚、視覚、聴覚、味覚とありますが、触覚だけで生きている時間が妊娠中の半分以上です。お腹の中の赤ちゃんは触覚だけで情報収集している時間が長い。視覚なんてほとんど意味がありませんからね。

そして、複雑になっていき、指しゃぶりをします。これで自分を認知しているのです。自分の指を認知した後で、その指を使いながら自分の身体を認知していく。そうやって生まれてくるから、自分の身体がわかるのだと、今、言われています。お腹の中の赤ちゃんはお腹の中で歩きます。お腹の中で歩く練習をしているので、1歳になったら歩けます。生まれてから実験して触覚を取っても、実は歩けます。生まれつきあるからです。ですから、生まれてから歩行訓練してもあまり意味がないと、ソニー創業者の井深大さんが早期教育で失敗したんですね。早期教育と言えば井深さんのお名前が出てきますが、井深さん自身が最後には失敗したと言っている。歩行というのは組み込まれた運動であって、生まれつき決まっているものなんです。「はいはい」とか大きな「寝返り」とか「歩く」とか、移動運動は先天的にほとんど決まっている。ただ環境によって「はいはい」ができなくなったり、歩行が少なくなったりということはありますが、赤ちゃんを1年間ぐるぐる巻きにして育てても、その後歩いたという報告もあるくらいですから、移動運動に関してはおそらく先天的なものだと思います。

また最近の研究では、お腹の中の赤ちゃんには表情があることもわかっています。ですから、人間の表情とは生まれてからつくるものではありません。お腹の中でできています。笑ったり、泣いたり、怒ったりという顔は全部お腹の中でできます。おもしろいのは、このスライドは香川大学の秦利之先生が作られたものですが、インターネットで公開してこのお腹の中の赤ちゃんの表情にどんなセリフを考えて入れるか調査したんです。皆さん、どうですか。実は、これは「困った」なんですね。赤ちゃんには「困ったな」という表情があるんですね。皆さん、これ、「困った」という表情だと感じるのはこの顔ですか、手ですか。そう、手なんですよ。手によって「困った」という表情だと判断するわけですね。実は、手がいろんな情報を出しているんです。お腹の中でピースを出したりしますよ。親指を立てたり、指差しをしたりします。一番おもしろいのが、こうやって「金くれ」のポーズね(笑)。手話というものは生まれつきあるといわれています。手話は後から教えられるものではなく、自然発生するものもあることがわかっている。お腹の中で、指でもうやっているから。

ですから、赤ちゃんはお腹の中にいる時から、お母さんに自分のいろんな思いを伝えている可能性がある。ただし、幸せかどうかはわかりませんよ。お腹の中で原型としてはあるわけです。笑うこともわかっていますね。それで、生まれたての赤ちゃんが笑うと、どんなお母さんでも幸せを感じるわけですね。お母さんが赤ちゃんに幸せだねと言っていることではなくて、赤ちゃんがやっている表情を見て、お母さんが幸せを感じる、それが育児の始まりなんです。要するに、ベビーファーストなんです。赤ちゃんの行動から育児は始まる。育児とは、基本的にお母さんたちが育児をさせられている、してあげていると思っているけれど、実はさせられている。赤ちゃんが泣くからあやす、泣くのをやめたらあやすのをやめる。つまり、赤ちゃんの言いなりになっているんです。でも、お母さん方はあやしてあげてと思っている。ここが大きな間違いなんです。基本的には赤ちゃんがさせている。そこをちゃんと認めることが大切です。赤ちゃんは、こんな変なおじさんがベロ出してもベロを出すわけですね(笑)。赤ちゃんにしてみたら「あ、この表情持っているよ」と合わすだけでいいわけですから。表情については、まだわからないことも多いですが、あることだけは確かです。表情に表情を合わすことはできる。すると、表情の共有ができます。表情の共有ができることによって共感が生れる。そして親子の絆が生れてくる。

だから、親子の絆は言葉ではない。親からでもない。愛着形成とは親がつくるものではなく、赤ちゃんがつくろうとして親が応えることによってできるのです。あなた方もそうでしょう。自分が好きになった人に好きになってもらうのが一番いいんじゃない？ そうでもないか(笑)。

人間とはそういうものなのですが、自分が何かして応えてくれる人がいて初めて自分ができる。自閉症の子どもたちの大きな悩みとは、自分をつくれな、自分がいない。なぜか?「こうだよね」と言っても誰もうなづいてくれないからです。自分が話したことに「そうだよね」と言ってくれる人がいて初めて自分ができる。要するに、何らかのアクションを起こした時にそれに応える人がいるから、子どもたちは健全に育つのです。育児の大切なことは何か、それは親が教えることじゃなくて親が赤ちゃんに応えることなんです。「語りかけ育児」はどうでもいいんです、「語り返し育児」が大事なんです。親がどう語りかけても赤ちゃんはわからない、でも赤ちゃんが笑いかけた時にお母さんが「かわいいね」と応えれば赤ちゃんは「お母さん、わかってくれた」と思うのです。

こういうことが赤ちゃん学会では常識となってきたわけですが、まだなかなか知られていない。赤ちゃんは未熟だから愛情をかけて育てなければならぬと思う人が多い。赤ちゃんはお腹の中で自分を知っているし、自分以外のものもわかっている。いろんなパターンの運動もしている。ですから、この生まれてくる前がとても大切なんです。ただ、赤ちゃん自身がしていることなので、外からどうこうすることには必ずしもならない。

では、次に赤ちゃんが生まれて来てから何をするのか、というお話をしましょう。この図は簡単に言うと、赤ちゃんは自分の身体を見なくても自分の身体がどう動いているかというのはわかっているということです。生まれてすぐ2～5カ月の赤ちゃんに、ビデオで自分の足を見せます。一つのカメラでは逆から反転させて撮ります。つまり赤ちゃん側から見るのとは反対の映像です。二つの映像を見せると、自分の側から足の映像を注視します。つまり、赤ちゃんは自分の体を知っているということです。また、赤ちゃんがお母さんの声がわかるのはなぜかという研究があって、お母さんの声なのか、しゃべり方なのかを調べた。それによると、3カ月の赤ちゃんは平べったい声よりも抑揚のある声に反応する。ということはどうやらしゃべり方に反応している。お腹の中にいる時に聞いたお母さんのしゃべり方、抑揚とかに反応する。つまり、生まれてすぐの赤ちゃんでもお母さんの声は分かっているということなのです。

発達と一口で言っても、赤ちゃんはコロコロ変化していく。能力がどんどん変わっていくんですね。それを見ていると本当におもしろい。たとえば、赤ちゃんが2、3カ月の頃はいないいいないばあをする時に顔を変えない方がいい。同じ顔があって安心感を与えられる。ところが10カ月頃には、ちょっとは違う顔をした方が喜ぶ。6～10カ月頃の赤ちゃんは嫉妬をするんですね。お母さんが赤ちゃんの前でおもちゃと遊ぶと泣きますよ。9カ月頃の赤ちゃんはお母さんが無視するとごまをするんですね。だから、いつもかわいい、かわいいだけではだめで、ちょっとは無視したりして赤ちゃんに努力をさせないといけない。そして努力した赤ちゃんに対してちゃんと反応すると努力のかがわかるわけです。一本調子で育児はできない。子どもの発達に応じて育児をしなきゃいけない。

赤ちゃんは5カ月になったら、人の顔が逆さになっていけば区別がつかます。また、人が歩いているような模様とそうではない模様でも、歩いている方に興味を持ちます。3～5カ月で自分は歩いていな

くても、歩くということを認識しています。おそらく生まれつき認識する能力を持っているということですね。先程お話しした赤ちゃんをこけしのようにぐるぐる巻きにして育児をするのは、今でもウイグルあたりで残っているようですが、最近、日本でも、よく泣く赤ちゃんに効果があるということで、西川布団店が巻く用の毛布を開発しているようです。運動には影響が出ないことがわかっていますから。もともと、赤ちゃんをぐるぐる巻きにして育児してはいけないと言いついたのはルソーなんです。それを解き放って近代育児学の始まりとなったのです。近代育児学では、赤ちゃんはできるだけ自然に育児するのがいいということだったのですが、実はぐるぐる巻きにした方が発達にはいいかもしれない、ということになる。このように考え方はいろいろありますよ。

これは赤ちゃんが寝ている時と起きている時に音の聞き分けができる証拠なんです。起きている時には0.18秒で聴覚野、0.22秒で前頭葉、つまり聴き分けている。赤ちゃんはまだ前頭葉がほとんど動いていない、いろいろ考えられないんじゃないかと言われていたわけなんです。そうではなくて、生まれてすぐの赤ちゃんでも考えていることがわかる。寝ていると反応が全然違う。そして、生まれてすぐの赤ちゃんの視力は0.01でほとんど見えないと言われていましたが、0.01でも二つの色と形の組み合わせを見せると注意を示します。ですから、赤ちゃんはしゃべらないから何も考えていないと思うでしょうが、そうではなくて、何を考えているのか調べることはできるのです。

気持ちいいか、気持ち悪い、という感覚。空腹感とか不安感。重要なことは、人間の感情の始まりというのは、快の感情からか不快からか。これは不快から始まるのです。幸せを感じた方がいいよねとよく言いますが、赤ちゃんにとっては不快感を感じる事が非常に重要なんです。当たり前ですよね。不快感を持たないと生きていけない。お腹がすいたという感覚と満腹だという感覚、どちらが先ですか。当然、お腹が減ったという方ですよね。お腹が減ったという感覚がないと飯が食べませんからね。人間の感情の始まりは負、マイナスから始まる。これをプラスにするために、どういう育児を心がけるのが重要で、最初からプラスの感覚を持たせようとするのは間違っているんです。だから、ほめるだけではダメだよ。時には怒ることも手だよ、という話になるわけです。そう考えれば育児が楽になるでしょう。いつも「いい子だね、いい子だね」「かわいいね、かわいいね」と言うだけじゃなくて、時には叱ることも大事なんです。

また、危険についても赤ちゃんは察知します。この図は透明のアクリル板をベッドとベッドの間に渡しているんですが、赤ちゃんは絶対渡りません。落ちるのがわかっているから。危機管理能力も持っている、ある程度は。ですから、赤ちゃんをバカにしてはいけない。何もできないと思っているから、何かしてあげなければと思ってしまふけれど、危険は回避できるだろうし、時には落ちることも必要です。「はいはい」をすることで生まれてくる感情は、怒りと恐怖心なんです。「はいはい」をすることで感情が豊かになる。怒りや恐れといったマイナスの感情と、努力してたどりつく達成感があるわけです。行動することで両方の感情が生まれてくる、子どもは両方の感情が生まれてこないで成長しない。

赤ちゃんが生まれつき持っている能力には、三つの分野があります。音楽と数と言葉です。この図は生まれたての赤ちゃんが手を意識的に動かしているのかという実験で、手をひもで伸ばしてみたけれど、やはり手を上へ持ち上げた。自分の手は自分の意識で動かしているということですね。自分の意図で

身体を動かそうとしている。自分とモノとの関係に気づく。モビールのひもを手につけると、ひもを付けた手を一生懸命動かそうとします。でも、ひもが切れると手を動かさなくなる。自分が動くことによって変化するものを認識する。がんばって勉強しているんだね。教えることじゃない。語りかけることじゃない。赤ちゃんがしゃべった時に語り返すことが大事。泣いている時に無視して、後で語りかけても意味がない。ただ、自然にお母さんが語りかけることまでは否定しません。重要なことですが、これで赤ちゃんが良くなるかどうかは別の問題です。お母さん自身は幸せを感じるかもしれませんが。赤ちゃんにすれば、自分が語りかけている時にちゃんと応えてほしい、それが重要なんです。

意識と無意識の問題について。皆さんは水を飲むときに息を止めている？ 一気飲みをする時に息をしている？ というのは、自閉症の子どもたちはすぐに息を止めているという子が半分以上です。息をしながら飲んでいるという子たちは2割くらいです。いずれにせよ、自閉症の子どもたちは水を飲むときに息をするかどうか考えています。彼らは無意識で動くことがむずかしいことがあるのです。自閉症でない人たちは考えていませんね。だから、答えられないのが正解なんです。意識をしないと身体が動かない。僕らは意識しなくても身体が動く。1カ月の赤ちゃんは息を止めて飲みます。1カ月以上になると息をしながら飲みます。そうなってくるとお母さんの言うことをきかなくなる。お腹が一杯になると飲まなくなる。重要なのは、意識しながら飲んでいる年齢と、無意識で飲んでいる年齢なんです。いろんな運動も意識しているか、していないかという視点から考えると変わってきます。僕らはムラ飲みしている赤ちゃんを見ると、成長したなと思うのです。

赤ちゃんは自ら動き、触り、見て、聞く、そして考える。大人は見たり、聞いたりして考え、動く。今日、お伝えしたかったのは、赤ちゃんが自分で考えているんだから、邪魔しなくていいよ、そして赤ちゃんが何か要求したら応えるお母さんになってほしい。逆に言えば、赤ちゃんが求めている時にあれこれしなくてもいいということです。申しわけないけれど、今、「ベビー」がついているものはあまり意味がないですね。ベビーマッサージとかベビーサインだとか。何かをしてあげることはとても大切なんだけど、やり過ぎても困るし、やらなきゃいけないとも考えないでください。究極的な話をすれば、親はなくても子は育つ。赤ちゃんのこれからの能力をもう少し研究していきたいと思っています。ご清聴ありがとうございました。

一色：どうもありがとうございました。胎児や赤ちゃんは自分でいろんな行動を取っている、そこが一番のキーポイントだったと思います。それでは次に池内先生、お願いいたします。

池内：みなさん、こんにちは。今日は、女性の妊娠、出産、子育てを支援する、専門職である助産師としての立場から、また現在も看護学科の助産学実習で実際に命の誕生に関わっている経験をもとにお話をさせていただきたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

本日のお話の要点は、まず子育ての原点はお産にあるということと、親子の、母子相互作用がきずなをつくる、です。本日の写真は著作権上のことでお配りしている資料には掲載しておりませんので、ご了承ください。

多くの女性は自分の子宮に命を宿したことを喜び、幸せな気持ちで妊娠を受容していきます。妊婦さんは幼い子どもを連れた母親に関心を示し、身近にいる妊婦や親子に接触することを望むようになります。そして自分の状況に似た母親役割モデルを探し、模倣、マネをします。母親役割モデルとして多いのが自分の兄弟や母親、友人です。模倣の一つにロールプレイがあります。たとえば、子どもに話しかける、あやす、抱っこするなど、子どもとの関わりを通して、将来母親になった時の自分の力量を試そうとします。この時、自分の関わりに対して子どもが笑う、喜ぶ、指をつかんでくれるなどの反応を示してくれると、何となく大丈夫かなと自信につながります。お腹の中の赤ちゃんが動くこと、胎動を感じたり、妊婦健診で胎児心音を聞く、超音波画像で赤ちゃんを見ることを通して胎児の存在を実感していきます。お腹をさすったり、胎児に話しかけたりしながら、わが子をイメージし、胎児とのやり取りを通して愛着を形成していきます。この写真の妊婦さんは本当にやさしそうに胎児に話しかけているのが伝わってきますね。きっと赤ちゃんが動いている時にお母さんが何か赤ちゃんに話しかけているんだと思います。小西先生のお話とはちょっと真逆かもしれませんが…。

そして空想は、母親としての自己を形成していくための重要な手段です。生まれてくる子どもの健康や成長に関する希望、母親になる自分自身のこと、父親になる夫やパートナーのことを空想するようになります。このようなプロセスを経ながら、自分なりの母親としての自己像をつくっていくんです。

妊婦は胎児が健康に育ってほしいと願いながら健康生活を送り、新しい家族を迎えるための出産準備をします。たとえば、わが子をイメージしながら育児用品を準備する、母親学級や両親学級に参加する、バースプランを作る、などです。バースプランとは妊婦とその家族が出産や育児に対して自分たちらしく産み育てていくための出産計画書のことです。自分がどのような出産を望んでいるのか、出産に対する姿勢や考え方、育児への思いを明確にしていくことで、妊娠・出産・育児に主体的に向き合っていくことを助けます。たとえば、夫にそばについてほしい、生まれたらすぐにだっこしたい、同室で過ごしたい、などです。

では、妊婦さんはどんなお産を望んでいるのでしょうか。多いものをあげてみました。安産したい、できるだけ楽なお産がしたい、薬や人工的なものを使うのではなく、自然なお産がしたい、自分らしく、自分が思っているようなお産がしたい、産ませてもらうのではなく、自分が産むという感覚をしっかり持ちたい、家族に見守られて産みたい、などです。自然なお産とは、女性の産む力と赤ちゃんの生まれ出る力を信じ、自然性を尊重した、異常のない限り医療措置を施さない、産む人の心身にやさしく、心豊かに産むことができるお産のことです。それは母子の持っている力を最大限引き出すということ、つまりお産の時に出てくるホルモンの働きを上手に活用していくことなのです。今日は時間の関係で詳しいホルモンの話はいたしません、産む力を助けるホルモンや痛みを和らげ、リラックスさせる働きをするホルモン、不安や緊張、恐怖があるとお産の進行を妨げるホルモンなど、いくつかのホルモンがお産の時には出てきますので、それらを上手にコントロールしていくと母親だけでなく赤ちゃんにとってもストレスが少なくやさしいお産ができるということになります。自然なお産とは、痛みのないお産のことではなく、産む女性が主体的にこのホルモンを上手にコントロールしながら産むことを言います。

自然なお産をするために自分が立てたバースプランを実施すること、専門職である助産師は産婦が望

む自然なお産に導いていけるよう、一番近くで寄り添って産婦が持つ力を最大限に発揮できるよう心身両面からサポートをしていきます。また家族も一緒になって新しい家族を迎えるために協力していきます。

お産は陣痛が開始することで始まります。陣痛、それは子宮が収縮することで赤ちゃんを生み出す原動力になるものです。最初は10分に1回程度の弱い収縮、お腹の張りから始まり、一定の周期を繰り返しながら、だんだん間隔が短く強くなって、やがては1、2分くらいの間隔になり、我慢ができないくらいになると生まれてきます。陣痛は押し寄せては消えていく、まるで波の満ち引きのような現象なんです。陣痛は長い時間をかけて子宮の入口を柔らかく広げながら、赤ちゃんが生まれてくる産道をつくっていくんです。赤ちゃんはわずか7cmほどの産道を母親と力を合わせながら、くぐり抜けてくるんです。個人差はありますが、初めてのお産では12時間から15時間くらいかかります。母親は赤ちゃんを産むために、かつて経験したことがないくらいの苦しみや痛みを味わいます。赤ちゃんもまた陣痛やお産のストレスを受けます。そんな状況の中でも自然なお産をする母親は自然のホルモンを上手に利用して、リラックスし、陣痛の波に上手に呼吸を合わせながら心穏やかに静かに過ごしていきます。母親にとって辛くて長い時間ではあります。赤ちゃんにとってもこの世に生まれてくる最初の試練です。痛みが強くくじけそうになることもあります。そんな時、胎児の力強い心音が聞こえてくると、まるで赤ちゃんが「ママ、大丈夫だよ。私もがんばるから、ママ、一緒にがんばって」と言ってくれているように感じ、励まされて、我が子のためにがんばろうと最大限の力を発揮して乗り越えていきます。

そして、母と子が最後の互いの力と息を合わせて産道をくぐり抜けてくる瞬間は、本当に神秘的です。「おぎゃあ」という元気な産声は赤ちゃんの大きな力と命を感じる感動があります。母親はわが子をすぐに胸に抱きます。感動の出会い、初めて見るわが子に、「がんばったね、よくがんばったね。生まれて来てくれてありがとう」と歓喜の声を出し、赤ちゃんを抱きしめます。本当にうれしそうな笑顔で、今までの疲れも吹き飛んでしまったかのような幸福感でいっぱいになります。お腹を痛めた子はかわいい、というのも納得できますね。無事に元気な赤ちゃんが誕生することは、家族にとっても大きな喜びとなり、力となります。

生れてから母子の状態が良ければ、病院によっては一定の条件を満たす場合に限られますが、早期母子接触を開始していきます。先程の小西先生のお話で、胎児はいろんな能力を持っていることがわかりましたが、生まれてすぐの赤ちゃんはよく泣いています。そしてしばらくすると落ち着いて子宮の中の状態と違うことを感じていきます。意識がはっきりしていて静かにしている状態が60分から90分続くと言われています。写真の赤ちゃんを見てく

早期母子接触 (early skin to skin contact)

- 出生直後の赤ちゃんは意識がはっきりしているが静かにしている状態が60～90分間続く。この時期の赤ちゃんは感覚が鋭く、目を大きく見開きそばにいる母親をみて、声を聞き反応する。母親に抱かれることで安定し、哺乳探索行動を開始する。
- ☆胎児の行動→新生児の行動は連続している
- 母親も出産の達成感や体内変動するホルモンにより母性行動を引き起こしやすくなっている

感受期



母子の愛着形成に効果

て起こっていると考えられています。

一方、母親も出産後すぐにわが子を抱き、赤ちゃんのしぐさや行動に、「つい今までお腹の中にいたのに、もうこんなことができるの。不思議だわあ、びっくり、すごいね、かわいい」とやさしい口調で声かけしながらスキンシップをしていきます。この行動が出産後の母性ホルモンに影響し、その後の母乳分泌や母性行動を助けていくと言われています。母と子にとっても、産まれてから2時間くらいの母子接触は、互いに感受期と言われる大切な時期なんです。

心豊かで赤ちゃんにやさしいお産をすると、赤ちゃんも幸せそうな表情をしていますね。なんてかわい。また、じっと見つめてお母さんの指を握っていますね。自然に話しかけたいくなる表情です。最高にすばらしい写真です。「やっと会えたね、よくがんばったね」と言っているようです。母と子の静かな出会いの場を見守ります。自分でおっぱいを探し、吸い付いた瞬間です。実際にこの光景を見るたびに、赤ちゃんはすご過ぎると思います。

元気な赤ちゃんを産んでほっとした後、母親は出産の疲れを取りながら、自分のお産を振り返っていきます。自分が思い描いていたようなお産ができたのだろうか。助産師は母親が自分の出産体験を肯定的に受容できるよう、母親の思いの表出と一緒に助けていきます。思い描いていた出産と違った場合には、「あの時自分がもっとがんばってあげれば良かったのに」と失敗感や罪悪感を持ち続けることになり、わだかまりが残ります。その体験のままだと、赤ちゃんの世話をしていく時に「ごめんね、ごめんね、うまくやってあげられなくて」という言葉が多くなって自信が持てない状態になっていきます。「パースレビュー（出産体験の振り返り）」は育児を始めていく母親の大切なきっかけになるものなんです。

出産早期から母子を離さず、できるだけ一緒に居て母子が触れ合えるようにしていきます。赤ちゃんの世話は助産師も手伝いながら、ゆっくりと進めていきます。母子が一緒に居てお互いに様子をよく見て、知ることが大切です。母親は赤ちゃんのしぐさや様子を見ながら、この泣き方はおっぱいかな、おむつかな、抱っこしてほしいのかな、などと考えながら、敏感に応答し行動しているうちに、しだいに子どもの要求や欲求がわかってくるようになります。

これは授乳のやり取りが双方の関係に作用していることを表したものです。おっぱいがほしいと赤ちゃんが泣くと、「はいはい」と言って母親は自分の乳首をくわえさせます。20、30 cmの距離で目と目を合わせ、くうくうとおいしそうに飲む赤ちゃんに「おいしい?」と語りかけながら、ほっぺを触ったり指を触ったりしていきます。子どもにおっぱいを吸わせることで、母親の母乳を産生するホルモンや勢い良く母乳を分泌させるホルモンがたくさん出されます。おいしいおっぱいをたっぷり飲む赤ちゃんはうれしくて手足を動かす、母親の目を見てうれしそうな表情をする、それを見て母親も笑顔になるといった相互作用をしていきます。これは何度も何度も繰り返される作用ですが、これを繰り返していくことが母子の

パースレビュー(出産体験の振り返り)

- 母親の語りによって出産を再体験し、その意味づけをし、体験を自分自身のものにする
肯定的感情の表出、共感
- 出産を終えた満足感と安堵感、達成感は自己肯定的感情を高め、母親として育児に取り組んでいく原動力となる
- 思い描いていた出産イメージと違った場合・・失敗感、恐怖感、わだかまり、罪悪感、自尊心の低下など否定的感情をもち続ける、母親としての自信がもてず親役割が果たせない、育児に消極的となる

愛着を強め、絆を形成していくのです。

これは生まれて数日の赤ちゃんですが、お母さんとコミュニケーションを取っているところですね。なんだか会話が聞こえてくるようです。とても幸せそう思わず笑顔になってしまいます。

子どもが生まれるということは、今までの夫婦の二者関係ではなく、母親として父親としての新しい役割や関係性を持つことになります。兄弟がいればお兄ちゃん、お姉ちゃんの関係にもなって、家族が新しい関係性をそれぞれ調整していかなければなりません。父親も育児参加していきます。パパが入れてくれるお風呂にとっても安心して「ああ、気持ちいい」と言っているような様子ですね。でも、パパは汗だくになって必死って感じですが。徐々に上手になって赤ちゃんとは話しながらお風呂に入れられるようになります。

子育ては長く続くもの。母親一人が抱え込んでするものではありません。身近にいる家族、とくに父親の協力や支援がとても大切です。また専門職のケアやサポートを十分に受けることも大切です。助産師や保健師だけでなく、保育の専門家である保育士さんの存在は大きいと思います。ケアやサポートを十分に受けることで母親は自分自身を満たし、それを力に変えて子どもを世話していけるようになります。不安になったり、迷ったりしている母親もたくさんいます。教えていくという姿勢ではなく、母親の気持ちを十分に聞いてあげることを大切にしながら、周囲のみんなでサポートしていかなければならないと思います。

最後にお伝えしたいことは、愛情あふれるふれあいを通して、親と子はともに育っていく、親は子に育てられるということで締めくくりたいと思います。ご清聴ありがとうございました。

一色：どうもありがとうございました。胎児から赤ちゃんとして生まれ、母親との関係、ホルモンを上手にコントロールすることも必要など、具体的にどんなことをすればいいのか、いろいろなお話が伺えました。

さて、お二人の先生方がそれぞれに別の角度からお話されましたが、ここからはお二人の先生とともにお話をしていきたいと思います。では、まず小西先生、今の池内先生のお話を伺っていかがでしょうか。

小西：この度のような良い機会を与えていただき、ありがとうございます。おっしゃるように真逆と言えば真逆です。が、それは立場の問題でどう見るかということかと思います。お母さんの立場、赤ちゃんの立場。ただ、この赤ちゃんの立場から物事を考えた時に、若干、違和感があることは事実ではあります。と言うのは、今おっしゃった幸せそうに見える、あるいは赤ちゃんが語っているように見える、それはお母さんから見ると本当にそう見えるから大事なことはあるけれど、本当にそうなのかどうかというと、科学的検証は必要でしょう。その点から見れば、意見が違うのは当然かと思いますね。

小児科の医者としての若干の違和感とは、そうであってほしい、お母さんにお産に対してそう思っただけとは思いますが、そうならないお母さんも少なからず居るし、現実にはこれほどの育児不安が起こっているし、そうした現状をどう見ていくかという時に、お産の理想形を話すこと

がかえってお母さんたちにとっては不安を引き起こすのではないか。母子形成を赤ちゃん側から働きかけていくということは科学的に正しいことなので、お母さんたち側から作っていくということには賛成できません。でも逆に赤ちゃん側からなのだとわかれば、お母さん側の負担が減るのではないだろうか。親がやらないといけないとなると負担が増してくるけれども、赤ちゃんの方からつくっていったら、それにまかせてお母さんが反応すればうまくいくんだと話してあげれば、お母さんの不安はなくなっていくのではないのでしょうか。これが良いパターンですよと、物語としては非常に感動するんだけど、そこに乗っていけないお母さん方がかなり増えているんじゃないかと思うのです。現実問題として、昔はこんなにいろいろな話をしなくても、何人もお子さんを産んで育てているお母さんはたくさんいたんですね。今、子どもの数が少なくなってきたからこそ、お母さんに非常に不安が強いとすると、そこをどう考えるのか。お産が大事、お母さんが大事というのでもいいけれど、まあ、普通に産まれるものですよ、という考え方もありかなと思います。お産を感動ものにしてしまうことが妊婦さんにとって負担にならないのかなあ、という感じも若干するわけです。

究極の目的は、池内先生も私も同じなのです。子どもをちゃんと産んで育てていくために、親子関係をどうつくっていけばいいのか。お産は一生懸命することで、意味があり、感動的なんですよ、という教え方もあるだろうし、私側から言うところの、赤ちゃんは自らの力を持っているのだから、そんなにがんばらなくてもいいよ、普通にすればいいんじゃないかなという考え方もあるんです。

一色：ありがとうございます。私からすると、池内先生は普通にお話をされたように思います。母親はどうすれば赤ちゃんがうまく産まれてきてくれるんだろうかと思う時に、そのアシストを助産師さんたちがしてくれたりするのは。池内先生、いかがでしょうか。

池内：子どもの数が少なくなってきた、自分のお産が多くて2回くらいになってきていると思いますが、妊娠したことを喜ぶ、受容することから始まって、お母さんはいろんなことを不安に持って過ごします。今までに経験したことがないお産に対して、大きな不安を持ちます。そこで自分がお産にどう向き合っていけばいいのか、一緒に考えていく、そして自分がこういうふうにお産に向き合いたいんだとバースプランを作って、向き合っていく。私たちはそれをサポートしているのですが、お母さんは自分でお産を整えてしまうというわけではなく、こうしたいと望むことなんですね。でもそれが思うとおりに進んでいくわけではありません。その時々で変わっていくことに一緒に意味づけをしてあげると、無事に出産した時に感動を得られるということなのです。お産はごく普通の生理的現象ではありますが、そのことを体験する妊婦さんは、体験としてはとても少ないものの中で、一生懸命乗り越えていきます。感動的にまとめるということでもないのです。

一色：ありがとうございます。もう一つ、今、当大学看護学科の学生がお産の場で実習体験をさせていただいていますが、学生たちは実際にどう感じているのでしょうか。

池内：学内では助産師になりたい学生がとても多いです。命の誕生に出会っていく、お母さんを助け、分娩の介助をする。その大変な思い。学内ではシミュレーションを使って何カ月も練習をし、実際の場に出ます。すると、全然それが使えないんですね。お人形とは違います。お母さんが汗いっぱい、とてもしんどそうで、習ったことが何もできなくて。でも現場のスタッフの方々に助けをいただき、分娩介助を行って、赤ちゃんを取り上げ「おぎゃあ」って泣いた時には、自分たちも汗びっしょりですが、涙をボロボロ出してとても感動するんですね。そしてお母さんが「学生さん、ありがとう」って言ってくれることで、もっとがんばって勉強しなくては、もっといいケアをしなくては、となっています。実習中10例の出産を経験させていただくのですが、1例1例気を引き締めて行っています。この経験で、ますます助産師になりたいという気持ちが強くなるようです。ただ、とても責任の重い仕事ですので、なかには自分にできるのかしらという気持ちも生まれてくるようです。

一色：小西先生、伺ったお話はとてもおもしろく、昔と変わって、科学的にきちんと見えてきた、胎児の頃から自ら行動している、先にそれがある。本当に驚かされました。そのあたり、助産師の人たちとうまく連合するといいいのではないかと思いますのですが、いかがでしょうか。

小西：もちろん、そうですね。今、池内先生のお話を伺っていて、お産に焦点を当てられる、私たちは胎児から新生児、乳幼児と、スパンが長い話となってくる。実は命の始まりはお産ではなく、胎児の時からなのですが、助産師さんに受胎から始まって胎児のことについて勉強していただければと思います。今、私たちもやっていますが、たとえばお母さんたちの生活リズムや、何を食べているのかなど、そういうことが自閉症と関係があるという話になっています。また、日本では未熟児が増えてきているという事実があります。そういうことに対して助産師さんはどうアプローチしているのか。お産が感動的だというのは確かですし、それはそれでいいけれども、もう少し長いスパンで見えていくことが大切なのではないかと思います。お産を転換期として、その前も後ろもつないで考えていくことが重要です。私たちがお母さんに対してこの胎児の話をして、「楽に考えていいんだよ」「時には旦那とけんかしたり、ちょっと変なものを食べてもいいんだよ」と言うと、お母さんたちはちょっと楽になる。助産師さんの仕事はお産に立ち会う、サポートするだけじゃないですよ、出産後の赤ちゃんとお母さんのサポートも仕事です。この赤ちゃんの発達が終わっていない助産師さんもいて、ちょっと困っています。受胎から始まって胎児の発達、出産を経て、その後の発達まで、すべてをちゃんとわかった上でこそ、お互いに連携していけると思います。

一色：ありがとうございました。小西先生がなぜ研究をされるのか、それはお母さん、助産師、保育士など、それぞれにさまざまなことができるようにされていると思っていますので、みなさんが連携していけば、さらによりすばらしいものとなると信じています。

3限はこれで時間となってしまいましたが、4限に時間のある人はぜひ残っていただければと思います。

<第二部>

一色：では、ここからはいつものように、お二人の先生方と皆さんでディスカッションしていただきます。

一般 A：長らく障がい児教育に携わってきた者です。私が親から聞いたことや、大阪府の教育センターで障がい児教育に携わる人たちにお話しした時のことなど、自閉症の子どもが発見されるのは、だいたい1歳6ヵ月から2歳頃ということでした。生まれた時にはわからなくて、健常児と同じようだと。身体障がい児ではないと生まれた時にはなかなかわからないと言われていました。小西先生のお話では生まれてすぐにでもわかるというようにおっしゃっておられたかと思うのですが、いかがでしょうか。

小西：自閉症児の確定診断ということで言えば、1歳半から3歳くらいと言われていています。ただ、それは自閉症の症状が出る時期と考えます。自閉症の子どもたちが生まれた時から自閉症かという問題があるわけですね。生まれてすぐの運動を見て、自閉症になったと診断したという報告はあります。もう一つ、私たちが見ているのは睡眠です。生まれてすぐの赤ちゃんで全然寝ない赤ちゃんがいます。下におろすとすぐに泣く。また、昔から言われていたことですが、逆によく寝る、手間がかからない赤ちゃんは自閉症になると言われていました。私たちの研究では、生まれてすぐの睡眠状態に異常があるケースがかなりありますね。

自閉症について重要な考え方で、2段階論があります。自閉症が自閉症らしく見えるのは、2次障がいだということではないか。自閉症の元障がいとは運動と睡眠の障がいではないか、あるいは認知障がいではないか。それがあるために大きくなって人とのコミュニケーションがうまくいかなくなって自閉的に見える。今までのアプローチは精神科の先生からなんですよ。大人の自閉症、若者の自閉症、思春期の自閉症と下がっていった時に、自閉症の症状がいつ頃見られますかという研究を行ったら、1歳6ヵ月だったんですよ。1歳9ヵ月という話もありましたが、共同注視ができないという。もっと前もありました。目が合わない子どもたち。今はそれが否定されましたが。そうすると精神科の先生たちは診るすべがなくなった。ですから1歳半から3歳と言っています。でも、第1段階、第2段階と考えた時に、第1段階は新生児期です。ですから、目が合わないとか、呼んでも振り向かないといった社会性の指標ではなくて、行動指標ではなくて、睡眠のリズムの問題、そして生まれてすぐの赤ちゃんの動きの問題。これを診ることによって、かなりの角度で

診断ができます。実は治療もう始めています。それでかなり変わるケースもございます。

一般 A: もう一つお聞きしたいのですが、自閉症とアスペルガーは分けて考えた方がいいのでしょうか。それとも自閉症の中にアスペルガーを含めて考えるのでしょうか。

小西: 私はどちらの考えにもくみしません。自閉症という病気の診断そのものに意味がないと思っています。と言うのは、自閉症にはさまざまなタイプがあります。むしろこれからやっていかなければならないのは、精神科の先生には無理だと思っています。睡眠障害を伴う自閉症、運動障害を伴う自閉症など、自閉症の分類をしなければならない。一つひとつが臨床的に一つの集団であると明らかになったグループからメカニズムの解明をしなければならない。今、全部が自閉症なんですね。それをひとまとめに解決しようとしても、いろいろなタイプがあるので研究するのは無理なんです。あるグループでこれは自閉症であるとわかっているものがあるんですが、それは睡眠障害を伴う自閉症です。この研究を進めていきたいと考えています。わかっていることは、自閉症の子どもたちの中にメラトニンという睡眠に関するホルモンの異常が見られるケースが8割近くある。そこにある遺伝子の異常もわかっています。かなりの部分の自閉症が睡眠障害を伴うものだとわかっています。それは赤ちゃんの時から見つかります。ですから、アスペルガーうんぬんという話は、私たちからすると精神科の先生たちの言葉遊びのように思えてしまいます。きちんと科学的に疾患として認められる群を作り、メカニズムを解明していく。今、いかにして自閉症になったのかというメカニズム研究はまだされていないんです。どういう時期に診断をして、どう対応したらいいのかということしかないんです。ですから、早期治療の報告はないんです。社会性を良くするという話がありますが、そもそも自閉症がどうして起こってきて、根本的な治療をどうするかという話はないんですね。睡眠障害を伴う自閉症については、睡眠障害を早く治せば自閉症が軽くなることがわかってきているので、赤ちゃんの時から睡眠障害を見つけないのです。

一般 B: 私は発達障がいを持っているのですが、母が難産で無痛分娩をしたので起こったのではないか、帝王切開だったら障がいがなかったのではないかなと思うのですが、いかがでしょうか。それから、テレビドラマの「こうのとりの」について感想をお聞かせください（笑）。

小西: 「こうのとりの」は見えていないのでわかりません（笑）。そしてお産についてですが、関係したのかどうか、なかなかむずかしいと思いますよ。私たち小児科の医者は、どんな状態で生まれてきても、きちんと育てていくことが仕事だと思っていますから、あなたがどんなお産で生まれてきたかということについては、あまり追求するつもりはありません。あなたがこれから幸せに暮らしていくためにどういう考え方をしたらいいのかということと言うなら、これはお願いですが、振り返らないでくれませんか。あなたがこれからどう生きていくかというかたちでの相談で

あれば、私はいくらでも乗れます。協力はできると思いますが、今までのことをどう思いますかと尋ねられても答える気はありません。答えにはならないけれど、そう考えませんか。

一般 B：はい、わかりました。ありがとうございました。

池内：私は「こうのとりのつり」は見えておりました。現在の抱えているさまざまな問題について、今まで取り上げられなかったような事象についても、非常に考えて作られていたように思いました。私たちからしても「そうそう、それを伝えてほしかったんですよ」というような場面もたくさんありました。いいドラマだったと感動して、学生たちともよく話しました。いろいろなケースの思いまで伝えていただけたと思います。

一般 C：先生方、赤ちゃんの最前線のお話を聞かせていただきどうもありがとうございました。小西先生に質問が3つあるのですが、まず、胎児は触覚から発達していくということでしたが、生まれてから赤ちゃんの発達段階はどうなのでしょう。私はとくに2、3歳児に興味があるので。2つ目は、昔、『大人はどこまで赤ちゃんか』という本を読んで、私たちの生得的な感覚は一生同じなのかなと思ったのですが、大半の大人は見て、聞いてから行動に移すパターンが多いですが、赤ちゃんの時の触覚、その動物的な、本能的なものから、大人の一般的なパターンに移る境目のようなものがあるのでしょうか。3つ目は、語りかけ育児とは「語り返し育児」だとおっしゃったのがうれしかったのですが、子どもも互いにコミュニケーションを取っていることがうれしいんですね。自閉症の人がたとえば、机をバンバンとたたいていたら、療法士の人もバンバンとたたき返して、しだいにリズムができて、自閉症の人がオープンになって言葉も出てきたという論文を読みました。それで一般の教育でも「語り返し」というのが必要なのではないかと思ったのですが、先生のお考えはいかがでしょうか。

小西：まず、「語り返し」のことから言いますと、机をたたくというのはリズムの同期の問題なんです。今、アメリカのデンバーあたりでやっていると思うんですが。赤ちゃんがたたくとお母さんが一緒にたたく、リズムを合わせる。次はお母さんがリズムを変えて赤ちゃんにフォローさせる、それがうまくいくと赤ちゃんがたたくのをやめる、次にお母さんがたたくのをやめて赤ちゃんがたたく、つまりターンテイキング。これが自閉症療育の最初のアプローチの仕方じゃないかと思います。要するに行動を同期させることから気持ちがつながる、気持ちがつながると後は引き込んでいくことができるというのが、去年フランスの先生が書かれた論文の中にあって、それをデンバー方式と呼んでアメリカでやっていますが、実は日本でも昔から作業療法士の先生方はされています。要するに気持ちを合わせよう、その時に同じリズムで1回合わせる、それは模倣してリズムを合わせて、それが合ったら今度は引き出すというやり方です。

自閉症とは間が悪いとよく言われます。それが自閉症の重要な一つの点です。間が悪いというのは、

リズムが合わないということです。私たちが研究していてよく言われているのは、身体のリズム全体が悪いということです。心拍、インシュリンの分泌、内分泌もリズムを持って出しているのですね。これらの点で自閉症の子どもたちには問題があることがわかっています。社会性の問題は成れの果ての問題なので、最初はどうもリズムの問題ではないかと。リズムの同期はいろいろなところにあります。今、自閉症の子どもたちがサーフィンをやって良くなるという話があるのですが、あれは自然の波のリズムに子どもが合わせることによって気持ちが変わってくるんですね。うちの病院でも自閉症の子どもたちは間が合う人が見つかるようになってくるんです。間が合う人間を見つければいいんです。するとそこで会話ができる。

2つ目のご質問についてですが、触覚が重要なのは新生児、乳幼児のかなり初めの部分です。4カ月以降は聴覚が主体となってきます。感覚の首座が触覚から聴覚になり、視覚に変わってきます。視覚になるのが10カ月くらいです。大人は視聴覚人間なので、視聴覚で生きていますから、これが大事だからと言って赤ちゃんにも視聴覚をやってますけれど、やはり乳幼児期は視聴覚だけでは無理ではないか。視聴覚教育があまりにも強くなり過ぎたためにベースができていないんじゃないか。赤ちゃんまで視聴覚教育になってしまったので、1歳以内、インファントと申しますが、これはしゃべらない人なんですね。言語を使わない人なんですよ。それだけにノンバーバルなコミュニケーションをつくり込まなきゃいけない時期なんです。お母さんが自然に語りかけるのは間違ったことではない。でも、それを重要視するわけじゃなくて、お互いの表情を同期させる、同じ行動をする、泣くなど、ノンバーバル・コミュニケーションが親子関係を作っている、そのことを重要視しなきゃいけないんです。

もう一つの問題は、小林先生もおっしゃっていますが、赤ちゃんはインフォメーション・シーカーである。要するに自分から探していく存在である。学ぶ年齢から教えられる年齢になる、教えられていることがわかってくる年齢は、私は2、3歳かなという気がします。2歳頃は反抗期の始まりですよ。この時期は自己主張が非常に強くなってきます。4歳になると人の気持ちを読むようになってきます。このあたりぐらいから教えられることの意味が少しずつわかってくる。それまでは、自らが動くこと、まねることによって情報を得ていくので、教育ではなく学習だと思うんです。ですから、幼児教育が3、4歳以降というのは、教えられることもわかるし、教えられる意味をわかって、それを受け入れる年齢ということですね。科学的根拠はないんですが、私の経験的にはその時期じゃないかと思います。2歳ぐらいがその始まりになるので、私も2歳ぐらいが非常におもしろいと感じますね。昔から発達の壁は1歳半～2歳半と言われています。もう一つ大きく変わるのが4歳。そのあたりが非常におもしろいと思います。

そして、触覚で学んだものをもう一度視覚的に確認し始めるのが生まれてからなわけです。お腹の中で指しゃぶりをして身体中を触るんですが、産まれてきてから指しゃぶりをして、手と手を合わせて、手と足を触って、触りながら見ますよね。生後は触覚だけでなく、触覚と視覚を合わせるか、触覚と聴覚を合わせるようにして、徐々に感覚の首座を変えていくんですね。その感覚の首座が変わっていくのをどううまく保育の中に入れていくか、幼児教育の中に入れていくか、ということはとても大事な話ではないかと思います。

一般 C：実は私は幼児の英語教育をしていたのですが、ある時、アメリカの大学の先生が来られて「真似ている」と言われたんです。2歳以下に「真似をしなさい」とは言いませんから、それは勝手に真似るんですよね。その真似ることが当時は言語教育ではないと言われたんですが、私はちょっと腹が立って（笑）。子どもが自発的に真似ることが学習の始まりだし、発達的に意味があることだと思うのですが、今の言語教育のなかにも、そういう考え方がないように思っています。幼児がお母さんや先生、友達の真似をし始める、声を自分から出すというような、自主的な学びがあるんじゃないかと思うのですが。

小西：それはあると思います。模倣は今、とても注目を浴びていますし、模倣が赤ちゃんの学習の始まりだと思います。それで、われわれが逆模倣のような、赤ちゃんの模倣をしてあげることが互いにつながることにになります。赤ちゃんに模倣させるんじゃなくて親が模倣する、そうすると気持ちがつながる、つながったら模倣させる。最終的にはやり取りをどうするかなんですね。

一般 D：小西先生のお話しの中でいいなと思ったのが、「ほめてばかりじゃだめですよ。嫉妬させたり、時には叱ったりすることとても大事」だということをお聞きして、親として普通にしていればいいんだと安心いたしました。また不快があつて快がくるというのも興味深くて。たとえば赤ちゃんのおむつは、今、紙おむつが主流ですが、いつも快適な状態です。布おむつであれば泣いて不快だよとお母さんに知らせて、お母さんがかえてあげる。その毎日のコミュニケーションが親子の絆を作るんじゃないかなと思うんですが、おむつについて先生はどうお考えになりますか。それと、私は8歳の娘が居るんですが、早期教育がいいとインターネットや本などで知り、やりたいと思いながら、子どもにとって本当にいいのかどうか不安もあり、極端な早期教育はしていないんですが、先生は早期教育についてどうお考えでしょうか。

小西：紙おむつと布おむつ論争は30年程前にやったんですね（笑）。紙おむつは国を亡ぼすという本を書いた人まで出てきましたが。実は私は布おむつに個人的な恨みがあるんです（笑）。子どもを4人育てましたが、紙おむつが出た時に救われたと思ったんですよ。毎日洗って乾かすんだからね。50枚、60枚の話ですよ、毎日ですから。寒い日でもね。こんなものでは愛情が持てるのか、なんて思いましたよ。余裕があるから愛情は生まれてくるわけですから。苦労からはなかなか愛情は生まれないんじゃないか。だから、私は紙おむつ賛成派なんです。布おむつにしたから不快とを感じるかどうかはわかりません。赤ちゃんはおしっこをする時に泣くんです。泣くことによっておしっこを出している。胎児の排尿エコーを撮っているとほとんどが泣いた後に出ているんです。出した時に腹圧をかけて泣くことがあるんです。ですから、布おむつがびしょびしょになったことで、赤ちゃんが気持ち悪いと感じているかどうかはわからない。それは大人の感覚で考えているからなんです。私も年を取って紙おむつをするでしょうけど、布おむつだったら困るなとは思っています（笑）。でも、その感覚と赤ちゃんの感覚は違うんですね。快と不快は大事だとはい

言いましたが、わざわざ不快を与える必要はないんです。ただ、そういうことを感じる能力が赤ちゃんの中にあるので、赤ちゃんが不快に感じた時に快に変えましょうね、というのは正しいと思います。だからと言って、快ばかり与えるのは気になります。そのあたりは自然でいいのかなと思っています。

早期教育に関しては、赤ちゃん、子どもが興味を持ったものをゆっくりお母さんと一緒にやってもらったと思います。今、早期教育はアウトソーシングなんですね。何でも他人まかせになってしまっている。たとえば野球でもバットの振り方から教えている。自分たちで考えた方がいい。ベースは自分たちが好きなことをやっていくなかで学ぶことが学習であって、もしそういう教育をやりたいんだったら、親と一緒にやってほしいですね。お父さんが一緒に野球したり、サッカーをしたりする方が本当は大事なんじゃないかな。あまりにも目的を持ってやり過ぎると、人間というのはさもしいものですから、これだけお金をかけたんだから…となっちゃうんですよ（笑）。でも、子どもからしたら、そんなこと頼んでないのに…となるでしょう。ただ、最近は、親の顔色を見てがんばってやる子どもが多くてね。学校で勉強できないから塾に行く、学校でできないから野球チームに入ると、なんだか不自然になってきていますよね。子ども自身の生活の場を失っていて、他の場で集まって、それを大人が管理している。ちょっと危険な感じがします。子どもがどうしてもやりたいなら別ですが、親が早期教育に力を入れない方がいいんじゃないかな。ただ、うちもね、自分の子どもに早期教育を一生懸命やっている息子もいれば、何もしない息子もいて、どうかなあと思うこともあるんだけど、まあ何も言いません。まかせています。ただ私は早期教育をあえてやれとは言いません。

一色：今日は保育園や子ども園の園長先生もいらっしゃいますので、コメントなどございましたら。

一般 E：私も息子が一人おりますが、池内先生のお話を伺っていて、妊娠した時、出産した時、こうだったなあと神秘と感動を思い出ささせていただきました。同時に、携わる方々の大変さもあるれば喜びもある、素晴らしいお仕事だなとあらためて思いました。小西先生のお話を聞かせていただいたのは何年前でしょうか。何度か聞かせていただくうちに、赤ちゃんとはこんなにおもしろいんだと、あらためて感じさせていただきました。赤ちゃんがお腹の中で羊水を飲んでいて、おならもしているの？と。今日は神秘と科学の両方の世界のお話を聞かせていただきました。そこで小西先生にお伺いしたいのですが、自閉症と睡眠障害のお話がありましたが、私は発達障害とも関係があるように思っています。今の世の中、生まれてからすぐに大人社会に合わせさせられた生活があり、そのために睡眠不足になってしまう。うちの園でも1歳、2歳の子どもの10時、11時に就寝する、でも朝はお母さん方が仕事に行きますから一定の時間には起きなければならない。発達の面で影響が出てくるのではないかと、とても心配しているのですが、そのあたりについて小西先生のご見解をお聞かせいただければ。

小西：誤解があつてはいけませんので申し上げますが、睡眠障害があるからといって、全員が自閉症になるわけではありません。睡眠障害と自閉症を併せ持つ場合があるということで申し上げました。確かに環境によって睡眠障害が出てくることもあります。一つは母乳の問題で、6～8カ月以降、夜中に授乳されている方は要注意です。愛情論でされているんですね。母乳が非常にいいと。これは否定しませんが、発達に応じて授乳を考えていただきたい。6カ月頃から夜ぐっすり眠るようになるわけですから、授乳を控えていただきたいのです。生まれつき寝ない赤ちゃんも8、9カ月あたりから寝なくなる赤ちゃんがいます。これは一つに母乳の問題があります。そして、もっと大きくなってから、3、4歳の子どもが寝ないのはお母さんの生活態度が関わってきます。それと3、4歳でゲームで寝ない子どもが出てきます。それぞれの段階で睡眠障害がきますが、気になる症状がみんな似ているんですよ。いらいらして、集中力が落ちて、集団行動に加われなくて、暴力的である。これはすべて自閉症の症状なんですね。ですから、それらの症状が睡眠障害なのか、自閉症なのかも気になるところです。ですが、睡眠障害は治療の方法があるので、治療すれば良くなります。ですが、自閉症のコミュニケーションの障がいは軽くなりませんが、若干残りそうですね。ただ、治せるものは早く治した方がいい、軽くした方がいいので、赤ちゃんの時から睡眠はしっかりとっていただいて、とくに保育園ではできるだけ早く睡眠障害を見つけていただきたい。対症法がありますからね。ちゃんと治したいので、ご協力いただければありがたいです。

一色：赤ちゃんのお母さんに対する愛着と、お母さんの赤ちゃんに対する愛情がうまく重なり合うと自然にいい方向にいくんじゃないかと思います。小西先生が親子関係のベースにはノンバーバルなコミュニケーションがあるとおっしゃいましたが、これはエイトレインメントですね。ウィリアム・コンドンが最初に言われて、日本子ども学会の理事長だった小林先生がおっしゃっていました。このように赤ちゃん学会でもしっかりとやっていただけるし、子ども学会でもやっていらっしゃる。小西先生は赤ちゃん学会の理事長であり、子ども学会の理事もされていらっしゃる方ですので。では、最後に池内先生から一言お願いします。

池内：みなさん、ご清聴ありがとうございました。今日は時間が30分でしたので、妊娠中のお母さんについては省略させていただきましたが、小西先生のお話にありましたように、胎児がどんな発達をしているのか、妊娠初期の頃からお母さんたちに伝えながら、どんなふうに生活をすればいいのか、赤ちゃんにどう話しかけていったらいいんだろうか、私たち助産師はいろんなことをお母さんと一緒に勉強しています。そして出産、育児に関わっていく一連の流れがあります。また、そのこともお伝えできたらと思います。小西先生のお話を伺って、もっともっと多くのことをお母さんたちに伝えていかなければとあらためて思いました。また睡眠障害についても、ずっと泣いている赤ちゃんはお乳がほしだけじゃないとわかってはいたんですが、もっと注意して見ていかなければならないと勉強させていただきました。ありがとうございました。

一色：小西先生、池内先生、皆さん、今日はありがとうございました。