

『提言・子育てを考える』 子育て問題を考える福岡
会議 編著

古賀, 倫嗣
熊本大学教育学部

<https://doi.org/10.15017/19970>

出版情報：生活体験学習研究. 8, pp. 79-81, 2008-02-12. 日本生活体験学習学会
バージョン：
権利関係：



『提言・子育て問題を考える』

子育て問題を考える福岡会議 編著



福岡市は、5年ごとに「青少年の意識と行動調査」を実施、子ども政策に反映させている。2006年11月に実施された調査結果を、小学5・6年生についてみると、前回調査で改善傾向が見られた「子どもの生活」に後退傾向がうかがわれたことが特徴である。「たいへん健康」と答えた児童は40%と前回より4ポイント減少、女子に「疲れがち」が多く表れている。また、睡眠時間についても、「11時以降の就寝」の合計が37%と、5ポイント増加した。起床時間は「7時ごろ」が55%と最も多く、「11時以降の就寝」では8時間の睡眠が確保されないことになる。平日の外遊びについては、「1時間未満」32%、「1時間～2時間」32%となり、前回23%あった「2時間～3時間」は12%と半減した。平日の余暇時間を一緒に過ごす相手では「学校の友だち」が65%から55%に減少、反面「家族」が16%

から26%に増加している。心情面についてみると、「何もやる気がしない」「学校での競争に疲れを感じる」「ひとりであるのが一番楽だ」などで「よくある」が1割を超える。「からだ」と「こころ」の歪みから結果された「生活リズム」の混乱が重大な問題となっている。10年前の調査で「全国最短の睡眠時間」をみた小学生が現在20歳になり、母親になろうとしている。実は、今回の調査で「生活パターンの崩壊」が最も顕著であったのは女子高校生である。「母子関係」を形成する役割を持つ女子に危機的な様相が強く表れてきた。10年前の「宿題」は、そのまま解決されずに今に至っている。福岡市の子ども人口は、福岡県の3分の1を占める。調査結果に見られる福岡市の実態は福岡県の実態でもある。

こうした「子ども問題」の噴出に対し症状を「診断」し、それに最適の「処方箋」を書くことが求められていることは言うまでもない。福岡市の小学生が「危機的状況」にあった10年前、1996年11月、「子ども問題」に関心を持つ、小児保健医学、心理学、社会福祉学、食物栄養学などの専門家によって「子育て問題を考える福岡会議」が誕生した。その会員たちが10年の研究成果を取りまとめた本書は、次の6章から構成され、まさに時宜を得た出版となっている。

- 第1章 楽しく子育てをするために
- 第2章 笑顔の輝く元気な子を産む
- 第3章 親が育つ・子どもが育つ地域づくり
- 第4章 子育てを支える行政の仕組み
- 第5章 心豊かに子育てのできる社会の創造
- 第6章 現代の子育てに関わるトピックス

目次を見るだけで、子育てに関わる親（保護者）、地域、行政、そして社会全体それぞれの役割が浮き彫りになる見取り図になっていることがわかりただけよう。それぞれの分野の専門家が「子ども問題」の切り口として専門性を生かしたことによりその全体構造がクッキリと見えてくる構成になっており、だからこそ、本書の最大の出版意図である、「処方箋」を書くこと、すなわち「提言」が科学的、説得的な根拠を持って示されている。さきほど、福岡市の調査結果から私は「生活リズム」が重大な問題と述べた。多方面から

の学際的研究である本書を、「生活リズム」を構成する「睡眠」「食」「遊び」の3つの視点から論じることで書評としたい。

まず、「睡眠」から見てみよう。本書では、「寝る子は育つ（神山潤さん）」が主として論じている。小児科医の立場の神山さんは、「子どもの早起きをすすめる会」の发起人、そして、「早寝早起き朝ごはん全国協議会」の委員でもある。「ヒトは24時間いつも同じに動いているロボットではない。周期24時間の地球で生かされている動物である。」これが神山さんの出発点だ。

「ヒトの体内時計の1日は、多くの方で24時間よりも少し長い。」この事実は、少しずつ一般の人にも認知されつつあるが、まだまだ十分ではない。さらに、「朝の光を浴びることで、周期が24時間より長い体内時計の周期を短く調整している・・・夜ふかしをして夜になっても光を浴びていると、体内時計が夜なのにまだ昼間だと勘違いする・・・これでは時差ボケ状態は解消されず、慢性の時差ボケになる。」という「悪循環」の理解はほとんどない。つまり、「朝の光と夜の闇が大切なのだ。」神山さんは、そのプロセスを昼のセロトニンと夜のメラトニンという2つ物質の分泌から説明するのだが、それは本書をお読みいただく。ただ、大切なことは「毎朝しっかりと朝日を浴びて」、「昼間はたっぷり運動を」、「暗い部屋でゆっくりお休み」の3カ条（全部で8カ条ある）の実践であろう。それを各家庭で「考えて」決めていただくプロセスが重要と、提言はうたっている。

2番目は、「食」。「幼児の食の現状と食育（林辰美さん）」である。中村学園大学で栄養教育を担当している林さんは、2003年に福岡市の1歳以上の保育園児を対象に「食」に関わるアンケート調査を実施した。この調査結果を取りまとめたものが本論文である。まず、朝食摂取習慣と起床・就寝時刻との関連からみてみよう。

「起床時刻が8時前の幼児の86.9%が朝食を『毎日食べている』と回答していたが、一方起床時刻が9時以降または不規則である幼児は、朝食を『毎日食べている』割合が55.2%と低く、13.6%が『食べないことが多い』と回答していた。また、就寝時刻が22時前の幼児の89.5%に朝食を毎日食べる習慣の定着がみられ、就寝時刻が23時以降または不規則である幼児では、朝

食を毎日食べる習慣は60.5%と低率であった。」

ここに示されたデータは、まさに朝食摂取と睡眠状況との有意な関連を示している。さらに、朝食摂取と排便習慣の定着（『登園前』の排便定着は15.1%）との関連、健康状態も良好である。これを踏まえ、林さんは5つの提言を行っているが、そのなかから2項目を紹介しよう。

「食」の理解とよい習慣づけをしよう。

「食」に関わる5つの能力を育成しよう。

2005年、「食育基本法」が施行され、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進することが求められているが、食生活をめぐる問題はあまりにも大きい。その内容では「飽食」と「貧食」、その関係では「孤食」。せめて、子どもを取り巻くなかでは「豊かな食関係」を作りたいものである。少し古いが、1998年茨城県警察が実施した「非行と食生活」調査では、「非行少年の食事は孤独」、「なべ料理が夕食に出ることが少ない」などの知見が得られている（玉井康之ほか『少年の凶悪犯罪・問題行動はなぜ起きるのか』）。幼児期の「食の貧しさ」は「心の疲弊」を結果し、子どもから「一家団欒」を奪い取る。そのスタートラインの課題が、実証的に、科学的に解明されているのである。

最後に「遊び」については、「時間を忘れ、夢中になって遊ぶ子を育もう（横山正幸さん）」が「生活体験」をキーワードに論じている。横山さんの視点は「遊びは育ちの『栄養素』」。遊びは、楽しさだけではなく、社会性や耐性、体力などを生み出す栄養である。特に、集団遊びは、社会性の発達を促し、生活を充実感に満ちた生き生きしたものにする主張する。しかし、今遊びは消え去ってしまった。それはなぜか。横山さんは、その原因を通説にみられるような「ファミリーコンピュータ・ゲーム」に求めない。

「その最も大きな原因は、子どもの遊びの重要性に対する親や教師など大人の無理解と子どもの生活に対する過度な保護や干渉である。」

この主張には、30年前「過保護」という言葉で福岡県家庭教育に衝撃を与えた横山さんの強靱な批判力が根底にある。しかし、子どもを見る温かさがいつも裏打ちされていることに私たちは気づくことだろう。それが、「子どもの遊びをどう支援するか」というテーマに如実に表れている。山川東部小学校、宗像市立D

小学校、同自由ヶ丘と3つの小学校の実践は、それに寄り添ってきた横山さんの実践でもあるだけに説得的である。さらに、2001年から始まる「アンビシャス広場」の取り組みは、今や全国的な注目を浴びる事業にまで拡充されてきた。子どもに関わるなかで、いかに地域の人たちが力をつけてきたか、その成功事例は数多い。しかも、その人たちが自前のボランティアで関わるレベルにまで成長している。

さて、横山さんの提言が、まさに「大人の無理解」と「過度な保護と干渉」の排除にあることはいうまでもない。7つの提言から3つを掲げて書評を閉じることにして。本書のサブタイトル、「笑顔の輝く子を育むために」は、そうした思いの集大成であろう。「親や教師など大人が子どもの遊びの大切さをしっかり認識

し、遊びを奨励すること。そして、遊ぶ時間と仲間を保障してやること。」「今の子ども達は仲間が集められ、場所や時間が与えられても自分達で遊ぶことができない。それは、昔のような異年齢での交流がなくなったために、遊びが継承されておらず、遊び方がわからないからである。そこで、遊びを仕掛けるにあたっては、遊びの得意な大人がプレイ・リーダーとなり、遊び方を楽しく教えてやる必要がある。」

「子どもが自分達で意欲的に遊ぶようになったら、大人はそっと引き、遠くから温かく見守る程度にすること。いつまでも関わっていると依存的になり、遊びの自立ができないからである。」

〔日本小児医事出版社、2007年、2500円〕

（古賀 倫嗣）