

## 赤ちゃんの心理学～科学的根拠に基づく子育て支援の取組～

講師 矢藤 優子 立命館大学教授

### はじめに

私は、立命館大学で総合心理学部学部長、立命館大学大学院で人間科学研究科研究科長をやっております、矢藤と申します。本日は、お忙しい中お時間割いていただきありがとうございます。実は、私は子どもが小学生の頃まで京都に住んでいて、週末にはこどもみらい館に来て、一日中子どもを遊ばせていました。図書館でDVDを借りて帰って見たことも、なつかしく思い出します。

私の専門は、乳幼児心理学/比較発達心理学です。今回『赤ちゃんの心理学～科学的根拠に基づく子育て支援の取組～』というテーマで、私のやっている子育て支援に関する研究の紹介とその研究から提言できることをお伝えしたいと思います。

### 発達研究について

発達研究というのは、大きく分けると・横断的研究・縦断的研究・コホート研究に分類されます。横断的研究は、異なる年齢集団に対して一斉に調査を行い、各年齢集団の発達的变化を検討する方法です。短時間で多くのデータを集めることができますが、個人の発達変化を調査することができず、コホート(観察対象となる集団)差が生じる可能性があります。

それに対して、縦断的研究(ある特定の個人や集団を継続的に追跡し、その発達的变化を検討する方法)とコホート研究(異なる年代の集団に対して長期的に追跡調査を行う研究法)は、個人を追跡して変化を見ていく研究なので、時間的・財政的コストはかかりますが、より妥当性高く発達経路を調べることができます。

私は、子どもと養育者が、QOL(生活満足度)やウェルビーイングを高く保って生活するには、どうしたら良いかと考え、子どもの社会性発達と親のQOLに注目してコホート研究をしています。

2016年から『シームレスな対人支援に基づく人間科学の創成』というプロジェクトのリーダーとなり縦断研究をスタートしました。生涯発達と言って「人間の発達は一生続くもので、加齢変化も発達だ」と今の発達心理学では考えます。衰えていくことも発達ということで、今は高齢者も研究対象になっています。そこで、生涯にわたっての発達を

グループ1:科学的根拠に基づく子育て支援

グループ2:神経科学・生理学手法による「教授－学習」研究

グループ3:ライフに接近する質的研究法によるキャリア発達

グループ4:地域主体の健康作りと日本社会価値の国際比較研究

グループ5:シニアライフ支援とコミュニティダイバーシティ促進に関するエビデンス創出

という5つのグループに分けて研究していました。

今は少子高齢化社会なので、(子どもの研究も大事ですが)「なぜ最近は子どもを産みたくても産まない、結婚したくないという人が多くなっているのか」といった研究も必要だし、「高齢期にはどうやったら健康寿命を伸ばして質の高い生活を送れるか」という研究も必要です。例えば、「子どもが欲しいと思えない、可愛いと思えない」という若者が多い現状があれば、少し前の児童期に子どもとかかわる経験をすることによって変化が起きるかもしれません。また小学校でつまずく子どもが多いなら、乳幼児期の介入で変わっていくことがあるかもしれません。違う時期に介入することが必要な場合もあります。だから、人間の発達を時期で分断せず研究しようという考え方で、プロジェクトを始めました。今は、それぞれがグループごとに活動しながら研究を進めていて、その中のグループ1の乳幼児期の研究「科学的根拠に基づく子育て支援」

が、『いばらきコホート』調査です。

## 『いばらきコホート』調査－科学的根拠に基づく子育て支援のための学融的研究－

茨木市子育て支援課と連携し妊娠期からのコホート研究を行っています。母子手帳発行時にチラシを配布し、QRコードを読み取ることで調査への参加意思を示していただきました。胎児期から調査が始まっています、現在、対象の子どもは6～7歳になっています。調査の中で、緊急支援が必要な場合(うつ指標が高い等)は、茨木市の支援機関等への紹介を行いケアへつなげています。ドロップアウト率(調査をやめる割合)が大変少なく、そのこと自体が論文になったくらいです。

- ① WEBでの質問紙による親子の心身健康に関する調査
- ②行動観察による親子の社会的関係性評価
- ③生理指標を用いた調査(唾液中のコルチゾール、オキシトシン)
- ④妊娠期、育児期女性のキャリアに関するインタビュー調査。

といった、様々な調査をしています。

③の調査では、朝と夕2回ずつ唾液を採取し冷凍したものをクール便で送ってもらいます。ストレスの指標になるホルモンのコルチゾールや愛情ホルモンと呼ばれるオキシトシンを調べて、ストレスとの関連や子どもへの関わり方の関連などを見ています。唾液採取に際しては様々なきまりがありますが、みなさまご協力くださっています。オキシトシンがたくさん出ているのは良いことだと思いがちですが、子どもが自立し始めた幼児期にオキシトシンが高いと、過干渉になっていてよくないという先行研究もあり、私たちの調査でも同じような結果が出ていました。ずっと同じやり方で、子どもにかまい過ぎるのではなく、子どもの成長に合わせて見守る等、関わりを考える方が良いという結果が出ています。

④では、出産の選択肢に関する質問や、高齢出産した方や4人目を出産した方に、周りの環境や心情等、アンケートからは出てこない内容を伺って、少子化対策に役立てています。どうしたら産みたい人が産

めるような環境になるかということを調査しています。

①～④の調査、どれも大事で、245名の方が登録してくださいています。行動観察については、出産後間もない間はご自宅へ伺い、3ヶ月以降は大学の観察室に来ていただいている。

具体的に、実施しているテストを紹介します。

### ●鏡映像自己認知テスト

鏡に映った自分の像を自分自身だと認識できるかどうかを評価するために用いられます。具体的には、子どもが気づかないように、鏡で見て気づく場所に口紅を付けておいて、鏡を見せた時にその口紅を拭き取ろうとするか、というテストです。この自己鏡映像がわかるようになるのは、1歳半を過ぎてからで、同じ時期にイヤイヤ期が始まりますが、これは自我の芽生え、自己意識の表れで大事な発達段階です。ただ、お母さんにしたら大変で、私も子どもがイヤイヤ期の頃は何でも「イヤ」「ダメ」と言うのでストレスを抱えていましたが、お風呂の自動給湯器が「お風呂が沸きました」と言つても「わきません！」と返すので、その時は思わず笑ってしまいました。「何でも誰にでも反対のことを言つんだ」と思つたら、少し安心したことを思い出します。自己意識が芽生えると、それにまつわる感情(恥ずかしい、自尊心、困惑、妬み、嫉妬)も芽生えてきます。人と比べて「自分はダメだ」といった感情や、逆に誇らしく思う感情などは自己意識があつてのもので、重要な発達の一つです。

### ●表情認知課題

笑っている大人と泣いている大人といった二つの表情を見比べて、どちらをよく見るか、という選好注視法と呼ばれる課題もしています。表情の区別がつくのはいつか、という発達を調べると同時に、例えば親の関わり方との関連等、個人差を調べます。極端な例ですが、不適切なかかわりを受けている子どもは、大人が怒っている顔に対して強く反応するとか、逆に回避する、という先行研究があります。普段から不適切に扱われている子どもにとって、怒っている大人の顔というのは、自分が叩かれるかもしれないといった危険への予兆になるので特別な反応を示すのです。このように表情の選好を調べることが、その子どもの背景要因を知るきっかけとなります。本研究プロジェ

クトでは、この課題は虐待の検出のためではなく、社会性発達の一つとして、個人差や様々な要因を調べるために行っています。

### ●質問紙による調査より

約 250 名の妊産婦さんへの質問調査を実施したところ、妊娠初期の 14 週頃が一番 QOL が低いという結果が出ました。PHQ(うつに関する指標)も 14 週目が一番高くなっています。周産期うつとかマタニティブルーという言葉は有名ですが、14 週目というかなり早い段階からケアが必要だということが、この結果からわかります。このデータを茨木市とも共有し、フィンランドのネウボラのような、もっと初期からのシームレスなサポートが必要かもしれないと言っています。

家事分担についての調査では、夫の家事と妻の家事は負の相関関係(夫が家事をする時間が増えると妻が家事をする時間が減る)であり、妻の収入と夫の家事の量は正の相関関係(妻の収入が高いと夫の家事量が多い)にありました。妊娠 14 週については、夫が家事をすると妻の QOL が高くなるといった結果が得られました。14 週は QOL が一番下がっている時期ですが、夫が家事をするといった介入により、QOL が上がるということがわかっています。初期でお腹もまだ目立たない時期であっても、そういう時のケアって大事なんだなと言えます。また、QOL については、各時期の間に有意な相関があり、初期に高かった人はずっと高いといったある程度の安定性が見られました。一方で、PHQ はあまり相関がない、つまり、うつではなかった人が急にうつになる可能性があるということです。だから、1 回の健診で「この人は大丈夫」と安心せずに、経時的に見ていく必要があると言えそうです。

質問調査の中にパーソナリティ(個性、性格特性)についての調査も含まれていて、それらを関連させて見ていくと、否定的感情や連想的敏感性といった気質特性に QOL との関連が見られました。否定的感情になりやすい人や敏感な人は、自分の生活満足度をより低く評価していて、うつ傾向が高くなります。パーソナリティによる違い、個人差を踏まえてケアしていくかなくてはいけないということです。女性は男性よりも 2 倍うつにかかりやすく、妊娠中から産後というのが一

番うつにかかりやすい時期だと言われています。産後うつの大体 50%は、妊娠期から発症しています。ここでも、早期の対処が必要だということがわかります。

『いばらきコホート』での周産期うつの状況について見てみると、200 名程度の調査対象者のうち、抑うつが懸念された人は 65 名でした。茨木市は世帯収入も高めな地域ですが、経済的なゆとりと、子育てに関する悩みや抑うつ状態との関係は、見られないということが言えます。

先ほどからお話をしているように、PHQ についてグラフにしてみると、14 週が最も高く、徐々に下がってきています。しかし、その後 2 歳～3 歳でもう一度上がります。イヤイヤ期と呼ばれ育てにくくなるので、子育てに疲弊して抑うつの割合も増えているということです。この時期に子育てに介入することが大事だと考え、私たちは『育児エンパワメント事業』を始めています。1 泊 2 日で、子どもにはシャッターを付けて、親御さんは私のセミナーを聞いたり、臨床心理学の先生とワークをしたりして育児力をエンパワメントするという事業で、11 月には箕面市で実施予定です。募集人数は 4 名で、研究として実施するため参加費用は無料です。

本研究プロジェクトの調査結果から、長期的で継続的なケアが必要だということがわかります。赤ちゃんの時は、予防接種や健診などで、じょっちゅう専門家の方々と関わる機会がありますが、大きくなるにつれて減っていきます。そこで、茨木市の子育て支援課の方と連携をはかり子育て支援システムの構築を目指しています。特に QOL の最後の項目で希死念慮に関する項目にチェックが入るとそれはもう放っておけないので、ご本人にお知らせしたり、許可を得て茨木市とつなないだりしています。また、イベントを企画して一緒に開催したりもしていて、今週末には、「子育て学会」で茨木市の方たちとシンポジウムをする予定です。その中で『いばらきコホート』についても報告します。研究内容を、少子化対策や子育て支援に還元できるようにと研究を進めています。

### 产学連携による研究の成果について 様々な企業と連携した子育て支援の研究

ホームページ等で見ていただくと詳しい内容が出

てくると思いますが、一つはおむつ替え場面の親の言語コミュニケーションと子の社会性発達の関連を確認しました。おむつ替えの時、子どもにしゃべりかけたりせず黙々と替える保護者もいれば、「気持ちいいね」等と話しかけておむつを替える保護者もいます。本研究では、おむつ替えの時話しかけられた子どもの方が、社会性が高かったという結果が出ています。遊びの場面での親の言語コミュニケーションでは、あまり差が見られませんでしたが、おむつ替えの場面での話しかけで差が出ました。おむつを替える時に、話しかけるか話しかけないかというだけの違いで、子どもの社会性が変わるということで、育児セミナー等でも「ちょっとした時に、ちょっとしたことをすればいいんですよ」とお伝えしています。

また、おむつを替える時、子どもにおとなしくしてほしいからと、おもちゃを持たせて遊んでいる間におむつを替える人もいます。おもちゃを使う人と使わない人を比べてみると、おもちゃを使わず、子どもと目を合わせながらおむつを替えている方が、子どもの社会性が高く、話しかけ等に応答することが多いという結果でした。子どもにとっては、遊びの時間もご飯の時間も親と一緒に過ごす時間で、区別はありません。どんな時にでも、子どもと関わるチャンスはあります。わざわざ遊ぶ時間を作るのは大変ですが、お風呂に入っている時やおむつを替えている時等に良いコミュニケーションをとることは、忙しいお父さん・お母さんでも、やりやすいことだと思います。そして、それが子どもの発達につながります。

この場合、生身の人間が話しかけることが大事だというデータもあります。「英語教材やYouTubeのようなものでも言葉がたくさん発せられているからいいんじゃないかな」と思われるかもしれません、インターラクティブに(双方向に)やりとりすることが必要です。外国語教材を見せただけの赤ちゃんとその教材の内容を親が教えた場合を比べると、教材ビデオだけを見ていた赤ちゃんは、それを見ていない赤ちゃんと変わらないくらい何も覚えていませんでしたが、教材ビデオと同じ内容を親自身が教えていると、赤ちゃんはよりたくさん言葉を覚えていたという研究結果があります。優れた教材ビデオでも、生身の人間の働きかけ

にはかなわないということです。親自身は大したことと言っているつもりはなくとも、日常の中で何気ないことを話しかけやりとりをしているということが、子どもにとっては早期教育になっているんだということです。このことを、ぜひ「忙しい」「時間がない」と言っている保護者の皆さんに知ってほしいなあと思っています。

別の研究では、以上のようなお話を1時間くらいにまとめたセミナーを保護者対象に開催し、その効果を検証しています。

主な内容は、

- ・子どもの認知・社会性発達の特徴
- ・子どもの認知・社会性発達の特徴を考慮したかかわり方のヒント

#### ・養育者の自己肯定感を高めるアドバイス

です。この育児に関するセミナーを受講し、その内容を3週間実践してもらった結果、受講していない人たちよりも、育児ストレスが減っていて、子どもへの関わり方が良くなったという結果が得されました。

子育て支援というのは、支援金を出すことだけではなく、子育てに関する正しい知識を提供することや保護者の自己肯定感を高めることも重要ではないかと思っています。「イヤイヤ期は子どもの自己意識の芽生えが原因になっていて、それも大事な発達の指標のひとつだ」と伝えることで子どもに対する考え方があわったり、「子どもが元気で普通にいるということがどれだけ貴重な事か」という話をして保護者の日ごろの努力を認めることができます育児支援につながると考えています。私の大学院生との共同研究では、育児支援情報による適切なサポートが、親の育児負荷軽減の一助となることを確認しています。また、セミナーをオンライン形式にしても効果が見られたという結果が出ていますので、動画配信をして子育て支援に活かしていくという話も進んでいます。

このように、研究によって効果があると認められたものを提供し、子育て支援に活かしていきたいなあと思っています。

次に、育児に関するセミナーで保護者に伝えていることを具体的に紹介します。

#### ●子どもは体験から学ぶ

赤ちゃんは、何でも触ったり、口に入れたり、食べ

物をぐちやぐちやにしたり…といろいろなことをしますが、手で触るなどの自分の体験から学んでいて、実体験が大事です。

また、3歳までの子どもは、大脳の前頭葉という部分が十分に発達していないため、自己制御機能が未発達です。そのため、「だめ」と言っても抑制が効かないで、してほしいことを伝えるようにしましょう。例えば「お友達を叩いてはダメ」というより「お友達にはこんなにちはって言おうね」と伝えてみましょう。「叩いてはダメ」と言うことで、叩くということに余計反応してしまいます。

また、触ってほしくないものは見えない場所に片付ける等、環境構成で防ぎましょう。食事の際は、赤ちゃんの椅子の下にレジャーシートや新聞を敷くことで、きっと片付けられて、ごはんをこぼしたりしてもストレスにならずにすみます。

### ●子どもの主体性を育てる関わり

「危ないと思えることを、どこでやめさせたら良いかわからない」とよく質問されます。例えば公園の遊具で少しでも事故があると、すぐに使用禁止にするといった対応が良く見られますが、リスクマネジメントという観点からも、なんでも禁止にするのはどうかな…と思います。危険がないなら、やりたがっていることをやらせて、様子を見たり、少し待ったり、見守ったりしてみましょう。大人にとっては当たり前の事でも、子どもには新鮮です。探索したくて仕方がないのです。やってみたいと思うことを保障してあげることが大切です。

### ●「してほしいこと」にも環境構成

保護者が子どもにやってほしいことや遊んでほしいものを、子どもの手に取れる場所に置く、遊具等は使いやすいように置く、安心して取り組めるような座り方をさせる、危険のないように配置する等、環境構成を工夫することで、子どもを導くことができます。

また、フィードバックする時には「ちがう」「だめ」等、否定的な言葉ではなくポジティブにフィードバックしましょう。間違いに対しても「そうじゃないでしょう」ではなく「こうしたらどうかな」といった新しい提案をしてみてください。例えば、ページを一度にたくさんめくったり、読み聞かせを聞かずにおしゃべりしていくても「絵本は一枚ずつ読まないとダメ」なんて言わずに、「楽

しんでいるんだからそういうやり方もある」と考えてみましょう。あまり、細かいことを言い過ぎると絵本自体が嫌になってしまいかねません。

子どもは親の表情を良く見ていて、何よりも大人が笑顔で見守ることが励みになり、子どもへのGOサインとなります（「社会的参照」）。笑顔で見守ることは、何か用事をしながらでもできることです。子どもとアイコンタクトを取りやすいように位置関係など配慮しましょう。

### ●指示が通らなかつたら、言い換えてみる

「早くお着替えして」と言っても、着替えようとしないなら、「パジャマを脱ごうね」「シャツを着ましょう」と、行動を具体的に伝える等、言い換えてみましょう。「一人でできる」と「教えればできる」の間を見極めて、適切なレベルの援助をすること（Scaffolding：足場作り）が必要です。このような援助は、小さな子どもに限らず、大学生にでも必要だと感じ、私も伝え方を考えています。

### ●魔の2歳児

自我が芽生えると「魔の2歳児」等と呼ばれ、関わり方の難しいことがよく話題になります。この頃の子どもには特に、まず共感することが大切です。「やりなさい」と言うと反射的に「イヤ」というので、「どっちがいい？」と選択できるようにして、子どもが自分で決めたという自己効力感が持てるように、子どもの主体性を尊重すると良いと思います。

### ●自分でやりたい3歳児

3歳児は、できないことも自分でやろうとします。「メタ認知能力」（自分がどのくらいできるかについて認知する能力）の未熟さ故、自分が思っているほどできないということがわからず、できないことでもやりたがるのが3歳児なのです。3歳児は、まだ前頭葉が発達しておらずワーキングメモリーが小さいのでたくさんのこと覚えきれないとか、思っている以上に手先が不器用だとか、人の話を聴いていないように見えても無視をしたのではなく選択的注意に限界があるためだとか、大人も理解しておく必要があります。

また、「なんで？」「これ何？」とよく聞きますね。同じことを何回も聞いたりします。「またか」と思いますが、それは、子どもが世界を知るための方法が、「見る」、

「なめる」、「触る」という段階から「ことば」に変化していった結果なのだとポジティブに捉えましょう。そして子どもは、周りにいろいろな大人がいても、お父さん、お母さんに聞きます。なぜでしょう。それは大好きな人から聞きたいからです。「なぜ空が青いの」といった質問の答えを、専門家ではなく好きな人から聞きたいのです。

こんなことをお話ししながら、保護者の方に自己肯定感を高め、自信をもって帰ってもらえるセミナーを実施しています。セミナーに参加することで、子どもへの接し方の改善や育児ストレスの抑制等、かなりの効果が見られました。

### アジア諸国との国際共同研究について

今回初めて、日本でも女性の総理大臣が出ましたが、日本はジェンダーギャップ指数(GGI)が低いことで有名です。146か国中118位と低く、先進国の中で最下位になっています。日本だけではなく、中国も韓国も男女格差が大きく、これらの国々では少子化が進んでいます。私は、少子化や子育ての問題を、日本だけでなくアジア全体の課題として解決すべきではないかと考えています。少子化対策も少子化先進国の日本が、アジア全体に情報を発信していくかなくてはいけないと考え、日本、中国、韓国、東南アジア各国に出向いて調査をしています。これが面白いんです。それぞれのお国柄(文化や政策の特徴)が、どのように親子に影響するのかということを、学術的に調べると同時に、社会的にも還元しようとしています。

例えば、中国は過去に「一人っ子政策」をやっていて、少子化が進み過ぎたからと「二人っ子政策」、「三人っ子政策」へ転換してきました。「三人産んでいい」と言われても、「一人っ子政策」時代にかけていた教育費を、三人共にかけられなければ、他の人に負けてしまうので、なかなか少子化は解消されません。受験も厳しい時代で、子どももすごく長い時間勉強しています。また、中国は今、乳児保育を進めていますが、以前は乳児保育がなくて、今でも祖父母が共働きの両親のサポートをするのが主流です。その祖父母育児が、どれくらい親と子にとって良いのか、ということ等を調べています。

また、タイにはキッチンがない家もあり、屋台がたくさんあるので、朝ごはんから買って食べる、デリバリーが発達しています。必ずしも家でご飯を作らなくてもよい環境です。タイのような国では、日本のように家事を分担することで QOL が上がるということにはならないかもしれません。

このように、文化的な背景によって変わることがあるが、それぞれの国で同じ調査をすることでわかってきます。その中で「必ずしもこのように育てないといけないということはない」ということがわかつたり、他の国の育児を参考に日本に導入できたりします。

### 『子育てエンパワメント・キャンプ』

研究で得られた知見を活かした支援介入事業として、『子育てエンパワメント・キャンプ』という1泊2日の子育て支援ワークショップをアジア各国で実施しています。

#### プログラムの内容

##### ・動的家族画(Kinetic Family Drawing)

「家族が何かしているところを描いてください」と親にお願いし、それを臨床家が見ます。『投影法』といって、絵を描くことでその人が意識していない家族観が現れます。日本だと、絵の中にお父さんが描かれなかったり、遠いところにいる小さいのがお父さんだったりして、お父さんの存在が小さいことが反映されたりします。インタビューやアンケートでは出てこないものが示されます。

##### ・心理教育(乳幼児発達に基づく育児指導)

先ほどもお伝えしたような育児に関する情報を提供するような、親の学びと支援の内容です。

##### ・親子の絵本読み合わせ

各国の文化に合わせた絵本を活用して、絵本の読み合わせのやり方をレクチャーします。絵本の読み合わせをすることが子どもの情緒発達に良い影響を与えるとされています。

##### ・親子遊び観察(積み木)

かかわり行動の評価をします。

##### ・グループワーク「児童の発達と家庭システム」

以上のような内容によって、子育てをエンパワメントして帰っていただくという取組をしています。私は、日

本、中国、タイでの実施にも参加しました。『子育てエンパワメント・キャンプ』のような子育て支援活動は、アメリカではよくありますが、日本ではなかなか広まっていないのが現状です。このような活動を通して実践を積み重ね、参加前と参加後で比べて親子にポジティブな影響が確認された場合は、民間や自治体などの機関に活動を薦め、普及を促すことも考えています。

日本のお母さんは、アジアのお母さんと比べても、特に「子どもは自分が育てないといけない」と思っている方が多いです。「3歳まではお母さんが育てないといけない」という3歳児神話みたいなものを持っている人がまだたくさんいます。「赤ちゃんを預けるのはかわいそう」といった言い方をする人もいます。しかし、人間の子どもというのは、本来、母親だけが育てるようにはなっていません。

アメリカ国立小児保健・人間発達研究所(NICHD)の縦断研究『発達初期の保育と子どもの発達に関する研究』では、乳児保育を受けてきた子どもとそうでない子どもの社会性の違い等が調査されました。その結果、早くから保育所に行っていたからといって、子どもの発達に悪い影響が出るということはない、ということがわかりました。ただし、保育施設の質が良いこと、という条件が付きます。ある一定の基準を満たした保育施設に預けているなら、保育施設に預けても子どもの発達に悪い影響はなく、むしろ良い場合もあるという結果でした。オーストラリアの場合、保育の質が良いので、保育所に預けている場合の方が、子どもの認知社会性の発達に良い影響があるという結果が出ています。保育所に行っていたから、親子関係・アタッチメントが不安定になるといったこともないということが、わかっています。

そもそも、ヒトの進化的適応環境は、40人前後のメンバーで集団生活をして、複数の養育者が共同で子育てをするというものでした。ヒトは、本来複数の人が子どもを見るのが当たり前の生き物でした。今のように、親だけが子どもを育てるというのは、人類の歴史の中ではごく最近の話なのです。

### アロペアレンティング

生物学的な親以外の人が子どもを育てることをア

ロペアレンティングと呼びます。子どもというのは親を安全基地にして、お母さんに見守られながら少しづつ活動を広げていくという話を聞かれたことがあると思いますが、最近では、親だけが安全基地ではなく、いろいろな人が多様に子どもとアタッチメントを築いている。子どもは、保育士さんや先生、きょうだい、祖父母といったいろいろな人とアタッチメントを築いて育っていくのが当たり前だ。だから、子育てに不慣れな親でも、他の人が補完していれば子どもは育っていく。それが人類としてやってきたやり方だ。」という考え方があります。早稲田大学名誉教授の根ヶ山光一先生は、このようなことをフィールドワークなどを通して明らかにされていて、沖縄県の多良間島には、年長の女の子が子守り役となる「守姉(もりあね)」という風習があり、この「守姉」が子育てにとても良い機能を果たしているということも明らかにしています。

このように、親だけでなく保育者や近所の人などいろいろな人が育てていくのが、当たり前の子育てだということです。

### 最後に

AIが開発された時には、AIに取って代わられる仕事というのがよく話題になっていました。今、たくさんの仕事がAIに任せられています。ただ、保育の仕事は人間にしかできない、その時その時の関わりが大事な仕事です。責任もありますが、やりがいのあるお仕事だと思います。

私自身も子どもを育てていて、子育ては人間として最大の仕事だと思っています。確かに仕事のキャリアも大切で、それを損ないたくないから子どもを産まないという選択をする女性もいます。でも、私は、子どもがいるということで「私の人生は人として豊かになったなあ」と思っています。夜中に起こされたこともあったし、やろうと思っていたことができなかつたことや、いろいろなことがありました。一人の人間を育てるという素晴らしい仕事をしていると思っています。

子どもを産み育てている人たちが、生き生きと子どもを育て働いている姿を身近に見ることで、子どもを産まない、育てたくないと思っている人たちに、押し付けではなく、子育ての楽しさやすばらしさが伝わ

ばと思っています。そうすれば、子どもを産み育てるこのハードルも少しは下がっていくのではないかでしょうか。子どもを産んで育てることのポジティブな面について注目してもらえるようなことができないかと研究を進めています。

保育の仕事は、子育てを支えるすごい仕事だと思っています。大変だと思いますがこれからも、子どもを育てること+親の支援を誇りを持ってやっていただきたいなあと(おこがましい言い方かもしれません)思います。私は、子どもと一緒に育てていただいた保育園の先生方に、今でも感謝しています。子どもとも、たびたび保育園での話をしたり、保育士さんとの関わりの話を子どもが思い出として話したりしています。子どもにとって、保育園というのは、そんな存在なのだと感じています。体力的にも大変だと思いますが、頑張っていただきたいと応援しています。

令和7年度第8回共同機構研修会  
令和7年10月3日  
於：京都市子育て支援総合センター こどもみらい館

《引用・参考文献》

根ヶ山光一：「子育て」のとらわれを超える、新曜社、2021.

根ヶ山光一：アロマザリングの島の子どもたち、新曜社、2012.

矢藤優子：現代中国の子育てと教育、(株)ナカニシヤ出版、2023.

矢藤優子：人物で読む心理学事典、朝倉書店、2024年.