# 健康發育

■ 歯ぎしりと顎について

■ 建学の精神と教育目標の展開の中で

■ 健常児と自閉児がともに育ち会うということ

根本 直樹

梅田 楷宗

加藤 篤彦



# 歯ぎしりと顎について



東京都中野区ナオキ歯科クリニック 院長 根本 直樹

## 歯ぎしりと個体差

一般的に夜間就寝時の悪習癖としていびき と歯ぎしりがあげられますが、いびきは、睡 眠時無呼吸症候群などに代表されるように、 病的な状態との関連性があることが少なくな いことは、衆知のことと思います。

一方歯ぎしりは病的な状態と相関関係があることはあまり知られてはいません。歯ぎしりは歯を必要以上に削り嚙み合わせを急激に変化させたり、歯を支える歯槽骨の吸収を助長したり、歯槽膿漏の進行を進めたり、顎の動きに障害の出る顎関節症の原因になることがあります。"なることがある"と記したのは、すべての人にあてはまるわけではないからです。

すこし脱線しますが、人が病気になるのは 個体差が大いに関係しています。たとえば獅 子脅しは風流な日本庭園にはつきものですが、 獅子脅しにはある一定の容器があって、その 容器が水の重みで下がり受けている石に当たって音が出るのは説明するまでもありません。 獅子脅しの容器を人の病気に対する抵抗力に たとえると、その容器が水でいっぱいになる と(音が出ると)人が病気になることになり ます。その容器は人によって大きさが違うのです。少し注ぐだけで容器がいっぱいになってしまう人はその病気にかかりやすく、多量に注いでも容器が大きくまだ余裕がある人はその病気にかかりにくいわけです。そこに個体差が存在します。その個体差によって人の病気のなりやすさ、なりにくさが異なることを生じます。そのことをふまえた上でないと、疾病の原因や治療法を考えることは危険が伴います。

## 歯ぎしりの評価、原因

歯ぎしりに関して一般的に夜間のみの悪習癖と思われていますが、就眠中のみでなく意識下にも情緒の不安定なときなどにも現れます。就寝時の出現の仕方には、論文によると見解がまちまちではっきりした結論は見いだせませんが、睡眠の深さが浅くなる時点に近接して起こる現象であることは確かなようです。

歯科医が歯ぎしりの評価を行うとき、直接 患者さんに尋ねることがほとんどですが、実際に歯ぎしりを自覚している人はほとんどい ません。スリーピングパートナーにいわれて 歯ぎしりの存在を自覚した人が20パーセントだそうです。音がでる歯ぎしりは20パーセントで音のでない歯ぎしりすなわち食いしばりも多く存在する事も認識が必要です。実際歯の異常な摩耗を確認しその歯の削れた痕跡の診断をすることが歯ぎしりの評価のほとんどであるといえます。

人の性格にも大きく関わりはあるようです。 内気、頑固、用心深い、冷たい、人を好まず、 妥協を許さず、我が道をゆく、劣等感にさい なまれ、自己を表現することを嫌い、不安に 陥りやすい、という性格のかたは、歯ぎしり が多いようです。歯ぎしりの原因はストレス、 咬合、脳障害などといわれていますが、先に 述べた性格の人はストレスをうまく調節でき ないタイプであるため歯ぎしりが生じやすい と考えられます。

ただし歯ぎしりをしていても歯が削れるのはごく僅かであったり、全く症状がない人がほとんどで歯ぎしりによって重大な問題がでる人は比較的少数であるといえます。実際ある程度の歯が削れる量は、環境に適応するための生理的なメカニズムの可能性があるといわれています。

## 歯ぎしりと咬み合わせ

嚙み合わせについて歯科では咬合と専門的にいいます。咬合に問題があると、歯ぎしりは生じます。咬合のセンサーの鋭敏さは人によってまちまちですが、例えば髪の毛1本が口の中に入るとほとんどの人がその存在を認知すると思います。髪の毛1本の太さは1ミリにも満たないミクロン単位でほぼ20ミクロンですから、その感覚器はかなりの高感度といえます。歯科大学のデータですが、故意的に正常の状態より0.1ミリ高くした歯牙に対する反応を調査したところ1週間で歯ぎしりの持続的な増大を認めたとのことです。これは歯科医が安易に治療を行うと恐ろしい結果を

生むことになります。また先に述べた中枢性 すなわちストレスなどによるものは、持続性 ではなく一過性であるといわれています。

## 歯ぎしりに対する対応

現在のところ病的な状態を呈した歯ぎしりに対する治療法は原因除去療法というより対症療法的な対応がほとんどです。通常、スプリントもしくはナイトガードといってボクサーが使うマウスピースのようなものを上顎または下顎に装着します。もちろん個別に作成します。

それによって得られる効果は、歯牙そのも のを削らずにその装置を削ってもらう、上ま たは下の歯をひとまとめに覆うわけですから、 個々の歯が力を受けるよりも分散され力が一 点にかかるのを防ぐ、ひとまとめに覆ってい るわけですから咬み合わせに変化を与えるこ とができ、はずせば元に戻せる、力に対する 相対的な緩衝効果などでしょうか。結果とし て咬合に原因があれば何らかの変化はありま すが、相対的に歯ぎしりは装置を装着しても 減少することは少ないようです。中枢性への 対応として、心療内科でも用いられるような ストレスなどに対する自律訓練法は、装置と の併用で効果はあるようです。また自己暗示 療法といって睡眠時にも意識下においても自 分に言い聞かせる方法も効果は期待できるよ うです。しかしどの方法をとっても、歯ぎし りが無くなることは期待できないと思います。 歯牙に対する相対的なリスクを減じることが、 今のところ可能な範囲ではないでしょうか。

## 歯ぎしりの結果

歯ぎしりをする人はデータによってまちまちですがほとんどの人がしているようです。 ただそれが多いか少ないか、病的な状態を呈するか否かといわれています。 歯医者にとって歯ぎしりが多い人や、問題を持っている人は恐ろしい限りです。というのはどんな丈夫な義歯や冠を作り咬み合わせを安定させても、歯槽膿漏の歯に固定しても砂上の楼閣に等しいからです。

近年マスコミで下顎の位置関係、すなわち 下顎位がずれていると、脊椎のずれを引き起 こし原因不明の頭痛、肩こり、めまい、頸腕 症候群等の症状などが出現すると報じていま した。下顎位のずれイコールそれらの症状、 またはそれらの症状イコール下顎位のずれ、 ととれるような内容が多く、誤解を招きやす い情報といえます。病気の症状と原因を考え るときに、病気の症状はいくつかの原因の結 果として生ずる場合が多く、原因が複合して いる場合が多いと思います。いくつかの原因 を一つに絞っていく場合は診断といえますが、 それが診断として確立する場合は考えられる 原因を1つ1つ治療や検査によって消去して いき、治療によって症状が消退した場合それ が原因と診断できます。また原因として考え られるものの1つを残しそれ以外の原因に対 する治療をしても症状が消退しない場合その のこりが原因として考えられます。結局下顎 位のずれイコールそれらの症状、またそれら の症状イコール下顎位のずれ、という解釈は 危険であり間違いであるといえます。ですか ら、知識としていろいろな病気を知ることは 重要ですが、誤った知識の活用でないかどう か、多面的に、長い目で、かつ枝葉末節にと らわれない認識が必要ではないかと思います。 確かに私の患者さんの治療結果をみても、咬 合を変えることによって頭痛、倦怠感等の不 定愁訴がとれた人は何人かいらっしゃいます。 ただしその変化があった人は咬合を変えた人 のほんの数パーセントにすぎません。歯ぎし りは子供にも認められますが、9~12歳を境 に減少する傾向があるようですからあまり心 配はいりません。また大人の場合には45歳以 上になると歯ぎしりは減少するようです。未

だ解明されていることはすくなく咬み合わせ の調整を行っても歯ぎしりを止めることはで きません。すなわち歯ぎしりは歯科医にとっ てある程度のコントロールはできても止める ことはできないと思います。

#### 文献:

森本俊文ほか:ブラキシズムの生理、日本 歯科評論、ブラキシズムの基礎と臨床:131-138,1997

小林義則:ブラキシズムの発現メカニズムにおける咬合因子の役割、日本歯科評論、ブラキシズムの基礎と臨床:141-158,1997

Jhon D Rugh 訳 井川雅子:夜間のブラキシズムに関する見解、the Quintessennse, Vol.18 №3,127-133,1999

# 建学の精神と教育目標の展開の中で



北海道 旭川市 学校法人 育真学園 くりの木幼稚園 園長 **梅田 楷宗** 

私共の幼稚園は私学でありますので、創立者の幼児教育への思いが「建学の精神」であり、2代目の私は創立者である父の思いを受け継ぎながら、日々の保育に携っています。

## 建学の精神

幼児期は、人間形成の重要な時期である。 幼児が成人になって心身のバランスのとれた 社会人となり得る芽生えをつくり、育てるこ とが肝要であり、次の5項目を基調として、 智・情・意ともに社会に有為な人間形成をは かることを建学の精神とする。

## 建学の精神の基調 5 項目

- 「はい」という素直な心
- 「すみません」という反省の心
- 「おかげさまで」という謙譲な心
- 「させていただきます」という奉仕の心
- 「ありがとうございます」という感謝の心

## 園訓「豊かな心 強い体」

1. 人間性豊かな子どもに育てる。

- ・優しく広い心の子ども
- ・善さ正しさ美しさを愛する子ども
- ・根気よく成し遂げる子ども
- ・発想豊かな考え方をする子ども
- 2. 元気はつらつとした子どもに育てる。
  - ・健康生活に努める子ども
  - 安全生活に努める子ども
  - ・ 運動に親しみ体力向上に努める子ども

## 教育目標

- \*思いやりのある情操豊かな子どもに育てる。
- \*自然に親しみ心身ともに健康な子どもに育 てる。

## はだし保育

上記の「建学の精神」・「基調5項目」・「園訓」・「教育目標」を基に開園当初から行っているのが「はだし保育」です。残念な事に私共の幼稚園は北海道の中でも積雪が多く寒さも厳しい旭川市にありますので、はだし保育は毎年6月1日より10月9日の期間に限って実施しています。はだし保育を実施するにあたっては、はだし保育の意義やお願いを父母

にお知らせしていますが、それには次の様な お願いを書いています。

- ・体調が悪く「はだしになることが無理」と 思われた時は、担任まで連絡願います。
- •上靴は教室内に置きます。(下駄箱には置き ません。)
- トイレにはスリッパを用意して使用させます。
- ・カラー歩行板(土踏まず育成歩行板)を常 設します。
- ・園児の土踏まず調査を年2回実施し、結果 を「ほけんだより」でお知らせします。

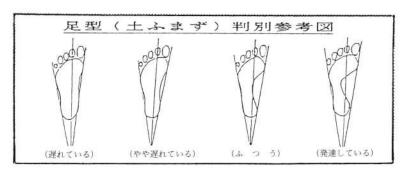


《玄関からホール迄の1本橋 足の裏が痛いな》

土踏まずの育成で取り入れた「カラー歩行板」は、長さ110cmでイボイボのついたプラスチック板です。玄関からホールまでの廊下に、この歩行板を20枚つなげて「一本橋」の名称を付け園児達が歩きます。この一本橋は私の考えで設置したのではなく、「園長先生、この板ホールまでつながっていると面白いよ」の園児の発案に追加購入して出来た橋なのです。園児達は橋の横を「谷とか川とか」言い「○○ちゃん落ちたからもう一度最初から」等のルールを作り遊んでいます。この歩行板は、はだしで歩くことで効果がありますので、はだし保育終了と共に撤去しています。

園児の土踏まず調査を、5月と3月に「足型 判別器」で足型を取り、調査結果を父母に知ら せています。今年度の調査結果は下記の通りで す。又、成長判別も下記の図で行っています。

区別	調査結果	5月		3月
年少	①遅れている	20名	4	17名
	②やや遅れている	3名	3	4名
	③ふつう	1名	₹>	2名
	④発達している	0名	₹>	0名
年中	①遅れている	24名	₹>	9名
	②やや遅れている	26名	4	26名
	③ふつう	12名	4	17名
	④発達している	5名	₹>	13名
年長	①遅れている	10名	₹>	5名
	②やや遅れている	32名	₹>	16名
	③ふつう	18名	4	28名
	④発達している	5名	₹>	16名



## フッ素洗口の実施

はだし保育、通年実施のなわとびを通して、 土踏まずの形成を行っていましたが、園児の 肥満問題やむし歯の増加がみられる様になっ て来て、歯科園医にこれらの問題解決を相談 したところ、むし歯予防に効果があり、人体 に悪影響を及ぼさない「フッ素洗口」がある と聞かされ、「強いからだ」作りに役立つと平 成4年から実施しているものです。

#### 1. 実施内容

・実 施 日:週1回毎木曜日(木曜日に 実施できない時は金曜日に 実施)

・フッ素液:フッ化ナトリウム水溶液(薬 剤師によって調合された水 溶液で、職員室にある冷蔵 庫にて保管…管理責任者… 園長)

・紙コップ:1回毎に使い捨て

• 費 用: 園負担

・洗 口:洗口は希望者のみ実施(希望書を取ります。)

#### 2. 洗口方法

①1分間元気よく液をブクブクします。

②洗口が終わったら液を紙コップに吐き 出します。

③洗口後30分間はうがいや食べ物はさせません。

#### 3. 実施区分

- ・年長組は給食が開始される4月下旬から実施。
- ・年中組は9月から実施。
- 年少組はうがいが十分に出来ないため 実施しません。

本年度は98%の園児が希望して実施していますし、フッ素洗口の効果かもしれませんが年々むし歯の園児が減少してきていますし、「よく

食べ・よく嚙む」が健康の第1歩であることを父母に理解していただいています。又、洗口とは関係ありませんが、昼食時にはオルゴールの曲を放送し、静かにゆっくりと食べる習慣と、曲が流れている間は教室から出ないことを約束しています。



《先生から液をコップに》



《1分間ブクブク》



《液を吐き出します》

## 剣道保育

本園より早く姉妹園である、せつれい幼稚園が保育正課に剣道を取り入れ、効果がみられていましたので、平成6年度より保育正課に剣道を取り入れ継続しています。これは、先述した教育目標に基づいていますし、指導されている先生は、小学校校長・幼稚園園長を勤められ、他の幼稚園において剣道を指導された先生なので、幼児における剣道指導を熟知されていますので、父母より信頼を受けた剣道保育となっています。

#### 1. 剣道保育のめあて

- 礼法を身につけさせる。
- ・姿勢、ことば、心を正す。
- ・体位、体力を向上させる。
- ・気持ちを落ち着けさせる。
- •「剣道は礼に始まって礼に終わる」この ことを園児に指導し、自他尊重の態度 を培う。
- 「姿正しからざれば心正しからず、心正 しからざればことば正しからず」この 精神で正しさを培う。

#### 2. 剣道保育でもたらされる効果

- ・集中力・忍耐力・巧緻性・機敏性・瞬発力・脚力・握力・押す力・引く力などの強化になる。
- 自他の安全感を身につけることができる。
- ・前傾・前屈姿勢の矯正ができる。
- ・土踏まずの形成。(はだしによる土踏ま ずの刺激)
- ・正座による姿勢の矯正。
- ・黙想による精神の安定。
- ・腹式呼吸による内臓の強化。

上記の「めあてと効果」をもたらす様にと、 週1回・指導時間40分で年長組のみ実施して います。剣道保育は厳しいのですが園児たち の姿は生き生きとしています。竹刀はホールに設置してありますので竹刀で遊ぶことはできるのですが、年長は勿論年少、年中で竹刀を持って遊んでいる園児の姿を見たことはありません。園児なりに大切なものとして認識している様です。



《伊豆田先生と挨拶》



《素振りにも力が入ります》



《お見事です》

## 歩くスキー

冬、園児は11月~4月までは積雪の中で生 活を送ります。当然ながら園児の活動は家庭 や園においても室内となってしまいます。初 雪の時は北国の子でも「雪、雪だよ」と言っ て大喜びして駆け回っていますが、1月とも なると「また雪、いやだな」の声が多く聞こ える様になり、外で遊ぶ子の数もぐっと減っ てきます。外での活動の中心はソリ遊びです が、これもいつかは飽きてしまうのか限られ た子どもの姿になってしまいます。ソリ遊び 以外に雪になじみ、冬の生活を楽しくする方 法を模索していた時、開園2年目の昭和55年 (1980) 旭川市で国際バーサースキー大会が 開催されることが決定し、市民の中で「歩く スキー」のちょっとしたブームが巻き起こり ました。このブームに便乗したのではないの ですが、園児の冬の運動不足を補い、体力向 上につながる「歩くスキー」を保育に取り入 れたのです。私と同様にこの年から歩くスキ ーを取り入れた園は多く、中にはバーサー大 会に出場することを目的にした園もあった様 ですが、私は大会に出ることより、身近な運 動として考え園として出場していません。

今年の冬は例年にない積雪で、園庭のジャングルジムもどうにか頭だけをだしているほどです。この雪の中を全職員で毎日の様にコースーづくりから朝が始まります。コースの中央に高さ約1m30ぐらいの雪山を作りました。年少組は11月に2回ホールでスキーの着脱の練習とストック等の正しい使い方の指導を担任から受け外に出ます。外では1周150mのコースを3周して終わります。年中組もホールで1回着脱の指導を受け、外では4周して終わります。年長組はすべて外での活動で5周しますが、中央の雪山も滑りながらの5周です。この年長の山滑りを見ていた年中児から「園長先生、ぼく達もやりたい」の声に押し切られ、年中組の活動に山滑りが加えら

れました。歩くスキーの外での活動は12月~2月の期間で年少は年3回、年中は4回、年長は5回行っています。この回数を多くしたいのですが、園行事や吹雪・低温のためこれ以上は無理な様です。又、この歩くスキーは保育活動の一環ですから、スキー・ストック・スキー靴は全て園で用意していますが、園児個々ではなく、番号をつけ共通使用して行っています。

ともあれ「こどもはかぜの子、元気な子」 であって欲しいと願いながら、様々な健康教 育を行っています。



《園庭に作られたコース(1周約150m)》



《コースを歩く年長児》

# 健常児と自閉児がともに育ちあうということ



東京都 武蔵野市 学校法人 武蔵野東学園 武蔵野東第一・第二幼稚園 主事 加藤 篤彦

## 幼稚園の春

春を迎えました。子どもたちが小さな胸に大きな憧れを抱いて、幼稚園にやってくる季節です。健常児たちと一緒に自閉的傾向のある子どもたちを受け入れている私たちの幼稚園では、今年(平成11年度)も25人の自閉児を新たに迎えて、活気に満ちたスタートとなりました。

小さな子どもたちにとって、成長は大きな憧れです。「いくつになったの」と年齢を聞かれて、先を争うように「ぼく○才!わたし○才!」と指までも添えて教えてくれる子どもたち。「大きくなったんだよ」という自信に満ちあふれていて、一人ひとりの成長への意欲が感じられるまぶしい瞬間です。「入園」や「進級」(そして幼い頃の「誕生日」が!)子どもたち自身にとって大切なのは、その時が「成長」を自他ともにはっきりと認識できるひとときであるからです。

「入園」をきっかけに「家庭」での親子の 関係に「幼稚園」での子ども同士の関係が加 わりますが、この環境の変化は、子どもたち の成長を促す貴重なきっかけです。初めての

登園日からしばらくの間は、さらっと母子分 離して子どもたちの社会に飛び込んでいく子 どもがいる一方で、母子分離というハードル を乗り越えるまでに様々な姿も見られます。 くったくなくわんわん泣いて先生に抱っこさ れていたり、「お母さんに電話をして!」と いって泣いたり、「私は大きくなったから幼 稚園にきたの」と納得しながらも、お母さん と離れた寂しさで目にうっすらと涙を浮かべ ていたり、玄関にいつまでも座っていたり…。 私たちは子どもたちの表現に共感を覚えつつ 受け止めていくのですが、やがて、「泣いて いてもお母さんはこないな」という諦め (?) と、「先生もお母さんみたいだな」という幼 稚園の居心地のよさを感じてくると、子ども たちの目は徐々にまわりに広がっていきます。 「他で楽しそうなことをしているな。ぼくも やってみたいな」と思ってくれたらしめたも の。さっきまで泣いていたのが嘘のように同 年齢の子どもたちの楽しそうな遊びの中に入 っていくのです。このようにして健常児は、 先生に気持ちを受け止められることで、自分 から新しい世界を切り広げていきます。

その一方で2才から3才にかけての自閉児は、生活のリズムが不安定になり眠らなかっ

たり、落ち着かず動き回って目が離せなかったり、極端な偏食があったり、身辺自立(着替えができない、おむつがとれない等)が遅れたりします。自分から新しい世界を切り広げていくことはなく、逆にいろいろな問題行動が目につきだすのです。保護者にとっても、わが子の自閉症状を受け止めなければならないつらい時期です。

## 自閉症について

「自閉」という言葉は、時々マス・メディアで取り上げられることがありますが、一般に「閉じこもる」という語句の印象からか、部屋に閉じこもるというイメージがあり、コミュニケーションがとれるのにもかかわらず、親や友だちと話をしない状態をさして使われることがあるようです。しかしこれは実際の自閉症とはまったく違います。また同様の誤解として、育て方が悪いから自閉症になるといわれたことがありますが、これも違います。

現在では一般的に脳の中枢神経に機能障害があるのではないかといわれています。ただし、脳のしくみは、現代の医学水準をもってしてもまだまだ未解明の部分が多いようで、自閉症の原因は特定されていません。ですから根本的な治療法はないと言わざる得ないのが現状です。

自閉症とはどのような様子が見られること なのかを以下に簡単にまとめてみました。も ちろん皆が一律に同じではありません。子ど もによって自閉症の現れ方や程度は様々です。

#### 言語の遅れについて

一般的に言語が遅れています。喃語、二語 文、「おはよう」という問いかけにそのまま 「おはよう」と言葉を返すだけの反響言語(オ ウム返し)の子もいます。1才~2才の時に は覚えていたはずの言葉を使わなくなってし まう子もいます。自分の気持ちを上手に表現 できず、言葉があっても一方的に自分の聞き たいことを質問してしまうなど、会話になり にくいのです。

#### ・対人関係について

相手の視線をわざとはずすようにして、多くの子は視線を合わせません。赤ちゃんの時から抱っこをされるのを嫌がる子もいて、総じてまわりの人と一緒になって楽しんだり、共感して喜び合ったりすることが苦手です。幼稚園でも、一人で遊び、初めから友だちとかかわって遊ぶことはほとんどしません。

#### 固執などについて

特定の物ごとに強い興味を持つなどこだわりがあります。例えば機械のメーターや会社などのマークに固執してじっと見ているような子がいます。いつも積み木などが1列に並んでいないと気が済まない子もいます。大人の貧乏揺すりのように手をひらひらさせる常同行動をする子や、いすなどに座っていられず、走り回ってしまう多動な子もいます。

#### ・環境の変化に敏感なことについて

いつもと違うことをすると不安になります。 初めてのことは苦手です。自分の座る場所な どを決めてしまうと、違う場所には座りたが りません。行動をパターン化して、いつも同 じことをして安定をはかっているかのようで す。

以上、自閉症についての主な例をあげましたが、自閉児は落ち着いてくると素直で、純粋な気持ちの持ち主です。さらに精緻な絵画を描ける子や、ピアノ演奏をしている指をみるだけで、自分も演奏してしまう子。昔からのカレンダーを暗記しているかのように身近な多くの人の誕生日を覚えている子。計算が早いとか、漢字をいっぱい覚えているとか大変優れた能力を発揮する子もいるのです。

自閉児の療育や教育については、原因がは っきりとしないこともあって、様々な方法が 試みられているのが現状です。その中から、 私どもの武蔵野東学園の取り組みをご紹介し ます。

## 武蔵野東学園について

武蔵野東学園は、ふたつの幼稚園と小学校、中学校、技能高等専修学校から成り立っています。それぞれの園・校で健常児と自閉的傾向児が、ともに学びともに遊ぶ「混合教育」と、自閉児の個性に対応した「生活療法」を大きな柱にした教育を行っています。自閉児は、幼稚園から技能高等専修学校までの一貫教育を通して社会自立をめざしていて、平成10年度までに300名を越える自閉児が卒業し、50%を越える生徒が一般就労(企業への就労)をしている実績があります。

この学園のスタートは幼稚園で、昭和39年 に東京の武蔵野市に開園しました。当時はベ ビーブームのまっただなかで、どの幼稚園で も誰もがすぐに入園できる時代ではありませ んでした。健常児の入園もままならない時代 には、残念ながら障害児が入園する門戸は、 ほとんどなかったようです。武蔵野東幼稚園 が開園した時に入園希望者の中にたまたま自 閉的傾向のある子どもがいて、その子どもを 受け入れたことが今日の自閉児教育がスター トするきっかけとなりました。「自閉児を受 け入れている幼稚園がある」「自閉児の生活 が改善されるらしい」という噂はあっという 間に広がり、日本中から転居してまでも入園 したいという希望の方が増えていったのです。 幼稚園で子ども自身でできることが増えて、 生活が改善されるにしたがって、小学校や中 学校でも継続した教育を受けたい、健常児と ともに学び合える環境がほしいという声が高 まり、小学校や中学校が設立されました。さ らに社会自立できるようにと技能高等専修学 校の設立へと至ったのです。

また、この学園のことは海外にも広く知られるようになり、昭和62年にはボストン(ア

メリカ・マサチューセッツ州)に「ボストン 東スクール」が設立されました。この学校は、 マサチューセッツ州の要請があって設立され た学校で、教職員は日本からも出向していま すが、地域からの公費補助をもって運営され ている学校です。全米に十数校しかないとい う優良な障害児学校として認定されています。 アメリカ国籍の自閉児のみならず、イギリス を初めとする世界中の自閉児の受け入れもし ています。

## 可能性を信じるということ

学園の創立者・北原キヨは、教育とは「自 己の可能性を拡大すること」だと定義しまし た。障害があるとかないとかでなく、教育に よって誰もが持っている可能性を広げて、ひ きだしていくという考え方は、どのように育 てていけばよいのかを悩んでいた自閉児の家 族にとって大きな励みとなりました。実際に 自閉児は、教育環境を整備すれば確実に学べ ることは、今や多くの方に受け入れられてい ることです。ただし、自閉児は(冒頭に記し た例のように) 健常児のように自ら環境に働 きかけて、周囲の状況をみて学ぶことが苦手 なので、一つひとつ細かいステップをふんで 丁寧に教えていかなければなりません。また、 教えてすぐにできることは少ないのです。3 回、30回、300回と繰り返し、根気よく教えて いって、初めてできるようになっていくので

幼稚園に登園して、靴箱の前で足を差し出す子どもがいます。「靴を履き替えさせて」というサインです。サインを受け入れて、お母さんと同じように靴を履き替えさせることは簡単ですが、あえて私たちは自分で履き替えることの大切さを教えていきます。「幼稚園に入ったから、もうお兄さんだよ。自分で履き替えようね」と担任の先生が何度もやり方を教えていくのです。いろいろと工夫をし

ながらの働きかけですが、もちろんすぐには できません。何度も繰り返している中では、 嫌がられる時もあります。そんな時は「この 子にはまだ早いのではないか。まだ靴の履き 替えは無理ではないか」という気持ちも心を よぎります。一方で「この子はきっともうす ぐできるのだ。ここで働きかけを止めてはい けない」という気持ちもあり葛藤の連続です。 「可能性を信じる」と言葉でいうことは簡単 ですが、その実践は容易なことではなく、担 任も子どもを信じている自分と向かい合いな がら、汗を流してこつこつと働きかけを続け ていきます。その結果「靴が履ける」ように なるのです。苦労してできるようになること は、貴重なことです。その時の喜びはたいへ ん大きなもので、共感する力の弱い自閉児の 気持ちにも届いていくのです。

子どもを中心にして幼稚園と家庭とが協力 しあって、一緒になって成し遂げることの嬉 しさは、「みんなで協力すればいろいろなこ とができるのだ」という実感となります。子 どものみならず保護者の方々の自信にもつな がっていくのです。

自分で靴が履けるようになる等「できる」 ことが増えてくると、子どもの生活が変化し ていきます。落ち着いてくるのです。何をど のようにしてよいかが分からなくて混沌とし ていた気持ちが、靴を履き替える、着替える、 トイレに行っておしっこをする等、自分でで きることが増える度に、「こうすればいいん だ。ぼくにもできるんだ」と、安定した気持 ちで取り組めるようになっていきます。何を どうしてよいのかが分かってくるので、走り 回ったり、寝ころんだりする必要がなくなる のです。

さらに、このことにより生活の範囲も広がっていきます。外出する時にはいつもお母さんが、手を繋いでいないとどこかに行ってしまう子が、落ち着いていて、手を離しても一緒に歩けるようになれば、お母さんも安心し

て買い物などにも連れて行ってあげられます。 親子で出かけられる行動範囲は、不安定な時 とは違って、明らかに広がります。いろいろ な所に連れていってもらうことは、自閉児が いろいろな環境に慣れるという経験ができる ので、大切な学習にもなるのです。

## ともに育ちあうということ

情報化社会を迎えて世界はますます狭く近いものになってきました。これからの時代を生きる子どもたちには、障害があるかないかではなく、文化や国籍の違いもなく誰でもが「一人の人間」としてともに助け合い、分け隔てなく生活をしようという「ノーマライゼーション」の考え方が、いっそう大切なものになっていくでしょう。その一方で知識レベルで理解できていれば、それで実践できるかというと、必ずしもそうだとは言えないようです。それは電車やバスに身体の弱い方や高齢の方が乗っていらしても、誰もが席を譲った方がよいと知っていながら、なかなか席を譲ることができないことからも理解できます。

日常のさりげない行為として実践するためには、幼児期から健常児と自閉児がともに学び、ともに遊ぶという「育ちあう環境」が必要です。ともに力を合わせて生活することで、将来に向かってよりよい人間関係を構築していくための基礎が培われていくのです。

幼稚園での様子をみていると、3才児は自 閉児と健常児が一緒にいても、互いにあまり 違和感がありません。それぞれが自分のやり たいことをして遊ぶ発達段階にいるからです。 4才児になると友だちにかかわって遊ぶ楽し さが分かってくるので、同時に自分と友だち との違いも認識できるようになってきます。 しかし3才のころから自閉児と一緒にいる子 どもたちは、自閉児に対して自分が助けられ る所は「これぼくがやるよ」と自然に手助け をしたり、泣いていても驚くことなく「なか ないで。だいじょうぶだよ」と声をかけたり するようになっていくのです。園庭では自閉 児と健常児が1台の三輪車を互いに交替しな がらこいで遊んでいる姿もみられます。その 三輪車の遊びから、また新たな友だちとのか かわりも生まれてきます。このような様子を 眺めていると、穏やかで幸せな気持ちになり ます。幼児期から自分と違ういろいろな個性 と出会える環境の大切さを実感する時でもあ るのです。

もちろん「混合教育での環境」を考える時には、保護者や先生がどのようにかかわっているのかということも忘れてはなりません。 昔から「後ろ姿で教える」という言葉がありますが、大人が健常児や自閉児にどのようにかかわっているかが大切です。幼児期は言語がまだ充分に発達していないので、まわりの人(親や先生など)の行動をモデルとして五感で受けとめ摸倣しながら学んでいるからです。親や先生に温かく見守られたり、大人の接し方をみながら、幼児はいろいろな個性を受け止められるようになっていくのです。

連日のように教育面の問題がメディアに取り上げられています。確かなものが分かりにくい時代ですが、教育も多様化の時代を迎えた今日だからこそ、教育についてしっかりとした考えをもって、子どもたちに向かい合っていかなければと思うのです。







○ 掲載写真は、幼稚園行事でのスナップで す。記事と直接の関係はありません。

## 読者の皆様へ

読者の皆様、昭和31年に発行して以来43年、ご愛読いただき本当にありがとうございます。

『健康教育』を発刊するにあたり、心・体・栄養面など幅広く、皆様のお役に立てる内容を盛り込み、現在、そしてこれからもお読み下さる方々への感謝の気持ちにかえさせていただきたいと思っております。

先日、前号 (140号) 掲載の中野桃園教会幼稚園で3年前まで園長を務められました塚田 先生につきましてお電話を頂戴致しました。その大阪にお住まいの幼稚園園長先生は、「大 変共感しました。このようなすばらしい幼稚園にしていきたい。」とおっしゃっていました。 制作する上で大変励みになりました。今後このように皆様のお声、お力をいただき、小誌 に対するご要望「こんな記事が読みたい」、「この前の号のここは……」と思われた点、 また、執筆者のご紹介「このような『健康教育』をされている先生がいます」「当園ではこ のような『健康教育』に力を入れています」、率直なご意見、ご感想等をお聞かせいただき たく、よろしくお願い申し上げます。

連絡先:電話番号:03-3360-7111 企画本部 田村まで

FAX 番号: 03-3360-7180

E-mail: planning@kawai-kanyu.co.jp

「薬事日報」(平成 10 年 11 月 6 日) 掲載紙面一部をご参考までにご紹介致します。

## 季刊紙「健康教育」に受け継がれる創業者の理念

子どもから大人まで親しまれている、カワイ肝油ドロップを製造販売する河合製薬(東京都中野区、社長河合和彦氏)。子どもたちのすこやかな成長を願う同社が、学校教育関係者向けに 40 年以上にわたって発刊しているのが、季刊紙「健康教育」。発刊当社から一貫してPR誌という形態を避けているのも大きな特徴だが、「健康なくして教育はあり得ない」という創業者の理念が、ここにも明確に見てとれる。

1911年に創業者の河合亀太郎氏(薬学博士)が創製した、世界で始めての肝油ドロップ。水なしで噛んで服用でき、消化もよく、気軽に服用が続けられる。そしてビタミンが安定して含まれている。のむ人のことを大切に考えた、一粒のゼリー状ドロップに込められた創業者のこだわり、想いは現在の医薬品づくりにもしっかりと受け継がれている。

季刊誌「健康教育」も、この会社の理念に基づいたものだ。創業の理念とは「健康なくして教育はあり得ない」ということ。つまり、ただ教えることのみが教育ではないわけで、立派な体に育てることも教育の重要な要素とする。

昭和31年から発行する「健康教育」は、先月の10月時点で139号に達している。最近は年3回の発行で、発行部数は1回につき15,000部。

対象は幼稚園、保育園、小学校の先生たち、学校長や園長、保健主事、養護教諭、給食関係者など。そのほか文部省体育局、都道府県教育委員会、団体等。

-----



## 健康教育

第141号

平成11年5月20日

発行所:河合製薬株式会社 東京都中野区中野6-3-5 電話(3360)7111代