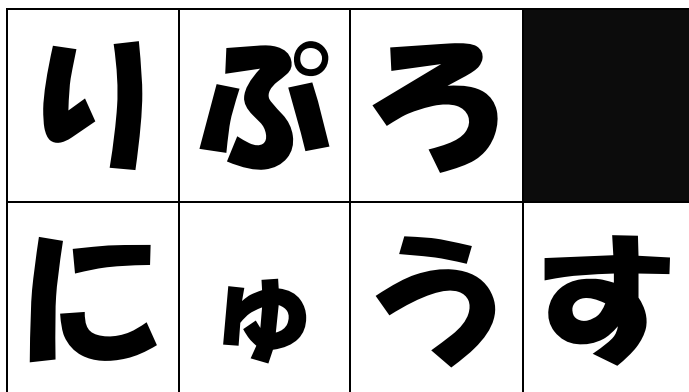




2014. 6 月号 Vol. 35

編集・発行／リプロネットみやぎ

CONTENTS

■2014 年度通常総会・研修会開催報告

5 月 21 日(水)、エル・パーク仙台セミナーホールにおいて、「2014 年度通常総会」を開催。総会員数 56 名のうち、参加 24 名 委任状提出 14 名にて総会は成立し、議長に山本蒔子氏が選出されました。開会にあたって、村口代表より次のような挨拶がありました。

■リプロらしい活動をこれからも

1998年、故長池博子先生の指揮の下リプロネットみやぎができて16周年を迎えます。この10数年間で日本人の性行動、セクシュアリティは新たな局面を迎えたように思います。夫婦間のセックスレスが4割に、一方若者においても昨年の片瀬先生の講演でも話されましたが、性行動の日常化、特別なことではなくなったがゆえに消極化の流れになって、関係性としての性の回避が進み、大きく後退してきています。今後日本社会はどのように進んでいくのでしょうか。今後リプロの活動はいかに？

2013年の活動を振り返ってみますと、「若者のための市民活動体験」に参加された学生さんの振り返りでは一人ひとり、しっかりした発言をされていました。こうした活動がリプロらしいし、リプロだからできると思います。また3回のトークサロンの参加はいずれも参加者は多くはなかったのですが、確かな学びの場となり、参加者の満足度は大変良好でした。参加された皆さんは今確かなものを求めている、こうした活動を地道に積み上げていくこと、継続していくことが求められていると思います。

先が見通せない漠然とした不安に包まれている社会のなかで、確かなもの、本当のものが求められているように感じます。リプロには高いスキルをもった会員の方が多くいらっしゃいます。その確かな知識や経験を今後の活動にも活かし、よりよい地域社会づくりの一助となれればと思います。

2014 年度通常総会で、新年度の活動骨子が決まりました

- 若者のための市民活動体験に参加します
- トークサロン(計 3 回)開催 ○ダイエット・ロコモ ○不育症 ○禁煙
- 「リプロ街角保健室」(仮称)の設立を検討します。

性や健康のことを気軽に相談できる場があれば、1人で悩みを抱えずにすむのではないかとの声が参加者のアンケート記載や会員からの意見としてあり、リプロの新事業として対応できるかどうかについて検討を進めることになりました。

ご興味のある方、ご協力いただける会員の方は事務局までご連絡ください。

■総会に続いて「会員研修会」が行われました。

「子どものメンタルヘルスについて」～乳幼児期を中心に～

宮城県子ども総合センター・高田美和子先生（小児精神科医）から、乳幼児期を中心に「こころの発達」の過程と、子育てに関わる方たちに知っておいてほしいことについて、事例を交えたお話をうかがいました。参加者は一般の方を含めて43名。予定時間を超える活発な質疑応答などもあり、親（家族）の向き合い方が子どもたちの発達過程やこころの問題の解決に与える大きな影響について、深く考えさせられる時間となりました。

《子どものメンタルヘルス》

メンタルヘルスは広くこころの健康問題を扱う概念です。子どもの精神病以外の精神疾患一般にわたって、家族や親の問題とその役割の重要性が明らかになり、乳幼児期のメンタルケアを適切に扱うことは、多くの病的状態や不幸を予防できる可能性に繋がります。

「リプロネットみやぎ」会員研修会・一般公開

一かき心に寄り添ってー

子どものメンタルヘルスについて

～乳幼児期を中心に～

メンタルヘルスは精神健康を指し、広く心の健康問題を扱う概念です。精神化を通じて、精神疾患に対して多面的な理解がなれます。精神疾患は他の精神疾患一般にわたって、家族や親の問題と役割の重要性がいつそう明確に現れてきます。それは、さらに広まるとなり、人生の前半期の乳幼児期のメンタルヘルスを適切に扱うことにより、多くの病的状態や不幸を予防できる可能性が現れてくるということになります。

当日は、乳幼児期を中心に「こころの発達」の過程と子育て中の皆さんに知っておいてほしいことを、クイズや事例を交えながらお話ししたいと思います。

【講師プロフィール】
高田美和子氏
（宮城県小児科・宮城県子ども総合センター勤務）
小児科医
東北大学医学部 小児科 専攻
東北大学医学部 小児科 専攻
平成10年 東北大学医学部 小児科 専攻
平成14年 宮城県子ども総合センター 専攻
（日本小児科医会・日本小児科医会東北支部・精神科医会東北支部）

日 時：5月21日（水） 19:00～20:30
会 場：エル・パーク仙台 セミナーホール
（仙台市青葉区一丁目14-15F）
参加費：無料

申込・問合せ：リプロネットみやぎ事務局
TEL：022-292-0167
E-Mail: repro@niet-miyagi.jp

「リプロネットみやぎ」は、リプロダクティブ・ヘルス/ライフの理念のもと、すべての人が自分の想いをもち、守られ、よりよい人生を歩んでいくための働きかけを行い、希望を実現する活動を行っています。



「宮城県子ども総合センター」

乳幼児から中学3年生を対象とした精神科診察と診療、産後うつの治療を行う「クリニック班」、不登校やひきこもりなどの子どもやその家族への支援を行う「療育デイケア班」、保育士や相談・支援機関の職員などの知識や技術向上のための研修などを行う「企画育成班」で活動。震災後は被災地の子どもたちを対象とした「こころのケア推進班」が加わった。

■0歳～3歳…母親との一体感を強く求める時期を過ごし、やがて自我が芽生える。

赤ちゃんのこころの発達過程には、母親から要求に応じてもらえることで生まれる「基本的信頼感」（米・エリクソン）や、母親と赤ちゃんの相互作用で形成される強い心理的な結びつき＝「愛着」（英・ボウルビイ）が大切と考えられています。いずれも子どもが安心して「人を信じる」、無条件に愛されている「自分を信じる」ことの基礎となります。泣いても無視され、欲求を満たされない経験を繰り返すと感情が育たず、無力感から怒りの感情を広げていきます。

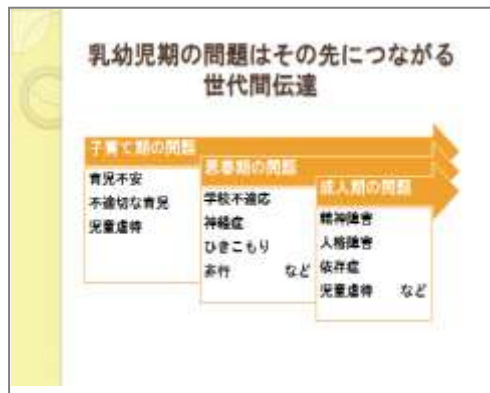
6カ月を過ぎると意思的に行動するようになり、一時的に母親から離れて遊び、母親に戻って安心のエネルギーをもらい、また離れるという練習を繰り返します。

その過程で自我が芽生え、「魔の2歳児」と言われる反抗期を迎えます。この時期親は子どもの欲求にしっかりと向き合うことが大事です。対応が不適切だと、子どもは自己主張をしないといけないと考えるようになります。

■ 3歳からの幼児期…遊びから多くのことを学び、習得していく。

幼児期になると言葉の獲得と友人関係が始まります。この時期に一番大切なのが「遊び」です。遊びを通して、ルールや役割、責任などを学び、また感動を体験するなど、遊びはこころの発達に大きな役割を果たします。

■ 乳幼児期は親の問題がダイレクトに子どもに影響する。



乳幼児期に親から受ける育児放棄、児童虐待などの問題は、学校不適応、非行、引きこもり、人格障害、依存症、など思春期、成人期につながる世代間伝達を引き起こします。そこには子育て親が抱える精神的な問題が深く関わっています。

なかでも出産を契機に発症する「産後うつ」は、児童虐待のハイリスクとして子どもの精神発達に大きなダメージを与えます。宮城県は様々な不安がつのる母親の精神的ケアに力を入れており、産後うつへの対応はセンターの仕事の柱のひとつとなっています。

■ 学童期(小学校低学年～小学校高学年)のころ

情緒的には比較的安定している時期です。同性・同年代の友人関係を維持する技能を身につけていきます。この時期に健全な発達をしている子どもは、学習の成果への達成感や有能感、失敗しても「次は頑張ろう」という健康な自尊心が芽生えます。学習と安全な学校生活の保証はこころの健康を育みます。

■ 前思春期～思春期前期(小学校高学年～中学生)のころ

親ではない人たちとの関係を深めていく時期です。同性の仲間に安心感や友情を求め、仲間間のルールや競争、失敗やライバルとの経験によって、妥協の能力、打たれ強い自尊心を獲得していきます。

■ 思春期(中学生～高校生)のころ

大人びた言動(自立したい)と幼児的な要求(甘えたい)という両極端な気持ちの間で揺れる時期です。親に支えられながら親離れするという矛盾の中で、その両価性を、特に母親に対して向けていきます。親離れの不安な思いに対抗するため、仲間や親友に勉強やスポーツで認められることなど家族以外の支持機能を利用します。

社会的失敗への感受性が高まって些細な失敗を決定的な挫折と思い込んだり、支援を求める外界への過剰適応が強化されるなど、この時期のころには課題がいっぱいです。

こうした傷つきやすいころを支えるために自己愛が高まり、傷つけられそうな危機に対しては自己に引きこもることと対処しようとします。それが不登校や社会的引きこもりとなります。

■ 親になること

子育てをすると自分の幼児期時代の親との記憶がよみがえってきます。その幼い頃の不確かであった経験や、こころの奥底に押し込めてきた体験を振り返り、自分をもっと確かな人間に成長させてくれる機会が子育てです。



私はクリニックを訪れる母親に「ほどほどの親でいい」と話します。母親と子どものほどよい関係のなかには「見つめ合い」があります。子どもは母親の瞳の中を見えています。そこに自分がいれば安心し、信頼と愛着を育んでいきます。

家庭は子どもにとって安全で、リラックスでき、感情を言葉で表現できる場であることが求められます。自分の居場所があり、「かけがえない子」として愛される子どもは、高い自尊心を持って成長することができるのです。

【終了後アンケートの回答より】

- 子どもの心に成育歴や養育環境がいかに影響を与えるかよく分かりました。(54 歳・男性)
- 先生の深くやさしいお話、とても共感できました。子どもの成長・発達の道筋を思う程、大震災で受けた衝撃や断ち切られた関係などについて考え、子どもたちを守るためにしなければならないことがあると改めて感じました。(65 歳女性)
- 現在、小学生の子ども2人を子育て中ですが今後に向けて思春期のころについてのお話で部分的な赤ちゃん返りや高い両価性といったことは初耳でとても参考になりました。(37 歳・女性)
- 実際の症例を交えていて具体例を聞くことができてよかった。成長の各ステージでの家族間の問題について考える機会になった。(26 歳・女性)
- 不登校などの背景には様々な親の問題があり、それらを具体的な診療の様子から分かりやすくお話し頂けて大変良かったです。子どものころの発達について学ぶことはとても大切だと思いました。(40 歳・女性)
- 小さい頃からの家族関係(母親との関わり)がいかに大事かということに改めて気づきました。育児は大変だと感じましたが頑張りすぎず頑張っていきたいと思います。(37 歳・女性)
- 乳児が母親を見つめるのは、母の目ではなく目に写った自分を見ているということを初めて知りました。
(54 歳・男性)
- 具体的例を挙げ、判りやすかった。自分は親になったことはないが、なぜ親になれなかったのか、なりたくなかったのか、改めて自己をみつめ分析する機会となりました。虐待予防は子育て期も大切と思いますが、その前の思春期・妊娠期にも大変重要であると常々感じています。(47 歳・女性)
- 県の施設の中で小児科の先生が小さな心に寄り添える場があることを知って、孫のことで相談したいかなと思います(67 歳・女性)



【編集後記】

今回は、リプロネットみやぎとして初めて「子どものメンタルヘルス」というテーマで企画を開催することができ、参加者の方々からは、たくさんのコメントや感想をいただきました。リプロダクティブ・ヘルス/ライツの問題は広く、それぞれが私たちの人生に深く関わる問題です。現在、今後のトークサロンや事業についても話し合っており、決まり次第お知らせいたしますので、よろしくお願いします。

リプロネットみやぎ事務局

FAX:022-292-0167

e-mail:repro@muraguchikiyo-wcklinic.or.jp