

子どものからだと心に関する提言

病気とはいえないものの、健康ともいえない子どもの“からだのおかしさ”は、ますます深刻化の一途を辿っています。「子どものからだと心・連絡会議」では、1979年の結成以来、毎年1回「子どものからだと心・全国研究会議」を開催してきました。そして、子どものからだと心の事実に基づいて、“おかしさ”の変化を正確にとらえるとともに、関連の情報交流や問題解決のための議論に努めてきました。

一方で、貧困、虐待、いじめ、自殺、生活の多忙化、夜型化・深夜型化、ネット依存等々、子どものからだと心の危機を示す出来事が連日のように報道されています。これらは、「現代の子どもに特徴的な“からだのおかしさ”の一つとして議論してきた前頭葉などに関わる脳機能全体（≒心）の育ちの問題をますます悪化させているのではないか」との懸念を抱かせます。

このような問題意識の下、40回目の節目を迎える「第40回子どものからだと心・全国研究会議」の開催に向けて、昨年から今年にかけて実施されてきたのが「子どものからだと心の全国共同調査」です。その結果、次ページ以降の「ダイジェスト版」が示すような子どものからだと心が発するSOSともいえる現実（証拠）を知るに至りました。

以上のことから、私たち全国研究会議の参加者は、本調査の結果とそれに基づく本全国研究会議での議論を踏まえて、子どものからだと心が豊かに育つこと、ならびに子どものからだと心に関する権利の向上のために、以下の3点を提言することとします。

1. 「子どものからだと心の全国共同調査」の結果（ダイジェスト版）に示したような子どものからだと心が発するSOSともいえる厳しい現実（証拠）を直視しよう。
2. 子どもの意見を聞きながら、友だちと遊びこんだり、家族とゆったり過ごしたり、十分な睡眠をとったり等々、時間的にも精神的にも社会関係的にも、豊かな子ども期を過ごせるような仕組みをつくろう。そのためのおとなのゆとりも保障しよう。
3. ゲームやスマホ等の電子メディアについては、社会的なルールを早急に整備するとともに、子ども自身がスクリーンにコントロールされるのではなく、スクリーンをコントロールできる力を身につけるような働きかけをしよう。

2018年12月9日

第40回子どものからだと心・全国研究会議参加者
子どものからだと心・連絡会議

■この件に関するお問い合わせ先

子どものからだと心・連絡会議 事務局

〒158-8508 東京都世田谷区深沢 7-1-1

日本体育大学野井研究室気付

Tel & Fax : 03-5706-1543



「子どものからだと心の全国的共同調査」結果報告 ダイジェスト版

【調査概要】 調査者 : 子どものからだと心・連絡会議
 調査名 : 子どものからだと心の全国的共同調査
 調査対象 : 5 保育所・幼稚園, 7 小学校, 3 中学校, 計 4,281 名
 調査時期 : 2017 年 11 月～2018 年 10 月
 調査項目 : 前頭葉機能検査 (go/no-go 課題), 生活状況・ネット依存傾向調査

日本の子どもの“心”の育ち... 50 年間で「幼稚な子」、「よい子」が増加！

子どもの“心”の育ちが心配されている。一方で、いわゆる“心”の身体的基盤の一部が脳前頭葉にあることを勘案すると、前頭葉機能の特徴を確認するということは子どもの心の特徴の一端を確認するということになる。そのため、本調査では前頭葉機能検査の一つである go/no-go 課題に取り組んだ。そして、得られたデータを基に、従来の手法に倣ってそれぞれの子どもの 5 つの前頭葉機能のタイプ（表 1）のいずれかに判定した。

表 1 大脳前頭葉の 5 つのタイプの特徴

型	特 徴
不活発型	興奮過程と抑制過程がともに弱いタイプ。このタイプの子どもは、物事に集中するのに必要な“興奮”の「強さ」と気持ちを抑えるのに必要な“抑制”の「強さ」とが、ともに十分育っていないために、いつもそわそわキョロキョロして、落ち着きがないという特徴を持っています。
興奮型	興奮過程と抑制過程の強さは十分なものの、その平衡性が悪く、興奮過程が優位なタイプ。このタイプの子どもは、“興奮”も“抑制”もある程度の「強さ」は持ち備えています。その「バランス」が悪く、“抑制”に比べて“興奮”が優位なタイプです。いわゆる「ギャング・エイジ」の時期の子どもがこのタイプのイメージといえます。
抑制型	興奮過程と抑制過程の強さは十分なものの、その平衡性が悪く、抑制過程が優位なタイプ。このタイプの子どもは、「興奮型」とは逆に、“興奮”に比べて“抑制”が優位なタイプです。自分の気持ちを上手に表現できにくいタイプと予想されています。
おっとり型	興奮過程と抑制過程の強さは十分で、平衡性も良好なものの、易動性に欠けるタイプ。このタイプの子どもは、“興奮”と“抑制”の「強さ」も「バランス」も持ち備えています。その「易動性（適応性）」は発達途中というタイプです。与えられた課題をこなすことはできるのですが、周囲に比べて時間がかかるタイプの子どもがこのタイプのイメージといえます。
活発型	興奮過程と抑制過程の強さは十分で、平衡性も易動性も良好なタイプ。このタイプの子どもは、“興奮”と“抑制”の「強さ」も「バランス」も「易動性（適応性）」も、十分に持ち備えているタイプです。

ここでは、心配されている 2 つのタイプ（不活発型、抑制型）の出現率を概観してみる。

図 1 には、「不活発型」と判定された者の割合をこれまでの調査結果と併せて示した。この図が示すように、男子では 1969 年調査よりも 1998 年調査、2007-08 年調査へと出現率が増加し、2017-18 年調査でも依然として高値を示し続けている様子が確認できる。また、女子でも、男子ほどではないものの、1969 年調査、1998 年調査よりも高値を示す様子が確認できる。このタイプの子どもたちは、いつも“そわそわ”“キョロキョロ”して、落ち着きがなく、集中力も

持続しないとみられがちな子どもたちである。したがって、この50年間で「幼稚な子」が特に男子で増加しているという現実（証拠）が示されたといえる。

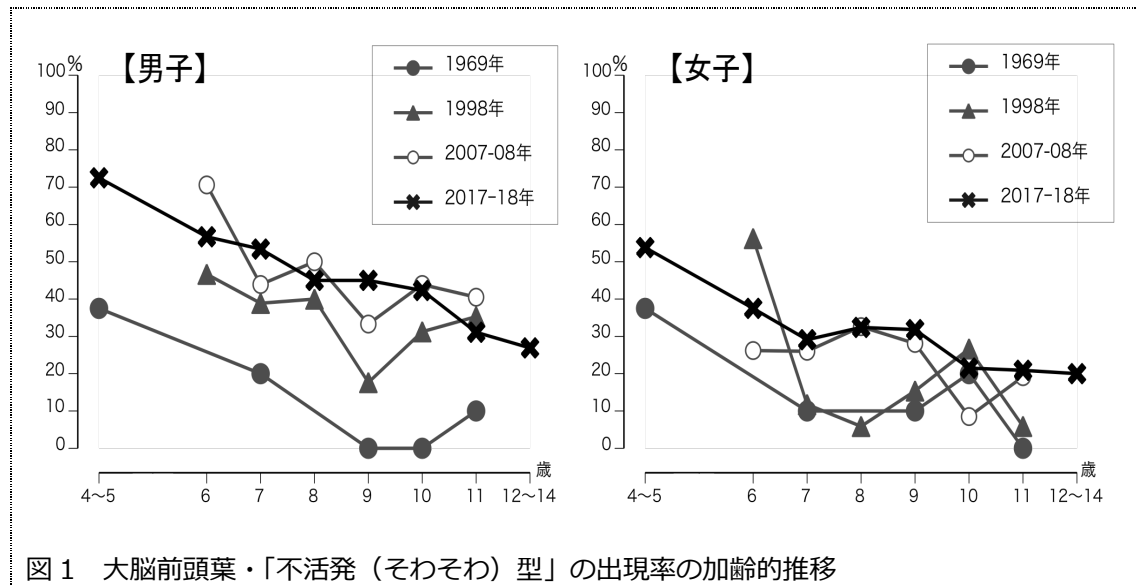


図1 大脳前頭葉・「不活発（そわそわ）型」の出現率の加齢的推移

他方、図2には、「抑制型」と判定された者の割合をこれまでの調査結果と併せて示した。この図が示すように、1969年調査では一人も観察されていないがこのタイプであった。それが、1998年調査で少しずつ観察されはじめ、2007-08年調査、2017-18年調査では、どの年齢でも10%程度ずつ存在する様子が確認できる。このタイプの子どもたちは、いわゆる“よい子”と見られがちな一方で、自分の気持ちを上手に表現できないという特徴を有するといわれている。したがって、男女を問わず、いわゆる「よい子」でいることを強いられている子どもが存在するという現実（証拠）も示されたといえる。

このような結果は、日本が前頭葉機能の育ちにくい社会環境、子どもが子どもらしく興奮しにくい社会環境にあることを物語っているものと考ええる。

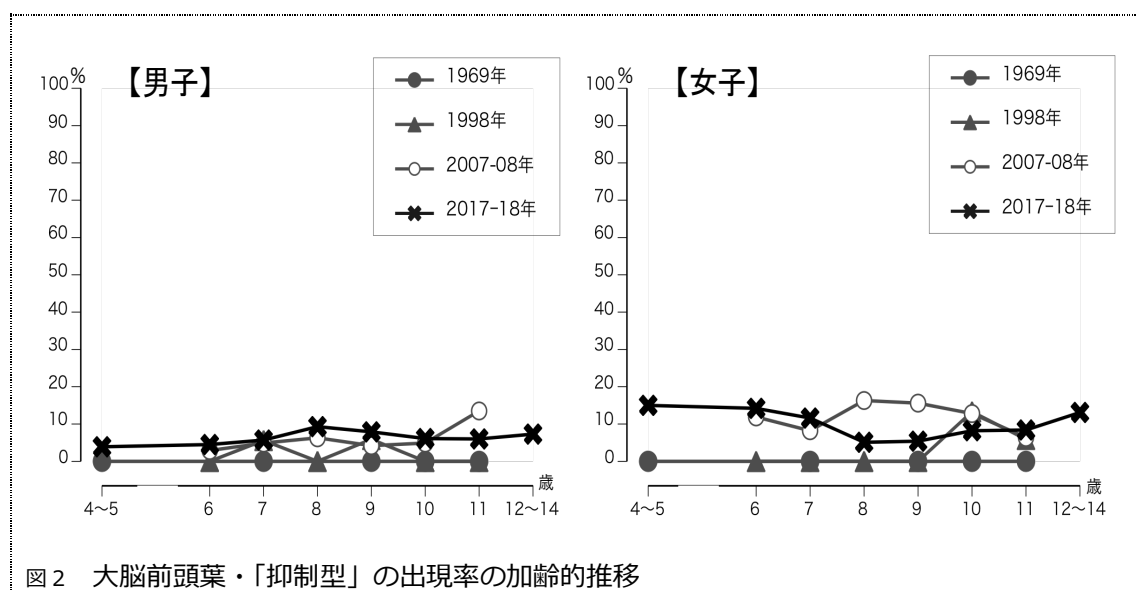


図2 大脳前頭葉・「抑制型」の出現率の加齢的推移

中3の2人に1人がネット依存！ 前頭葉の育ちにも影響…!?

本調査では、上記の前頭葉機能とも関連すると考えられる新たな健康問題の一つとしてネット依存傾向についても調査した。この調査には、ヤングによって開発された20項目の質問からなるインターネット依存度テスト（Internet Addiction Test）を用いた。それによると、ネット依存傾向の子どもは加齢とともに増加し、**中学3年生では「強い依存傾向あり」が男子2.9%、女子5.5%、これに「依存傾向あり」（男子42.3%、女子41.4%）も加えると、2人に1人がネット依存傾向者に判定される様子**が確認された（図3）。

このような状況が先の前頭葉機能に影響を及ぼすことは想像に難くない。そのため、その他の生活状況も含めて、前頭葉機能の5つのタイプとの関連も検討した。それによると、…

- ▶中途覚醒を有する者は「不活発型」（男女とも）で有意に多い
- ▶夕食を一人で食べる者は「抑制型」（女子）で有意に多い
- ▶家族との会話が少ない者は「抑制型」（男子）で有意に多い
- ▶心配事等を家族や友だちに相談できない者は「不活発型」（男子）、「おっとり型」（女子）で有意に多い

様子が確認された。

また、ネット依存傾向の者との関連は、男子では有意でなく、女子でも有意傾向とはいえ、

- ▶ネット依存傾向者は「抑制型」で最も多く、「活発型」で最も少ない（男女とも）

様子も確認された。

このような結果は、前頭葉機能の発達やその調子の良し悪しには、睡眠を含む生活時間、家族・友だちやネットとの関わり方が関連している可能性を示唆しているものとする。

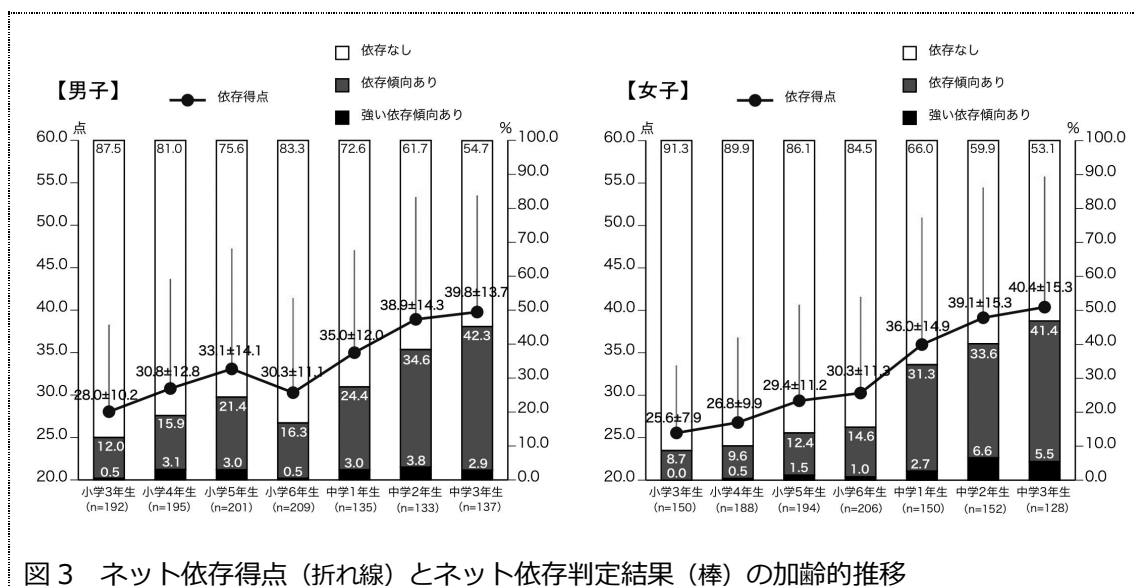


図3 ネット依存得点（折れ線）とネット依存判定結果（棒）の加齢的推移

参考文献) 子どものからだと心・連絡会議編 (2018) 子どものからだと心 白書 2018, ブックハウス・エイチディ, pp8-10.