

第6章 展望～低年齢児保育の展望～

巷野 悟郎 委員

1. はじめに

低年齢児保育調査の自由記述から

「低年齢児の集団生活では、すべてが自分の思い通りに過ごしているような雰囲気づくりを心がけながら、集団生活のルールも知らせていけるようにしたいと思う。」

第1章において述べたように、本研究における「低年齢児」を、0歳・1歳・2歳児とした。

0歳以前は母の胎内での期間であった。およそ280日間で生まれてくる。そして「産声」で始めての呼吸が始まる。しかし、人の子どもはそれからあとはすべてが無力であるから、生きるためには人手（主に母）が必要。空腹になっても、寒くても、危険がせまっても泣くだけで、これはその後1年、2年と続く。なかでも空腹は時間の経過と共に必ず来るから、その度に泣いて乳を求め、「飲んで満足」を1日何回か繰り返すことになる。

それは生理的な空腹の満足と同時に、そのとき抱いて飲ませてくれる身近な母（保育士）のぬくもりや匂い、声を感じとるので、日時の経過とともに、母と子の気持ちは一体となっていく。また眠いときは、身近な母を感じ、優しい声かけで眠りに入るようになる。人の子どもは無力だからこそ人手が必要で、それが早いうちから人との関係をつくっていく。子どもの将来に向けての、からだと心の発達の原点である。

一方、人以外の哺乳動物は、生まれて母と離れた段階で、すでに自分を守るまでに発達している。空腹になれば自分から母のそばに寄って乳首を口にし、あやしい音を聞いただけで、母に身を寄せるまでに発達しているから、子は早くから自立する。親子の関係する期間は人より短い。それだけに親から受け継ぐであろう生活の知恵は少ないから、自然界の動物は、いつまでも昔のままである。

低年齢児保育の出発は、一人ひとりの子どもの衣食住のすべてが対象だから、子どもからの情報を見落とさないようにして手をかける。その情報で何を求めているか、どう手をかけるかである。それは家庭でも同じ。そこで保育所と家庭との情報交換が必要となってくる。

2. 食について

(1) 食と成長

低年齢児保育調査の自由記述から

「保護者に保育能力の乏しい人が増え、ミルクも分量どおり測って作れないなどで、生後2ヶ月の生命が危ぶまれる状態等のことがあり、食事が充分摂れない低年齢児がいる。」

0・1・2歳児は、生涯で最も成長が著しい。生まれたときの体重は3kgで、すべてが無力であった新生児は3年も経つと自分で食べたり、排泄したり、衣服の着脱もできるようになり、体重も4倍、この難しい日本語まで話せるようになる。そのように祖先からの遺伝子が組み込まれているにしても、そのような経過を辿るのには、親（或いは保育士など）の存在が必要である。子ども一人だけでは生きていけない。「狼の群れの中で育った子ども」は、ついに人として育たなかったことが報告されている。（狼に育てられた子・生月雅子訳 家政教育社・昭和40年）

人は哺乳動物であると同時に恒温動物。生まれると母の乳房から分泌する乳で育つと同時に、からだの生理のために、四季を通じて体温はほぼ一定でなければならない。人の子はすべてが人まかせだから、すべてに手のかかる存在である。このような条件のもとでの毎日の食事と一定の体温が、体重の増加とそれに伴う体内臓器の充実、そして運動機能を発達させていく。

一方、自然界の動物は、食事の摂取と一定の体温の保持において生まれつき自立している。空腹になれば自分から母の乳を吸うし、寒ければお互いに身を寄せる。

子どもは生後3ヶ月で、体重は出生時の2倍に増加する。これは胎児期からの延長で、この時期より二足歩行が始まる頃までの体重増加は大きい。その間に母乳やミルクの栄養から離乳食の時期があり、消化能力の発達と共に食事の種類が増え、摂取量も大で、同時に内臓器官が充実する。これには毎日の食事が必要であるが、対象となる離乳食から幼児食には、食物の消化能力が関係するので、一人ひとりの食材はその枠内の制限がある。月齢が同じでも必ずしもすべての子どもが受け入れられるわけではない。個人差を知る必要がある。

(2) 子どもの食の変化と配慮すべきポイント

低年齢児保育調査の自由記述から

「朝食を摂らずに登園する子が増えている。早い時間にお腹がすいてぐったり、無気力になって他の子どもと一緒に活動できない。」

近年「朝食抜き」での登園が報告されている。子どもは自分から発言しないので、子どもの様子によって母に尋ねなければならない。子どもの成長にはこの頃の毎日の食が基礎であり、本人が食べるか食べないかが主体であるから、低年齢児の食は、1日の保育の中でも重視しなければならない項目である。

「子どもは哺乳動物。」と言われるように、初めは母の乳を摂る。液体であるが成長とともに固形食、そしてやがておとなの食事へと移っていく。食そのものは、生後の日数や毎日の食体験を積みながらの選択だから、食べる様子やそのときの機嫌などをよく見て、その子に合った食体験を積み重ねていく。食の結果が次の段階の食となるから、その進め方には個人差があり、教科書通りにはいかない。一人ひとりの子どもの月齢、食の進み具合、前回の食の内容（硬さ、濃さ、味）など、そして家庭での状況を理解しておき、十分に連携することが必要である。また、近年は食のアレルギーもあることから、特に食内容については、要注意である。

2歳頃までは、自分から食の内容を要求できる段階にない。ただ空腹を表現するだけであり、用意されたものを食べるか食べないかである。この頃は話しても理解できないので、その食が適しているかどうかは、その食を受け入れられるか、その結果便の性状はどうか、体重増加などを参考とする。そのときの雰囲気もあろう。その子のふだんの食の傾向もあろう。ことへのどの渴きが食欲や食の内容に影響することがある。そこでふだんの一人ひとりの食の内容、傾向をよく理解しておく必要がある。初めての食を受け入れたときは、声に出してほめてあげることが、食への興味を強くしていく。

離乳食は生後5～6ヶ月から1歳頃にかけて順序を経て与えるので、個人差が大きい。それには飲み方、食べ方、そして飲食物の順序、処理、形、固さなどがあるので、夫々の子に適した飲食物を選択して与えなければならない。

離乳食から幼児食の時期は、食内容の形や大きさ、味などが変化していくので、好き嫌いが出てくる。ことに野菜嫌いがある。今回行ったアンケートの自由記述でも、「野菜を中心とした偏食が多い。」とある。そこで、家庭での離乳食の内容、作り方などを知る必要がある。

乳から離乳食、そしてそれに続く初期の幼児食は、生涯続く「食」の基礎が育っていくとき。最初の乳はすべてが乳児にとって完全な栄養食であり、それに続く離乳食は、液体から固形食へ、そして食の味覚・触覚・固さなどは毎日が新しい体験で、順序を経ての経験が1日3回の幼児食となる。この頃の食は、からだや心の発達していく子どもの頃の生活そのものである。とりわけ日本の食は、先進国に比して食文化と表現されるほどに種類が多く、内容は豊富。子どもの月齢に合った食を、家族と一緒に幅広く体験させてあげたい。

3. 運動発達

低年齢児保育調査の自由記述から

歩き始めると、遊具で遊んでいる時にバランスを崩して転び、顔面をぶついたり、遊具の上に倒れ、遊具に乗ったり遊んだりしたときに転ぶ。部屋の中を走りまわっている子を止めようとして転倒……。

新生児はすべてが無力であるが、口に触れた乳首をくわえて飲むようになっている。これは生まれつき備わっている「原始反射」で、このような反射運動はほかにもある。

最初に起こる哺乳反射は、口の近くに乳首が触れるとそれを探すように頭をまわすのが「探索反射」、乳首が口の近くに触れるとくわえる「補足反射」、次にこれを吸う「吸飲反射」（または「吸啜反射」）で、「嚥下反射」で飲む。このうちの「吸飲反射」はそのあとも長く残るから、これが自分の指を吸う「指しゃぶり」の習慣となることがある。

そのほか生まれつきの運動反射がある。手に触れたものを「握る」。足の裏を圧迫すると指で握るようにする。脇の下を支えてからだを前に傾けると「自動歩行反射」で、足を交互に発達させて歩くようにする。

このような生まれつきの反射運動があるから、何もできない乳児を抱っこしたり、おむつ替えて足を上げたり開いたり、おんぶでからだの姿勢を変えたりしたとき、あちこちの筋肉に力が入る。その結果、上から順に首がしっかりする「首のすわり」が始まり、順に「おすわり」「つかまり立ち」「ひとり立ち」するようになる。教えたわけではないのに、遊んでいるうちからだに力がついて発達していく。そして最後は「ひとり歩き」となる。

子どもは生まれつき順をふんで運動機能が発達し、最後は人類の二足歩行へ到達するようになる。それには、子ども自身とのふだんの遊びも必要なので、多くの経験をさせるようにする。そして何かと言葉かけすることが大切。そして笑顔で一緒に遊ぶことが運動機能を発達させる。からだの動きである「寝返り」や「はいはい」、最後の「ひとり歩き」「二足歩行」などには、衣服がからだを束縛しないように注意する。うす着での自由遊びは運動機能を発達させるが、それはまた事故や傷害の機会を多くすることでもある。

この頃はすべてが「試運転中」で、自分から危険を回避することをしないから、生活の場は清潔・整頓が必要。危険なものは置かないにつぎるが、これはおとなの責任。その上での自由な遊び行動が子どもの発達力となり、子育て（保育）の原点である。日本は「子育て」という言葉があるが、英語ではこれがchild careで、その結果子どもは健康に育っていく、という順序である。

4. 泣き

低年齢児保育調査の自由記述から

1歳児・2歳児クラスとなると「泣かれるとどうしてよいか分からない」「泣くと困る」「叱れない」「子育ては育児書通りではない」ということを、理解できない親が多くなっている。

始めての子育てで一番心配して不安となり、どうしてよいのか分からないのが赤ちゃんの「泣き」。本研究調査の自由記述でも、この記載が多い。昔から赤ちゃんは泣くのは当たり前のことだが、近年はことに多く、これが問題意識として取り上げられてきた。

このことについて個々に尋ねてみると、「自分が親になるまで赤ちゃんに触れたことがない。」という新しいママが多い。戦後ベビーブームの時代があったが、昭和48年の第2次ベビーブームの後には出生数が減少し続けていること、住宅事情が各々の子育てを孤立させてきたこと、そして冷暖房の普及は四季を通じて赤ちゃんの声を遮断してしまっているなど、赤ちゃんの泣き声が遠のいてしまったようである。

出産の後しばらくして落ち着いた頃、わが子が泣いたとき、「授乳すれば落ち着くけれど、それでも夜中に泣き続けられてどうしてよいか分からないとき、自分の子育てでどこがおかしいのか、それともわが子の異常か」と不安がつのる。ある育児雑誌のアンケート調査では、3ヵ月の時点で、半数近くの親が「言ってもいうことを聞かない、泣く」ということで、手をあげてしまうことがあると言う。経験を積むほどに、赤ちゃんは「なぜ泣くのか」「泣くのが当たり前」「やがては泣かなくなる」ということが分かってくるのだが、初めての親には理解されていないのである。昔は、赤ちゃんの泣きはあっても「それが赤ちゃん。」ということで割り切っていたのであろう。

乳児は自分が危険にかかわることも分からないし、言葉で訴えることができないが、身にふりかかる空腹・寒い・暑いなどや、体の異常のとき泣いてくれるから、親は手をかけることができる。月齢が進み、からだや心の発達とともに泣きは怒り、退屈、孤独、何かの要求や興奮などに広がっていき、発達に伴ってそれは言葉での表現に移っていく。だから、生まれてしばらくの間は、「泣きは乳児の言葉」と考えればよい。もし泣かなかつたら、乳児にどう相手してよいか分からない。泣き声で相手をしているうちに泣き声や顔の表情などから、その理由を理解できるようになる。また、笑いの表情は顔面筋の一部の解放であるが、泣きは反対に顔面筋のほとんどを同時に収縮させて呼吸が大きくなる。

乳児の泣きは、一人歩きや言葉の発達頃までの一時的表現であり、「泣いてくれるから手を

かけることが出来る」と親に理解してもらいたい。昔のことわざに「泣く子は育つ」がある。この言葉を大切にしたい。

5. 昼夜逆転

低年齢児保育調査の自由記述から

0・1歳の子どもでも、夜型の生活リズムになっている。11時から12時に眠るというケースが少なくない。夜の睡眠が充実しないために、昼の活動に乗れない、食に意欲が無いなど悪循環になっている。就寝時間が遅い、朝食なしといった生活リズムの乱れを、かなりの数述べている。

生まれたばかりの乳児は母からの「臍帯」「臍の緒」が断たれるので、数時間たつと空腹で泣く。そのとき授乳すると、反射的に飲みただけ飲んで満腹になる。それからしばらくは、このような飲み方が続く。それは昼も夜もなく何回でもその度に十分飲むので、生まれてから2ヶ月頃までの体重増加は著しい。授乳する母は大変だが、これには母性が疲労を回復させていくという。

乳児の欲求の波にのせて授乳していると、乳児は次第に母の昼と夜の生活のリズムに乗って、授乳は次第に昼間に集中してくる。2～3ヶ月頃になると、夜間の授乳回数はやや少なくなってくるし、育児に慣れてくるから、夜間も要領良く飲ませられるようになる。

このような昼夜のリズムをつけるためには、おとな自身が1日24時間の中の昼と夜のリズムをはっきりさせることである。昼間は明るくて音声が耳に入る活動的な雰囲気、夜は暗くて静かで、からだを休める眠りの雰囲気。乳児をこのリズムに乗せるためには、おとなの昼夜の生活のリズムを変えないことである。昼間乳児が眠っているからと言って、眠りを助けるために部屋をうす暗くしたり、静かな環境をつくることはしない。昼はあくまでも活動的な昼なのである。

反対に夜は眠りやすい雰囲気をつくる。これはその後の低年齢児すべてに必要で、今勧められている「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムをつくる一歩である。

このような昼夜の生活の雰囲気の波に早くからのせていると、3～5ヶ月頃には眠りが夜に集中するから、授乳の時間は夜には少なくなり、昼に集中する。いつまでも生まれてからの乳児の眠りを中心にしてしまうと、3～4ヶ月で「昼夜逆転」して、夜の度々の目覚めでて乳を飲み、昼間よく眠るようになってしまう。しかもこれがなかなか修正できなくなる。将来に向けても、早寝早起きを中心に、昼の明るい中での遊びを盛んにしたい。

6. おわりに

0・1・2歳の低年齢児は、なお胎児からの延長と考えて、まずは昼夜の環境に慣れるようにする。また生後半年を過ぎる頃になったら、環境温度で「着せるか着せないか、迷ったときは着せない。」を基本として、からだに抵抗力をつけるようにする。そして「授乳・離乳の支援ガイド」(厚生労働省)にそって、「早寝・早起き・朝ごはん」である。

この頃の子どもは、自由活発な遊びで、生来の順序をふんで成長・発達していく。それには予見できない事故・危険があるから、おとなの目で危ないものを除き、行動に注意して、子ども自主的な遊びを見守って、本来の基本的な発達を応援したい。