小Ｐ連だより

第43号

平成22年3月10日
発 行

八王子市立小学校
ＰＴＡ連合会

ひらかわクリニックにて撮影

ひらかわ　ひろゆき
平川　博之

医学博士・精神保健指定医・認定精神科専門医
神経科精神科ひらかわクリニック院長

ひらかわクリニック、平川病院にて、精神科医として臨床担当。介護老人保健施設ハートランド・ぐらんぱぐらんま、地域包括支援センター長房、社会復帰施設美山ヒルズ等の管理運営を担当。

（社）日本精神神経科診療所協会副会長
（社）八王子市医師会理事
東京都精神神経科診療所協会会長
八王子市立全小・中学校精神科校医
（社）全国老人保健施設協会常務理事
東京都老人保健施設連絡協議会副会長
八王子介護保険サービス事業者連絡協議会会長

子供をのびのびと健全に育む

精神科医で八王子市立全小・中学校精神科校医でもある
平川先生にお話を伺いました。

私は、八王子市立全小中学校、約１１０校の精神科校医を務めていますが、例え教育現場で実際に「こころの問題」を見つけても、ただいたずらに介入すれば良いとは考えていません。何故なら、精神科に対する偏見は未だ強く、専門医の介入によって周囲から特別な目で見られたり、教育の問題から医療の問題に置き換えられたりしてしまう可能性があるからです。そのため、校内で直接診療することはほとんどありません。その代わりに教員や養護教諭、スクールカウンセラーの相談にのったり、ケースカンファレンスを開いたりしています。

子供のメンタルヘルス

児童期・青年期の子供に見られる不登校、自傷行為、拒食というのは親にとって大変インパクトのある症状で、これらを契機として精神科を受診される方が多くいます。私が校医を務める不登校児童・生徒のための小中一貫校である高尾山学園では、進路を考えたり決めたりする時期の中学２年生の２学期頃に、相談者や見学者、編入学者が増えます。

児童期・青年期の「こころの問題」は、年齢によって現れる症状が異なります。（別表Ⅰ）実際は精神の問題なのに体の症状として現れるものが多く、また、症状を表している子供でなく親の方に問題がある場合もあります。正常と病気の境が不明確なのもこの時期の特徴です。親兄弟や友人、恋人との人間関係の修復だけで症状が改善することもあります。

社会・学校環境の変化に伴う精神疾患の変容

精神症状は社会環境を反映します。ＩＴ化や経済不況、ネオキャピタリズム、アイデンティティーの拡散、情報過多など、複雑化された現代社会は「～らしくあれ／べきだ」といった普遍的な価値観や目標が失われ、情報に振り回され、不安が助長される社会といえます。（別表Ⅱ）

一方で、学校も少人数化や特別支援学級の登場、親側の権利意識の増大、不登校に対する意識の変化など、

別表Ⅰ

子供のメンタルヘルス

① 年齢・発達段階により症状の現れ方が異なる。
② 正常と異常が不明瞭。
③ 自己客観化能力の不足、言語化不可能なため身体化しやすい。（身体表現性障害）
④ 状況依存が強い。
⑤ 行動化しやすい。
⑥ 家庭内にある問題の代弁者として、精神症状を呈する場合がある。
⑦ 友人/異性関係・クラブ活動などで大きく病状が変化する。
⑧インターネット等の情報に左右されやすい。

別表Ⅱ

社会の変化

アイデンティティ拡散社会・ボーダーレス社会
不安排除社会（安全渇望社会）・マニュアル化社会
ＩＴ化/情報化社会・経済不況/右肩下がり社会・
ネオキャピタリズム（規制緩和と自由競争原理）・
少子高齢化社会

学校の変化

特別支援学級・スクールカウンセラーの配置・
親の権利意識の変化・不登校への理解/寛容さ・
保健室の別宅化・学校形態の多様化
（フリースクール/サポート校/定時制高校）

多様な変化が見受けられ、社会・学校のみならず、家庭も当然それに呼応して変化し、いわゆる「これまでの常識」が次第に通用しにくくなっています。こうした環境の変化は、発達障害・社会不安性障害・人格障害の増加、新型うつの登場など「精神疾患」にも様々な影響を及ぼしています。（別表Ⅲ）

別表Ⅲ

精神疾患の変容

- 発達障害の増加
- 精神病の軽症化
- 社会不安障害の増加
- 人格障害の増加
- 「うつ」の変異
- 年間自殺者３万人超

再接近期と反抗期

ひな鳥の巣立ちの練習と同様、子供の人格形成にとって、1歳半前後の「公園デビュー」の頃の親子関係が大変重要です。「再接近期」と呼ばれるこの時期、子供は興味あるものに惹かれて親元を離れていきますが、大抵、途中で転んだり、年上の子供たちにいじめられたりして、泣きながら親元に戻ってきます。その時に「大丈夫。もう一回行っておいで。」と再び送り出すことができるか否か。親が未熟で子供の頃にこうした経験が無いと、自分の子供が傷つくことに対する不安に加え本人も嫌な思いをしたくないので、「お母さんの側を離れたらだめよ」と子供を脅します。これが一番の問題です。

お母さんはガソリンスタンドのように愛情と勇気を注いで、「あなたなら大丈夫よ」と子どもを送り出してあげて下さい。受診された親御さんが「この子は反抗期もなくて良い子だったのに」と、よく口にされますが、反抗期が無いことは決して良い兆候ではありません。反抗期は社会へ旅立つ訓練期間です。愛情を充分に注がれていると感じている子供は、親を信頼し、反抗できますが、さもなければ、「反抗したら親に見捨てられる」と感じ、反抗すること、それ自体ができません。しっかりとした反抗期は親の誇りです（笑）。

「健全なこころ」を育てるには「健全な社会」を作ることです。「健全な社会」の第一歩は「健全な家庭・夫婦作り」です。不安材料の多い現代社会で、家が不安定では困ります。親がけなし合っていては、目上の者に対する子供の尊敬心やヒーロー像が形成されにくくなります。テレビや新聞にはネガティブな情報が氾濫していますが、せめて家庭では批判や悪口は控え、子供が将来を悲観したり不安を抱いたりせぬよう、前向きでおおらかな感性を育んで下さい。

また、子供は心の内を言語化できないので、「こころの問題」を頭痛、腹痛、動悸、不登校、反抗等の症状で代替します。そういった子供のサインを見落とさない。受診までの期間と病気の重症度は反比例します。専門機関による早期受診こそが、予後を良いものにします。

「子は国の宝」学校・ＰＴＡ・地域など、社会全体でしっかりと子供を見守っていくことが求められていると言えます。

読売新聞特別編集委員・情報番組コメンテーターほか、多方面でご活躍中の橋本五郎さんに、政治や子育て等、いろいろとお話をいただきました。

読売新聞東京本社にて撮影

橋本（はしもと）　五郎（ごろう）　八王子市在住
読売新聞東京本社 特別編集委員
日本テレビ
「ズームイン！！SUPER」コメンテーター

政権交代から学ぶ

今回の政権交代の意味は何か…。私たちは今まで、日本の政治を自民党という一つの視点からしか見てきませんでした。私の出身地の秋田に鳥海山という山があります。山形県から見ると二つに見えるのですが、秋田県から見ると一つの山にしか見えない。見る場所によって全然違う山に見える。こういう顔もあるのかと、そこで初めて見方によって違うということに気づく。つまり物事を見るにはいろんな角度から見なくては駄目だということです。ダムや空港の問題など、民主党の行政では、そういう見解もあったのかと気付かされることもあります。それを踏まえ、どちらが良いのか、どうしたら良いのかを考えるべきで、出来るだ

け多角的に、いろいろな角度から見て判断する大切さを、この政権交代を機に私たちは学ぶ必要があります。

民主党のマニフェストは選挙に勝つためには非常に有効でした。高速道路を無料化すれば流通・行楽客で地方が潤い、子供手当を出せば子供が増えるだろうという、「個人単位にお金をあげる」という政策です。但し、経済全体を活性化しないとデフレはどんどん進みます。公共事業などの産業振興、保育所の待機児童の解消と比較して、一体どちらの方が、より経済効果があったのか、よく検証しなければなりません。

新政権発足後１００日を経過して、民主党もこれから先は政策間の摩擦を調整しながら政権運営していかねばなりません。お手並み拝見です。

新聞の利用方法

インターネットで見るニュースは、画面にヘッドラインが表示され、ほぼ同じ大きさの記事ですが、新聞の場合、扱いの大きさによってその価値を比較、判断することができます。数ある新聞の利用方法の中でも、子供たちに勧めるのは、問題意識や興味を持ったことに関して、記事を切り抜き、おおまかな流れを掴みながら考えてみるということです。

私が新聞を見る時、まずは文章に赤線を引きます。それを切り抜き、ノートに張り付ける。都合三回読むことになります。すると、色んな事がだんだんとわかってきて、大きな流れをつかむことができると同時に、その全体像も見えてきます。今年は紅葉があまり綺麗じゃなかったけどなぜだろう。今年の天気はこうだったけど地球温暖化も影響しているのかなとか、自分の身の回りに起きていることに「なぜ?」という疑問を持ち、その疑問を解くために自分で調べてみることが大切です。新しいことが一つ分かると、今まで分からなかったことが次々とわかるようになってきます。そして新聞だけでなく、本を読んで調べるようになって、どんどん好奇心や探究心が湧いてきます。問題意識を持ってニュースを見聞きし、更に自分の方から働きかけることで、それが出来るようになります。ぜひ試してみて下さい。

感受性と思考力

最近は万事が短絡傾向にあります。因果関係や過程を無視して結果だけを求める。例えばインターネットは、人とコミュニケーションをとらなくても色々な知識を得ることが出来るし、ゲームの世界では、失敗したらリセットボタンを押せば簡単にやり直せます。極端に言えば、死んでも簡単に生き返るから、殺人をしても心が痛まないようになる。

日教組の研究集会で、「殺人はなぜいけないのか」というテーマで先生方が報告した時があって、その時になかなかうまく説明出来ないことがあったと聞きます。藤原正彦さんは、著書「国家の品格」中で「悪いものは悪い。そう言えばいい。」と書かれていますが、私は異議を唱えます。なぜ悪いのかをきちんと説明してあげないといけない。つまり、自分が不条理に人に殺されたりするのは嫌だ、自分の生き死にはあくまでも自分で決めることであって、他人の行いに左右されることじゃない、許せないと。すると、人の命も自分が左右する訳にはいかない、殺人がいけないというのもそこです。自分がされて嫌なことは人にもしてはいけない、それこそが人間が生きていく上で最低限のことです。

子供の豊かな感受性や思考力を育む上で保護者に心掛けて欲しいのは、疑問を抱き、解明する面白さを子供に教えるということです。例えば、花を摘んで自分で活けてみる。そのまま置いておけばずっと生きていたはずなのに、数日経つと萎んでしまう。摘んだ場面と萎んだ場面を両方見ることで、子供は花にも命があるということに気付き、次に花を摘もうとした時に躊躇し、相手の立場に立って物事を考えたりすることができるようになります。今日一日何があったか声を掛けたり、美しい物を見たら綺麗だねと問いかけたり、この世にあることは全てそれぞれ意味のあるもので、無駄なことは何一つ無いのだから大切にしなければいけない、ということを教えて下さい。豊かな感受性や思考力は、本来そういう何気無い日常の中で自然と身に付いていくものです。

最悪は子供に対して無関心であるということです。必要以上に干渉するという意味ではなく、子供が自分のことを思ってくれていると感じることが大切で、そのためには声を掛け、子供にも心情を吐き出させるということも必要です。みんなで一緒に何かをやることの楽しさ、一人でいるよりも友達といた方が楽しいということに気付かせてあげて下さい。

（取材日・平成21年12月24日）

八王子市立小学校校長会
会長　世古（せこ）　潤（じゅん）

地域で子供の安全を守る

最近、不定期かつ町のあちこちに不審者が出没、子供たちを危険な目にあわせる事件が多発しており、非常に心を痛めております。このような状況下、小Ｐ連の皆様におかれましては、日頃の不審者対策、子供たちの交通安全へのご指導を賜り、心より感謝申し上げる次第です。

不審者対策については、小Ｐ連全体として「ピーポくんの家」活動に取り組まれており、万が一、子供たちが危険な状況になった際にも「ピーポくんの家」に駆け込めば安心で、私は、このシステムは本当に素晴らしいと考えています。

また、最近では、小Ｐ連の皆様や地域の方々が共に手を携え、児童の登下校時に交通安全の指導などをされておりますが、このような地域ぐるみの活動が更に活発になることを切に願います。

八王子市小学校ＰＴＡ連合会
会長　伊藤（いとう）　邦雄（くにお）

一年間を振り返り

「プロジェクトは夢で始まり、情熱で継続し、使命感でまとめ上げる。」これは、私が社会人になった最初の上司の口癖です。以来、何か始めるときに思い出すのがこの言葉です。

「外交とは、自国の正しいと思うことを相手国に正々堂々と申し述べ、理解と納得を以って行動せしめる。」とも教わりました。自国を自分に、相手国をお客様と置き換えて接しなさいということです。今では私の座右の銘となっています。

最近、雑誌で読んだ記事に「難題の無い人生は無難、難題の有る人生は有難い。」という言葉が紹介されていました。

会長就任後、はや一年が経とうとしています。果たして私は、使命感を持ち、正々堂々と、有難いことと思い、その職責を果たせたのか否か、自問自答しています。

編集後記

今回の小Ｐ連だよりは、子供を持つ親なら誰でも興味があるであろう「子育て」というテーマについて、八王子市内在職・在住のお二人にインタビューしました。

学校や家庭は元より、世相や経済情勢にまで切り込んだ軽妙かつ的確な平川先生の分析は、取材させていただいた私達にとっても、痛快かつ納得できるものばかりで、大変興味深くお話を聞かせていただきました。

一方、橋本さんは、新聞編集委員として、紙面に書き切れないほどの詳細な世相分析の後、子供の感受性と思考力を育むことの大切さを語っていただきました。

両氏には講演会を開いていただきたいほど、たくさんの貴重なお話を頂戴しましたが、紙面スペースの都合により、その一端しかご紹介できないのが非常に残念です。

小Ｐ連には「ピーポくんの家」活動・スポーツ大会の運営・広報誌の発行の三つの事業以外にも、単Ｐやブロックで起きた諸問題を、全体で協議・検討して改善していくという大切な役目があります。

平成24年度までに完了予定の市内全小学校舎耐震化工事は、ここ数年にわたり、その進捗を小Ｐ連全体の問題として見守って参りましたが、経済不況・政権交代と、次第に雲行きが怪しくなりつつあります。教育の大前提たる校舎が心許ない状態で、子供の健全育成など語れる筈もありません。

そもそも小学校は、災害時広域指定避難場所です。「喉下過ぎれば熱さを忘れる。」単Ｐ・小Ｐ連ともに、「我が子が小学校を卒業すれば、あとは関係無い。」では、決して済まされません。

各校とも、ようやく本部役員選考活動が一段落したところかとは存じますが、単Ｐが抱える諸問題を含め、こうした現状改善への取組みの歩みを決して止めること無く、次世代に引継いでいっていただくことを願って止みません。

◆編集部◆

小Ｐ連だより第43号担当

第一ブロック

一小・三小・四小・六小

八小・十小・宇津木台小

大和田小・高倉小・小宮小