京都大学医学部保健学科紀要
健康科学　第1巻　2004

第17回健康科学公開講座　—3—

健やかな家族づくりのために
—それは胎児期から始まっています—

岡　島　文　恵

はじめに

家族は社会の中で最小単位の社会といわれる。この最小単位の社会である家族が健全であるためには，その構成員である家族のひとりひとりが心身ともに健康であることが大切であり，家族が健全であることは社会の健全化にも繋がっている。

文明や文化の変化に伴い，人々の考え方や価値観，習慣，個人や家族を取り巻く環境も変化し続けているが，その変化は家族にも今までと異なった影響を与えている。

1．家族形態の変化

家族の形態は昔の大家族から，徐々に小家族，核家族，シングルペアレント（片親）家族，複合家族（離婚者同士の家族など），単身赴任による片親家族など多様な家族形態に変化している。この変化は家族関係や家族の生活，子育て，地域の人々との関係など様々な面に影響を及ぼし，その他の要因と相まって種々の問題を生じさせている。特に，子どもを産み育てる環境は，家族形態の変化が生み出す影響で必ずしも良好とはいえない状況にある。

2．子どもが健やかに育つために影響する要因

1）胎児期（妊娠期）

胎児は人間の進化の過程を短期間に辿るともいわれている。つまり，母親の子宮の中での成長の変化は劇的であり，劇的な変化を遂げる胎児にとって母親の身体は胎児の環境すべてである。そのために，母親の心身の状態や健康状態，嗜好品，薬，ダイオキシンなどは胎児に直接的に，間接的に影響を与え，胎児に一過性または一生続くような悪影響を与えることがある。つまり，生まれてからの子どもの健康を左右することがある。特に，妊娠初期は薬やレントゲン照射，公害物質など多くのものに影響を受けやすく，先天性奇形を招く可能性の高い「臨界期」と呼ばれる時期であり，妊娠20週までは最も注意が必要な時期である。

京都大学医学部保健学科看護学専攻
〒606-8507 京都市左京区聖護院川原町54
受稿日　2004年9月10日

2）小児期

「人間の赤ちゃんは生まれながらにして未熟児である」といわれる。動物の赤ちゃんと違い，ゆっくり時間をかけて心身の成長をしていくために，特に生後から小学校入学前までの乳幼児期は，保護者特に母親や父親の十分な愛情と世話を必要とする時期であり，その十分な世話と愛情は子どもの身体的発育だけでなく，精神的な発達に大きく影響を与えるがゆえに子供の成長には不可欠な要素である。しかし，現代は核家族化，女性の社会進出，地域社会の人間関係の希薄化，核家族化による伝承的育児知識不足または育児未経験等の要因もあり，育児が両親特に母親ひとりの肩にかかってしまう傾向がある。そのため育児不安も増加し，特にお産の後1ヶ月間は育児不安が最も多いといわれる。こうした時期に周りからのサポートがないと母親や父親は育児不安や心身共の疲れ，精神的余裕のなさなどから，十分な世話や愛情を子供に注ぐどころか昨今社会問題となっている児童虐待に向かう可能性が高くなってしまう。

昔は，「母性本能」という言葉で，女性は子どもを産めば自然と我が子を愛し，育てることができるものだと考えられてきた。しかし，現在は母性愛や母性意識は本能的な部分はあるにしても，生まれてから育つ間に徐々に両親はじめ周囲や社会の影響を受けて育つものと考えられるようになっている。

精神分析の研究では，乳幼児期の母子関係が人格の発達に決定的な役割を果たすとしている。この時期は，母子関係を通じて『人間を信頼することができる』基礎を形成する重要な時期である。児童虐待は，この『信頼する』人間関係の基礎を築いていけないばかりか，「虐待されないこと」に全神経を集中するため心身の発達に障害が生じ，自己破壊的な行動や愛情飢餓状態からくる好ましくない行動を起こしやすくなる。また生育していく中で育つべき母性意識，父性意識も育ちにくく，子どもに愛情を注いで育てられた経験がないため，自分が親になった時どう子育てをしてよいのかわからず，結局我が子を親と同じように虐待してしまう「虐待の連鎖（世代間伝達）」がおこってしまうのである。

Levoviciは，人の心の中には3種類の乳児像つまり幻想的乳児像，空想的乳児像，現実の乳児像があると

している。この中で，幻想的乳児像は乳幼児期の育てられ方が影響し，母性・父性の確立に最も重要であり，世代間伝達することが多いとしている。だから被虐待児の幻想的乳児像は虐待されている乳児像であるため，わが子にもその乳児像を当てはめるのかもしれない。

児童虐待には，身体的虐待，ネグレクト，性的虐待，心理的虐待があるが，近年テレビやビデオに子どものお守りをさせることもネグレクトの一種ではないかといわれている。今年（2004年）の日本小児科学会で，谷村らは1日4時間以上テレビ・ビデオを見る長時間視聴児は有意語出現の遅れが高率であり，言語発達全般の遅れが認められたと報告している。

一方，子どもを「だめな人間」として扱うことにより親の存在感を示そうとする過保護や体のよい子育て放棄である放任の子育てもまた「思いやり」などが育たず，母性意識も発達しないと言われる。

このように，小児期は将来健やかな家族を作っていける土台を築く重要な時期である。

3）思春期

思春期は，精神的，身体的，社会的にも子どもから成人へと成長する移行期であり，アイデンティティの確立，社会的性同一性が確立する時期でもある。第二次性徴の発現によるホルモン分泌の急激な変化は精神的不安定さ，身体的微症状を引き起こし，また性行動も発達する。思春期は，成熟期に妊娠，出産，子育てという新しい家族を作っていく準備段階にあるが，この時期女子に多い貧血は，妊娠期の貧血に関連すると言われ，思春期の健康問題は成熟期の妊娠，出産に影響を与える。

性行動の発達は，性知識の不足から「望まぬ妊娠」をしてしまい，十分に成熟していない心身に大きなダメージを与えてしまう。しかし，統計的には各年齢層の人工妊娠中絶は減少しているのに，10代の人工妊娠中絶だけが増加しており1970年と比較すると3倍以上の増加であるため，10代の若者に対する人工妊娠中絶の弊害や若年出産の弊害などを含めた性教育の重要性が増してきているといえる。人工妊娠中絶できない妊娠22週以降になれば，「望まぬ出産」となり，精神的，身体的，社会的に成熟していない時期の出産，育児は多くのサポートがなければ児童虐待の可能性が増す。

核家族化は，成熟期への準備段階である思春期の間に子育てをみて育つ環境を提供できないため，『健全母性育成事業』の一環として乳幼児と触れ合える機会を設けている地方自治体もある。

また，10代の性感染症の罹患率も増加しており，罹患率減少は「健やか親子21」の2010年までの目標ともなっているほどの重要な課題である。そのため性感染症は，性教育の内容としても重要な項目である。

4）成熟期

成熟期は結婚，妊娠，出産，育児といったことにより新しい家族を作っていく時期である。しかし，時代とともに変化した社会は必ずしも健やかな家族づくりに適した社会であるとは限らない。核家族化，少子化，高齢社会，女性の社会進出，地域の都市化，産業構造の変化，多様な家族形態などの社会変化によって，育児知識や方法の未伝承，子育ての手伝い未経験，仕事と育児の両立の問題，育児情報の氾濫による育児方法の混乱，地域の連帯意識の低下による地域の人々からのサポート不足，子育てをサポートする更年期世代の人々の健康問題や介護問題によるサポート不足，母性愛や3歳児神話への母親・父親・周囲の人々の囚われなどから子育ての重圧が分散せず，両親の双肩にすべてかかってしまい育児不安の増大，“育児は大変”という思いや少子化に繋がってしまう。

そのため，「健やか親子21」では，子育てに自信が持てない母親の割合を半減することが2010年までの目標に挙げている。

また，母親だけが24時間子どもの世話をする母児密着型の育児は子どもの成長に悪影響をもたらすことがある。その一つは，母親の顔色を伺うようになることである。二つめは母親の価値観を一方的に継承すること，三つめはあやしても笑わない赤ちゃんの増加や自己主張が強い1歳半～2歳半以上の時期の子どものなかで自己主張が弱い子どもの増加である。母親は先人の知恵も得られず育児経験もなく，そして子どもは多くの時間を母親だけを見て育つ育児環境では乳幼児期に多様な経験や多様な価値観を見聞するのは難しい。前述したように小児期は子どもの人格形成に重要な時期であるだけに，「子どもは社会の宝」とも言われるからもっと社会全体が子育てをサポートできるシステムの充実が急務といえる。地域の子育て参加は両親の子育ての負担軽減だけでなく，子どもの社会性の獲得や安全にもつながると考えられる。しかし，社会の子育て参加という問題より，最近は無職の親やパートナーによる児童虐待が多いので政策的問題であったり，逆に子どもへの期待が大きすぎて親の意に沿わぬ子どもへの虐待もあるので全く個人的問題であったりするので対応も多様にせざるを得ないことになる。

一方で，不妊，不育症などの増加により子どもがいる家族づくりを目指しながらその思いが叶わない家族の苦悩がある。

5）更年期

卵巣機能の退行とともに更年期障害が生じたり，生活習慣病の発病，子どもの独立などによる家族関係の変化，介護問題など更年期には種々の問題や変化が起こる時期である。また，子どもの結婚による孫の誕生では，祖父母としての役割が追加され，特に実母は出

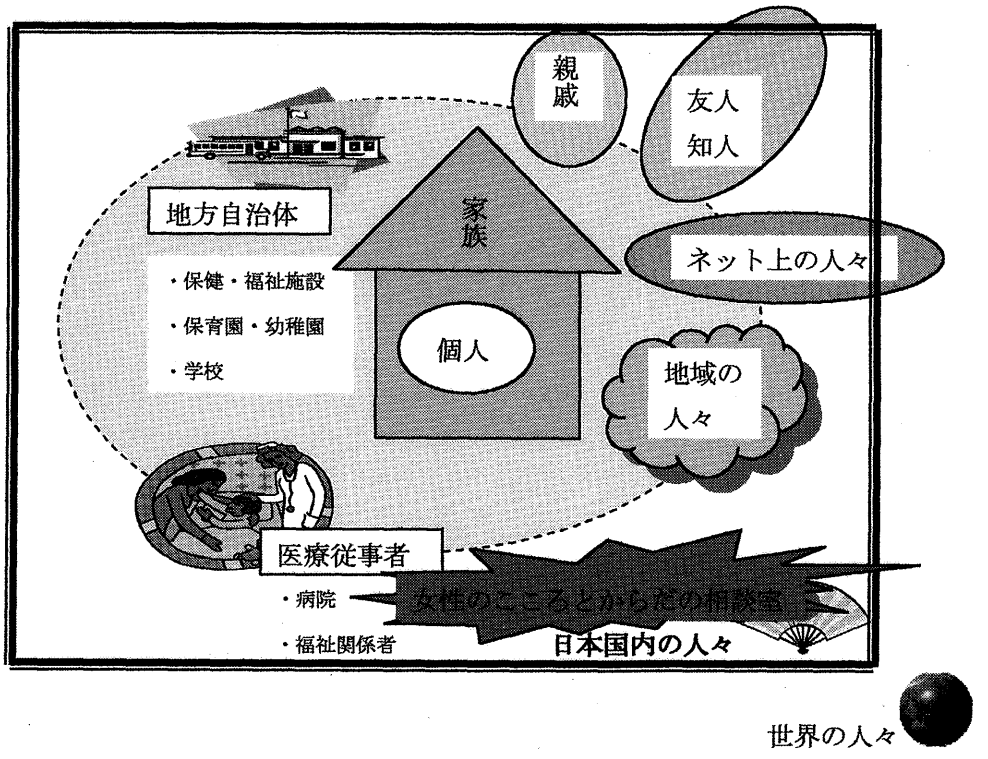

図1　母子・家族を取り巻くサポートシステム

産した母親のドウーラとしても役割を果たすことが多く，子育てを通して新しい家族づくりをサポートしていると考えられる。しかし，上述のような問題はこうしたサポートを可能にする障害となる。

6）老年期

世界でも長寿国である日本は高齢化社会となったが，核家族化は老年期の人々が自分の子どもや孫と一緒に住まず，老夫婦だけの家族または独居家庭の増加に繋がっている。身体的老人性変化に加え，病気，高齢者同士の介護等の諸問題をもつ高齢者がQOLの高い生活を送り，独立した家族との人間関係を良好に保ちながら生活できるためには，地域のケアシステムの充実は必須である。

3．健やかな家族づくりを支えるシステムとその問題点

人間が社会的な動物である限り，人は多くの人々と相互に影響し合って生活している。そして，家族もまた多くの人々と人間関係を持ち，健やかな家族づくりに必要なサポートを受けている。現代的サポートの特徴は，地域の人々との関係性の希薄化によって生活基盤のある地域からのサポートが減少していること，およびインターネットを通じて見知らぬ他人または施設から情報提供や相談というサポートが日本全国または外国からでも簡単に得られることである。しかし，これらの情報は相手の顔も見えず必ずしも正しいとは限らないし，悪意である可能性もある。情報が多すぎて混乱する場合もあるので，しっかり育児方針を持って情報を選択して得ないとサポートどころか弊害となる。