子どもと女性の健康相談室 24

不適切な養育は虐待

子どもの生活習慣

福島医大ふくしま子ども・女性医療支援センター教授
横山　浩之氏

これまで、「早寝・早起き・朝ごはん」や「メディアの制限」といった、子育てに大切なことを取り上げてきました。睡眠時間の確保や親子で食事をとることの大切さ、「スマホに子守をさせないで」といったことでした。

最近では、これらを守らない家庭が増えています。周りがそうしていると、「早寝・早起き・朝ごはん」を守らなくても、大した問題が起こらないような気がしてしまいます。

ところが、これらを守らないと、子どもの身体・精神発達に大きな影響を与えることが知られています。事実、福島医大の私の外来にも「早寝・早起き・朝ごはん」や「メディアの制限」を守らなかったために行動異常をきたした幼児がけっこう来院しています。県内の子どもたちの生活習慣に関する調査結果は、決して良好とはいえません。福島市の広報で、午後九時までに寝る三歳六カ月児はわずか17・7％と知り、愕然（がくぜん）としました。

メディアの不適切な利用は、いずれメディア依存症になってしまいますが、乳幼児期の場合は人を信用する能力（＝愛着形成）に多大な影響を与えてしまいます。これは明らかに不適切な養育であり、WHO（世界保健機構）は、マルトリートメント（＝子ども虐待）の定義の中に入れています。子ども虐待は決して他人事ではありません。私たちもしてしまうかもしれないのです。

昨年度の日本小児神経学会で私と共にシンポジウムを開いた福井大子どものこころの発達研究センターの友田明美教授は、マルトリートメントが子どもの脳にどんな影響を与えるかを研究しています。人を信用する能力に問題を抱えた状態を愛着障害といいますが、友田教授によれば、愛着障害では、脳の大きさや機能に多大な悪影響が及んでいるそうです。簡単に言えば、罵声などの聞きたくないことが多ければ、聞く能力に関係する脳の部位が萎縮し、家庭内暴力の場面などの見たくないことが多ければ、見る能力に関係する脳の部位が萎縮します。

詳しくは友田教授が一般向けにお書きになった、「子どもの脳を傷つける親たち（NHK出版）」＝写真＝をお読みください。

＝次回は4月16日掲載＝

ふくしま子ども・女性医療支援センター
http://www.fmu.ac.jp/home/fmccw/