

発行 社会福祉法人 聖友ホーム  
聖友乳児院 (乳児院)  
聖友学園 (児童養護施設)

# ぴーちっこ



- コラム 文豪の薄幸から学ぶ「乳児期の体験が何より大切」 聖友乳児院長 岡田稔晟 …… 2
- ふわふわ 心も身体も大切に 小川恵先生 …………… 3
- この指とまれ おかしの家づくり …………… 4
- すくすく 眠りについて …………… 6
- ありがとうございました …………… 7

## 「文豪の薄幸から学ぶ乳児期の体験が何より大切」

聖友乳児院長 岡田稔晟

図書館で書棚をみていたら、吉本隆明著「夏目漱石を読む」との本が目に入り、著者と対象となっている作家との組み合わせに興味を持ち、借りた。

漱石は母親が歳をとってから生まれ、世間体を恥じた親によつて生後直ぐに古道具屋に里子に出された。夜店の籠のなかで店晒しになっているのを姉がかわいそうだと連れてくると、また帰される。3歳から5年ほどは別の養父母に育てられた。養父に新しい女ができて夫婦喧嘩が絶えず、育てられなくなり実家に帰されるが、両親は喜ばず、夏目の姓にもどるのは二十歳過ぎだった。漱石は実家でも養家でも気持ちが悪くとききはなかった。

漱石の小説は、初期の「吾輩は猫である」、「坊ちゃん」等の健全で明るい作品を除くと、暗く病的と言つてよいような内容の作品が多い。親友同士で一人の女性を好きになり、一方の男が出し抜いて婚約すると他方の親友が自殺し、その罪の意識を背負いながら生きてきた男も最後に自殺してしまう話（「こころ」）とか、兄が妻

と弟の仲を疑つて、妻の心を試すために弟に旅先で妻と一泊するよう強要する話（「行人」）とかで、特異な三角関係をテーマにしたものが多く、漱石の化身である男が苦悩の末破滅的な結末を迎える。

著者は、漱石がこのような作品を書き続けたのは、パラノイア（妄想症）だったからであり、それは乳児期の体験が原因であるとの説を唱えている。「人間の宿命は、まず第一次的には、母親の胎内か、あるいは一歳未満の乳児のときの母親との関係のなかで決つていく。そして無意識のいちばん基底のところに入る。」「たとえば、生まれて、母親のお乳を飲んでかわいがられて育つて、離乳食に自然に移つた人では、衝撃的なつらいことにも耐えられる壁の高さがあるから、こころの異常をきたすことはありえない。」

著者は、精神医学や心理学の専門家ではないが、当代随一の文芸評論家、思想家であり、根拠のないことを公言することはありえないと思う。私はこの箇所を職務との関連で読まざるを得なかった。本説のとおりであれば、乳児院で養育された人は、母親からの十分な愛情をもつて育てられなかったことが決定要因となつて良い人生を送れないことになり、ストレスや挫折に弱く精神の変調に陥りやすい

人間になるということになってしまふ。これでは本人にとつて酷く、乳児院にとつても空しいということになるのではないか。特に「そして無意識のいちばん基底のところに入る」という言い方がぞつとする。

実は著者は前文に続けて、「それでも宿命というのは生涯の決定因ということではない。宿命を超えることが人間にとつて生きるということだ。」「その壁の高さをつくるのは、もちろん母親あるいはそれにかわる近親との乳幼児のときの正常なかかわりが第一だといえよう。」と書いている。

救われた。本人の生きる力で宿命を超えることが可能だし、母親でなくても別の者の正常なかかわりがあれば、子どもたちにその生きる力を獲得させることができるという理解が可能だと思う。乳児院職員が子どもたちに愛情深くかわかることは、苦悩する天才を誕生させることではないが、子どもたちに簡単にくじけない、心おだやかなふつうの大人になってもらうことはできる。人は乳児期のことでは覚えていないが、人生を左右する最も大切な時期であり、乳児院職員の、本当に重要な仕事を担っていることの責任をあらためて噛みしめることとなった。



## 心も体も大切に♪

前号のコラムの中で、今年度より精神科医の導入を始めたとお伝えしました。今回、児童だけではなく職員の精神的ケアも必要であると感じ「ケアワーカーのためのメンタルヘルズ講座」を開いていただきました。



### 小川恵(おがわさとし)先生

**ご経歴：**群馬県生まれ、天台宗僧侶。群馬大学医学部卒業。

神戸大学医学部精神神経科学教室湊川病院、兵庫県立光風病院、東京都下青木病院などで精神科医として勤務。淑徳大学総合福祉学部実践心理学科教授。

**主要関心領域 精神医学：**本来「心の健康」は価値的に言えば充実感を感じて生きる、あるいは態度的には何の不満もなく生きる幸せ、といった感覚に近いものです。しかし、現代、私たちは忙しさや窮屈さに、緊張、萎縮し、心身の悲鳴をあげ家族や地域のつながりを壊すような行動をとることで誤魔化します。そのことを考えたいのです。

**先生のモットー：**照千一偶是国宝也「一隅を照らす人が国の宝である」



### ☺忘れられがちな健康への配慮☺

現代社会に生きる人々は、多くの人が忙しい毎日を送っていますね。忙しいと最初に乱れるのが生活のリズムです。

定時に眠ることができ、目覚ましが無くて目も覚めるような睡眠が、自律的な生活リズムの基本ですが、実際はどうでしょうか？早寝は脳の休養と疲労回復を図る確実な方法です。また、睡眠と同じく大切なのは“朝ごはん”！！自律的な生活リズムを刻むのが、体内時計なので、朝ごはんを始め、食事を規則正しくとりましょう！！土・日にどうしても寝だめをしたい場合には一度朝起きて朝食をとってから、もう一度寝ると良いでしょう！！

### おすすめストレス解消法

緊張、疲労の蓄積を自覚した時、気分転換を図る行動を“ストレス・コーピング”と言います。成功すればストレスを軽減し、鬱を回避することができます。しかし、コーピングには良いコーピングと悪いコーピングがあるので注意が必要！

☆良いコーピングはストレスを軽減し、満足することができます。

(例：運動、健康法、リラクゼーション、お喋り etc…)

☆悪いコーピングは有効ですが、飽和せずにエスカレートしてしまふことがあります。

(例：喧嘩、万引き、ギャンブル)…スリル型

(例：酒、タバコ、過食、浪費)…依存型

ドキッとした方もいるのではないのでしょうか？適切なコーピングを自覚的に選びましょうね。

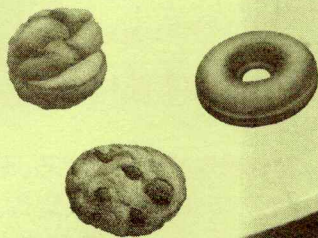
このゆび  
とまれ

# おかしの家づくり

8月21日、聖友学園のホールにて、おかしの家づくりが行われました。  
クッキーやチョコなどのお菓子を使って一つ一つ家を作ります。  
乳児院の子どもたちも興味津々。

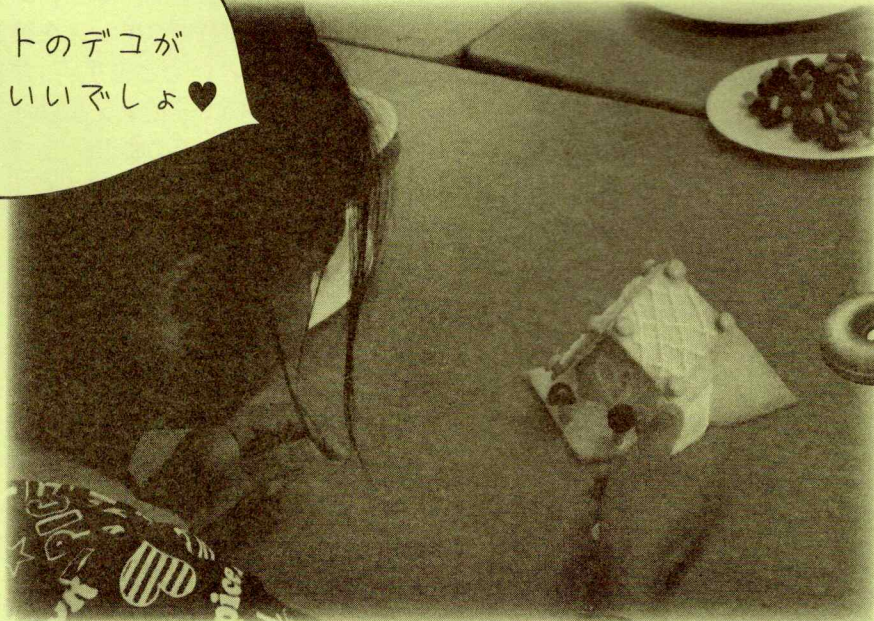
さて、どんな家ができただかな？

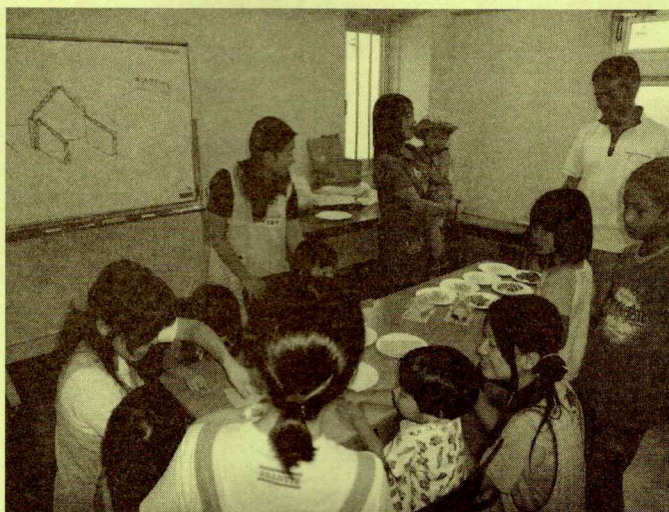
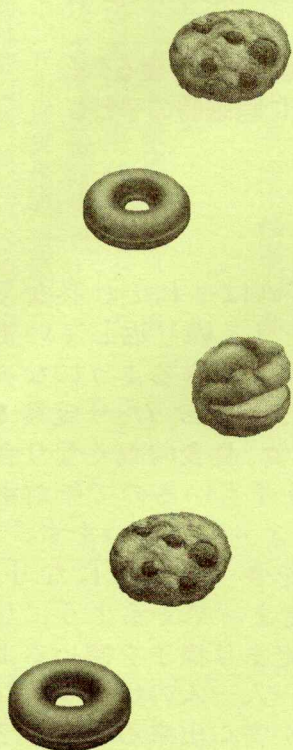
こんなおうちに  
住んでみたいな\*



どのおうちも  
ステキにできたね！

ハートのデコが  
かわいいでしょ♡





お隣の乳児院のお友だちも参加しました。  
みんな興味津々。  
大きくなったら好きなおうちを作ろうね。



おかしの家づくりを行なっていただいた谷口貴彦氏は2003年コーチ・セブンピースを開業し、研修・セミナーを実施されています。  
聖友学園でも3月にコーチングを行っていただきました。



乳児院は子ども達の保育の場所であり、何より生活の場所です。子ども達が日々健康に過ごしていく為に欠かせないものは「栄養」「清潔」「運動」等々ありますが、その中の一つに「睡眠」が挙げられます。そこで、今回は乳児院の睡眠の様子をお知らせしたいと思います。

乳児院...と言っても現在の入所児は0歳～3歳以上までと月齢の幅が広く、寝るタイミングも寝かしつけ方も様々で、色々工夫が必要です。院の職員に睡眠時の子ども達の様子、又、寝かしつけの工夫等聞きまとめてみました。

### ～眠りについて～

ぼくはまだ  
ベッドで  
ネンネです



\* 赤ちゃん...0歳～1歳くらい \*

赤ちゃん達の睡眠リズムはそれぞれ異なる為、日中は寝たり起きたりを繰り返しています。ハイハイや掴まり立ちが出来るようになってくると、起きている時は動き回ったり玩具で遊んだり活発に過ごす為、昼食時眠くなり食べられなくなってしまう子もいるので午前中に少し睡眠の時間をとるようにしています。すると、しっかり昼食を食べるようになり、徐々にお昼寝の時間も定まってくるようになります。個々のリズムが定まり様子を掴めるようになるまでは、職員も一人一人の様子をみながら、どのような眠り方が安心出来るのかな？と手探りの毎日です。

大きくなるにしたがって徐々に生活リズムがついてくると、少しずつ睡眠のリズムも定まってくる、大体決まった時間に睡眠をとれるようになります。そしてその成長と共に自我も芽生え“まだあそびたいよ～”“〇〇せんせいとネンネする！”と自己主張するようになってきます。その都度“ネンネの後であそぼうね”等と声をかけているのですが、子ども達は優しく“いいよ～”と言ってくれたりします。又、成長にしたがって、ベッドに寝ていた子も畳の上のおふとんで寝るようになります。子ども達のおふとんには、お気に入りの枕やぬいぐるみを置くようにしています。みんな寝室に入ると、自分の枕へとまっしぐら！安心できると共に、自分の場所が分かるように、という配慮でもあるのです。

遊び疲れちゃったよ  
ぐーぐー...



\* 1歳6ヶ月～3歳くらい \*

♪ぴーちっこ広場に

お集まり下さい♪

「ぴーちっこ」は皆様とたくさんのお話ができる広場になろうとスタートしました。皆様には「おたより」のかたちで広場に集まっていたいただき、子どもたちに関する様々な事柄を一緒に考えていきたいと思っています。皆様からのたくさんのお便りをお待ちしております。下の用紙を切り取って、ご意見、ご感想などお寄せください。ファックス、Eメールでもけっこうです。

※Eメールの場合は、件名に「ぴーちっこ係」と入れてください。

「ありがとうございます」

次の皆様よりご協力を頂きました。

厚く御礼申し上げます。

(平成21年9月〜平成21年12月。敬称略)

〈寄付金〉

上野陽一、(株)タイスケ、新井哲也、

中島和代、第一生命労働組合、(株)

日配運輸、東和開発(株)、東京文化

幼稚園保護者の会、床次瑞彦、伊藤

洋子、西浦輝浩

おたのしみ会お祝い

越後屋米店、三井精肉店、魚音、豊嶋屋豆腐店、西島畜産、ワタナベ文具店、中央花壇、広瀬、遠藤商事、ロードベーカー、五十嵐青果店、道原商店、世尊院幼稚園園長、阿佐ヶ谷地区民生委員、富永千枝

のりづけ

のりづけ

のりづけ

※今後継続して「ぴーちっこ」の送付を希望されますか? ・はい ・いいえ

ご住所

TEL

お名前

FAX

おる

〈寄贈物品〉

長田和也、林あき子、副島雅之、日本  
 アムウェイ合同会社、One By One  
 こども基金、浅野井律子、古賀幸子、  
 伊藤誠祥(株)フィールズ代表取締役  
 会長 山本英俊(株)三菱東京UFJ銀  
 行、中央花壇、全国シヤンメリー協同  
 組合(株)ブレナス(株)ジャパンエ  
 ナジー、NPO法人 Living Dreams  
 (株)メリーチョコレートカムパニー、  
 日本鏡餅組合(財)毎日新聞東京社会  
 事業団、東京第三の会、門司一徹、平田  
 雅彦、榎原裕子(株)豆魚雷、松井義弘、  
 松井由香里(株)北村製作所、ヤマザ  
 キ製パン従業員組合(社)東京馬主協  
 会(株)チュチュアンナ、モンテ物産  
 (株)、清水谷忠重、西浦輝浩、川江昌雄

〈パーステーフレンド〉

福山はつ子、善塔和子、上田和子、  
 嵯峨久美子、佐藤美彌子、原あや子、  
 細田晴美、武村明子

● 編集後記 ●

21年度はインフルエンザ菌が入り込み、  
 秋口から冬にかけて猛威を振るいました。  
 大きな行事も中止になり、ちよっとさみ  
 しさを味わった下半期でした。  
 年度も替わり、編集委員一同、今後も更  
 に身近な情報や私たちの取り組み内容  
 をお伝えしたいと思います。

佐藤

1 6 6 - 8 7 9 0

料金受取人払

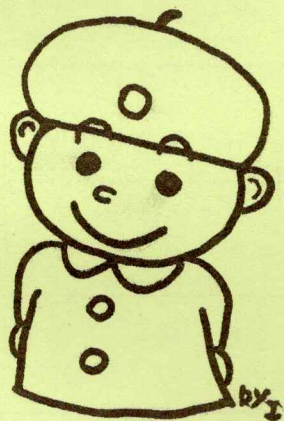
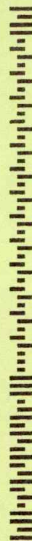
杉並支店  
承 認

4119

差出有効期間  
 平成24年1月  
 9日まで  
 (切手不要)

東京都杉並区阿佐谷北3-28-19

聖友ホーム「ぴーちっこ」係 行



see you next!