

特別講演

日にち: 6月2日(土)
主 催: ぶどうのいえ

「子どもたちの心身の健全な発達のために 大切な最初の1000日」



お話: 別所文雄先生 (日本医療科学大学健康管理センター長)

プロフィール: 1969年 東京大学医学部卒業
1990年 東京大学 助教授
2000年 杏林大学 教授
2009年 杏林大学 客員教授
2012年 日本医療科学大学教授



1. 最初の1000日における脳の発達

「三つ子の魂百まで」という諺がありますが、これはまさに最初の1000日の重要性を言い当てた古人の知恵です。近年の脳科学の発展により、このことわざの科学的根拠が明らかになってきています。ヒトの脳の神経細胞(ニューロン)は、受胎後早期から急速に増え始め、妊娠7週頃にはピークに達し、その後必要なものを残して減少していき(この過程を淘汰と言います)、成人では860億個の神経細胞が脳を構成することになります。また、これらの神経細胞の間のつながり(ネットワークの接続部であるシナプス)の密度は出生後も高くなり続けますが、2~3歳頃からは必要なものを残してあとは減少していき(この過程を刈り込みと言います)、成人では1000兆個のシナプスが存在すると言われます。このようにしておよそ10歳頃までには脳の基本的構築は完成してしまいます。最初の1000日が、この淘汰や刈り込みが活発に行われている時期ですので、この時期に脳をどのような環境に置くのかと言うことが重要なわけです。

ヒトは、生まれつきの遺伝子による基本的特性の上に、発達過程に於いて健康、栄養、適切な養育、安全と安心、教育などの要素が加わり、その可能性が開花していきます。

2. 世界の子どもの最初の1000日

ユニセフという国連組織については、皆様ご存じのことと思いますが、子どもの生存・保護・発達が人類の進歩に不可欠であるという認識に基づいて、これらの実現のための活動を行っています。

このような認識に基づくユニセフの活動は、開発途上国を対象としていますが、それは特にそのような国々の子どもたちの多くが、最初の1000日においても「教育、栄養、暴力や環境汚染からの防御」などが不十分な、劣悪な環境に置かれているからです。ところが、日本を含む一部の先進国でも格差の拡大により、多くの子どもたちの生活する環境が好ましくない方向に向かいつつあり、その対策が求められています。

近年、国連は持続可能な開発目標(SDGs)として17の目標を掲げて加盟国にその達成を求めています。これは先行の、開発途上国を対象にした8つの目標からなるミレニアム開発目標(MDGs)を、その成果を踏まえ、先進国も含めた形で拡大したものです。このSDGsでは、子どもに関係する目標として9つの目標が挙げられますが、これらの達成度における日本の順位は決して高いものではありません。2017年発行のユニセフ イノセンティ研究所によるレポートカ

ード14によると、総合では41国中12位ですが、貧困の撲滅では23位、格差の縮小では32位、質の高い教育では10位、持続可能な都市と住環境では33位、責任ある消費と生産では36位となっています。日本の子どもの貧困が話題になっていますが、それを裏付けるものです。



3. 子どもの権利条約からみた日本の子どもの最初の1000日

子どもの権利条約というものがあることは周知のことと思います。これは1989年に国連総会で採択され、翌年から発行しています。我が国も批准していますが、世界で158番目という遅さでした。さらに、日本はこの遅さだけではなく、様々な理由をつけて多くの事項を留保していて、改善するよう子どもの権利委員会から勧告を受けていると言う不名誉な状況にあります。留保の内容とその理由を見ると、我が国では、子どもに関して様々な面で、子どもを「保護する」が「管理下に置く」にすり替えられているように思います。

子どもの権利に関する日本の現状は、この条約の趣旨に著しく反しているように思われます。この条約には4つの主要な原則があります。第1は生きる権利です。これは、防げる病気などで命を失わない。また必要な治療を受けられるということです。近年わが国の予防接種も、その種類は諸外国並みになって来ましたが、まだ十分とは言えない状態が続いていますし、適切な性教育がなされていないため、10代での妊娠による中絶率が高いなど、この要件を十分に満たしているとは言えません。次ぎに育つ権利です。これは、教育を受け、休んだり遊んだりできる、また信じることの自由が守られていて、自分らしく育つことができることの権利ですが、教育があまりに競争的で、子どもたちに強いストレスを与えているなど、改善の必要性を指摘されていて、この要件については落第で

す。第3には守られる権利があります。これは、虐待や搾取から守られること、障害のある子どもや少数民族の子どもなどは特別委守られることなどの権利ですが、虐待は一向に減らず、障害のある子どもたちがいない子どもたちと一緒に教育を受けることができていない例が未だにあり、朝鮮学校に対しては教科書の無償化の対象から除外されているなどの差別もあるなど、この件についても及第とはいえません。第4は参加する権利で、自由に意見を表明したり、集まってグループを作ったり、自由な活動を行ったりすることができることなどの権利ですが、未だに政治集会に参加することが禁じられていたり、届けが必要であったりしており、この件についても落第で。このように日本は子どもにとってやさし国とは言えないように思います。

4. 日本における子どもの最初の1000日の現状

生まれる前の子どもにとって母親の胎内ほどすばらしく居心地の良い場所はありません。もちろん最初の1000日の内の一番先の約300日がこの胎内の生活です。日本では近年出生数が減ってきており、2009年の出生数は107万人でしたが、出生体重が2500g未満の児の割合は増加を続け、同年には9.6%にもなりました。日本の新生児医療はすばらしいもので、出生前後での死亡率は世界で最低を誇っていますが、それでも早期産児、低出生体重児は初っぱなから不利な環境におかれています。早期産児、低出生体重児になる要因には色々ありますが、発展途上国における要因と我が国における要因には様々な点で違いがあります。ところが近年、一部の人間にとっては、発展途上国における要因が我が国における要因と重なるようになってきています。その主な理由は格差の拡大による貧困層の増加です。

先進国では喫煙が要因になっていますが、貧困層で喫煙率が高いことは衆知のことです。また、妊婦検診は健康な妊娠・出産の必須のことですが、250分娩に1回は妊婦検診未受診での分娩であるとの統計があり、その第一の理由としては経済的なものが約3割、また社会や

妊娠徴候に関する無知が約2割などと、半数が貧困に関係しています。妊婦検診未受診の結果、死産・周産期死亡率は約5倍に、対出生体重児の割合は2.5倍になり、新生児集中治療室(NICU)への入院率は80倍以上になるというデータがあります。

また、虐待も貧困と密接に関係しています。全ての種類の虐待が、また子どもの面前での夫婦間での暴力行使(いわゆるDV、最近ではより一般的な表現として親密な関係者間の暴力を意味するIPVということばが使われます)などが子どもの脳に深刻な「傷」を残すことが分かっています。

5. DOHaD 仮説とは何か

最近よくDOHaD仮説というものを耳にすることがあるのではないのでしょうか。これは、成

人期の生活習慣病の発症リスクが、胎児期や乳児期の環境に影響されるというものです。最初の1000日の重要性は、子どもたちの発達ばかりでなく、このような主要な生活習慣病の発生にも関係しているというわけです。生活習慣病は予防可能な疾患で、その予防の第一歩は最初の1000日に適切な環境を用意することにあると言えるでしょう。

6. おわりに

このように、子どもたちの発達に好ましい環境を整えることは、これからの世界を担う子どもたちへの投資としてとらえることが重要で、発展途上国にとっては優れた労働力の確保による社会・経済の発展のために、また先進国においては医療費の削減による経済的な負担の軽減のためにも重要とすることができます。

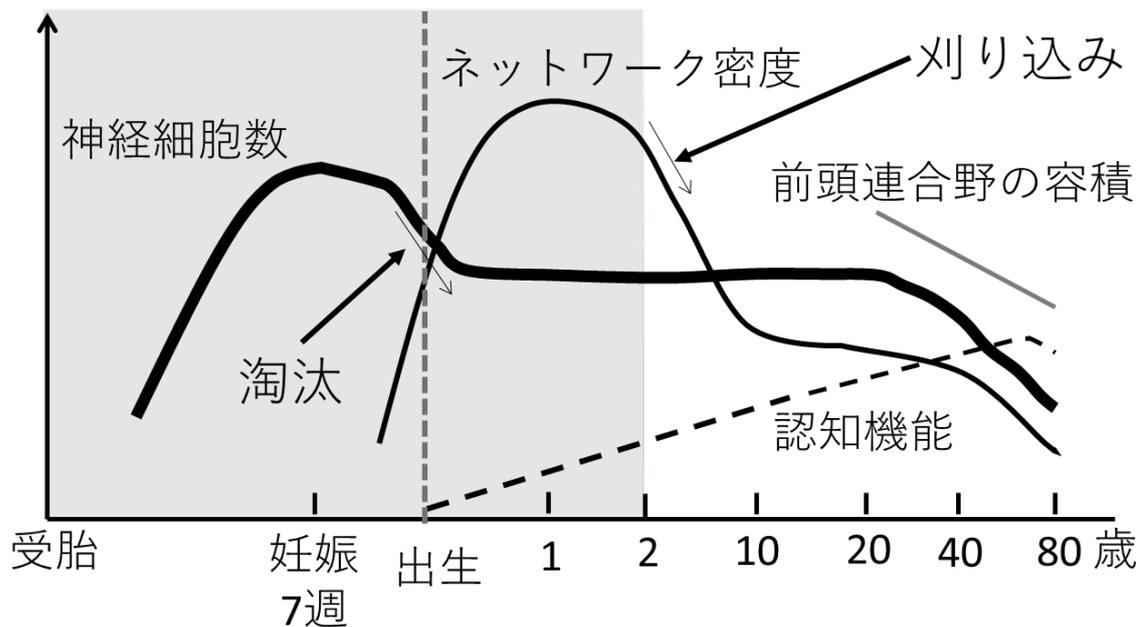


図. 神経系の発達

縦軸は、神経細胞数、ネットワーク密度、認知機能、前頭連合野の容積のそれぞれ独自の時間的な経過による量の推移を示すもので、それぞれの間の量の比較を示すものではない。

講演会のあとのお楽しみ



プログラム

- | | |
|----------------------------|-------|
| 1. からたちの花 | 山田耕筰 |
| 2. 献呈 | シューマン |
| 3. 『6つの子どもの歌』より | 中田喜直 |
| 4. バラード 第1番～SPバージョン | ショパン |
| 5. 私のお父さん～オペラ『ジャンニ・スキッキ』より | プッチーニ |

♪ メゾ・ソプラノの横内尚子氏の歌と畠山正成氏のピアノを堪能しました。
 コーヒーを飲みながらの素敵な午後でした♪

「自衛消防訓練」実施

2018年7月29日

豪雨、地震など自然災害の多い昨今です。今回は、聖テモテ教会の「自衛消防訓練」に参加し、火災を想定した実践的な体験をしました。

ぶどうのいえとして

- 教会から火災発生との連絡を受け、館内放送で滞在者に避難を呼びかけた。避難場所は駐車場。今回は、一階玄関から避難。ただし、2Fと3Fの避難口も開放した。
- 各室を回り、部屋に滞在者が残っていないか確認した。



非常用館内放送



AED



防災監視盤



「火事です！」
通報の訓練



駐車場に避難・点呼
「全員いますか？」



AED と消火器



スタンドパイプ



消火栓にスタンド
パイプを設置

- ・ AED と消火器を避難場所に持ち出した。救急箱は教会が持ち出した。
- ・ 駐車場で全員避難したか確認した。
- ・ 文京区弥生一丁目町会が設置しているスタンドパイプと消火栓の使い方の説明を受けた。

★ ありがとうございます

寄付・会費の方々

(順不同・敬称略)

新生礼拝堂 山口學 本井純子 樫山真知子 立教女学院 宍道多麻子 菊地緑 聖パウロ教会
 会 大滝留理子 渡邊誠 上原千都世・智宏 棕尾薫 大塚美悠紀 日立キャピタル(株)
 (株)日立アーバンインベストメント (株)日立システムズ 目白聖公会婦人会 黒須道子 白
 石正 大西健之 戸倉淳 堀楚乃子 匿名 渡邊誠 大久保えま子 大畑喜道 西田恵子 大
 畑喜道・敦子 小林カ 荒木悦子 岡村美和子 倉石昇 棕尾薫 山形壽太郎 聖ヨゼフ宣教
 修道女会フィリピン・ボランティア 渡邊誠 村松夏子 匿名 畠山正成 荒川雄行・こずゑ・
 温子 別所文雄 森村学園福祉 OG 会三浦優子 東京諸聖徒教会 聖ルカ礼拝堂 聖パトリッ
 ク教会 小金井聖公会 八王子復活教会 東京聖十字教会 大森アグネス教会 東京諸聖徒教
 会 葛飾茨十字教会 池袋聖公会 東京聖テモテ教会 目白聖公会 練馬ガブリエル教会 聖
 パウロ教会 三光教会 聖マーガレット教会 前田美穂 石渡康弘 匿名 棕尾薫 兼崎はる
 美 織田恵子 匿名 樋口扶美子 丸田研一 橋本恵理子 (2018・3・1～2018・6・30)

★ ありがとうございます

(順不同・敬称略)

長内英樹(茶葉) 竹内朋子(バザー用品) 長内英樹(食品) 吉田和子(洗剤等) 松川真一(菓子) ダイエーイロシートキャンペーン西台店(食料品) アンジー遠藤(バザー用品) 小林紀子(食品・雑貨) 長内英樹(米 新茶) 山形壽太郎(米 バザー用バッグ等) 小林尚子(日用雑貨) 箱田敦子(洗剤等) 羽深由美子(ドリップコーヒー ティーバッグ) 長内英樹(ジュース詰め合わせ) 阿佐ヶ谷聖ペテロ教会(日用雑貨)

(2018・3・1～2018・6・30)

お知らせ

秋のバザー

2018年10月21日(日) 11:30～14:00

9月になりましたら献品を受け付けます。

衣類は子供用のみです。よろしくお願ひします。



お知らせ

語りの会 尾松純子 語りの世界

2018年12月15日(土)

詳しくはイベント事務局へお問い合わせ下さい。

イベント事務局 鶴飼良機 Tel: 03-6205-5531

お知らせ

講演会

2019年1月19日(土) 14:00～

(仮題)「小児がんの話」

前田美穂先生(日本医科大学名誉教授・ぶどうのいえ理事)

詳細は次号でお知らせします。

編集後記

台風、水害と猛暑、体にこたえる夏の日々をいかがお過ごしでしょうか。

ぶどうのいえでは、病院との往復でお疲れの利用者さんに少しでもゆっくり休んでいただけるように気をつけています。皆様もどうぞお身お大切に！ (編集 西田 堀内紀)

認定 NPO 法人 ぶどうのいえ

ホームページ <http://www.budounoie.jp/>

E-mail info@budounoie.jp

郵便振替口座名 特定非営利活動法人ぶどうのいえ

郵便振替口座番号 00120-2-540161