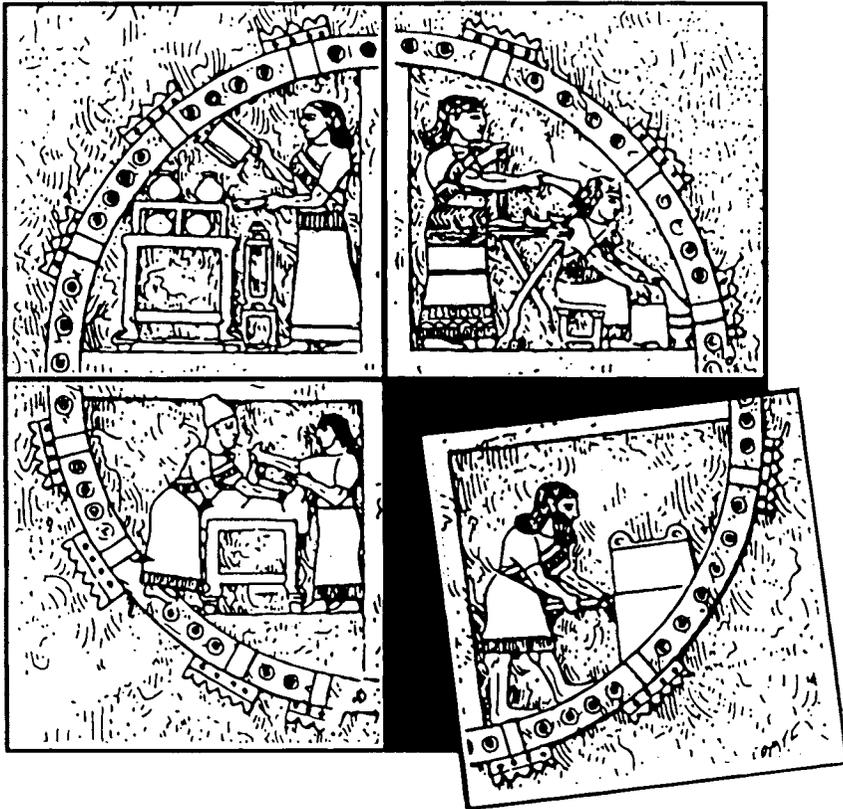


# 日本女子大学 総合研究所紀要

22



## 目 次

若年女性に対する効果的な健康栄養教育プログラムの開発

Development of an Effective Health and Nutrition Education Program for Young Women

……………研究課題 (63) 研究代表者 東 田 寿 子 … 1

ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクト

「再現」を媒介したダンスの美的研究の可能性

Reproduction Project of Masterpieces of Dance:

Research Possibilities of the Aesthetics of Dance through the Medium of “Reproduction”

……………研究課題 (64) 研究代表者 木 村 覚 … 67

子どもの育ちの総合的研究と支援

Comprehensive Research and Support for Children’s Development

……………研究課題 (65) 研究代表者 塩 崎 尚 美 … 129



# 若年女性に対する効果的な 健康栄養教育プログラムの開発

Development of an Effective Health and Nutrition Education Program  
for Young Women

東 田 寿 子 TOHDA Hisako  
(研究代表者、日本女子大学家政学部食物学科特任准教授、  
保健管理センター所長)

佐 藤 和 人 SATO Kazuto  
(日本女子大学家政学部食物学科教授)

佐々木 一 茂 SASAKI Kazushige  
(日本女子大学家政学部被服学科准教授)

今 井 敦 子 IMAI Atsuko  
(日本女子大学家政学部食物学科助教)

小 粥 紀 子 OGAI Noriko  
(日本女子大学保健管理センター主任)

奈 良 詳 子 NARA Shoko  
(日本女子大学附属高等学校養護教諭)

西 田 早 苗 NISHIDA Sanae  
(日本女子大学附属中学校養護教諭)

小 原 麻紀子 KOHARA Makiko  
(日本女子大学附属中学校養護教諭)「2016年度まで」

# 目 次

## I 研究の背景と目的

## II 女子大学生における食生活と健康問題に関する実態調査

研究1. 女子大学生の体組成に関する実態調査

研究2. 女子大学生のボディイメージに関する調査

研究3. 女子大学生の冷えに関する実態調査

## III 思春期の女子における健康問題に関する実態調査

研究4. 食生活と自覚症状に関する検討

研究5. 朝食の内容と健康に関する情報源に関する検討

今後に向けて

## IV おわりに

## I 研究の背景と目的

近年、生活習慣病とよばれる食生活をはじめとする生活習慣の乱れを原因とする疾患が増加している。特に若年女性においては極端なやせが将来的に糖尿病、高血圧、骨粗鬆症等の生活習慣病を惹起することが知られるようになり、超高齢社会である我が国において、若年女性の体格を考えることは、将来の高齢者の健康や生活習慣病予防のために取り組むべき課題である。しかしながら、依然、痩せ＝美しいという風潮は存在し、正常体重または痩せでありながら、さらに痩せようとする女性が多く、社会問題となっている。また、本学においては、毎年4月に全学園において健康診断を行っているが、附属小学校・附属中学校・附属高等学校・大学全ての学年において、身長は全国平均より高く、体重は全国平均よりも低い。すなわち、やせ傾向が強いことがわかる。大学では、健康診断に基づき、BMI16.6未満を痩せ、BMI27以上を肥満とし、健康相談に呼び出しているが、やせの学生は肥満の学生に比べて、自分の体重への問題意識が低く、呼び出しに応じなかったり、自分の体重に満足している傾向がある。

現代の日本社会は健康や美容への意識の高まりを背景に、健康維持や生活習慣病予防および美容に関する情報が溢れている。しかしながら生活習慣病の患者数は減少するどころかますます増加しており、これらの情報の中には極端な食事制限や医学的根拠が不明瞭なものも多く問題である。

厚生労働省による平成25年国民健康・栄養調査<sup>1)</sup>では日本人の20～29歳女性でやせ(BMI < 18.5)の割合は21.5%であり性・年齢階級別で最も高い。一方、肥満(BMI ≥ 25)の割合は10.7%である。1980年からの推移をみるとやせおよび肥満はともに増加傾向にあり、すなわち適正なBMIの者が減少している<sup>2)</sup>。よって若年女性への食事指導をはじめとした健康教育の必要性が高い。

女性のやせは栄養不足や生活習慣病との関連など本人の健康を損なう恐れがある上に、やせの女性の子供は低出生体重であることや、その子の将来の生活習慣病の発症リスクとなることなど、次世代のリスクにもつながる可能性が示唆されている。また、痩せることを強く望み、食事を極端に制限してしまうことは神経性食欲不振症などの疾患の誘因にもなり、心身ともに悪影響を及ぼす。本人と次世代の子の健康増進のために、若年女性の適正体重維持のための栄養教育が必要だと言える。そこで本研究では若年女性に対する望ましい健康栄養教育のあり方を検討するための課題を抽出することを目的に、はじめに女子大学生を対象に若年女性の健康問題であるかくれ肥満、ボディイメージの歪み、冷えを取り上げ、食生活習慣や体格との関連等の実態調査をおこなった。次に、附属高等学校と中学校の養護教諭とともに思春期の女子の健康栄養教育の在り方について検討することを目的に、高校生と中学生を対象に生活習慣や健康意識に関する実態調査を行った。さらに本研究の実施、結果をもとに、新たに中学校では健康に関する教育活動が始まっている。本稿では、本研究課題の中で行った調査研究活動の主なものについて報告する。

## Ⅱ 女子大学生における食生活と健康問題に関する実態調査

### 研究1. 女子大学生の体組成に関する実態調査

#### 1) はじめに

現代の日本社会は健康や美容への意識の高まりからダイエットへの関心が高まっている。とりわけ若年女性のやせ願望は強く、結果としてやせの割合の増加が問題となっている。メディアに露出する女性の多くがやせており、『やせ=美しい』というボディイメージから、標準体重またはそれ以下でありながら太っていると感じ、ダイエットを行っている女性が多い傾向にある。また、マスコミによるダイエットに関する情報が錯綜し、その中には極端な食事制限や医学的根拠が不明瞭なものも多く、その信憑性は疑わしい。このように不必要な、あるいは誤ったダイエットを行うことによって女性の健康への影響が懸念される。

低体重または普通体重であるが体脂肪率が高い、いわゆる『隠れ肥満』の者の割合が増加しており20代女性の3～4割という高頻度でみられることが報告されている<sup>3) 4)</sup>。日本人の若年女性における隠れ肥満ではHDLコレステロール値の低値傾向やトリグリセリド値が高値傾向であることが報告されており<sup>5)</sup>、すでに隠れ肥満が身体に生理的影響を及ぼすことがわかっている。

近年、生活習慣病患者の増加および患者の若年化が問題視されている。生活習慣病の発症には内臓脂肪の蓄積による内臓脂肪組織の機能変化が寄与していると言われていたことから、我々は若年女性においても体脂肪率の高い隠れ肥満の者は内臓脂肪が蓄積されており、将来の生活習慣病につながるのではないかと推測した。しかし、若年女性の内臓脂肪についての研究は少なくその詳細は不明である。そこで本研究では若年女性の内臓脂肪量を含めた身体計測を行い、若年女性における隠れ肥満と内臓脂肪との関連について検討した。また、食事調査や生活習慣調査をあわせて実施し、隠れ肥満の形成因子の検討も行った。

本研究では将来の健康状態に影響を及ぼす若年女性のやせおよび隠れ肥満と身体状況や食習慣、生活習慣の関連を明らかにするため、体脂肪率に着目した標準群・隠れ肥満群の比較と、BMIに着目した標準群・やせ群の比較を行った。特に未だ詳しいことがわかっていない隠れ肥満および若年女性の内臓脂肪蓄積の実態に重点を置いて検討を行った。

#### 2) 対象と方法

##### ①研究対象

本学の食物学科管理栄養士専攻2、3、4年次の学生計51名に調査を実施した。参加を申し出た対象者には調査内容の説明を行い、文書による同意・承諾を得たのち調査を実施した。

##### ②調査期間

調査票の配布：平成26年10月10日（金）

身体測定と調査票の回収：平成26年10月23日（木）、30日（木）

### ③倫理的配慮

個人情報保護法に基づき個人データは厳重に管理した。対象者には使用した個人情報には他に漏れることがないように厳重に管理すること、研究に承諾できない場合には拒否が可能であることを説明し、了解を得た。なお、本研究は日本女子大学倫理委員会の承諾を得て行われた。

### ④調査方法

対象者には事前に『エクセル栄養君 FFQg Ver.3.5食物摂取頻度調査票』および『FFQg・食習慣アンケート』[建帛社]、さらに体組成や食習慣に影響を及ぼすと考えられる項目を追加した調査票を配布し、調査当日までに各自記入してもらった。調査当日に記入内容を確認し、不備があった場合には聞き取りを行った。調査当日は身体計測を行った。

### ⑤調査項目

#### A. 身体計測

- ・In Body3.0（8点接触型電極型、インピーダンス法）

体重、除脂肪量、体水分量、細胞内液、細胞外液、体脂肪率、体脂肪量、部位別水分分布、ウエスト・ヒップ比、部位別インピーダンス値

- ・内臓脂肪測定装置 Dual Scan HDS-200（デュアルインピーダンス法）  
内臓脂肪面積、腹部皮下脂肪レベル

#### B. 生理検査

- ・AGE reader CU 終末糖化生成物測定器（蛍光分光方式）終末糖化生成物
- ・Oligo Scan（吸光光度法）体内のミネラル、有害金属
- ・ASTRIM FIT（近赤外分光画像測定法）ヘモグロビン推定値
- ・超音波踵骨測定装置 A-1000（超音波測定法）骨密度
- ・オムロンデジタル自動血圧計 HEM-1000（間接法・自動式）血圧

#### C. 食物摂取頻度調査

食物摂取頻度調査には『エクセル栄養君 FFQg Ver.3.5食物摂取頻度調査票』を使用した。これは吉村らにより作成され、最近の1～2ヶ月間程度のうちの1週間を単位として、食物摂取量（portion size）と摂取頻度（food frequency）から食品摂取量・栄養素摂取量を推定するものである。食品群別に分かれた29の食品グループと10種類の調理方法から構成された簡単な質問により、日常の食事の内容を評価する調査である。被験者に負担を強わずに、再現性、妥当性を確保することができる。

#### D. アンケート調査

アンケート調査には2種類のアンケートを用いた。

- ・エクセル栄養君 FFQg Ver.3.5食習慣アンケート

エクセル栄養君 FFQg Ver.3.5に収録されている食習慣に関するアンケートで、I 運動や健康に関する質問、II 食行動に関する質問、III 食態度に関する質問、IV 食意識に関する質問の4項目で構成されるアンケート用紙である。上記の食習慣アンケート以外で体組成や食習慣に影響を及ぼすと

## 対象者の基礎データ

本学食物学科管理栄養士専攻の学生

2年生 11名

3年生 33名

4年生 7名

計51名

被験者データ (平均±S.E.)		BMIによる分類		人数
年齢 (歳)	20.6±0.12	肥満	BMI ≥ 25	1名
身長 (cm)	159.5±0.56	ふつう	18.5 ≤ BMI < 25	38名
体重 (kg)	50.2±0.85	やせ	BMI < 18.5	12名
BMI	19.7±0.30			
体脂肪率 (%)	23.6±0.63			

このうち  
18.5以上22未満 32名  
22以上25未満 6名

平成26年10月23・30日実施

Fig.1-1 研究1 対象者の基礎情報

考えられる項目について、自作のアンケートを作成した。ダイエット経験や月経、食べる速さ、就寝時間などの質問項目を作成した。

### ⑥統計解析

統計ソフト IBM SPSS (Statistics 22) を用いて統計分析を行った。2変量の関係は Pearson および Spearman の相関係数により検定を行った。また、隠れ肥満群・標準群・やせ群の3群間比較では一元配置分散分析で Tukey により検定を行った。ノンパラメトリック検定では Kruskal-wallis の検定を行い、群間に差があるものでは、Mann-Whitney の検定を行い、Bonferroni の不等式による修正を行った。また、標準群・隠れ肥満群および標準群・やせ群の2群間比較では Student の t 検定を行い、ノンパラメトリック検定では Mann-Whitney の U 検定を行った。生活習慣アンケートおよび自作アンケートはクロス集計と  $\chi^2$  検定を行った。有意水準は危険率 5% ( $p < 0.05$ ) とした。

### 3) 結果

#### ①対象者背景

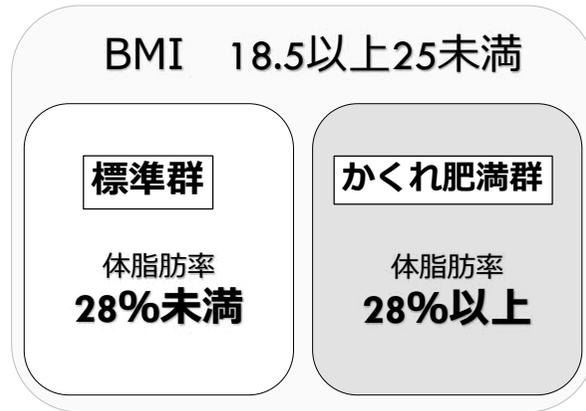
被験者の年齢と身体測定結果、BMI による分類を示した (Fig.1-1 研究1 対象者の基礎情報)。

#### ②標準群・隠れ肥満群の比較～体脂肪率による検討～

##### A. 群分け

現在、明確な隠れ肥満の定義は定められていない。そこで、本研究では体脂肪率を測定した InBody における標準範囲18%以上28%未満を用いた<sup>6) 7) 8) 9) 10) 11) 12)</sup>。これらは先行研究において女性の平均値が23%としており、その±5%を標準範囲と定めている。また、InBody はその他の体脂肪率測定方法において現在のところ、最も信頼性が高く、ゴールドスタンダードとされる DEXA 法と高い相関を示すことが報告されている。

## 群分け



Inbody3.0で測定

Fig.1-2 研究1 かくれ肥満群分け

## 各群の基礎データ

	標準群 (n=29)	隠れ肥満群 (n=9)	検定
年齢(歳)	20.4±0.85	20.6±0.83	n.s.
身長(cm)	159.6±3.63	157.7±3.86	n.s.
体重(kg)	50.5±4.56	54.4±3.29	p<0.01
BMI	19.8±1.14	21.9±1.29	p<0.01
体脂肪率(%)	<b>23.3±2.41</b>	<b>30.3±1.88</b>	<b>p&lt;0.01</b>

平均±s.e.

Table1-1 研究1 被検者の基礎データ

本研究ではBMIで普通体重にあたる、BMI18.5以上25未満のうち、体脂肪率が18%以上28%未満の人を標準群、28%以上の人を隠れ肥満群と定義した。被験者51名のうち、標準群が29名、隠れ肥満群が9名となった。(Fig.1-2 研究1 かくれ肥満群分け、Table1-1 研究1 被検者の基礎データ)

### B. 身体測定

隠れ肥満群では体重、BMI、体脂肪率において有意に高値を示した。年齢、身長、筋肉量、除脂肪量、内臓脂肪面積では2群間に有意差はみられなかった。

### C. 生理検査

終末糖化生成物、Hb 推定値、骨密度、収縮期血圧、拡張期血圧では2群間に有意差はみられなかった。

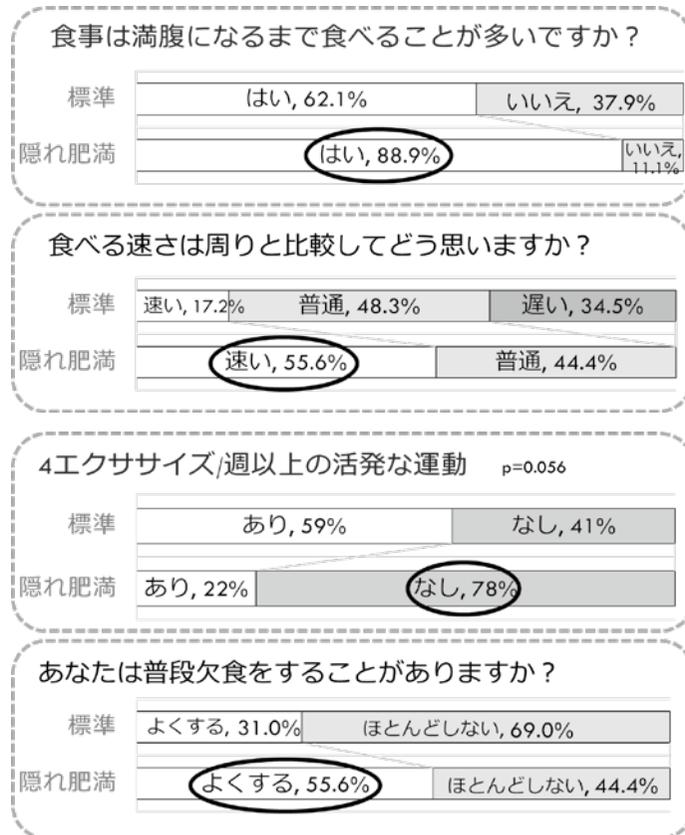


Fig.1-3 生活習慣・食習慣調査結果

#### D. Oligo Scan による測定

隠れ肥満群においてナトリウム、カリウム、銅が有意に低値を示した ( $p < 0.05$ )。他のすべての項目において2群間に有意差はみられなかった。

#### E. 食物摂取頻度調査

『エクセル栄養君 FFQg Ver.3.5食物摂取頻度調査票』によって得られた結果のうち、算出されたすべての栄養素と食品群を比較した。カルシウム摂取量は隠れ肥満群が有意に低値を示した。エネルギーおよびその他の摂取量については2群間に有意差はみられなかった。

#### F. アンケート調査

『エクセル栄養君 FFQg Ver.3.5身体活動調査アンケート、食習慣アンケート』のクロス集計を行った結果を抜粋して示した。健康づくりのための身体活動基準2013にて推進されている1週間に4エクササイズ以上の活発な運動を行っている人の割合は隠れ肥満群において低値傾向にあった。また食べる速さ、間食・欠食の頻度、満腹になるまで食べる人の割合は隠れ肥満で高かった。それ以外の外食の頻度と夜9時以降の食事をする頻度においては有意差がみられなかった。(Fig.1-3 生活習慣・食習慣調査結果)

#### 4) 考察

本研究の被験者51名のうち BMI25以上の肥満に属する人が1名いたが、解析の精度向上のため除外して解析を行った。

先行研究<sup>3) 4)</sup>においては若年女性全体の30~50%が隠れ肥満という報告があるが、本研究の被験者のうち隠れ肥満の人は17.4%と少なかった。被験者は食物学科の学生であり、健康への関心が高く、知識を有しており、個々で健康管理を行っている人が多く比較的隠れ肥満が少ない結果となったのではないかと考えられた。

身体測定結果において隠れ肥満ではBMIと体重が有意に高値を示した。BMIが高いほど体脂肪率が高いと推測もできるが、隠れ肥満の中には体脂肪率が高くてもBMIが低い傾向(BMI18.5以上20未満)の人、さらに標準群で体脂肪率が標準でBMIが高い傾向(BMI23.5以上25未満)の人みられたため、本研究の隠れ肥満群の特徴はただ単にBMIが高いことに限ることではないと考えられる。

体脂肪率は隠れ肥満群で有意に高値を示したのに対して、筋肉量や除脂肪体重、内臓脂肪面積には有意差はみられなかった。内臓脂肪測定では標準偏差が大きく、個人差が大きいことが推測される。本研究ではこの他に内臓脂肪面積の四分位での解析も行ったが、身体測定、食事調査等に有意差はみられなかった。先行研究<sup>13)</sup>においてエストロゲンが内臓脂肪および皮下脂肪の蓄積を抑制するという報告がなされており、本研究で内臓脂肪に有意差がみられなかったことは、エストロゲンが関与しているのではないかと考えられる。若年女性ではエストロゲンの働きが強く、体脂肪の蓄積を抑制しているが、ライフステージを経るごとにエストロゲンが減少すれば、若年に比べて体脂肪が蓄積する可能性が考えられる。皮下脂肪においては内臓脂肪測定装置 Dual Scan によって測定された皮下脂肪レベル以外に測定は行わなかった。この皮下脂肪レベルは腹部皮下脂肪量をだまかに設定されたレベルに分類するもので、正確な皮下脂肪量の測定値は記録されない。これらの事から今回の研究で皮下脂肪量の検討にこの皮下脂肪レベルの値を用いるのは不適切であると考えた。よって、体脂肪率に有意差が見られる一方で内臓脂肪面積や筋肉量、除脂肪体重に有意差が見られなかったということから隠れ肥満群では皮下脂肪量が多いと推測した。

食物摂取頻度調査ではエネルギーおよび炭水化物、たんぱく質、脂質の三大栄養素に有意差はみられず、平均値を比較すると隠れ肥満群は低値を示した。肥満は過剰のエネルギーや脂質の摂取が原因の1つであるため、隠れ肥満においても同様の傾向が見られるのではないかと推測したが、本研究ではその関係性は認められなかった。また、カルシウム摂取量において隠れ肥満群において有意に低値を示した。先行研究<sup>14) 15) 16) 17) 18)</sup>においては、体脂肪率高値の人で食事性カルシウム摂取量が少ないとされており、本研究でも同様の結果を得ることができた。これはカルシウムの摂取量が減少すると副甲状腺ホルモンの分泌が増加し、それによって脂肪が蓄積しやすくなるという機序の関与も考えられる。

また食品群別エネルギー摂取量で見ると、総エネルギー摂取量や菓子類以外の食品群では隠れ肥満群が標準群に比べて低値を示したのに対し、菓子類では高値を示した。よって、隠れ肥満群は標準群よりも菓子類でエネルギーを摂取しているといえる。菓子類は糖質、脂質ともに割合が高いものが多く、体脂肪が蓄積されやすい食品群である。加えて野菜の摂取量は隠れ肥満群は標準群よりも少ない傾向であった。野菜はビタミンが多く含まれ、代謝の補酵素として重要な役割を果たし、食物繊維も豊富であることから肥満予防のために1日350gを摂取することを厚生労働省が推奨しており、本研究においても野菜摂取量の減少と体脂肪率の増加との関連が示唆された。野菜摂取量

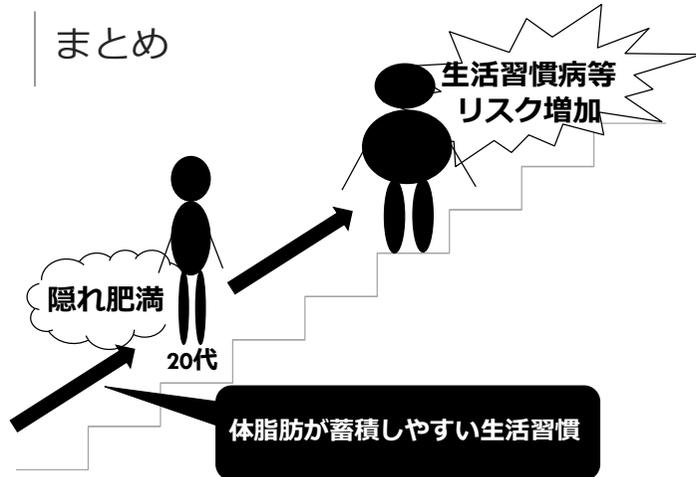


Fig.1-4 研究1まとめ

は標準群においても目標の350gに達していなかったため若年女性全般への野菜摂取量の増加も望まれる。よって、菓子類の摂取と野菜摂取量の減少が隠れ肥満の食事の問題点として挙げられる。

運動習慣アンケートにおいては過去1ヶ月の運動時間の回答を得て集計し、健康づくりのための身体活動基準2013で推進されている4エクササイズ/週以上の人を運動習慣ありと定義し解析を行った。運動習慣のある人の割合は標準群で59%であるのに対し、隠れ肥満群では22%となり低値傾向を示した。運動は消費エネルギーを増やし、筋肉量の増加による基礎代謝量の増加につながり肥満および生活習慣病の予防や治療には重要な因子である。

生活習慣アンケートにおいては隠れ肥満群は、欠食頻度や満腹まで食べる者、食べる速さが速いと感じている人が多いことが挙げられた。満腹まで食べることや欠食があると、1回の食事で必要エネルギー以上の摂取につながり、一度に多くのエネルギーを摂取すれば脂肪への蓄積が大きくなる。また食べる速さが速い場合、血糖が上昇して満腹を感じるころには既に食べ過ぎている可能性が高い。早食いと体脂肪率が高値であることとの関連も報告されている<sup>19)</sup>。本研究ではエネルギー摂取量に有意差はみられなかったが、このような脂肪の蓄積が促進される食習慣が体脂肪率高値を誘発している可能性が示唆された。

一般に先述のような隠れ肥満の運動習慣および食習慣は肥満や生活習慣病患者によく見られる習慣であったが、身体測定結果や生理機能検査結果で差が見られなかった点に関して、現時点では若年であることや先述のような生活習慣の継続期間が数年と短いことから体組成や検査値などに影響していないと考えられる。しかし、これらの習慣を今後長期にわたって継続した場合には生活習慣病へとつながる可能性が高いと考えられる (Fig.1-4 研究1まとめ)。大学生は特に生活習慣や食習慣が変化する時期であり、現段階での生活習慣および食習慣の是正が今後の健康状態に重要であり、栄養教育のさらなる向上が望まれる。

#### 引用文献

- 1) 厚生労働省：平成25年国民健康・栄養調査結果の概要
- 2) 厚生労働省：平成24年国民健康・栄養調査報告書

- 3) 高橋理恵他、「若年女性の隠れ肥満の実態評価」『日本生理人類学会誌』7、2002年、213-217頁
- 4) 永井成美他、「若年女性の正常体重肥満を形成しやすい遺伝的、生理学的要因の検討」『肥満研究』第12巻、2006年、147-151頁
- 5) 井上広子他、「女子大学生の正常体重肥満者における血液パラメーターと食物摂取状況の影響」『日本家政学会誌』第63巻、2012年、421-430頁
- 6) Lohman TG et al, “Advanced in body composition assessment - Current issues in exercise science series. Champaign-IL” *Human Kinetics*, 1992, pp. 80
- 7) Lee RD et al, *Nutritional Assessment, second edition*, pp. 264
- 8) Bray GA, *Contemporary Diagnosis and Management of Obesity*. 1998, pp. 13
- 9) Mahan LK et al, *Krause’s Food, nutrition & diet therapy 9th edition*, pp. 455
- 10) Brown JE, *Nutrition Now 2nd edition*, (Wadsworth Publishing Company, 1999), pp. 9-3
- 11) Fomon SJ et al, “Body composition of reference children from birth to age 10 years” *Am J Clin Nutr*, vol. 35, 1982, pp. 1169-1175
- 12) Mahan LK et al, *Krause’s Food, nutrition & diet therapy 9th edition*, (WB Saunders Co.), pp. 276
- 13) Rumana Yasmeen et al, “Autocrine Function of Aldehyde Dehydrogenase 1 as a Determinant of Diet- and Sex-Specific Differences in Visceral Adiposity” *DIABETES*, 62, 124-136 (2013)
- 14) Janne Kunchel Lorenzen et al, “Effect of dairy calcium or supplementary calcium intake on postprandial fat metabolism, appetite, and subsequent energy intake” *Am J Clin Nutr*, vol. 85, 2007, pp. 678-687
- 15) Dorothy Teegarden, “The Influence of Dairy Product Consumption on Body Composition” *The journal of Nutrition*, 2005, pp. 2749-2752
- 16) 青江誠一郎他「乳成分とメタボリックシンドロームの関係」『Milk science』第5巻3号、2009年、97-101頁
- 17) Jennifer L Rosenblum et al “Calcium and vitamin D supplementation is associated with decreased abdominal visceral adipose tissue in overweight and obese adults” *Am J Clin Nutr*, vol. 95, 2012, ppt. 101-108
- 18) 山中千恵美他「カルシウム摂取量および形態の違いがKKマウスの腹腔内脂肪蓄積に及ぼす影響」『日本栄養・食糧学会誌』第64巻第6号、2011年、385-391頁
- 19) YAGUCHI-TANAKA Yuri et al “Cross-Sectional Study of Possible Association between Rapid Eating and High Body Fat Rates among Female Japanese College Students” *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*, Vol. 59 No. 3, 2013, ppt. 243-249

## 研究2. 女子大学生のボディイメージに関する調査

### 1) はじめに

現代の日本社会では、メディアにより作られた「やせ=美しい」という風潮から、標準体重またはそれ以下であるにもかかわらず、やせ願望を持っている者が増えている。特に若年女性におけるやせ願望は根強く、平成26年度国民健康栄養調査<sup>1)</sup>では、20歳代の女性のやせの割合は、17.4%で性・年齢階級別で最も高い。

標準体重またはそれ以下の者がやせ願望を持つことは、不必要なダイエットに繋がる。また、マスコミによるダイエットに関する情報の中には極端な食事制限や医学的根拠が不明瞭なものも多いため、誤ったダイエットにつながる可能性も高い。これらの不必要・誤ったダイエットは、低栄養・特定の栄養素の不足・やせを引き起こす (Fig.2-1 研究2背景)。

若年女性の低栄養・特定の栄養素の不足・やせは、月経不順・無月経・貧血などを引き起こし、現在の本人の健康を損なう恐れがある上に、将来、骨粗鬆症などの生活習慣病を引き起こす原因となる。さらに、低出生体重児の増加や子の生活習慣病の発症など次世代のリスクにもつながる重大な問題である。また、痩せることを強く望み、食事を極端に制限してしまうことは神経性食欲不振症などの疾患の原因にもなり、心身ともに悪影響を及ぼす。

ボディイメージとは、一般的に自分の身体について思い描いた心像、あるいは視覚的イメージから自己をとらえたものであるが、自分の体に対するイメージ・自分の身体に対する主観的な評価・理想の体型など、その使い方によって様々な意味を持つ。本研究では、ボディイメージという言葉「思い描いた体型の像」という意味で使用する。

やせ願望は自分の認知しているボディイメージと理想のボディイメージとのズレによって生じる

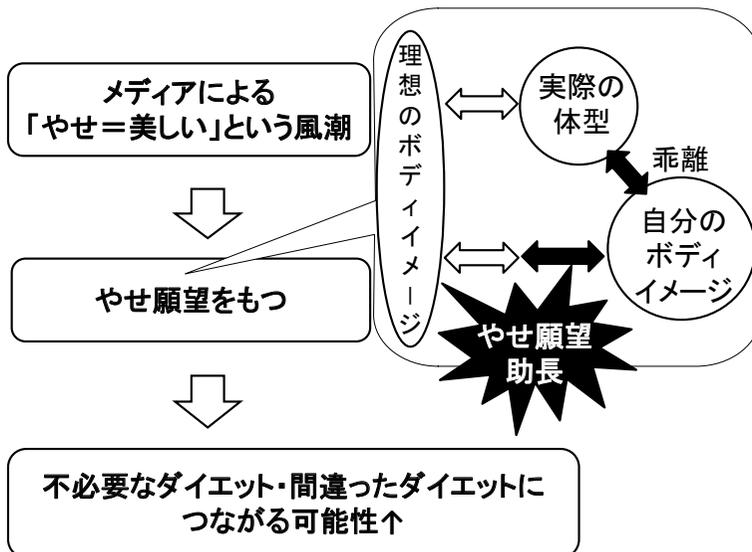


Fig.2-1 研究2背景

とされている<sup>2)</sup>。そのため、やせ願望を助長させる原因として、理想のボディイメージが細いシルエットであるという事の他に、自分の認知しているボディイメージを実際の体型よりも過大評価、つまり痩せているにも関わらず太っていると思ってしまう事があげられる。自分の認知しているボディイメージは、自分の身体に対する主観的な評価であり、性・人種・社会的要因・心理的特性の影響を受けることが知られている<sup>3)-6)</sup>。

先に行われているボディイメージの調査は、約10段階の絵によるシルエットチャート法やBMIの区分と自己評価の差などがほとんどであるのに対し、本研究では本学家政学部被服学科の佐々木准教授のグループによって開発されたボディイメージ評価プログラム<sup>7)</sup>を使用した。このボディイメージ評価プログラムでは、実際の体型と自分の認知しているボディイメージとのズレ（体型認知の歪み）と自分の認知しているボディイメージと理想のボディイメージとのズレ（体型の不満足度）を測定した。このボディイメージ評価プログラムは、健康な若齢女性を対象とした、シルエットチャート法を拡張したものであり、従来の質問紙による身体サイズや身体各部位に対する満足度、関心度などを問う方法や体重を使った評価方法よりも若年女性のボディイメージをより正確に測定することができる。

今回我々は、やせ願望についてボディイメージの点から探り、さらに、身体状況や食生活、生活習慣との関連を明らかにすることを目的に調査・研究を行った。食生活、生活習慣の調査は食事摂取頻度調査及びボディイメージに影響することが報告されている項目（身体活動、ダイエット経験、月経の状況、理想とする体重など）を中心に作成し実施した。

## 2) 対象と方法

### ①研究対象

本学の食物学科以外の3、4年次の学生計61名に調査を実施した。参加を申し出た対象者には調査内容の説明を行い、同意・承諾を得たのち調査を実施した。被験者の学部の内訳をFig.1に示した。

### ②調査期間

調査票の配布：平成27年10月6日（火）～9日（金）

身体測定と調査票の回収：平成27年10月21日（水）、22日（木）

### ③倫理的配慮

個人情報保護法に基づき個人データは厳重に管理した。対象者には使用した個人情報は他に漏れることがないように厳重に管理すること、研究に承諾できない場合には拒否が可能であることを説明し、了解を得た。なお、本研究は日本女子大学倫理委員会の承諾を得て行われた。

### ④調査方法

対象者には事前に『エクセル栄養君 FFQgVer.3.5食物摂取頻度調査票』および『FFQg・食習慣アンケート』[建邦社]と自作のアンケート用紙を配布し、調査当日までに各自記入してもらった。調査当日に記入内容を確認し、不備があった場合には聞き取りを行った。調査当日は身体計測を行った。

## ボディイメージの測定方法

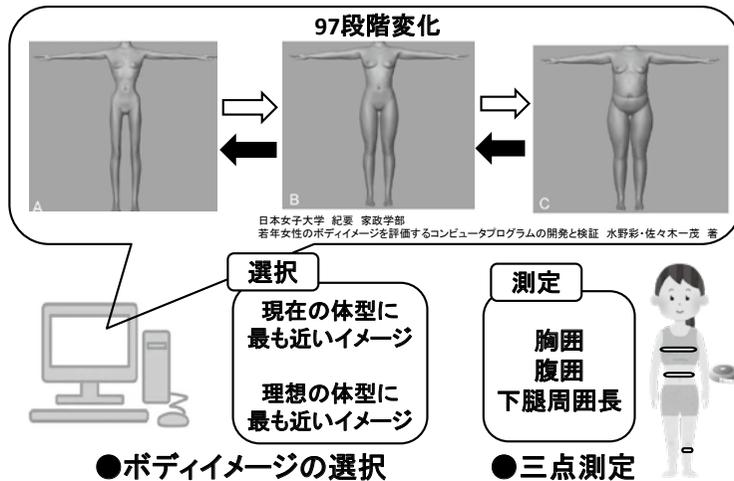


Fig.2-2 研究2 ボディイメージの測定方法

### ⑤調査項目

#### A. 身体計測

身長、体重、体脂肪率、筋肉量、内臓脂肪面積、腹部皮下脂肪レベル、握力は研究1と同様に測定した。

三点測定は背筋を伸ばした自然な体位で、左右のかかとをつけ、つま先を自然に開いて直立し、肩に不自然な力を入れないで、頭部は耳眼水平位に保ち、上肢を自然に下垂した状態を基本姿勢とし、胸囲・腹囲・下腿最大囲をメジャーで測定した。

(Clothing Construction 日本女子大学被服構成学研究室より)

#### B. ボディイメージ

ボディイメージの調査には、水野彩・佐々木一茂著の『若齢女性のボディイメージを評価するコンピュータプログラムの開発と検証』の論文に記載されているボディイメージ評価プログラムを使用した文献。被験者は97段階ある人体モデルを参考に、現在の体型に最も近いもの(現状イメージ)と理想の体型に最も近いもの(理想イメージ)を選択する。この際、痩せから肥満に変化していく場合と肥満から痩せに変化していく場合の2回測定を行い、選択したものを平均した(Fig.2-2 研究2 ボディイメージの測定方法)。

各対象者の身体サイズ(胸囲、腹囲、下腿周囲長)が現状イメージとどのくらいずれているかを「体型認知の歪み」と定義し、各部位における長さの差(現状イメージの胸囲・腹囲・下腿周囲長の合計-対象者の胸囲・腹囲・下腿周囲長の実測値の合計)として算出した。この際、コンピュータ上の人体モデルの身長は約158cmであり、対象者によっては自らの身長と大きく異なる場合があったため、各部位の実測周囲長をそのまま体型知覚の歪み評価に用いるのではなく、身長で補正をした値を使用した。値が正である場合には自己体型を過大評価していると解釈し、値が負である場合には自己体型を過小評価していると解釈した(Fig.2-3 研究2 体型認知の歪みと体型の不満

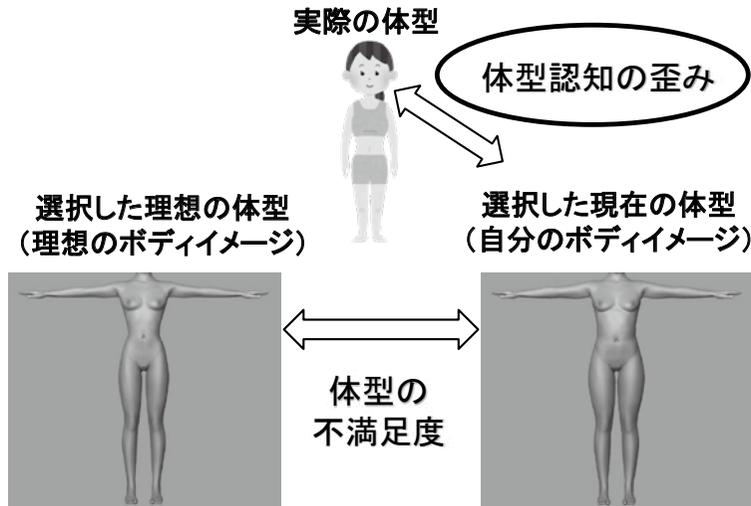
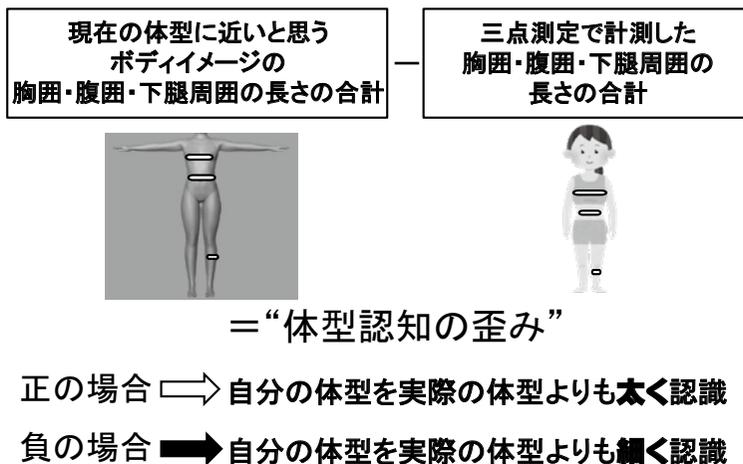


Fig.2-3 研究2 体型認知の歪みと体型の不満足度の定義



日本女子大学 紀要 家政学部  
若年女性のボディイメージを評価するコンピュータプログラムの開発と検証 水野彩・佐々木一茂 著

Fig.2-4 体型認知の歪みの求め方

足度の定義、Fig.2-4 体型認知の歪みの求め方)。

また、現状イメージが理想イメージとどのくらいずれているかを「体型の不満足度」と定義し、各部位における長さの合計の差（現状イメージの胸囲・腹囲・下腿周囲長の合計－理想イメージの胸囲・腹囲・下腿周囲長の合計）として算出した。体型の不満足度指標については、値が正である場合には理想体型よりも太っているという不満がある（やせ志向である）と解釈し、値が負である場合には理想体型よりもやせているという不満がある（増量志向である）と解釈した。

### C. 生理学検査

血中ヘモグロビン推定値は【ASTRIM FIT（近赤外分光画像測定法）シスメックス社製】、骨密

度（スティフネス値）は【超音波踵骨測定装置 A-1000（超音波測定法）GEヘルスケア・ジャパン社製】、収縮期血圧、拡張期血圧は【オムロンデジタル自動血圧計 HEM-1000（間接法・自動式）オムロン社製】を用いて測定した。

#### D. 食物摂取頻度調査

食物摂取頻度調査には『エクセル栄養君 FFQgVer.3.5食物摂取頻度調査票』を使用した。

#### E. アンケート調査

エクセル栄養君 FFQgVer.3.5食習慣アンケートに加え、ボディイメージや食習慣に影響を及ぼすと考えられる項目について、ダイエット経験や月経、理想体重などの質問項目を作成した。

#### ⑥統計解析

統計ソフト IBM SPSS (Statistics 22) を用いて統計分析を行った。2変量の関係は Pearson および Spearman の相関係数により検定を行った。また、体型認知の歪みおよび体型の不満足度の2群間比較では、正規性のある項目に関して t 検定により、正規性のない項目に関して Mann-Whitney の U 検定により検定を行った。生活習慣アンケートおよび自作アンケートはクロス集計と  $\chi^2$  検定を行った。有意水準は危険率 5% ( $P < 0.05$ ) とした。

### 3) 結果

#### (1) 全体

##### ①ボディイメージ測定

体型認知の歪みの差の合計は  $20.0 \pm 1.2\text{cm}$ 、体型の不満足度の差の合計は  $16.4 \pm 1.2\text{cm}$  であった。それぞれの分布を示した (Fig.2-5 研究 2 体型認知の歪みと体型の不満足度の分布)。体型認知の歪みと体型の不満足度の間に関連は認められなかった。

##### ②身体測定とボディイメージ

18~29 (歳) 女性の参照体位は、身長  $158.0\text{cm}$ 、体重  $53.1\text{kg}$  であり、今回の対象者は標準よりも身長が高く、体重が軽い集団であった。また、体脂肪率の InBody における標準範囲は 18% 以上 28% 未満であり、標準であった。

体型認知の歪みと身体測定結果は、相関およびその傾向の見られたものはなかった。また、体型の不満足度と身体測定結果は、体型の不満足度は体重・筋肉量・BMI・胸囲・腹囲・下腿周囲長と正の相関を示し、体脂肪率は正の相関の傾向が見られた。

##### ③生理学検査とボディイメージ

被検者全体について、骨密度は基準値よりも高く、血中 Hb 推定値、血圧においては、基準値内であった。

体型認知の歪みと生理学検査結果、体型の不満足度と生理学検査結果には相関およびその傾向が見られた項目はなかった。

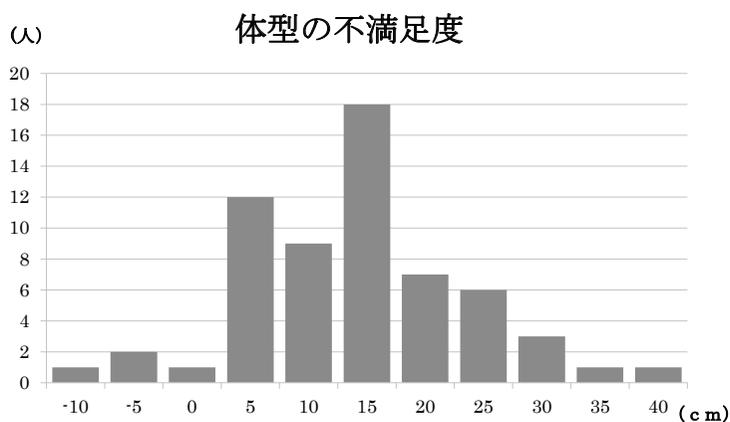
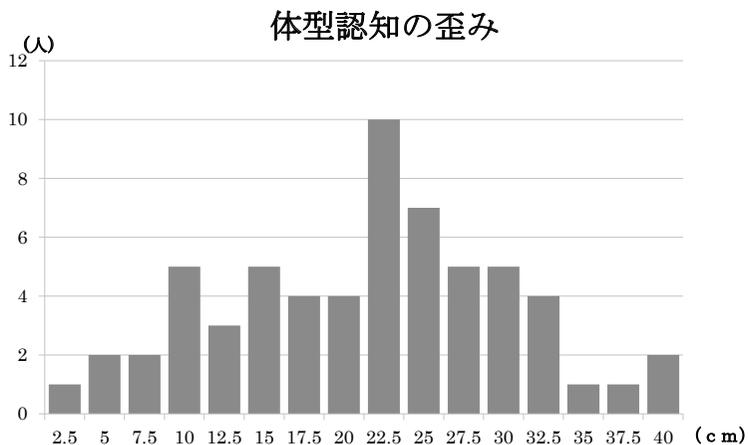


Fig.2-5 研究2 体型認知の歪みと体型の不満足度の分布

#### ④食物摂取頻度調査とボディイメージ

『エクセル栄養君 FFQgVer.3.5食物摂取頻度調査票』によって得られた結果について、食事摂取基準（2015年版）18～29（歳）女性の基準値と比較すると、主にカルシウム・マグネシウム・鉄・マンガン・ビタミンA・ビタミンE・食物繊維が不足していて、食塩と脂質が過剰であった。体型認知の歪みは、その他の野菜・ナトリウム・マグネシウム・亜鉛・銅・ビタミンB<sub>6</sub>・パントテン酸・食塩の摂取量と負の相関を示し、体型の不満足度は身体活動レベル計算値と正の相関を示し、油脂類・エネルギー・たんぱく質・脂質・炭水化物・カリウム・リン・亜鉛・ビタミンE・ビタミンB<sub>1</sub>・ナイアシン・パントテン酸・飽和脂肪酸・一価不飽和脂肪酸・多価不飽和脂肪酸・食物繊維・n-3系不飽和脂肪酸・n-6系不飽和脂肪酸の摂取量と負の相関を示した。また、体型認知の歪みは、穀物・エネルギー・たんぱく質・炭水化物・リンの摂取量と負の相関の傾向が見られ、体型の不満足度は、卵類の摂取量に正の相関の傾向が見られ、菓子類・ナトリウム・マグネシウム・鉄・ビタミンB<sub>6</sub>・葉酸・コレステロール・食塩の摂取量に負の相関の傾向が見られた。

	差の合計(cm)	人数
歪み低値群	1.16 $\geq$ , $\leq$ 21.04	31名
歪み高値群	21.36 $\geq$ , $\leq$ 38.50	30名

Table2-1 体型認知の歪みによる群分け

	差の合計(cm)	人数
満足群	-6.6 $\geq$ , $\leq$ 10.0	16名
不満足群	10.2 $\geq$ , $\leq$ 44.5	45名

Table2-2 体型の不満足度による群分け

#### (2) 体型認知の歪みによる検討～歪み低値群・歪み高値群の比較～

本研究において、被験者全員が体型認知の歪みの差の合計が正の値だった。そこで本研究ではボディイメージの測定から計算した体型認知の歪みの値を中央値で分け、群分けを行った。

本研究では、歪みの差の合計が1.16cm以上21.04cm以下の人を歪み低値群、21.36cm以上38.50cm以下の人を歪み高値群と定義した。

被験者61名のうち、歪み低値群が31名、歪み高値群が30名となった (Table2-1 体型認知の歪みによる群分け)。

生理学検査結果について、血中Hb推定値、骨密度、収縮期血圧、拡張期血圧では2群間に有意差はみられなかった。

『エクセル栄養君 FFQgVer.3.5食物摂取頻度調査票』により評価した結果について、算出されたすべての栄養素と食品群を比較した。エネルギーおよびその他の栄養素の摂取量については2群間に有意な差は見られなかった。

#### (3) 体型の不満足度による検討～満足群・不満足群の比較～

現在、ボディイメージを用いた体型の不満足度の尺度に明確な定義は定められていない。そこで、本研究ではボディイメージの測定から計算した不満足度を四分位に分け、一番値の低かった群を満足群とし、その他の3群を不満足群として群分けを行った。

本研究では第一四分位群 (Q1 ;  $\leq$ 10.0) を満足群、第二四分位群以上 (Q2-4 ;  $>$ 10.0) を不満足群と定義した。被験者61名のうち、満足群が16名、不満足群が45名となった (Table2-2 体型の不満足度による群分け)。

#### 4) 考察

本研究において、体型認知の歪みの値は全員が正の値であったことから、全員が自分の体型を過大評価しており、自分の体型に対する認識が歪んでいることが示された。また、BMI25以上の肥満者がいないのに関わらず、体型の不満足度の値は正である者が多く、やせ願望を持っている者が多いことが示された。今回の調査では、体型認知の歪みと体型の不満足度に相関がみられなかったことから、体型の不満足度 (やせ願望) 是正には、体型認知の歪みの矯正だけでなく、理想のボディイメージを標準体型に矯正することも重要であることが示唆された。理想のボディイメージはメ

ディアにより作られた「やせが美しい」という風潮の影響を受けている。若年女性への栄養教育だけでなく、こうした環境を改善することも、やせ願望是正に必須であることが示された。

また、先行研究にて女子大学生でボディイメージや食行動について季節変動は認められなかったという報告があるが、露出が増える季節にやせ願望が起りやすくなることが考えられ、今後季節を変えての調査も検討していきたい。

食物摂取頻度調査の被検者善太の結果について、食事摂取基準（2015年版）<sup>8)</sup> 18～29（歳）女性の基準値と比較すると、主にカルシウム・マグネシウム・鉄・マンガン・ビタミンA・ビタミンE・食物繊維が不足していて、食塩と脂質が過剰であった。

カルシウムは、99%は骨及び歯に存在し、残りの約1%は血液や組織液、細胞に含まれていて、血液中のカルシウム濃度が低下すると、副甲状腺ホルモンの分泌が増加し、主に骨からカルシウムが溶け出し、元の濃度に戻す。したがって、副甲状腺ホルモンが高い状態が続くと、骨からのカルシウムの溶出が大きくなり、骨の粗鬆化を引き起こす。骨密度のピークは20代前半でその後は年齢とともに減少するため、早期に積極的な摂取が望まれる。

マグネシウムは、長期にわたる不足が、骨粗鬆症、心疾患、糖尿病のような生活習慣病のリスクを上昇させることが示唆されている。鉄の慢性的欠乏は鉄欠乏性貧血を引き起こす原因となる。また、倦怠感や頭痛、易疲労感といった症状を引き起こすため、日常生活に支障をきたす可能性も考えられる。ビタミンAは、発育促進、肌の健康の維持、視覚の暗順応に関わったり、さらにのどや鼻などの粘膜に働いて細菌から体を守ったりなどの役割を持っている。ビタミンEには抗酸化作用があり、体内の細胞膜の酸化による老化や、血液中のLDLコレステロールの酸化による動脈硬化など、生活習慣病や老化と関連する疾患を予防することが期待されている。食物繊維は、便の量を増やして便秘を防ぐほか、心筋梗塞、糖尿病、肥満などの生活習慣病の予防に役立つことが報告されている<sup>9)</sup>。

これらの栄養素の不足の原因として、野菜、特に緑黄色野菜の摂取不足があげられる。今回の食品群別摂取量の結果は緑黄色野菜とその他の野菜を合わせた平均値が216gであり、健康日本21<sup>10)</sup>で目標とされている350gと比べるとかなり少ない。野菜には、ビタミン・ミネラル・食物繊維のほか、ポリフェノールやカロテノイドなどの健康増進効果が期待される機能性成分が含まれる。がん、高血圧、心臓病、メタボリックシンドロームのリスクを下げるという報告<sup>11)~14)</sup>もあり、積極的な摂取が望まれる。

脂質の過剰摂取は、食生活の欧米化にともない増加しており、肥満・生活習慣病の原因になっている。また、食品群別摂取量の結果より、菓子類の摂取過多が、脂質の過剰摂取の一因であると考えられる。菓子類の摂取量に関しては、欠食の回数の増加に伴い増加するという報告<sup>15)</sup>がある。欠食や食事内容の乏しさにより不足したエネルギーを補うためや空腹感を満たすために摂取している可能性が示唆された。適切な内容と量の食事を1日3回食べることが重要である。

また、食塩の過剰摂取は高血圧や胃がんなどのリスクを高める。若年の間から減塩を行い、習慣化させておくことが大切である。

本研究では若年女性のボディイメージをより詳細に検出する方法を用い、ボディイメージの歪み、体型の不満足度の測定を行った。対象者の身体計測の結果より、自分を実際以上に太っていると感じていることや、やせや標準体重にもかかわらず体型に不満を持っていることが明らかになった。このことは健康維持のための正しい食生活や生活習慣を乱す要因になっている可能性があり、若年女性の将来の健康を考えていくうえで、是正する必要がある課題である。本研究では、ボディ

イメージの歪みや体型の不満足度を中央値で分け、それぞれ歪み高値群または低値群、不満足群または満足群に分けて検討を行っている。今後、食事摂取状況や食事や健康に対する意識、生活習慣などについて、2群の違いを検討し、健康教育の在り方について考える情報として発信していきたい。

#### 引用文献

- 1) 厚生労働省：平成26年国民健康・栄養調査結果の概要
- 2) 柘植光代他「若年女性のやせ志向と食生活の問題（女子短大生の体格やボディイメージが食事摂取状況に及ぼす影響）」『ニューフードインダストリー』第45巻3号、2003年、7-11頁
- 3) 水村（久埜）真由美他「大学生のボディイメージと健康に関連する意識・行動および知識に見られる性差」『ジェンダー研究、お茶の水女子大学ジェンダー研究センター年報』第5巻、2002年3月29日、89-98頁
- 4) 田崎慎治、「女子大学生における痩せ願望と自己評価および自己受容の関連」『広島大学大学院教育学研究科紀要 第一部 学習開発関連領域』第56号、2007年、39-47頁
- 5) 遠藤俊郎「ボディイメージの心理学と運動」『体育の科学』第61巻5号、2011年
- 6) 山崎史恵「ボディイメージのフレームワーク」『体育の科学』第61巻5号、2011年
- 7) 水野彩、佐々木一茂「若齢女性のボディイメージを評価するコンピュータプログラムの開発と検証」『日本女子大学紀要 家政学部』第62巻、2015年3月、99-104頁
- 8) 厚生労働省：日本人の食事摂取基準（2015年版）概要
- 9) 厚生労働省：日本人の食事摂取基準（2015年版）報告書
- 10) 厚生労働省：健康日本21（第二次）
- 11) Nunez-Cordoba et al, “Role of vegetables and fruits in Mediterranean diets to prevent hypertension” *Eur J Clin Nutr.*, 2008, pp. 1-8
- 12) World Cancer Research Fund, *Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer: a global perspective, Part 3*, 2007, pp. 380-381
- 13) Baxter AJ. Et al, “Dietary patterns and metabolic syndrome- a review of epidemiologic evidence” *Asia Pac. J. Clin. Nutr.*, vol. 15, 2006, pp. 134-42
- 14) Gillman, M. W. et al “Prospective effect of fruits and vegetables on development of stroke in men” *JAMA*, vol. 273, 1995, pp. 1113-1117
- 15) 下田妙子他「女子大学生の栄養素等摂取量と欠食との関連」『東京医療保健大学紀要』第2巻1号、2006年、31-37頁
- 16) 小林幸子「女子高校生の体型別食意識と愁訴」『栄養学雑誌』第45巻、1987年、197-207頁
- 17) 坂本彩「女子学生のボディイメージとダイエット行動に及ぼす運動習慣の影響」『ジェンダー研究』第5巻、2002年、89-98頁
- 18) Mori K et al, 「Relationship between lifestyle and body image distortions in Japanese girls」 vol. 54, no. 5, 2009, 89-98
- 19) 関野由香他「食事時刻の変化が若年女子の食事誘発性熱産生に及ぼす影響」『日本栄養・食糧学会誌』第63巻3号、2010年、101-106頁
- 20) Maruyama K et al, “The joint impact on being overweight of self reported behaviours of eating quickly and eating until full: cross sectional survey” *BMJ*, 2008 Oct 21, doi: 10. 1136/bmj. a2002.
- 21) 丸山広達他「中高年者における食べる速さ・量が肥満の出現に与える影響」『第18回日本疫学会学術総会講演集』2008年、182頁

## 研究3. 女子大学生の冷えに関する実態調査

### 1) はじめに

冷え性（または冷え症）は、特に手や足の先などの四肢の一部が異常に冷えているような感覚が自覚される状態のことである。しかし、病態として定義は確立しておらず、統一された診断基準もないため、医学界、特に西洋医学界では漠然とした概念として捉えられている<sup>1)</sup>。

冷えの自覚は特に女性に多く見られる。女子大学生においては、冷えを自覚するものの割合は半数程度にのぼるとも言われており<sup>2)</sup>、冷えによる不眠など様々な支障をきたしている場合がある。また、冷えの自覚を有するものでは月経随伴症状が強い、頭痛や肩こりなどの不定愁訴が高頻度で見られるなどの報告も見られるため<sup>3)</sup>、命にかかわる病態ではないものの、看過できない健康問題であると考えられる。

冷えを自覚する要因について、身体組成、体格、生活リズム、人種、食生活など、様々なものが関連因子として挙げられているが<sup>4) 5)</sup>、統一した見解はいまだ得られていない。よって今回は、これらの因子に加えて身体活動量や安静時代謝量など独自の項目を加え、冷えの自覚有無との関連について調査した。

冷え自覚を有する原因がいまだ判明しない一方で、四肢末端等の皮膚表面温が低下する・若しくは回復する機序については、以下のような仕組みがあると考えられている。

ヒトの体はホメオスタシスが働いており、深部体温を一定に保つための機構がある。寒冷環境下におかれた際に皮膚血管を収縮させ、血流量を減少させることにより耐熱放散を抑制する反応もその一例である<sup>6)</sup>。これを一次的血管収縮と呼び、全身の血管に分布している動静脈吻合（AVA）と呼ばれる装置が、寒冷刺激に反応し収縮することで引き起こされるが、四肢末端では体幹部と比較して動静脈吻合の分布が多く<sup>7)</sup>、特にこの反応が強く起こりやすいと考えられる。

この反応の結果として、血流量が減少した部位の皮膚表面温は低下するが、過冷却及び血流不足による凍傷などの障害を防ぐために、血管収縮の5～10分後にAVAの収縮が周期的に解除される反応が起こることが知られている。この反応は二次的血管拡張またはCold-induced vasodilation (CIVD) と呼ばれ、皮膚表面温度の低下した局所の組織の血流を回復させる働きがある<sup>8)</sup>。

寒冷刺激を受けた際の手指表面温の変動がこれらの一次的血管収縮・二次的血管拡張によって影響を受けると考えられることから、今回の調査では、冷え自覚者および非自覚者の寒冷負荷時の手指表面温を観察することで、冷え自覚と手指血管収縮の影響についても考察した。

### 2) 対象と方法

#### ①研究対象

本学の食物学科の3、4年次、および大学院家政学研究科の学生計39名に調査を実施した。参加を申し出た対象者には調査内容の説明を行い、同意・承諾を得たのち調査を実施した。

#### ②調査期間

調査票の配布：平成28年11月7日（水）、9日（金）、14日（水）、16日（金）

調査票の回収：平成28年11月随時

### ③倫理的配慮

個人情報保護法に基づき個人データは厳重に管理した。対象者には使用した個人情報には他に漏れることがないように厳重に管理すること、研究に承諾できない場合には拒否が可能であることを説明し、了解を得た。なお、本研究は日本女子大学倫理委員会の承諾を得て行われた。

### ④調査方法

測定日には身体測定・生理学検査・安静時代謝量測定・冷水負荷を伴う手指表面温測定・ボディイメージ調査を行った。測定当日は全員検査着を着用した。

また、対象者には事前もしくは事後に『エクセル栄養君 FFQgVer.3.5食物摂取頻度調査票』および『FFQg・食習慣アンケート』[建帛社]、『国際標準化身体活動質問票 IPAQ 日本語版 Long version』<sup>9)</sup>、『冷感性調査用問診票 (寺澤変法)』<sup>10)</sup>を配布し、調査当日までに各自記入してもらった。加えて身体活動量計を貸与し、7日間の活動量データが取得できた時点で回収した。調査当日に記入・記録内容を確認し、不備があった場合にはその場で聞き取りを行った。

### ⑤調査項目

#### A. 身体計測

体重、筋肉量、体脂肪量、体脂肪率、体水分量は研究1と同様に行った。三点測定、ボディイメージ調査は研究II-2と同様に、水野彩・佐々木一茂著の『若齢女性のボディイメージを評価するコンピュータプログラムの開発と検証』の論文に記載されているボディイメージ評価プログラムを使用した。

#### B. 生理学検査

血中ヘモグロビン推定値、腋下温、収縮期血圧・拡張期血圧を測定した。それぞれの測定にはASTRIM FIT (近赤外分光画像測定法、シスメックス社製)、ET-C231P (テルモ社製)、オムロンデジタル自動血圧計 HEM-1000 (間接法・自動式、オムロン社製)

#### C. 安静時代謝量測定

少なくとも15分間安静にしたあと、一定に室温を保った室内で安静座位にて呼気ガス分析を行った。測定値が安定した5分間の平均値を用いて、安静時代謝量、呼吸商を算出した。メータマックス3B (呼気ガス分析法、コールテックス社)を用いた。

#### D. 手指表面温測定

初めに両手の表面温をサーモカメラにより測定した。

続いて、右手のみ4℃の冷水に30秒間浸水させる冷水負荷を行い、負荷後の両側手指表面温を1分ごとに測定した。なお、いずれの測定も発泡スチロール板の上に手の甲を上に向けて乗せ、各側中指爪の付け根から2-3mm体幹側に寄った点の表面温を3点測定し、平均値をとることで表面温の測定結果とした (Fig.3-1 研究3手指表面温の測定方法)。

また、両側手指において温度回復率、および CIVD の強さの指標となる CIVD INDEX を算出した。算出方法は先行研究に倣った<sup>11)</sup>。測定には InfReC G100EX (赤外線サーモグラフィ、日本アビオニクス株式会社製)を用いた。

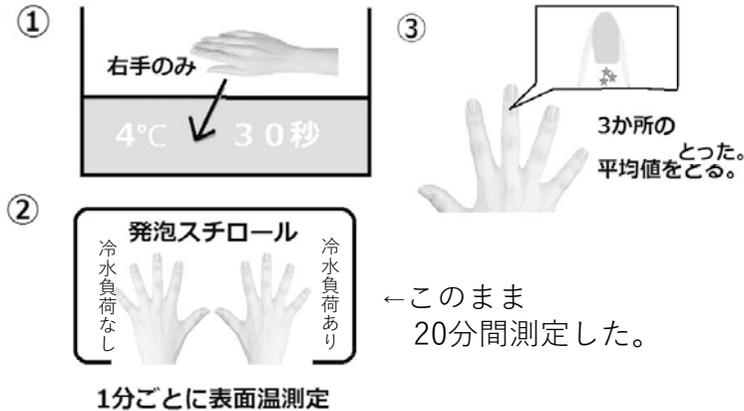


Fig.3-1 研究3手指表面温の測定方法

#### E. 食物摂取頻度調査、FFQg・食習慣アンケート

研究1、2と同様に行った。

#### F. 国際標準化身体活動質問票 IPAQ（日本語版）

International Physical Activity Questionnaire（通称：IPAQ〈アイパック〉）とは、身体活動量計を用いずに身体活動量を評価するための問診票である。歩行、スポーツ、庭仕事などの特定の身体活動について、それぞれ「一回当たり何時間行うか」「週に何回行かうか」を答えることによって、一週間当たりの「身体活動による消費エネルギー量」が算出できる。今回は活動量計の値の補助的な指標として扱った。

#### G. 冷え性調査用問診票（寺澤変法）

「冷え性調査用問診票」とは、冷え症の定義の明確化に向け、富山医科薬科大学の寺澤が作成した問診票である。今回は、この問診票に関西鍼灸短期大学の坂口らが更に5項目を付加した、さらに精度の高い問診票を用いた。

全部で24の質問から構成されており、1～5の5段階で回答する（1が“全くあてはまらない”、5が“よくあてはまる”）。回答した番号の合計を被験者のスコアとし、120点満点でスコアが高いほど冷え症状が強いと判断する。

また、24問の中には6つの重要項目と7つの参考項目が含まれており、寺澤によると重要項目1つ以上該当、もしくは参考項目2つ以上該当する者は冷え性であると診断することができる。今回は冷え症診断のためでなく、冷えの強さを客観的に示す手段として用いた。

#### H. 身体活動量測定

日常的な身体活動量を測定するために、加速度センサーつき身体活動量計にて平均的な7日間の消費エネルギー量、脂肪燃焼量、活動時間、歩数、歩行距離を測定した。測定には、CALORISM AM-140（3軸加速度センサー、タニタ社製）を用いた。

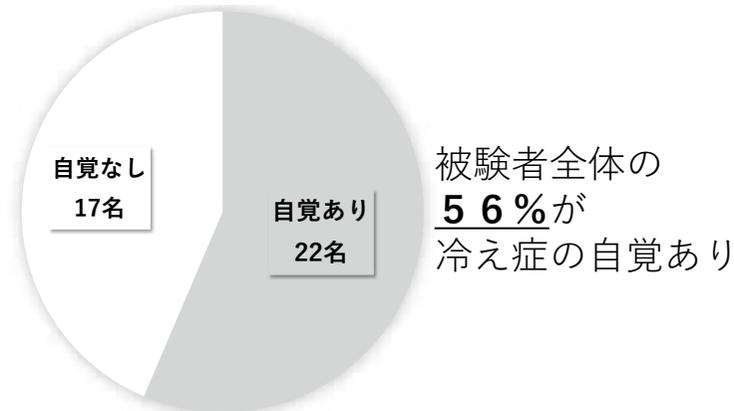


Fig.3-2 研究3 冷え自覚の状況

#### ⑥統計解析

統計ソフト IBM SPSS (Statistics 22) を用いて分析を行った。

2変数の関係は Pearson および Spearman の相関係数により検定を行った。

また、身体測定・生理学検査・安静時代謝量測定・冷水負荷を伴う手指表面温測定・ボディイメージ調査の結果、および食物摂取頻度調査・食習慣アンケート・IPAQ・冷え症調査用問診票・身体活動量測定の結果に関しては、冷え自覚あり群と自覚なし群の2群間比較を行った。統計処理は、正規性のある項目に関して t 検定により、正規性のない項目に関して Mann-Whitney の U 検定により検定を行った。生活習慣アンケートおよび自作アンケートはクロス集計と  $\chi^2$  検定を行った。有意水準は危険率 5% ( $P < 0.05$ ) とした。

#### ⑦事後フォローアップ

対象者にはすべての測定結果およびエクセル栄養君 FFQgVer.3.5成績表を作成し、返却した。

### 3) 結果

#### (1) 全体

##### ①冷え自覚について

被験者の冷え自覚有無について、Fig.3-2 研究3 冷え自覚の状況に示した。

被験者39名中22名が冷えの自覚を有しているとの回答であった。

##### ②冷え症状の強さについて

客観的に冷え症状の強さを示す指標として、冷え性調査用問診票 (寺澤変法) を用いた。全被験者の平均値は、120点満点中66.9点であった。

##### ③身体測定結果について

身体測定結果を Table.2に示した。18~29 (歳) 女性の参照体位は、身長158.0cm、体重53.1kg であり、今回の対象者は身長が標準程度、体重がやや軽い集団であった。また、体脂肪率の

	平均値±標準偏差
除脂肪体重(kg)	37.9 ± 3.20
除脂肪体重/身長(kg/m)	24.0 ± 1.79
体表面積(m <sup>2</sup> )	1.5 ± 0.08
予測 RMR (kcal)	1283 ± 94
RQ	0.80 ± 0.08
実測 RMR (kcal)	1556 ± 215
RMR/体重	30 ± 3.5
RMR/BSA	1032 ± 122

Table3-1 研究3 安静時代謝量測定結果

InBody における標準範囲は18%以上28%未満であり、標準であった。

#### ④生理学検査結果について

生理学検査結果は血中 Hb 推定値、血圧において、基準値内であった。

#### ⑤安静時代謝量測定結果について

呼気ガス分析法により測定した安静時代謝量測定結果をに示した (Table3-1 研究3 安静時代謝量測定結果)。

予測安静時代謝量の算出には、身長・体重から算出した体表面積 (m<sup>2</sup>) を用いた。

食事摂取基準2015年度版<sup>12)</sup>によると、18歳～29歳の女性の基礎代謝基準値は22.1 (kcal/kg/日)、平均的な基礎代謝量は1110 (kcal/日)であることから、安静時代謝量が基礎代謝量のおおむね1.2倍であるとすれば、18歳～29歳の女性平均的な安静時代謝量はおおよそ1330kcal程度である。この値と今回の結果を比較すると、予測値はやや標準値より低くなったが、実測値は高い値を示した。

また、安静時代謝量と除脂肪体重は強く相関するといわれるが、今回の実験では相関は見られなかった。

#### ⑥手指表面温について

冷水負荷を行った負荷側手指温は冷水負荷によって大幅に低下し、その後徐々に回復した。一方、冷水負荷を行っていない非負荷側手指温については大きな変動はないが、冷水負荷前と比較するとやや表面温の低下が見られた。

負荷側の温度回復率は負荷10分後で11%、20分後で39.1%となり、類似条件下で行われた先行研究と比較して低い値となった<sup>12)</sup>。

#### ⑦食物摂取頻度調査結果について

『エクセル栄養君 FFQgVer.3.5食物摂取頻度調査票』によって得られた結果のうち、算出されたすべての栄養素・食品群について、食事摂取基準 (2015年版) 18～29 (歳) 女性の基準値と比較す

	平均値±標準偏差	
IPAQにより算出した 身体活動による消費エネルギー (kcal/day)	377 ±	308
活動量計により算出した 身体活動による消費エネルギー (kcal/day)	529 ±	125
脂肪燃焼量(g/day)	24.1 ±	39.82
歩数 (歩/day)	10057 ±	2563
走行距離 (km/day)	0.8 ±	1.14
歩行距離(km/day)	9.1 ±	11.65
活動時間 (分/day)	295 ±	68
睡眠時間 (時間/day)	6.2 ±	1.31

Table3-2 研究3身体活動量調査結果

ると、主にカルシウム・マグネシウム・鉄・マンガン・ビタミンA・ビタミンC・食物繊維が不足しており、脂質が過剰であった<sup>13)</sup>。また、食品群別摂取量について、FFQg 収載の食品群別摂取基準(平均値)と比較すると、いも類、緑黄色野菜、きのこを含むその他野菜類、魚介類、乳類、果実類の摂取は基準量より少なく、肉類、菓子類の摂取は多かった。

#### ⑧身体活動量測定結果について

『国際標準化身体活動質問票 IPAQ (日本語版)』および加速度計付き活動量計から調査した身体活動量について、「身体活動による消費エネルギー」(各被験者の一日の消費エネルギーから基礎代謝量を除いた値)は $377 \pm 308$ kcalであり、個人差が大きかった。基礎代謝量に関しては、活動量計により算出された値を用いた (Table3-2 研究3身体活動量調査結果)。

#### (2) 冷え自覚の有無による検討～自覚あり群・自覚なし群の比較～

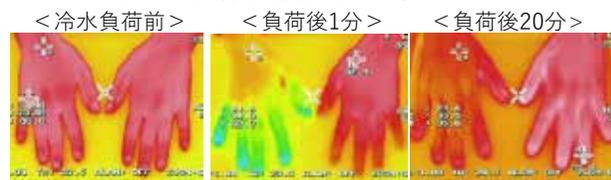
##### ①群分け

被験者39名のうち冷えの自覚を有していると回答した22名を冷え自覚あり群とし、冷えの自覚を持っていないと回答した17名を冷え自覚なし群とした。

##### ②冷え症状の強さについて

『冷え性調査用問診票』の調査結果において、冷え自覚あり群では、自覚なし群と比較して総合スコアが有意に高値であった ( $73.7 \pm 18.7$ ,  $58.1 \pm 15.7$ ,  $P < 0.05$ )。また、問診票を考案した寺澤氏が「冷えの中心的な症状を最もよく表している」とした質問群である重要項目(8～13)において各問ごとにスコアを比較すると、6問すべての問いで冷え自覚あり群が有意に高値となった。これより、冷え症の自覚を持つものはそうでないものに比べ、より強い冷え症状を有していることが示された。サーモグラフで測定した冷え自覚なしと自覚ありの温度変化の例を Fig.3-3 研究3手指温の変化に示した。

・冷え自覚なしの例（手指温回復**良好者**）



・冷え自覚ありの例（手指温回復**不良者**）

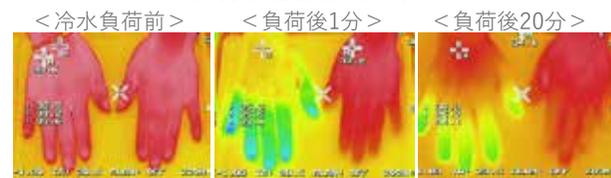


Fig.3-3 研究3手指温の変化

	自覚あり群	自覚なし群	*P<0.05
身長(cm)	157.9 ± 3.8	157.3 ± 4.6	
体重(kg)	49.3 ± 5.2	53.6 ± 3.9	*
BMI	19.8 ± 1.8	21.7 ± 1.6	*
筋肉量 (kg)	34.8 ± 3.2	36.7 ± 2.7	P=0.060
体脂肪量 (kg)	12.9 ± 2.8	15.2 ± 2.6	
体脂肪率 (%)	25.6 ± 3.6	28.0 ± 3.5	*
骨量 (kg)	2.2 ± 0.1	2.3 ± 0.1	
体水分量(kg)	25.5 ± 2.3	26.9 ± 2.0	

Table3-3 研究3身体測定結果

### ③身体測定結果について

身体測定結果を群別に示した。身長、骨量において両群間に有意差は見られなかった。一方、体重、BMI、体脂肪量、体脂肪率においては、冷え自覚あり群が自覚なし群と比較して有意に低値を示した。筋肉量は、冷え自覚あり群が低値傾向を示した（Table3-3 研究3身体測定結果）。

### ④生理学検査結果について

収縮期血圧、拡張期血圧、血中ヘモグロビン濃度、腋下温において両群間に有意差は見られなかった。一方、手指表面温において、冷え自覚あり群が有意に低値を示した。

### ⑤安静時代謝量測定結果について

安静時代謝量と相関するとされる除脂肪体重（LBM）およびその身長補正值は、冷え自覚あり群が有意に低値を示したが（P<0.05）、安静時代謝量には両群間に有意差は見られなかった。また、安静時代謝量の体表面積補正值、呼吸商に関しても、両群間に有意差は見られなかった。

#### 4) 考察

##### ①対象者全体における冷え自覚および冷え症状の状況について

冷え自覚者は全体の半分以上に上り、少なくとも今回の調査集団においては、冷えは一般的な健康問題であることが示された。また、「手足の冷えによる不眠などで悩んでいるが、自分が冷え症に該当するかわからず、特に対策もしていない」という者もあり、「冷え症」が疾病として明確に成立しておらず、基準も不明確であることで、そのような問題が起こっている可能性が考えられる。問診票の結果によれば、冷えによる不眠は今回の問診票の結果に依れば3割以上の者が自覚しており、また冷えがある者は軽度な寒冷環境において作業効率が低下するという報告もあり<sup>15)</sup>、これらの問題を防ぐためにも冷え対策が必要であることが示唆された。

##### ②食物摂取頻度調査（全体）について

食事摂取基準（2015年版）18～29（歳）女性の基準値<sup>12)</sup>と比較すると、主にカルシウム・マグネシウム・鉄・マンガン・ビタミンA・ビタミンC・食物繊維が不足していて、脂質が過剰であった。

カルシウムは、99%は骨及び歯に存在し、残りの約1%は血液や組織液、細胞に含まれていて、血液中のカルシウム濃度が低下すると、副甲状腺ホルモンの分泌が増加し、主に骨からカルシウムが溶け出し、元の濃度に戻す。したがって、副甲状腺ホルモンが高い状態が続くと、骨からのカルシウムの溶出が大きくなり、骨の粗鬆化を引き起こす。骨密度のピークは20代前半でその後は年齢とともに減少するため、早期に積極的な摂取が望まれる。

マグネシウムは、長期にわたる不足が、骨粗鬆症、心疾患、糖尿病のような生活習慣病のリスクを上昇させることが示唆されている。鉄の慢性的欠乏は鉄欠乏性貧血を引き起こす原因となる。また、倦怠感や頭痛、易疲労感といった症状を引き起こすため、日常生活に支障をきたす可能性も考えられる。ビタミンAは、発育促進、肌の健康の維持、視覚の暗順応に関わったり、さらにのどや鼻などの粘膜に働いて細菌から体を守ったりなどの役割を持っている。ビタミンCには、壊血病を防止するだけでなく、心臓血管系の疾病 予防効果ならびに抗酸化作用があり、生活習慣病と関連する疾患を予防することが期待されている。食物繊維は、便の量を増やして便秘を防ぐほか、心筋梗塞、糖尿病、肥満などの生活習慣病の予防に役立つことが報告されている<sup>12)</sup>。

これらの栄養素の不足の原因として、野菜の摂取不足があげられる。今回の食品群別摂取量の結果は緑黄色野菜とその他の野菜を合わせた平均値がおおよそ210gであり、健康日本21で目標とされている350gと比べるとかなり少ない。野菜には、ビタミン・ミネラル・食物繊維のほか、ポリフェノールやカロテノイドなどの健康増進効果が期待される機能性成分が含まれるため、冷えとの関連の有無に関わらず、積極的な摂取が望まれる。

また、今回の調査で見られた脂質の過剰摂取は、食生活の欧米化にともない増加しており、肥満・生活習慣病の原因になっていると考えられている。また、食品群別摂取量の結果より、肉類もしくは菓子類の摂取過多が、脂質の過剰摂取の一因であると考えられる。菓子類の摂取量に関しては個人差が大きく、過剰摂取とは言い切れない者も多かったものの、適切な内容と量の食事を1日3食食べることが重要である。

また、今回全体の傾向として見られた「野菜の摂取不足」「菓子類の摂取過多」は昨年度の調査でも同様の傾向が見られた。これらの傾向が将来的な健康問題につながる可能性もあり、大学生の食生活に対しての健康・栄養教育が必要である可能性が示唆された。

### ③冷え自覚の有無による検討～自覚あり群・自覚なし群の比較～

まず、冷え自覚あり群の身体的な特徴として、体重・BMI・体脂肪率が低値であった。このことより、痩せ型体形、体脂肪の少ない体形では、体温を保持しにくくなる・冷えを感じやすくなる可能性が考えられた。

また、身体活動量、食品群別摂取量、冷水負荷後の手指表面温の解析から、冷えの自覚と関連する可能性がある因子を検討中である。

冷えは特に女性に多くみられる症状であり、不眠、頭痛や肩こりなどの不定愁訴、さらには作業効率の低下にもつながる症状である。冷えの自覚の改善に向けて、食生活や身体活動などの視点からのアプローチを検討すべく、さらに解析を進めていきたい。

### 引用文献

- 1) 後山尚久「冷え症の病態の臨床的解析と対応——冷え症はいかなる病態か、そして治療できるのか」『医学のあゆみ』第125巻11号、2005年、925-929頁
- 2) 嵯峨瑞花他「女子大学生の冷えの苦痛とその要因の検討」『石川看護雑誌』第9巻、2012年、91-99頁
- 3) 寺澤捷年「漢方医学における「冷え症」の認識とその治療」『生薬学雑誌』第1巻2号、1987年、85-96頁
- 4) 大和孝子「女子大学生における冷え症と身体状況および生活環境との関連」『総合健診』第9巻、2012年、91-101頁
- 5) 山王丸靖子他「若年女性の冷えと食および生活習慣との関連」『日本食生活学会誌』第26巻4号、2015年、197-204頁
- 6) 工藤奨他「寒冷血管拡張反応時の皮膚血流応答に及ぼす環境温の影響」『日本生理人類学会誌』第17巻1号、2012年、15-21頁
- 7) 平田耕造「動静脈吻合（AVA）血流と四肢からの熱放散調節」『日本生気象学会雑誌』第9巻、2016年、91-104頁
- 8) Lewis「Observations upon the reactions of the vessels of the human skin to cold」『Heart』Vol. 15, 1930, pp177-208
- 9) 勝村俊仁他「596.国際標準化身体活動質問表（IPAQ）日本語版の信頼性、妥当性の検討」『体力科学』第50巻6号、2001年、1030頁
- 10) 坂口俊二「冷え性の定義の明確化に向けて：「冷え性」調査用問診票（寺澤変法）の有用性の検討」『関西鍼灸短期大学年報』第13巻、1998年、58-63頁
- 11) 久米行規「振動障害における10℃10分法冷水浸漬手指皮膚温検査判定基準に関する報告」『産業衛生学雑誌』第50巻5号、2008年、A57-A66頁
- 12) 三浦史子「若年女性の冷え症ならびに月経随伴症状への自律神経活動度の関わり」『神戸大学大学院保健学研究科紀要』第28巻、2012年、1-8頁
- 13) 厚生労働省（2015）「日本人の食事摂取基準（2015年版）」
- 14) 須山とも子他「寒冷血管拡張反応におよぼす摂食量と摂食時刻の影響」『日本生気象学会雑誌』第34巻1号、1997年、37-43頁
- 15) 福田秀樹他「軽度な寒冷環境下での運動時及び運動後の趣旨寒冷血管拡張反応の応答」『日本生理人類学会誌』第10巻1号、2005年、34-35頁

### Ⅲ 思春期の女子における健康問題に関する実態調査

#### 1) はじめに

近年の情報化及び少子高齢化に伴う社会環境やライフスタイルの変化は、子供たちの身体的活動・遊びの減少、食生活の変化、睡眠時間の減少、自覚症状及び不定愁訴（明白な器質的疾患がみられないのに、さまざまな自覚症状を訴える状態）や疲労感の増加など様々な形で顕れてきており、さらに心身の健全な発達にも深刻な影響を及ぼしている。

こういった変化による影響の一つとして、小児期における肥満と思春期やせの発現割合の増加も問題視されている。小児肥満は成人同様、生活習慣病の発症が見られ、子どもの頃から動脈硬化は進行する。特に年長児の肥満ほど大人の肥満に移行しやすいことがわかっている<sup>1)</sup>。対して思春期のやせは栄養の不足からホルモンの異常をきたし、体重だけでなく身長伸びも止まったり、二次性徴が来ず無月経になったりすることもある。思春期は骨形成において重要な時期であるが、この時に栄養やホルモンが不足すると骨密度が低くなり、若年での骨粗鬆症のリスクを高める<sup>2)</sup>。このように、成長期における肥満ややせは成人期での疾病にも繋がり、さらに妊娠期では肥満ややせが子の発育や健康にも影響を及ぼす<sup>3)</sup>。本学園においては、学校保健統計報告書による全国の平均と比較して、小学校高学年から、中学生、高校生、大学生までの各年代で、身長は高く、体重はむしろ軽い傾向にあり、すなわち「やせ」傾向が強いことが、1998年～2001年にかけて行われた総合研究所研究課題「学園における一貫教育の必要性と効果の検討」<sup>4)</sup>において報告されている。本研究においても、対象集団を肥満度%に基づき群分けすると、86.6%（104人）が標準（-20%～+20%）、9.2%（11人）が瘦身傾向（-20%以下）、1.8%（4人）が肥満傾向（20%以上）であり、全国平均（3.32%）<sup>5)</sup>よりも瘦身傾向の出現頻度は高い。

学童期や思春期は生活習慣の形成が行われる時期である。肥満ややせをはじめとする様々な健康問題の改善及び予防には、この時期に規則正しい生活習慣や正しい知識を身につけるために、問題点を是正する必要がある。そこで、本研究では、食事、睡眠、健康意識に特に着目し、女子中学生が抱える健康問題の要因及びその関連性を検討した。調査は、生徒自身の体型認識や健康情報源などに関する質問項目と、「食習慣」「運動・生活習慣」「健康への意識や考え」の3つを軸にした自記式質問紙により実施した。

## 研究 4. 食生活と自覚症状に関する検討

### 1) 対象と方法

#### ①研究対象

本学の附属中学校の2年生計252名に自記式質問紙調査を実施した。

#### ②調査期間

調査票の配布：2017年7月10日

調査票の回収：2017年7月18日

#### ③倫理的配慮

研究対象者に、研究の主旨、本研究以外でデータを使用しないこと、無記名であること、研究に承諾できない場合には拒否が可能であること、参加しない場合でも不利益がないこと、対象者に使用した個人情報には他に漏れることがないように厳重に管理すること、研究成果の公表等について、調査票への回答・提出を以って研究への参加の同意とみなすことを文書で説明した。なお、本研究は日本女子大学倫理委員会の承諾を得て行った。

#### ④調査方法

対象校の養護教諭、クラス担任を通じて対象者に研究説明書と自記式質問紙調査を配布してもらい、保護者および本人の自由意思により協力に同意した者のみ、回答後返却してもらった。提出は期限までに各クラスに設置した提出用封筒に提出してもらった。

作成した調査票は無記名であり、回収した回答済みの調査票については養護教諭またはクラス担任にランダムにナンバリングをしてもらうことで個人の特特定が不可能となるようにしてから解析を行った。

#### ⑤調査項目

- ・食習慣や食習慣に対する考えについての質問  
食事の時刻や欠食、孤食、食品ごとの摂取頻度、理想的な食事、間食について 等
- ・運動・生活についての質問  
運動頻度、運動時間、睡眠時間、通学時間 等
- ・健康についての質問  
身長体重、体型の認識、ダイエット経験、健康に関する情報源、自覚症状 等

#### ⑥統計解析

統計ソフト IBM spss (statistics22) を用いて分析を行った。2変量の関係は、質的変数同士または質的変数と量的変数の場合にクロス集計及び Pearson の  $\chi^2$  乗検定を行った。なお表頭項目と表側項目が2値ずつの場合には Fisher の直接確立法によって検定を行った。量的変数同士の場合には spearman の相関係数により検定を行った。有意水準は危険率5% ( $p < 0.05$ ) とし、度数が5以下の結果は棄却した。結果は平均値  $\pm$  標準偏差で示した。

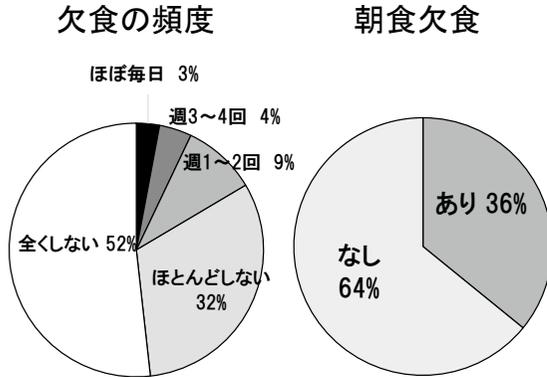


Fig.4-1 研究4欠食の状況

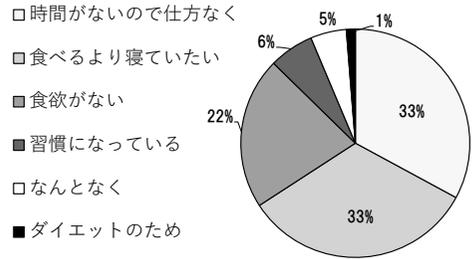


Fig.4-2 研究4朝食の欠食理由

⑦対象校への解析結果の提供

本研究の解析結果は、中学校で行われる健康講話の資料として活用してもらおうべく、養護教諭に情報提供した。

2) 結果

①全体

A. 食習慣や食習慣に対する考えについての質問

・食事をする時刻を教えてください。

平日朝食時刻は6:30±0:24であった。平日昼食時刻は12:44±0:11であった。平日夕食時刻は19:27±0:53であった。休日朝食時刻は8:48±1:09であった。休日昼食時刻は12:38±0:44であった。休日夕食時刻は19:11±0:54であった。

・食事を抜くことはありますか？ (Fig.4-1 研究4欠食の状況、Fig.4-2 研究4朝食の欠食理由)

「ほぼ毎日」「週3~4回程度」「週1~2回程度」「ほとんどしない」「まったくしない」の5択で、「全くしない」が約半数を占めた。朝食、昼食、夕食では朝食の欠食率が最も高く、理由は、「時間がないので仕方なく」が最多、次いで「食べるより寝ていたい」が多かった。

・朝食を抜くことはありますか？

「あり」「なし」の2択で、「あり」が35%と1/3以上を占めた。

・昼食を抜くことはありますか？

「あり」「なし」の2択で、「あり」が9%であった。

・夕食を抜くことはありますか？

「あり」「なし」の2択で、「あり」が昼食と同率で9%であった。

・食事をするとき1人ですることはありますか？

「いつも1人」「時々ある」「ほとんどない」の3択で、「時々ある」が83人、「ほとんどない」が

82人であった。

・食事は満腹になるまで食べる人が多いですか？

「はい」「いいえ」「どちらともいえない」の3択で、「はい」が最多で78人であった。次いで、「どちらともいえない」が60人であった。

・主食主菜副菜の揃った食事をしていますか？

「はい」「いいえ」「どちらともいえない」の3択で、朝食では「いいえ」が最も多かった。昼食・夕食では「はい」がそれぞれ7割・8割を占めた。

・一品料理（丼もの、麺類など）を食べる頻度はどのくらいありますか？

「ほぼ毎日」「2～3日に1回程度」「週に1回程度」「ほとんど食べない」の4択で、「週に1回程度」が97人と半数以上を占め、次いで「2～3日に1回程度」が51人であった。

・大豆や豆腐・納豆などの大豆加工品を食べる頻度はどのくらいありますか？

「ほぼ毎日」「週4～5回」「週2～3回」「週に1回」「ほとんど食べない」の5択で、「週2～3回」が61人と最多で、次いで「週4～5回」が36人であった。

・乳製品（牛乳・ヨーグルト）を食べる頻度はどのくらいありますか？

「ほぼ毎日」「週4～5回」「週2～3回」「週に1回」「ほとんど食べない」の5択で、「ほぼ毎日」が92人と半数以上で、次いで「週2～3回」が30人であった。

・果物を食べる頻度はどのくらいありますか？（1回量をりんご半分やみかん小2個として）

「ほぼ毎日」「週4～5回」「週2～3回」「週に1回」「ほとんど食べない」の5択で、「ほぼ毎日」が69人と最多で、次いで「週2～3回」が33人であった。

・海藻やきのこを食べる頻度はどのくらいありますか？

「ほぼ毎日」「週4～5回」「週2～3回」「週に1回」「ほとんど食べない」の5択で、「週2～3回」が56人と最多で、次いで「週4～5回」が42人であった。

・ご家族との食事について、当てはまるものがあれば教えてください。（複数回答可）

「家族から食に関する知識やマナーを口頭で聞く」「家族と食事の為の買い物と一緒に行く」「家族と一緒に料理を作る」「料理教室や食に関するイベントに連れて行ってもらう」「その他」の5つの項目で、「家族から食に関する知識やマナーを口頭で聞く」が15人で最多であった。しかし、いずれにも回答しなかった者が135人であった。

・平日の学校や部活がある日の昼食はどのように用意していますか？（複数回答可）

「お弁当（家族の方が用意）」「お弁当（自分で用意）」「コンビニなどのお店で購入」「食堂」「購買部」の5つの項目で、「お弁当（家族の方が用意）」が最多で週4回であった。次いで「食堂」が週0.7回であった。

・前の質問で「お弁当（家族の方が用意）以外」と答えた方に質問です。どのようなことに意識して昼食を用意していますか？ 1～5位までを記入してください。

「好み」「値段」「量」「栄養バランス」「エネルギー量」「その他の栄養素」の6つの項目で、1位で「好み」が最多、2位で「値段」が最多、3位で「量」が最多であった。

・ごはんなどの穀類をしっかり食べていますか？

「しっかり食べている」「少ないと思う」「食べないことが多い」の3択で、「しっかり食べている」が156人と殆どであった。

・野菜を食べようと心掛けていますか？

「いつも心掛けている」「時々心掛けている」「あまり心掛けていない」「全く心掛けていない」「どちらともいえない」の5択で、「いつも心掛けている」が85人と半数近くを占めた。次いで、「時々心掛けている」が66人であった。

・野菜料理を1日に何皿食べますか？（おひたし小鉢1杯、生野菜サラダ1皿、具たくさん汁物1杯に相当する量を1皿の目安として）

「5皿以上」「3～4皿」「1～2皿」「ほとんど食べない」の4択で、「1～2皿」が85人と半数近くを占めた。次いで、「3～4皿」が62人であった。

・魚料理と肉料理ではどちらが多いですか？

「魚料理」「肉料理」「ほぼ同じ」の3択で、「肉料理」が109人と半数以上を占めた。次いで、「ほぼ同じ」が52人であった。

・塩分を控えようと心掛けていますか？（ラーメンの汁は残す、醤油はつけすぎないなど）

「いつも心掛けている」「時々心掛けている」「あまり心掛けていない」「全く心掛けていない」「どちらともいえない」の5択で、「時々心掛けている」が66人で最も多かった。次いで、「あまり心掛けていない」が46人であった。

・薄味のものや濃い味のものではどちらが好きですか？

「薄味」「どちらかという薄味」「どちらかという濃い味」「濃い味」「どちらともいえない」の5択で、「どちらかという濃い味」が61人で最多であった。次いで、「どちらともいえない」が35人であった。

・てんぷらやフライなどの揚げ物や油を多く使った炒め物など、油を多く使った料理をよく食べますか？

「よく食べる」「時々食べる」「あまり食べない」「ほとんど食べない」の4択で、「時々食べる」が91人と半数以上を占めた。次いで、「あまり食べない」が41人であった。

・脂身の多い肉（牛肉や豚肉、皮つきの鶏肉、挽肉、ベーコンなど）をよく食べますか？

「よく食べる」「時々食べる」「あまり食べない」「ほとんど食べない」の4択で、「時々食べる」

が87人と半数程度であった。次いで、「あまり食べない」が37人であった。

- ・あなたにとって理想的な食事とは、どのようなものですか。第1～3位を（ ）内に記入してください。

「同じ献立に偏らない食事」「品数の多い食事」「好きなメニューの食事」「おいしさにこだわった食事」「豆腐や納豆など植物性たんぱく質の多い食事」「油分控えめの食事」「ダイエットに良い・太らないように配慮した食事」「有機野菜や遺伝子組み換えなしの食材で作っている食事」「見た目や盛り付けに配慮した食事」「必要な栄養を満たした食事」「その他」の11項目で、延べ人数で最も多かったのは「おいしさにこだわった食事」の97人であった。次いで90人が「同じ献立に偏らない食事」、76人が「必要な栄養素を満たした食事」と回答した。

- ・上記でお答えいただいた「理想的な食事」について、どのくらい実践しようと心がけていますか？

「いつも心がけている」「時々心がけている」「あまり心がけられていない」「ほとんど心がけていない」「どちらとも言えない」の5択で最も多かったのは「時々心がけている」で65人であった。次いで「あまり心がけていない」が49人であった。

- ・現在の自分の食事状況は良いと思いますか？

「大変良い」「良い」「どちらともいえない」「やや問題がある」「問題が多い」「よくわからない」の5択で「良い」と回答した者が84人と約半数であった。次いで「どちらでもない」が32人であった。

#### 《間食について》

- ・どのくらいの頻度で食べますか？

「ほぼ毎日」「週に3～4日」「週2日以下」の3択で約半数の82人が「ほぼ毎日」と回答した。「週に3～4日」と回答したのは50人「週2日以下」は39人であった。

- ・間食によって他の食事に影響を与えることがありますか？（食事の時間をずらす食事の量を減らす など）

「ある」「たまにある」「ほとんどない」「ない」「わからない」の5択で「ほとんどない」が62人であった。次いで「ない」が59人となった。

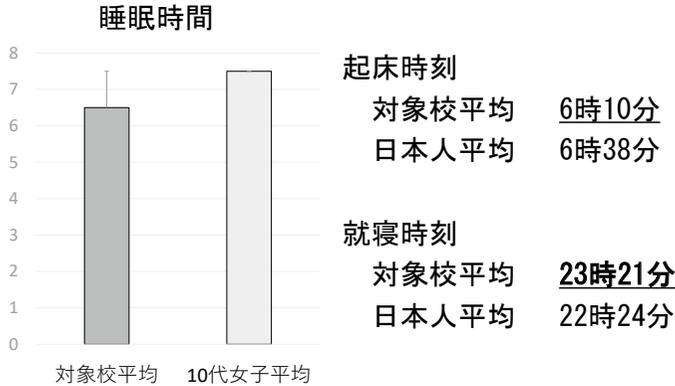
- ・間食の量は適量だと思いますか？

「適量」「ほぼ適量」「適量ではない」「わからない」の4択で「ほぼ適量」が70人で4割を占めた。次いで「適量」が59人となった。

- ・どこで食べることが多いですか？（複数回答可）

「自宅」「外食店」「その他」の3択で129人が「自宅」と回答し96%を占めた。

- ・だれが用意（購入もしくは調理）していますか？（複数回答可）



平成27年度国民生活時間調査 10代女性 平成23年社会生活基本調査 10～14歳女性

Fig.4-3 研究4 平日の睡眠の状況

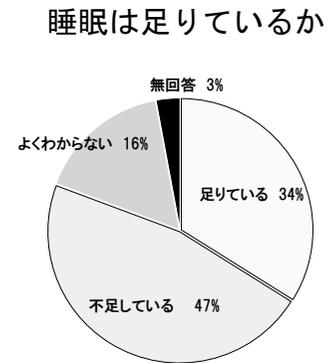


Fig.4-4 研究4 睡眠の状況

「自分」「家族」「友人」「その他（貰い物など）の3択で99人（57%）が家族と回答した。次いで自分が54人であった。

## B. 運動・生活についての質問

・日常的な運動の頻度と時間を教えてください。（週当たり1回の時間）具体的な内容を教えてください。※通学時間は含まない。

運動頻度は平均 $3.1 \pm 2.1$ 回となった。また1回の時間は平均 $1.5 \pm 1.85$ 時間であった。また週当たりの総運動時間は平均228.17分であった。具体的な内容として最も多かったのは「部活」で74人、次いで習い事が36人であった。この内、部活と習い事両方を記入した者は13人であった。

・平日（学校がある日）の平均的な睡眠時間は何時間くらいですか？（Fig.4-3 研究4 平日の睡眠の状況）

平均 $6.5 \pm 1.0$ 時間であった。

・平日（学校がある日）の平均的な起床時刻、寝る時刻を教えてください。

起床時刻は平均6：10 $\pm$ 0：02となった。就寝時刻は平均23：21 $\pm$ 0：14となった。

・休日（学校がない日）の平均的な起床時刻、寝る時刻を教えてください。

起床時刻は平均8：19 $\pm$ 0：06となった。就寝時刻は平均22：53 $\pm$ 0：13となった。

・あなたは今の生活において、睡眠が十分足りていると思いますか？

「足りている」「不足している」「よくわからない」の3択で「不足している」が80人で約半数を占めた。次いで足りているが50人となった（Fig.4-4 研究4 睡眠の状況）。

・通学の所要時間はどのくらいですか？

平均 $65.9 \pm 24$ 分となった。

### C. 健康についての質問

- ・あなたのおよその身長と体重を教えてください。

平均身長は $156.2 \pm 4.94\text{cm}$  となった。平均体重は $44.1 \pm 5.51\text{kg}$  であった。

- ・自分の体型についてどう思いますか？

「太っている」「やや太っている」「適正」「やや痩せている」「痩せている」の5択で「適正」が最も多く69人で約4割を占めた。次いでやや太っているが55人であった。

- ・今までにダイエットをしたことはありますか？

「はい」「いいえ」の2択で「はい」と回答した者は23人、「いいえ」と回答した者は141人であった。経験ありの者にはダイエットを「開始した時期」「始めた理由」「実際の方法」「結果」を回答してもらった。

- ・現在ダイエットをしていますか？

「はい」「いいえ」の2択で「はい」と回答した者は25人、「いいえ」と回答した者は138人だった。はいと回答した者にはダイエットを「開始した時期」「始めた理由」「実際の方法」「目標」を回答してもらった。

- ・現在の体重について今後どうしていきたいと考えていますか？

「痩せたい」「現状維持」「太りたい」「特に考えていない」「その他」の5択で、「最も多かったのは「痩せたい」85人であり約5割を占めた。次いで「現状維持」が50人で約3割であった。また理由を併せて記入してもらった。

- ・自分の適正体重の算出方法（身長（m）×身長（m）×22）を知っていますか？

「はい」「いいえ」の2択で、知っている者は48人、知らない者は122人であった。適正体重の算出方法は約3割が認知していた。

- ・自分の適正体重を守っている、または守りたいと思いますか？

「はい」「いいえ」の2択で「はい」と回答した者は131人、「いいえ」と回答した者は40人となった。約7割が適正体重を守っている・または守りたいと回答した。

- ・健康や栄養に関する情報を得るように心がけていますか？

「はい」「いいえ」の2択で「はい」と回答した者は82人、「いいえ」と回答した者は87人どであった。ほぼ半数ずつに分かれたが、心がけていない者が僅かに多かった。

- ・健康や栄養に関する情報はどこで得ていますか？（複数回答可）

「テレビ」「雑誌・本」「家族・親戚」「友人」「食育教室・イベント」「学校の授業」「学校での配布物や掲示物」「インターネット」「その他」の9項目を設け、最も回答数が多かったのは「テレビ」で85人となった。次いで「学校での授業」が77人「家族・親戚」が64人であった。

## 興味のある健康問題

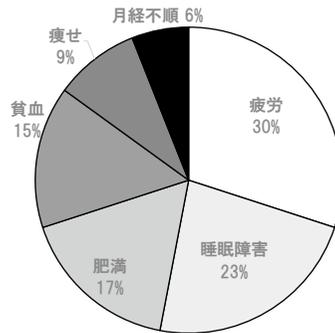


Fig.4-5 研究4 興味のある健康問題

・以下の項目について、ご自分に当てはまるものはありますか？

「食欲がなく体重が増えにくい」「どきどき・めまい・息切れをすることがある」「よく眠れない」「布団に入ってもなかなか寝付けない」「朝起きるのがつらい（または起きられない）・寝覚めが悪い」「疲れやすく元気のないことが多い」「急に立ち上がるとめまいをすることがある」の7項目を設け、「当てはまる」「たまに当てはまる」「当てはまらない」の3択で回答してもらった。「当てはまる」と「たまに当てはまる」の延べ人数が最も多かったのは「朝起きるのがつらい（または起きられない）・寝覚めが悪い」であった（122人）。次いで「急に立ち上がるとめまいをすることがある」が97人、「どきどき・めまい・息切れをすることがある」が72人であった。

・健康に影響を与えるものはなんだと思いますか？ 1～3位までを記入してください。

「運動」「食事」「睡眠」「ストレスなど心理的要因」「その他」の4択で1位で最も多かったのは「睡眠」67人、次いで「食事」50人となった。一方延べ人数で最も多かったのは「食事」154人、次いで「睡眠」152人であり、食事と睡眠が重要と考えている者が多かった。

・興味のある健康問題はありますか？（複数回答可）（Fig.4-5 研究4 興味のある健康問題）

「肥満」「痩せ」「貧血」「月経不順」「疲労」「睡眠障害」「その他」の7項目を設け、最も回答数が多かったのは「疲労64人、次いで「睡眠障害」50人、「肥満」36人であった。

### ②自覚症状

#### A. 自覚症状の有無

「朝起きるのがつらく寝覚めが悪い」「急に立ち上がるとめまいをすることがある」「疲れやすく元気のないことが多い」「どきどき・めまい・息切れをすることがある」「布団に入ってもなかなか寝付けない」「食欲がなく体重が増えにくい」の6つの自覚症状について、「当てはまる場合」「たまに当てはまる場合」は回答してもらった。この回答を、「当てはまる・たまに当てはまる群」と「当てはまらない群（無記入）」の2群に分けたところ、「当てはまる・たまに当てはまる群」が最多であるものが「朝起きるのがつらく寝覚めが悪い」で、26（%）であった。次に、「急に立ち上がる」とめまいをすることがある」20（%）、「どきどきめまい息切れをすることがある」15（%）、「布団に

## 自覚症状

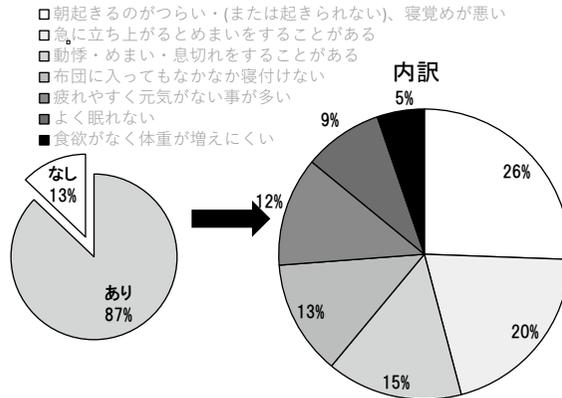


Fig.4-6 研究4 自覚症状の状況

入ってもなかなか寝付けない」13 (%)、「疲れやすく元気がないことが多い」12 (%)、「よく眠れない」9 (%)、「食欲がなく体重が増えにくい」5 (%)となった (Fig.4-6 研究4 自覚症状の状況)。

## B. 食習慣との関連

### ア. 朝起きるのがつらく寝覚めが悪い

朝食欠食「あり」群 ( $P=0.008$ )、乳製品の摂取頻度「週1」「週2～3回」「週4～5回」群 ( $P=0.016$ )、海藻きのこの摂取頻度「ほとんど食べない」「週1回」「週4～5回」群 ( $P=0.018$ )、現在の自身の食事状況「どちらともいえない」「やや問題がある」群 ( $P=0.013$ )、間食による食事の影響「ある」「たまにある」群 ( $P=0.016$ ) において有意に高値を示した。また、乳製品の摂取頻度を「ほぼ毎日」と「週4～5回・週2～3回・週1回・ほとんど食べない」の2群に分けたところ、「週4～5回・週2～3回・週1回・ほとんど食べない」群 ( $P=0.000$ ) で有意に高値を示した。脂身の多い肉の摂取頻度も「良く食べる・時々食べる」と「あまり食べない・ほとんど食べない」の2群に分けたところ、「あまり食べない・ほとんど食べない」群 ( $P=0.043$ ) で有意に高値を示した。

### イ. 急に立ち上がるとめまいをすることがある

朝食欠食「あり」群 ( $P=0.010$ )、朝食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群 ( $P=0.043$ )、孤食頻度「いつも1人」「時々1人」群 ( $P=0.000$ ) で有意に高値を示した。また、乳製品の摂取頻度を「ほぼ毎日」と「週4～5回・週2～3回・週1回・ほとんど食べない」の2群に分けたところ、「週4～5回・週2～3回・週1回・ほとんど食べない」群 ( $P=0.010$ ) で有意に高値を示した。

### ウ. ときどきめまい息切れすることがある

孤食頻度「時々ある」群 ( $P=0.000$ )、現在の自身の食事状況「どちらともいえない」「やや問題がある」群 ( $P=0.038$ )、間食による食事の影響「ある」「たまにある」群 ( $P=0.008$ ) におい

て有意に高値を示した。また、欠食頻度を「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」と「ほとんどない・全くない」の2群に分けたところ、「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」群 (P = 0.011) で有意に高値を示した。

エ. 布団に入ってもなかなか寝付けない

夕食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群 (P = 0.037)、一品料理の摂取頻度「2～3日に1回」群 (P = 0.023)、ごはんなどの穀類の摂取頻度「少ないと思う」群 (P = 0.018)、理想の食事の実践「あまり心掛けていない」「全く心掛けていない」「どちらともいえない」群 (P = 0.005) において有意に高値を示した。また、欠食頻度を「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」と「ほとんどない・全くない」の2群に分けたところ、「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」群 (P = 0.004) で有意に高値を示した。

オ. 疲れやすく元気がないことが多い

休日朝食時刻が「遅い」群 (P = 0.012)、朝食欠食「あり」群 (P = 0.007)、昼食の主食・主菜・副菜「揃えていない」「どちらともいえない」群 (P = 0.032)、現在の自身の食事状況「どちらともいえない」群 (P = 0.000)、間食による食事の影響「ある」群 (P = 0.035) において有意に高値を示した。また、欠食頻度を「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」と「ほとんどない・全くない」の2群に分けたところ、「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」群 (P = 0.028) で有意に高値を示した。

カ. よく眠れない

朝食欠食「あり」群 (P = 0.040)、朝食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群 (P = 0.026)、夕食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群 (P = 0.030)、ごはんなどの穀類の摂取頻度「少ないと思う」群 (P = 0.019)、現在の自身の食事状況「どちらともいえない」「やや問題がある」群 (P = 0.011) において有意に高値を示した。また、欠食頻度を「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」と「ほとんどない・全くない」の2群に分けたところ、「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」群 (P = 0.028) で有意に高値を示した。

キ. 食欲がなく体重が増えにくい

朝食欠食「あり」群 (P = 0.012)、昼食欠食「あり」群 (P = 0.002)、魚と肉料理では「肉料理が多い」群 (P = 0.005)、自分の理想の食事を「いつも心掛けている」「あまり心掛けていない」群 (P = 0.041)、間食による食事の影響「ある」「たまにある」群 (P = 0.025) において有意に高値を示した。また、欠食頻度を「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」と「ほとんどない・全くない」の2群に分けたところ、「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」群 (P = 0.002) で有意に高値を示した。

## C. 運動・生活との関連

ア. 朝起きるのがつらく寝覚めが悪い

平日起床時刻が「遅い」群 (P = 0.003)、平日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.001)、休日起床時刻が「遅い」群 (P = 0.015)、休日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.047)、睡眠が不足「している」

群 (P = 0.015)、睡眠時間「8時間未満」群 (P = 0.034)、睡眠時間「7.5時間未満」群 (P = 0.034) において有意に高値を示した (Table84~87)。

イ. 急に立ち上がるとめまいをすることがある

平日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.002)、休日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.090) において有意に高値を示した。

ウ. ときどきめまい息切れすることがある

平日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.037)、休日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.029)、睡眠時間「7時間未満」軍 (P = 0.033)、睡眠時間「6.5時間未満」軍 (P = 0.032) で有意に向値を示した。

エ. 布団に入ってもなかなか寝付けない

平日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.002)、睡眠時間「7.5時間未満」群 (P = 0.048) で有意に高値を示した。

オ. 疲れやすく元気のないことが多い

平日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.002)、睡眠が不足「している」群 (P = 0.000) において有意に高値を示した。

カ. よく眠れない

平日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.001)、休日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.040)、睡眠が不足「している」群 (P = 0.007) において有意に高値を示した。

キ. 食欲がなく体重が増えにくい

平日起床時刻が「遅い」群 (P = 0.028)、平日就寝時刻が「遅い」群 (P = 0.009) において有意に高値を示した。

#### D. 健康との関連

ア. 朝起きるのがつらく寝覚めが悪い

全ての項目で有意差は見られなかった。

イ. 急に立ち上がるとめまいをすることがある

貧血興味「あり」群 (P = 0.003)、睡眠障害興味「あり」群 (P = 0.011) において有意に高値を示した。

ウ. ときどきめまい息切れすることがある

情報源が「友人である」群 (P = 0.002)、情報源が「食育教室ではない」群 (P = 0.039)、情報源が「インターネットである」群 (P = 0.013)、健康に影響を与えるもの第2位が「睡眠」群 (P = 0.033)、健康問題について肥満興味「あり」群 (P = 0.013)、痩せ興味「あり」群 (P = 0.009)、貧血興味「あり」群 (P = 0.014) において有意に高値を示した。

調査項目/自覚症状		朝食欠食	現在の食事状況の認識	間食による食事への影響	欠食頻度	平日就寝時刻	休日就寝時刻	睡眠は十分か	睡眠障害への興味
食習慣	朝食欠食	**	**						
	現在の食事状況の認識	**		**				**	**
	間食による食事への影響	**		**	**	**	**	**	**
	欠食頻度			**	**	**	**	**	**
運動生活	平日就寝時刻	**	**	**	**	**	**	**	**
	休日就寝時刻	**	**	**				**	**
	睡眠は十分か	**					**	**	**
健康	睡眠障害への興味		**	**	**	**	**	**	

→**食事および睡眠との関連が大きい**      \*\* : p<0.05

Table4 調査項目と自覚症状の有無の関連

エ. 布団に入ってもなかなか寝付けない

情報源が「友人である」群 (P = 0.020)、健康問題について睡眠障害興味「あり」群 (P = 0.004) において有意に高値を示した。

オ. 疲れやすく元気がないことが多い

健康問題について睡眠障害興味「あり」群 (P = 0.048) において有意に高値を示した。

カ. よく眠れない

健康問題について睡眠障害興味「あり」群 (P = 0.000) において有意に高値を示した。

キ. 食欲がなく体重が増えにくい

不健康やせ興味「あり」群 (P = 0.019) において有意に高値を示した。

### 3) 考察

本研究では若年女性に多い自覚症状7項目について、食生活、食品の摂取頻度、生活（運動と睡眠）、健康に対する意識の調査項目との関連を検討した (Table4 調査項目と自覚症状の有無の関連)。

#### ①朝起きるのがつらく寝覚めが悪い

この自覚症状は、他の自覚症状に比べて健康に関する質問項目との関連は少なかったが、食習慣および生活との関連は多く見られた。なかでも、乳製品の摂取頻度や海藻きのこ類の摂取頻度など、食事内容とも関連を示したことは特徴的である。

最も関連を強く示した項目は「乳製品の摂取頻度」で、「ほぼ毎日」群は自覚症状なし、「週4～5回・週2～3回・週1回・ほとんど食べない」群で自覚症状ありであった。回答の「1回」を撰

取量120gと仮定すると、「ほぼ毎日」以外の回答では推奨量を満たさない。そのため、推奨量を満たすことが自覚症状の軽減に繋がることが示唆された。

他の自覚症状と同様、朝食欠食や睡眠時間などの生活リズムの改善に加え、食事内容の見直しも必要である。

### ②急に立ち上がるとめまいをすることがある

この自覚症状は、他の自覚症状に比べて睡眠との関連が少なかった。

最も関連を強く示した項目は「孤食頻度」で、「いつも1人」「時々1人」群で自覚症状ありであった。次いで、貧血興味「あり」群で自覚症状ありであった。立ちくらみは貧血の自覚症状であることから、本調査でこの自覚症状を回答した生徒らは貧血である可能性が高い。

貧血を予防する食事を1人の時でも用意できるよう、食品選択などの教育が必要である。

### ③どきどきめまい息切れすることがある

この自覚症状は、他の自覚症状に比べて健康に関する質問項目との関連が多く見られた。

特に、健康に関する情報源においては「友人である」「インターネットである」「食育教室ではない」群と自覚症状あり群で関連が見られたが、他の自覚症状とはほとんど関連は見られなかったため、特徴的であると言える。また、興味のある健康問題においては「肥満・痩せ・貧血」の3つと関連が見られたため、健康への興味関心が高いと分かる。動悸は貧血の自覚症状であることから、回答者らは実際に貧血である可能性も考えられる。

食習慣においては、現在の自身の食事状況「やや問題がある」群、間食による食事の影響「ある」「たまにある」群、欠食頻度「週1～2回・週3～4回・ほぼ毎日」群において有意に高値を示したことから、食生活が乱れている可能性、そしてそれを自覚していることが考えられる。加えて、孤食頻度「時々ある」群が最も強く関連を示したことから、1人で食事を用意する際、乱れた食事になってしまっていることも考えられる。

自身の健康や食生活に興味関心を持ってはいるが、正しい情報や方法を学べていない可能性があるため、健康でいられる食事がどのようなものか、などの情報提供が必要である。

### ④布団に入ってもなかなか寝付けない

この自覚症状は、食生活・睡眠において関連を示し、健康に関する質問項目との関連は少なかった。

睡眠については、平日就寝時刻が「遅い」群、睡眠時間「7.5時間未満」群で有意に高値を示し、健康問題については睡眠障害興味「あり」群において有意に高値を示した。睡眠が足りていないことやそれを問題と感じていることが分かる。

また、食生活に関しては、欠食頻度が「高い」群だけでなく、夕食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群、一品料理の摂取頻度「2～3日に1回」群、ごはんなどの穀類の摂取頻度「少ないと思う」群など、食事内容とも関連を示したが、それを問題視しているという結果は見られなかった。

食生活・睡眠・健康は個別の問題ではなく、相互に作用していることを周知する必要がある。

### ⑤疲れやすく元気がないことが多い

この自覚症状は、(4)同様、健康に関する質問項目との関連は少ないが食生活・睡眠において

関連を示し、睡眠が足りていないことやそれを問題と感じていることが分かる結果が得られた。

食生活に関しては、欠食頻度が「高い」群、昼食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群に加えて、休日朝食時刻が「遅い」群、間食による食事の影響「ある」群など、食事のリズムに関する項目とも関連を示した。

食事のリズムが規則正しくないと体内時計が乱れるため、時差ぼけと似た症状が引き起こされるなど体に悪影響を及ぼすことが知られている。そのため、食生活・睡眠・健康が相互に作用していることに加え、体内時計の重要性の周知が必要である。

#### ⑥よく眠れない

この自覚症状は、他の自覚症状に比べて睡眠との関連が強く見られた

平日就寝時刻が「遅い」群、休日就寝時刻が「遅い」群、睡眠が不足「している」群、健康問題について睡眠障害興味「あり」群との関連が見られ、夜更かしにより睡眠不足になってしまい、そしてそれを問題視していることが分かる。

食生活に関しては、欠食頻度が「高い」群、朝食欠食「あり」群、朝食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群、夕食の主食・主菜・副菜「揃えていない」群、ごはんなどの穀類の摂取頻度「少ないと思う」群と関連を示した。現在の自身の食事状況「やや問題がある」群と関連を示していることから、このような食生活を問題視していることも分かる。

眠気を誘発するホルモンであるメラトニンを産生するには、トリプトファンやナイアシン・ビタミンB6・葉酸など種々の栄養素が必要である。かつ、メラトニンは朝日を浴びた約15時間後に生成されるため、朝食の重要性が分かる。

このように、食生活・睡眠・健康が相互に作用していること、特に、バランスの良い朝食が睡眠に大きく影響を与えることの周知が必要である。

#### ⑦食欲がなく体重が増えにくい

この自覚症状は、食生活・健康に関する質問項目において関連を示した。

食生活は、欠食頻度が「高い」群、朝食欠食「あり」群、昼食欠食「あり」群において有意に高値を示したことから、食べる量が少ないことが考えられる。

健康問題に関しては、不健康やせ興味「あり」群と関連を示したことから、自身の体質に危機感を感じていると考えられる。

欠食が及ぼす影響や、エネルギーの上手な摂り方を教育する必要がある。

#### 4) 総括

自覚症状との関連が多く見られた群は、朝食欠食「あり」群・現在の食事状況に「問題があると考えている」「どちらともいえない」群・間食が食事に影響を「与えている」群・欠食頻度が「高い」群（週1～2回以上）・平日就寝時刻が「遅い」群・休日就寝時刻が「遅い」群・睡眠「不十分」群・睡眠障害「興味あり」群であった。

よって、思春期における体調と食事および睡眠の間には、関連があることが示唆された。

朝食欠食「あり」群においては、欠食をしてしまう理由として最も多く挙げられたのが「時間がないので仕方なく」「食べるより寝たい」というものであった。これが示すもののはつまり「朝、十分な準備時間が取れるよう早起きすることが出来ない」「睡眠が足りていない」ということであ

る。これらを裏付ける結果として、自覚症状を訴える生徒らに、睡眠「不十分」群と睡眠障害「興味あり」群が多く、普段から睡眠不足を感じている事が分かる。実際に、10代女性の平均睡眠時間は7.5時間であるのに対し、生徒らの平日の平均睡眠時間は6.5時間と約1時間程度短い。この睡眠不足は早起きによるものではなく、夜更かしによるものであることが平日就寝時刻が「遅い」群・休日就寝時刻が「遅い」群より分かる。実際に、起床時刻においては10～14歳女性の平均が6：38であるのに対し生徒らの平均は6：10、就寝時刻においては10～14歳女性の平均が22：24であるのに対し生徒らの平均は23：21であり、1時間の差は夜更かしによることが明確である。こうした睡眠不足の結果が朝食欠食率に繋がっている。

加えて、自覚症状を訴える生徒らに、間食が食事に影響を「与えている」群が多いことから、朝食欠食による空腹を間食で埋め、それが昼食や夕食の時刻および食事量に影響を与えている可能性が考えられる。こうした生活リズムの崩れは自律神経の乱れを引き起こすと言われており、自律神経の乱れは睡眠の質をも悪くするため、悪循環となる。

これらの結果より、食事と睡眠は密接に関係しており、相互に作用していることが分かる。

また、自覚症状を訴える生徒らに、自身の現在の食事状況を「問題があると考えている」「どちらともいえない」群が多いという結果から、食事に関して正しい情報は持っているが、実践には行動に移せていないということが読み取れる。睡眠においても、自覚症状を訴える生徒らは睡眠障害興味あり群が多いことから、現在の睡眠の状況が正しくないという自覚は持っていると言える。そのため生徒らに対しては、現在の教育に加えて、睡眠による影響の周知や、実際に睡眠時間を増やすための具体的な改善方法の提示、周囲の環境整備が必要である。

## 研究5. 朝食の内容と健康に関する情報源の取得に関する検討

### 1) 対象と方法

#### ① 研究対象

本学の附属中学校（日本女子大学附属中学校）の2年生計286名を対象とした。

#### ② 倫理的配慮

研究対象者に、研究の主旨、本研究以外でデータを使用しないこと、研究に承諾できない場合には拒否が可能であること、参加しない場合でも不利益がないこと、対象者に使用した個人情報は他に漏れることがないように厳重に管理すること、研究成果の公表等について、調査票への回答・提出を以って研究への参加の同意とみなすことを文書で説明した。なお、本研究は日本女子大学倫理委員会の承諾を得て行った。

#### ③ 調査方法

自記式質問紙を作成し、対象校の養護教諭・クラス担任を通じて対象者に研究説明書と共に配布してもらい、保護者および本人の自由意思により協力に同意した者のみ回答後返却してもらった。提出は期限までに各クラスに設置した提出用封筒に提出してもらった。

作成した調査票の一部は記名式であり、回収した回答済みの調査票については養護教諭が個人情報の切り離し作業を監督し、個人が特定されないように処理をしてから、解析を行った。

#### ④ 調査項目

- ・食習慣や食習慣に対する考えについての質問  
朝食の内容、家族との食に関するコミュニケーション、欠食、孤食 等
- ・睡眠についての質問  
睡眠時間、起床・就寝時刻、自身の睡眠に対する充足感 等
- ・健康についての質問  
体型の認識、ダイエット経験、健康に関する情報源、自覚症状 等

#### ⑤ 統計ソフト

統計ソフト IBM spss (statistics22) を用いて分析を行った。2変量の関係は、質的変数同士の場合にクロス集計及び Pearson の  $\chi$  二乗検定、残渣分析を行い、質的変数と量的変数の場合は t 検定を行った。

なお表頭項目と表側項目が2値ずつの場合には Fisher の直接確率法によって検定を行った。量的変数同士の場合には spearman の相関係数により検定を行った。有意水準は危険率5% ( $p < 0.05$ ) とし、度数が5以下の結果は棄却した。結果は平均値  $\pm$  標準偏差で示した。

#### ⑥ 事後フォローアップ

対象校の養護教諭に、2018年6月に結果の速報を提出し、中学校2年生向けの保健講和で生徒及び保護者に結果を提示した。

## 2) 結果

### ①全体

アンケートを配布した286人のうち、アンケートの回答及び提出があったのは133名であった。(回答率46.5%)

#### A. 食習慣や食習慣に対する考えについての質問

・食事をする時刻を教えてください。

平日朝食時刻は6:31±0:25であった。平日昼食時刻は12:41±0:14であった。平日夕食時刻は19:21±1:12であった。休日朝食時刻は8:39±1:02であった。休日昼食時刻は12:41±0:44であった。休日夕食時刻は19:11±0:44であった。

・普段の朝食の内容について、食べているものと頻度について教えてください。

1) 主食(ご飯、パン(菓子パン含む)、麺、シリアル等)の食べる頻度はどのくらいですか。

平日では「ほぼ毎日食べる」「週2~3回食べる」「週1回以下」の3択を設け、最も多かった回答は、「ほぼ毎日食べる」が125人で95%を占めた。次いで「週2~3回食べる」が5人、「週1回以下」が2人であった。休日では「ほぼ毎回食べる」「あまり食べない」の2択を設け、「ほぼ毎回食べる」が123人で96%であった。

2) 主菜(肉・魚・卵・大豆(豆乳を含む))の食べる頻度はどのくらいですか。(Fig.2)

平日では「ほぼ毎日食べる」「週2~3回食べる」「週1回以下」の3択を設け、最も多かった回答は、「ほぼ毎日食べる」が92人で70%を占めた。次いで「週2~3回食べる」が22人、「週1回以下」が17人であった。休日では「ほぼ毎回食べる」「あまり食べない」の2択を設け、「ほぼ毎回食べる」が104人で82%であった。

3) 副菜(野菜、海藻、きのこ類)を食べる頻度はどのくらいですか。

平日では「ほぼ毎日食べる」「週2~3回食べる」「週1回以下」の3択を設け、最も多かった回答は、「ほぼ毎日食べる」が78人で61%を占めた。次いで「週1回以下」が29人、「週2~3回食べる」が21人であった。休日では「ほぼ毎回食べる」「あまり食べない」の2択を設け、「ほぼ毎回食べる」が80人で65%であった。

4) 汁物を食べる頻度はどのくらいですか。

平日では「ほぼ毎日食べる」「週2~3回食べる」「週1回以下」の3択を設け、最も多かった回答は、「ほぼ毎日食べる」が51人で40%を占めた。次いで「週1回以下」が41人、「週2~3回食べる」が36人であった。休日では「ほぼ毎回食べる」「あまり食べない」の2択を設け、「あまり食べない」が66人で54%であった。

5) 果物(100%果汁・野菜ジュース、スムージーを含む)を食べる頻度はどのくらいですか。

平日では「ほぼ毎日食べる」「週2~3回食べる」「週1回以下」の3択を設け、最も多かった回答は、「ほぼ毎日食べる」が60人で46%を占めた。次いで「週2~3回食べる」が42人、「週1回以下」が30人であった。休日では「ほぼ毎回食べる」「あまり食べない」の2択を設け、「ほぼ

毎回食べる」が69人で54%であった。

6) 乳製品(チーズは含めない)を食べる頻度はどのくらいですか。

平日では「ほぼ毎日食べる」「週2～3回食べる」「週1回以下」の3択を設け、最も多かった回答は、「ほぼ毎日食べる」が69人で54%を占めた。次いで「週2～3回食べる」が37人、「週1回以下」が24人であった。休日では「ほぼ毎回食べる」「あまり食べない」の2択を設け、「ほぼ毎回食べる」が88人で69%であった。

7) 菓子類(清涼飲料水等を含む)を飲む頻度はどのくらいですか。

平日では「ほぼ毎日食べる」「週2～3回食べる」「週1回以下」の3択を設け、最も多かった回答は、「週1回以下」が64人で半数を占めた。次いで「ほぼ毎日食べる」34人、「週2～3回食べる」が30人であった。休日では「ほぼ毎回食べる」「あまり食べない」の2択を設け、「あまり食べない」が87人で67%であった。

・食事を抜くことはありますか？

「ある」「なし」の2択で、「ある」が16%であった。

・上記の質問で「ある」と答えた方は以下の質問にお答えください。

1) 週にどのくらい食事を抜くことがありますか？

平日では、1回が3人、2回が5人、3回が1人、4回が1人、5回が2人だった。休日では、1回が7人、2回が4人だった。

2) 抜くことがある食事に○印を、理由を右枠から選び、番号を記入してください。(複数回答可)

「朝食」が21人、「昼食」が1人、「夕食」が3人だった。

理由は、「①習慣になっている」「②時間がないので仕方なく」「③食欲がない」「④食べるより寝ていたい」「⑤食事が出来ていない」「⑥ダイエットのため」「⑦なんとなく」の7択で、朝食では①が4人、②が10人、③が6人、④が6人、⑥が1人、⑦が1人だった。昼食では②が1人、夕食では④が1人、⑥が1人だった。

・食事をする時一人ですることはありますか？

平日と休日に分け、さらに「いつも一人」「時々ある」「ほとんどない」の3択を設けた。平日では「ほとんどない」が最も多く、85人で64%となった。次いで「時々ある」が36人、「いつも一人」が7人であった。休日でも「ほとんどない」が最も多く、97人で73%となった。次いで「時々ある」が25人、「いつも一人」が4人であった。

・食事は満腹になるまで食べる人が多いですか？

平日と休日に分け、さらに「はい」「いいえ」「どちらでもない」の3択を設けた。平日では「はい」が最も多く、70人で53%となった。次いで「どちらでもない」が39人、「いいえ」が18人であった。休日でも「はい」が最も多く、84人で63%となった。次いで「どちらでもない」が30人、「いいえ」が12人であった。

・ご飯などの穀類はしっかり食べていますか？

「しっかり食べている」「少ないと思う」「食べないことが多い」の3択で「しっかり食べている」が111人で84%を占めた。次いで「少ないと思う」が16人であった。

・主食（ごはん、パン、麺、シリアルなど）を1日にどのくらい食べますか？（おにぎり1個・食パン1枚で1つ、ごはんお茶碗1杯で1.5つ、うどん・そば1杯で2つを目安としてお答えください）

「7～5つ」「4～3つ」「2つ以下」の3択で、「4～3つ」が102人で77%を占めた。次いで、「7～5つ」が21人、「2つ以下」が6人であった。

・ご家族と食事について、あてはまるものがあれば教えてください。（複数回答可）

「家族から食に関する知識やマナーを口頭で聞く」「家族と食事のための買い物と一緒に行く」「家族と一緒に料理を作る」「料理教室（お菓子教室は除く）や食に関するイベントに連れて行ってもらう」「その他」の5択を設け、最も多かった回答が「家族から食に関する知識やマナーを口頭で聞く」が94人で全回答の中で約半数を占めた。次いで「家族と食事のための買い物と一緒に行く」が55人、「家族と一緒に料理を作る」が35人であった。

・平日の学校や部活がある日の昼食はどのように用意していますか？（複数回答可）

「お弁当（家族の方が用意）」「お弁当（自分で用意）」「食堂」「購買部」「その他」の5項目を設け、「お弁当（家族の方が用意）」が84%で最も多く、次いで「食堂」が12%であった。

・前の質問で「お弁当（自分で用意）」「食堂」「購買部」「その他」を答えた方に質問です。どのようなことを意識して昼食を用意していますか。1～3位までを記入してください。

「好み」「値段」「量」「栄養バランス」「エネルギー量（カロリー）」「その他の栄養素（ビタミン、ミネラル、食物繊維など）」「特に意識していない」「その他」の8項目で、1位で「好み」が最多、2位・3位で「量」が最多であった。延べ人数で最も多かったのは、「好み」で61人、次いで「量」が54人、値段が36人であった。

・あなたにとって「健康的な食事」はどのようなものですか。第1～3位を（ ）内に記入してください。

「同じ献立に偏らない食事」「様々な食品を使っている食事」「野菜の多い食事」「必要な栄養素を満たした食事」「たんぱく質（肉・魚・豆腐など）の多い食事」「油分控えめの食事」「炭水化物（ご飯・パン・麺など）を制限した食事」「その他」の8項目を設けた。延べ人数で最も多かったのは「必要な栄養素を満たした食事」の100人であった。次いで、「野菜の多い食事」が82人、「同じ献立に偏らない食事」が70人、「様々な食品を使っている食事」60人であった。

・上記でお答えいただいた「健康的な食事」について、どのくらい実践しようと心がけていますか？

「いつも心がけている」「時々心がけている」「あまり心がけられていない」「ほとんど心がけていない」「どちらとも言えない」の5択で、「時々心がけている」が最も多く50人で38%を占めた。次

いで「いつも心がけている」が41人「あまり心がけられていない」が22人であった。

・現在の自分の食事状況は良いと思いますか？

「大変良い」「良い」「どちらともいえない」「やや問題がある」「問題が多い」「よくわからない」の6択で、「良い」が54人と最も多く、次いで「大変良い」「どちらともいえない」が共に24人であった。

・上記の質問で「やや問題がある」「問題が多い」を選んだ方は理由をお答えください。(複数回答可)

「食事量が多い」「食事量が少ない」「野菜が足りない」「間食が多い」「食事時間が不規則」「食事を抜いてしまう」「好き嫌が多い」「コンビニやスーパーで買った総菜が多い」「その他」の9項目を設け、最も多かった回答が「間食が多い」で11人であった。次いで「好き嫌が多い」が9人、「野菜が足りない」が7人となった。

## B. 睡眠についての質問

・平日（学校がある日）の平均的な睡眠時間は何時間くらいですか？

平均6.8±1.1時間であった。

・休日（学校がない日）の平均的な睡眠時間は何時間くらいですか？

平均8.9±1.3時間であった。

・平日（学校がある日）の平均的な起床・就寝時刻を教えてください。

起床時刻は平均6：07±0：32となった。就寝時刻は平均23：17±0：54となった。

・休日（学校がない日）の平均的な起床・就寝時刻を教えてください。

起床時刻は平均8：25±1：12となった。就寝時刻は平均23：10±0：52となった。

・あなたは今の生活において、睡眠が十分に足りていると思いますか？

「足りている」「不足している」「よくわからない」の3択で「不足している」が55人で最も多く、約4割を占めた。次いで「足りている」が37人となった。

## C. 健康についての質問

・自分の体型についてどう思いますか？

「太っている」「やや太っている」「適正」「やや痩せている」「痩せている」の5択で、「適正」が67人で約過半数だった。次いで、「やや太っている」で30人だった。

・今までにダイエットしたことはありますか？（現在進行形を除く）

「はい」「いいえ」の2択で「はい」と回答した者は19人、「いいえ」と回答した者は104人であった。「はい」と回答した者にはダイエットを「行った時期」「期間」「理由」「方法」を回答してもらった。(Table5-1 過去のダイエットに関する回答)

いつ	期間	理由	方法
中学生になる前	～1か月	習い事やイベントのため	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学生になる前	1～3か月	自分が太っている・太ったと感じたから	運動
中学1年生秋～冬、中学2年生春～夏	未回答	周囲に太っていると言われたから、自分が太っている・太ったと感じたから。	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学生になる前	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	運動
中学2年生春～夏	～1か月	習い事やイベントのため	運動
中学2年生春～夏	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	運動、ストレッチ
中学生になる前	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学2年生春～夏	1～3か月	自分が太っている・太ったと感じたから	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど） ご飯の量を減らす
中学生になる前	3～6か月	周囲に太っていると言われたから、自分が太っている・太ったと感じたから、習い事やイベントのため	運動、お菓子をやめた
中学2年生春～夏	3～6か月	習い事やイベントのため	運動
中学1年生秋～冬	未回答	自分が太っている・太ったと感じたから、習い事やイベントのため	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学1年生秋～冬、中学2年生春～夏	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学1年生秋～冬、中学2年生春～夏	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学1年生秋～冬	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	運動
中学生になる前	3～6か月	自分が太っている・太ったと感じたから	食事制限（夕食抜き、ご飯抜きなど）
中学2年生春～夏	1～3か月	自分が太っている・太ったと感じたから	運動
中学生になる前	1～3か月	自分が太っている・太ったと感じたから	運動、食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学1年生春～夏	1～3か月	周囲に太っていると言われたから	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学1年生秋～冬	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	運動、食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）
中学2年生春～夏	～1か月	自分が太っている・太ったと感じたから	食事内容の見直し（間食をやめる、野菜を多く食べるなど）

Table5-1 過去のダイエットに関する回答

いつ	理由	方法	目標
中学生になる前	周囲に太っていると言われたから	未回答	～3kg減量、5～10kg減量
中学生になる前	自分が太っている・太ったと感じたから	その他	3～5kg減量
中学1年生秋～冬、中学2年生春～夏	未回答	食事制限（夕食抜き、ご飯抜きなど）、その他	5～10kg減量
中学生になる前	周囲に太っていると言われたから	食事制限（夕食抜き、ご飯抜きなど）	～3kg減量、3～5kg減量
中学2年生春～夏	周囲に太っていると言われたから	未回答	～3kg減量、3～5kg減量
中学2年生春～夏	周囲に太っていると言われたから	ストレッチ	3～5kg減量、具体的には決めてない
中学生になる前	周囲に太っていると言われたから	その他	5～10kg減量
中学2年生春～夏	自分が太っている・太ったと感じたから	ご飯の量を減らす	5～10kg減量、具体的には決めてない
中学2年生春～夏	未回答	食事制限（夕食抜き、ご飯抜きなど）、その他	～3kg減量、5～10kg減量
中学生になる前	習い事やイベントのため	食事制限（夕食抜き、ご飯抜きなど）、お菓子をやめた	～3kg減量、3～5kg減量、具体的には決めてない
中学2年生春～夏	習い事やイベントのため	未回答	～3kg減量、5～10kg減量
中学1年生秋～冬	未回答	その他	～3kg減量、5～10kg減量
中学1年生秋～冬、中学2年生春～夏	周囲に太っていると言われたから	その他	5～10kg減量
中学1年生秋～冬	周囲に太っていると言われたから	その他	3～5kg減量
中学生になる前	習い事やイベントのため	その他	服を理想的に着こなせるようになるまで
中学2年生春～夏	自分が太っている・太ったと感じたから	その他	3～5kg減量、服を理想的に着こなせるようになるまで
中学生になる前	自分が太っている・太ったと感じたから	その他	3～5kg減量、5～10kg減量
中学1年生春～夏	自分が太っている・太ったと感じたから	食事制限（夕食抜き、ご飯抜きなど）	5～10kg減量
中学1年生秋～冬	周囲に太っていると言われたから	その他	3～5kg減量、5～10kg減量
中学2年生春～夏	周囲に太っていると言われたから	その他	5～10kg減量

Table5-2 現在のダイエットに関する回答

・現在ダイエットをしていますか？

「はい」「いいえ」の2択で「はい」と回答した者は20人、「いいえ」と回答した者は108人であった。「はい」と回答した者にはダイエットを「開始した時期」「理由」「方法」「目標」を回答してもらった。（Table5-2 現在のダイエットに関する回答）

- ・現在の体重について今後どうしていきたいと考えていますか？理由も併せて選択してください。（複数回答可）

「痩せたい」「現状維持」「太りたい」「特に考えていない」「その他」の5択で、最も多かったのは、「痩せたい」68人であり、全回答の中で約半数を占めた。次いで「現状維持」が47人であった。理由は「太っている・痩せていると感じるから」「スタイルがよくなりたいから」「（部活などで）動きを機敏にしたいから」「健康になりたいから」「体重に興味がないから」「ありのまままでよいと思うから」「その他」の7項目を設け、「太っている・痩せていると感じるから」「スタイルがよくなりたいから」が共に47人で最も多かった。次いで「（部活などで）動きを機敏にしたいから」が26人であった。

- ・健康や栄養に関する情報を得るよう心がけていますか？

「はい」「いいえ」の2択で「はい」と回答した者は57人、「いいえ」と回答した者は73人であり、心がけていない者の方が多かった。

- ・健康や栄養に関する情報はどこで得ていますか？（複数回答可）

「テレビ」「雑誌・本」「家族・親戚」「友人」「食育教室・イベント」「学校の授業」「学校での配布物・掲示物」「インターネット」「その他」の9項目を設け、最も回答数が多かったのは「テレビ」で78人であった。次いで「家族・親戚」71人、「学校の授業」47人「学校での配布物・掲示物」31人であった。

- ・下記の自覚症状について、当てはまるもの、たまに（または少し）当てはまるものを記入してください。

「食欲がなく、体重が増えにくい」「どきどき・めまい・息切れがすることがある」「よく眠れない」「布団に入ってもなかなか寝付けない」「朝起きるのがつらい（または起きられない）」「疲れやすく元気がないことが多い」「急に立ち上がるとめまいをすることがある」の7項目を設けた。「当てはまる」「たまに（または少し）当てはまる」項目をそれぞれ記入してもらった。「当てはまる」「たまに（または少し）当てはまる」の延べ人数が最も多かったのは「朝起きるのがつらい（または起きられない）」61人だった。次いで「急に立ち上がるとめまいをすることがある」46人、「疲れやすく元気がないことが多い」29人、「布団に入ってもなかなか寝付けない」27人であった。

- ・健康に影響を与えるものは何だと思えますか？1～3位までを記入してください。

「運動」「食事」「睡眠」「ストレスなどの心理的要因」「その他」の5択で、1位が最も多かったのは「睡眠」55人、次いで「食事」43人となった。また、延べ人数が最も多かったのも「睡眠」126人、次いで「食事」118人となり、睡眠と食事が重要と考えている者が多かった。

- ・身体の疲れを感じていますか？

「毎日疲れを感じる」「時々疲れを感じる」「あまり疲れを感じることはない」「疲れを感じることはない」の4択で、「時々疲れを感じる」が最も多く67人で約半数を占めた。次いで「毎日疲れを感じる」が40人で疲れを感じている者が多かった。

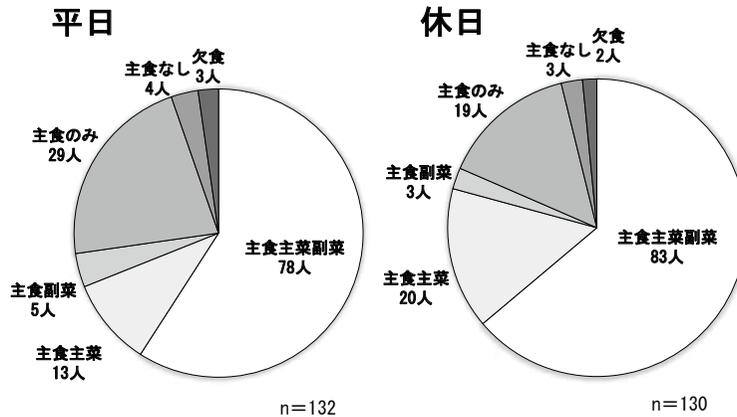


Fig.5-1 研究5 朝食の内容

・冷えを感じることはありますか？

「よく感じる」「時々感じる」「あまり感じない」「まったく感じない」の4択で「あまり感じない」が最も多く43人で32%を占めた。次いで「時々感じる」が38人であった。

・興味のある健康問題がありますか？（複数回答可）

「肥満」「痩せ」「貧血」「月経不順」「疲労」「睡眠障害」「その他」の7項目を設け、最も回答数が多かったのは「疲労」58人、次いで「肥満」31人、「貧血」23人であった。

#### D. 健康診断における結果

・身長

平均身長は $155.6 \pm 4.98\text{cm}$ であった。

・体重

平均体重は $45.7 \pm 7.49\text{kg}$ であった。

・Hb.

平均 Hb 値は $13.2 \pm 0.97$ であった。

・Ht.

平均 Ht 値は $41.6 \pm 2.52\%$ であった。

#### ②朝食の内容

ア. 朝食の内容による群分け (Fig.5-1 研究5 朝食の内容)

調査票の質問項目「普段の朝食内容について、食べているものと頻度について○をつけてください」の回答について以下のように群分けを行った。

①平日において、主食と主菜の摂取頻度について両方とも「ほぼ毎日」と回答

②休日において、主食と主菜の摂取頻度について両方とも「ほぼ毎日」と回答

- ③平日において、主食と主菜の摂取頻度について両方とも「ほぼ毎日」と回答し、かつ副菜または汁物の摂取頻度について「ほぼ毎日」と回答
- ④休日において、主食と主菜の摂取頻度について両方とも「ほぼ毎日」と回答し、かつ副菜または汁物の摂取頻度について「ほぼ毎日」と回答

人間の体には体内時計と呼ばれるものが備わっており、1日単位で睡眠や体温、血圧やホルモン分泌などが規則正しく変化する。この一日周期を概日リズムと呼ぶ。人間の概日リズムは本来25時間であるが、朝目覚めてから日を浴びることで、視床下部の視交叉上核に存在する体内時計の中枢ではリズムの補正が行われる。一方で、朝食は消化器に刺激を与えることで末梢において体内時計を整える役割を担っている。不規則な生活によって体内時計が乱れると、睡眠障害や肥満、免疫機能の低下を引き起こされてしまう。それゆえ体内時計を整えるには、朝日を浴び、朝食をしっかりとることが大切であるとされ、近年朝食の摂取を促す取り組みが全国で行われている。この背景に加え、朝食において糖質のみを摂取する場合には、主食と副食を摂取する場合と比較して、「日中の体温が上昇しにくい」「疲労度が強くなる」「集中力・作業量が減少する」といった報告もされている<sup>5) 6)</sup>。そこで本研究では、エネルギー源となる食品を多く含む主食とその代謝に必要な栄養素の給原となる主菜を最低限摂取すべき朝食として①、②群を、さらに理想的な朝食の形として③、④群を設定し、朝食の内容および摂取頻度と、女子中学生の生活習慣や健康に対する意識の関連を検討した。

算出した結果、①「当てはまる群」91人「当てはまらない群」41人、②「当てはまる群」103人「当てはまらない群」25人、③「当てはまる群」78人「当てはまらない群」54人、④「当てはまる群」83人「当てはまらない群」45人となった。また、①～④の当てはまる群を総称して、「朝食摂取群」とした。

特に③の平日において、主食と主菜の摂取頻度について両方とも「ほぼ毎日」と回答し、かつ副菜または汁物の摂取頻度について「ほぼ毎日」と回答した群について、食習慣、睡眠、健康に関する質問項目との関連をクロス集計と $\chi^2$ 二乗検定及びt検定により解析した（Table5-3 研究5 平日の朝食内容と食習慣に関する質問項目との関連、Table5-4 研究5 平日の朝食内容と睡眠・健康に関する質問項目との関連）。

#### イ. 食習慣との関連

$\chi^2$ 二乗検定の結果、「③平日に主食と主菜、副菜または汁物をほぼ毎日摂取する」に「当てはまる群」において、欠食「なし」(P = 0.024)、平日に満腹まで食べる (P = 0.001)、家族から食に関する知識やマナーを聞く「当てはまる」(P = 0.004)、現在の食事状況について「大変良い」(P = 0.016)と回答した割合が有意に高値であった。一方で、「当てはまらない群」では、欠食「あり」(P = 0.024)、平日に満腹まで食べる「いいえ」(P = 0.001)、休日に満腹まで食べる「いいえ」(P = 0.055)、家族から食に関する知識やマナーを聞く「なし」(P = 0.004)と回答した割合が有意に高値であった。

平日の欠食頻度 (P = 0.023) において「当てはまる群」が有意に低値を示し、休日の欠食頻度 (P = 0.037) においても「当てはまる群」が有意に高値を示した。

平日学校がある日の昼食について、「家族が用意したお弁当を食べる」頻度において「当てはま

質問項目/群		平日 ほぼ毎日食べる	それ以外	
食習慣	欠食	なし**	あり**	
	平日欠食	低頻度**	高頻度**	
	平日孤食	ほとんどない**	ある**	
	平日満腹まで食べるか	はい**	いいえ**	
	休日満腹まで食べるか	はい**	いいえ**	
	穀類をしっかり食べているか	食べている*	食べていない*	
	家族	食に関する知識やマナーを聞く	当てはまる**	当てはまらない**
		一緒に料理を作る	当てはまる*	当てはまらない*
		現在の食事状況はどうか	大変良い*	ns

\*\* : p<0.05 \* : 0.05≤p<0.10

Table5-3 研究5 平日の朝食内容と食習慣に関する質問項目との関連

質問項目/群		平日 ほぼ毎日食べる	それ以外
睡眠	平日睡眠時間	長い**	短い**
	平日就寝時刻	早い**	遅い**
健康	自分の体型をどう思うか	適正**	ns
	過去ダイエット	なし*	あり*
	現在ダイエット	なし*	あり*
	今後の体重をどうしたいか	現状維持*	ns
	痩せ興味	なし*	あり*

\*\* : p<0.05 \* : 0.05≤p<0.10

Table5-4 研究5 平日の朝食内容と睡眠・健康に関する質問項目との関連

る群」が低値傾向を示し (P = 0.087)、「食堂で購入する」頻度において「当てはまる群」が高値を示す傾向 (P = 0.076) があった。

健康的な食事として「油分控えめの食事」の選択頻度 (P = 0.059) において「当てはまる群」が高値を示す傾向があった。

#### ウ. 睡眠との関連

平日の平均的な睡眠時間において「当てはまる」群が有意に長かった (P = 0.008)。

平日の平均的な就寝時刻において「当てはまる」群が有意に早い時刻を示した (P = 0.023)。

## エ. 健康との関連

$\chi^2$ 二乗検定の結果、「当てはまる群」において、過去にダイエット経験「なし」( $P = 0.075$ )、今後の体重についての選択理由として体重に興味がないからを選択したもの ( $P = 0.074$ )、情報源が「家族・親戚」( $P = 0.077$ )と回答したものの割合が高値傾向であった。また、自覚症状の内、疲れやすく元気がないことが多いに「当てはまらない」( $P = 0.030$ )と回答したものの、健康問題について痩せに興味「なし」( $P = 0.088$ )と回答したものの割合が高値であった。一方、「当てはまらない群」においては、過去にダイエット経験「あり」( $P = 0.075$ )、今後の体重についての選択理由として体重に興味がないからを選択したもの ( $P = 0.074$ )、情報源が「家族・親戚でない」( $P = 0.077$ )と回答した割合が高値傾向であり、自覚症状の内、疲れやすく元気がないことが多いに「当てはまる」( $P = 0.029$ )、健康問題について痩せに興味「あり」( $P = 0.084$ )と回答したものの割合が高値であった。

### ③情報源

#### ア. 情報源による群分け

調査票の質問項目「健康や栄養に関する情報はどこで得ていますか？(複数回答可)」の回答である「テレビ」「雑誌」「家庭・親戚」「友人」「食育教室・イベント」「学校での授業」「学校での配布物・掲示板」「インターネット」「その他」のうち、「食育教室・イベント」「学校での授業」「学校での配布物・掲示板」を選択したものは65人であり、「学校情報活用群」とした。選択しなかったのは66人であり、「学校情報非活用群」とした。

「学校情報活用群」と「学校情報非活用群」でクロス集計と $\chi^2$ 二乗検定、t検定を行った。

#### イ. 睡眠との関連

「学校情報活用群」において、平日の平均的な就寝時刻が早い傾向 ( $P = 0.057$ ) が認められ、休日の平均的な就寝時刻が有意に早かった ( $P = 0.044$ )。

#### ウ. 健康との関連

$\chi^2$ 二乗検定において、学校情報活用群は、情報源がインターネット「いいえ」( $P = 0.007$ )との回答割合が高く、肥満度「やせ傾向」( $P = 0.064$ )である割合が高値傾向であった。一方、学校情報非活用群では情報源がインターネット「はい」( $P = 0.007$ )と回答したものの割合が有意に高値であった。

「学校情報活用群」において、肥満度は有意に低く ( $P = 0.024$ )、体重が低値を示す傾向 ( $P = 0.062$ ) が認められた。

### 3) 考察

#### ①朝食の内容と健康習慣との関連

朝食を毎日摂取している生徒は129人 ( $N = 132$ ) で、摂取頻度は97.7%である。平成22年度児童生徒の食生活等実態調査結果では、毎日朝食を摂取する中学生女子は87.3%であり、全国と比べて朝食の摂取頻度がかかなり高いことがわかる。しかしながら、朝食の内容によっても脳の活性や日中の体温の上昇など疲労度や作業量が変わると言われており<sup>6)</sup>、摂取頻度だけでなく内容も重要となっている。

朝食の内容と生活習慣および生活習慣に関する意識を検討した結果、以下のことが抽出された。

- A. 「欠食・孤食が少ないと回答」、「家族との食事を通してのコミュニケーションがあると回答」した生徒では朝食の内容が充実している傾向があり、家庭における食環境が朝食の内容とかわる。
- B. 朝食の内容が充足しない一因として、「就寝時刻・起床時刻が遅いこと」「睡眠時間が短いこと」がある。
- C. 朝食の内容が充足していない群では、ダイエット経験がある・自身を太っていると考える生徒が多い。
- D. 朝食が充足している群のほうが、自覚症状がない生徒が多い

- A. 朝食摂取群の方が欠食や孤食の頻度が少なく、家族から食に関する知識やマナーを聞く、一緒に料理をすることがある生徒が多い。さらに、朝食摂取群の方が満腹まで食事をする傾向が多いと回答する傾向にあるが、今回の調査からも孤食と満腹まで喫食する頻度に関連が見られる。したがって、朝食の内容は家庭の食環境を反映すると推測できる。

実際、中学生で食事を自分自身で用意する割合は少なく、家族の誰かが用意する場合がほとんどであり、家庭内での生徒の食事は調理者に決定権があることが多い。食事やその環境、マナー・知識に対して関心のある家庭の方が朝食の内容についても配慮していることが示唆された。

また、生徒自身の食習慣の評価や心掛けについても関連が見られた。朝食摂取群の方が現在の食事状況を「大変よい」または「よい」、健康的な食事の実践について「いつも心掛けている」「時々心掛けている」と回答し、健康に影響を与える要因として「食事」を選択する頻度が高かった。このことから、朝食が充足している生徒では、昼食、夕食についても生徒自身が「よい」と評価できる食事内容であり、日ごろから健康的な食事を摂れているまたは摂取を心がけていることが推測できる。朝食を摂取する者は、食に対する意識が高く、野菜類や魚類の摂取量が多いことが報告されており<sup>7)</sup>、本研究でも同様に、朝食の内容が日々の食品選択をはじめとする食に対する意識と関連することが示唆された。

朝食の内容と食習慣の関連についての検討から、家庭での食環境が生徒の食習慣や意識に大きな影響を与えることが分かった。孤食は共働き世帯や習い事・塾に通う中学生の増加に伴い問題視されるようになり、第3次食育推進基本計画においても、共食の回数の増加を目標として設定されている<sup>8)</sup>。生徒自身だけではなく、家庭全体に対して、食に対する意識を高めることができるようなアプローチをしていくことが大切であるといえる。

- B. 朝食摂取群の方が睡眠時間が長く、就寝時間・起床時間が早い傾向が見られた。朝食を充足させることができない要因の1つとして、起床時間が遅く朝食を食べる時間がない可能性が考えられる。中学生朝食の内容が充足していない群の方が休日の睡眠時間が長い傾向があり、ゆっくり朝食をとることができるだろう休日であっても食事よりも睡眠を優先してしまうのかもしれない。対象校では、遠方から通う生徒も多く、通学時間が睡眠時間を短縮させる要因となっていると考えられる。昨年同校で実施された調査でも、通学時間の平均は片道65.9±24分で、同県の平均時間（往復57.0分）を大きく上回っていた<sup>4)</sup>。さらに、全国平均と比較して、平日

の起床時刻は早い(対象校6:07、10~14歳平均6:38)が就寝時間が遅い(対象校23:17、10~14歳平均22:24)、朝食の摂取時刻は同年代の平均より早い(対象校6:31、10~14歳平均6:50)夕食時刻は遅い(対象校19:21、10~14歳平均18:59)<sup>9)</sup>という特徴がある。夕食の摂取時刻や就寝時刻が遅いと、朝食欲がない、眠くて朝食を食べることができないということが起こりがちである。夕食の時刻の見直しや、就寝時刻を早めて余裕をもって起床する習慣をつけることで、朝食の内容を充実させる大きな要因となるはずだ。

- C. 朝食の摂取は脳の働きにも大きく関わり、欠食をする人の方がいらしやす傾向にある。思春期は身体的・精神的成長により自身の体型に対する考え方や感情がゆらぎやすいことから、朝食の不足による精神の不安定さが体型の認識に影響を及ぼすことは十分に考えられることである。朝6時半までに起床し、しっかり朝食を摂取して、排便後に登校することが学校の楽しさに重要であることも報告されている<sup>10)</sup>。

朝食は体のリズムを整える因子として非常に重要であり、欠食は体内リズムを乱すため太りやすい体へと導いてしまう。したがって朝食欠食は、精神面への影響や肥満の一因となることで、体型についての誤った認識や不必要なダイエットを招く恐れがあることが示唆された。

- D. 「疲れやすく元気がないことが多い」という項目で、朝食摂取群において当てはまる群の方が自覚症状を有する者が少ないという結果を得た。今回群分けでは、効率の良い糖質代謝という観点からビタミンB群の給源となる主菜を必須としているが、この結果から改めて朝食における主菜摂取の重要性が示唆された。

また、体内リズムが狂うと、日中ぼーっとする、食欲が出ない、布団に入っても寝付けなといった症状が現れる。今回の研究でも「布団に入っても寝付けない」「よく眠れない」といった項目と関連が見られ、朝食の摂取が睡眠と関連していることも示唆された。

朝食の内容と健康習慣に関する様々な項目を解析したが、特に着目したいのは家庭での食環境とのかかわりである。ライフスタイルの変化により、近年弧食および個食が増加しており、それを問題視する声も上がっている。さらに、家庭の食環境は子供の今後の食に対する姿勢に大きな影響を及ぼすと言われており、健康的な食習慣の形成のためには家族の協力が不可欠である。つまりは、朝食の内容を充実させることの大切さや効果を、生徒自身だけでなく家庭に対しても伝えていく必要がある。さらに、就寝時間、起床時間においても、早寝・早起きを家族が支援し、ゆっくりと朝食を摂れる環境を作っていくことが望まれる。文部科学省においても平成18年度より、幼児期からの基本的な生活習慣の確立を目指して「早寝早起き朝ごはん運動」を推進している<sup>12)</sup>。

また、朝食の内容がダイエット経験や体型の認識と関連があることも大変興味深い結果となった。対象校では肥満度による分類で「痩せ(肥満度-20%以下)」に属する生徒は9.2%で全国平均3.69%と比較して多く<sup>5)</sup>、肥満度の平均値も低いにも関わらず、痩せたいと考える生徒が過半数を占める。そして、朝食の内容が充足していない生徒の方がその傾向が強い。これは朝食の内容が精神的な安定と関連していることが推測され、生徒が快活に学校生活を送るためにはしっかりと朝食の摂取が重要であることが示唆された。

したがって、生徒の心と体の健やかな成長を促すためには、朝食や睡眠を見直し生活リズムを整えるよう、生徒及び家庭に呼びかけることが重要であると結論付けた。

## ②情報源

近年、健康ブームが到来し、健康に関する情報が飛び交う。また現代では中学生であってもスマートフォンやインターネットを駆使し、様々な分野の情報を得ることができるようになった。しかしながら、身体的にも精神的にも発達途中である時期に、誤った情報を得、それを実践することは十分な発育に影響を及ぼしかねない。中学生の健康に影響を及ぼす要因の一つとして、情報の取得および活用と健康との関連を検討した結果、就寝時刻が遅い生徒の方が、学校外からの情報を得やすくなる可能性があることが抽出された。

平日・休日ともに就寝時刻が遅い原因として、「SNSなどの影響で夜遅くまでスマートフォンを使用している」という意見が対象校の保健委員による『生活習慣アンケートについて』であった。また文部科学省の調査<sup>13)</sup>より中学生において携帯電話・スマートフォンとの接触時間（ゲーム除く）が長い子供ほど、就寝時刻が遅いことがわかっている。内閣府の調査<sup>14)</sup>によると中学生のスマートフォン利用率は58.1%（インターネット利用率は54.6%）と年々増加傾向にある。またスマートフォン・いわゆる格安スマートフォン・子供向けスマートフォン・携帯電話の契約が切れたスマートフォンのいずれかを利用すると回答した中学生は92.4%（インターネット利用率は85.2%）であった。このように多くの中学生が当たり前のようにスマートフォンやインターネットを使用している中で、簡単に情報を手にできることが学校情報を活用しない理由であると考えられる。

今回の調査でも健康や栄養に関する情報をインターネットから得ていると答えた生徒が学校情報活用群で少なく、学校情報非活用群で多い結果となった。情報をいつでも手に入れられることで学校から発信される情報の価値が薄れてしまっているのではないだろうか。自身で情報収集することによりスマートフォン等の利用時間が延び、就寝時刻の遅れに繋がるという悪循環を生んでいる。

学校からの情報を生徒自身の問題としてとらえてもらえるようなアプローチをし、ネットの情報の不確かさや正しい情報の得方を伝える必要があるだろう。

また、ダイエット行動を起こす頻度・痩せ理想の内面化（メディアにより、痩せていることをよいと考える）・身体不満（自分の体型にどの程度不満があるか）のすべての項目においてネット利用時間が長い群で高いこと、一方でテレビの視聴時間は関与しないことも報告されている。また、雑誌を購読している群で痩せ理想の内面化・ダイエット行動を起こす頻度が高いことが報告されている<sup>15)</sup>。

このことからインターネットや雑誌で見受けられる「痩せている方が綺麗である」というイメージや「ダイエット特集」が中学生女子のダイエットへの興味関心・経験に繋がるのではないかと考えられる。また、自分で調べて手にした情報に影響を受けやすいと推察できる。

一方的に話をするだけでなく、調べ学習といったアクティブラーニングを取り入れ生徒が主体的に健康的な体型・食習慣・生活習慣を学ぶ環境を整え、適切なボディイメージを認識してもらう必要がある。

今回の調査では「健康や栄養に関する情報はどこで得ていますか？（複数回答可）」の質問項目において学校情報活用群と非活用群の2群に分けたが、本来では対象者全員が学校で同じ授業や配布物を受けているはずである。このことから学校情報非活用群の生徒は学校からの情報を自己のものとして認識していないと考えられる。対象校の養護教諭の先生から「生徒自身が答えたアンケートを題材にした講和では、自身の問題として捉えてくれた」とお話があり、学校からの情報の重みを理解してもらうことが重要であると言える。

また、インターネットにおけるダイエットに関する情報は、基本的には成人に向けたものであるため、中学生に向けたものではないことを周知してもらい、第二次成長期である中学生にとっていかにダイエットが悪影響を及ぼすかを学ぶ機会が必要であるだろう。

#### 4) 総括

今回、食事・睡眠・生活環境などの生活習慣が肥満や痩せ、自覚症状、ボディイメージの歪みといった健康問題と関連があるという仮説の元、検証を進めた。昨年の研究では思春期における体調は、食事と睡眠が密接に関係しており、これらが相互に作用していることや自覚症状を訴える生徒において自覚があっても改善への行動に移せていないことが推察された。そこで今回のアンケート調査では昨年に加えて体内リズムを整えるという点から、朝食に着目し、朝食内容について詳細に質問を行い、エネルギー源摂取が可能である「主食・主菜群」、理想的な食事として「主食・主菜＋副菜・汁」群について平日、休日に分けて比較した。また、近年ではスマートフォンの普及やSNSの流行により中学生がインターネットからの情報をより身近に手放せない環境が生まれていることから情報源についても新たに注目した。

朝食摂取群において家族から食に関する知識やマナーを聞く、家族と一緒に料理を作る、家族と食事のために一緒に買い物に行くといった家族と食に関するコミュニケーションの機会がある生徒が多いことが分かった。

これらの結果から、思春期における健康問題は、生徒自身の意識改善や正しい知識も必要であるが、学校や家庭の協力が不可欠であるといえる。中学生は、自身で食事を作る機会も少なく、食事内容の選択や食事への意識は家庭に委ねられる部分が多い。食に関するコミュニケーションがとれている家庭において食事内容の充実が見られることから、家族の食に対する意識や行動が生徒の食生活に反映しているといえる。学校は、生徒自身の問題意識を高め、正しい知識を伝えるとともに、家庭へのアプローチが必要である。

さらには平日朝食主食・主菜＋副菜・汁群において平日睡眠時間がともに長く、平日就寝時刻も早かった。平日の朝食内容の充実と睡眠時間や就寝時刻は相互に関わっており、食事と睡眠における関連が前回と同様に見られた。また学校情報活用群においても平日就寝時刻が早かった。

また、生徒全体の肥満度は-4.4、ダイエット経験ありの人が多い学校情報非活用群でも-1.6と、マイナスの値であることから全国平均より対象校の生徒は、痩せている。減量は必要ないと言えるだろう。しかし朝食内容が充実していない生徒において、ダイエット経験がある人が多い傾向が見られた。

また、結果には述べていないが、自覚症状を訴える生徒では朝食内容が不足しがちであり、食事内容が健康問題の要因の一つになっていることがわかる。さらに朝食内容の充実や正しい情報の認識が適切な睡眠や不必要なダイエット経験の減少と関連しており、これらが生活リズムや正しい体型認識を導くと言える。適切な睡眠時間や朝食が1日の体のリズムを整えるとともに、心理的な充足感に結び付くことで自尊心の向上や正しい情報の識別が可能になりボディイメージの是正に繋がるだろう。

#### 引用文献

- 1) 日本小児内分泌学会「こどもの肥満」  
<http://jspe.umin.jp/public/himan.html> (参照2018-12-5)

- 2) 厚生労働省「ヘルスケアラボ思春期のやせ」  
[http://w-health.jp/puberty\\_trouble/pubescence\\_diet/](http://w-health.jp/puberty_trouble/pubescence_diet/) (参照2018-12-5)
- 3) 厚生労働省「e-ヘルスネット」  
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/metabolic/m-06-002.html> (参照2018-12-5)
- 4) 稲田彩花他「思春期の女子における健康問題について」『2017年度日本女子大学家政学部食物学科卒業論文』
- 5) 文部科学省「平成30年度学校保健統計調査(学校保健統計調査報告書)」
- 6) 樋口智子他「朝食欠食および朝食のタイプが体温、疲労感、集中力等の自覚症状および知的作業能力に及ぼす影響」『日本臨床栄養学会雑誌』第29巻1号、2007年、35-43頁
- 7) 平野春樹他「大学生の朝食欠食に関する文献レビュー」『日本家政学会誌』第70巻1号、2019年、1-13頁
- 8) 農林水産省「第3次食育推進基本計画(第3次食育推進基本計画 参考資料集)」
- 9) 総務省統計局「平成28年社会生活基本調査(社会生活基本調査報告書)」
- 10) 林千代他「小・中学生の朝食摂取状況と基本的な生活状態との関連」『飯田女子短期大学紀要』第25集、2008年、97-114頁
- 11) 文部科学省「早寝早起き朝ごはん全国協議会」  
<http://www.hayanehayaoki.jp/index.html> (参照2018-12-5)
- 12) 田村典久他「眠気、イライラ感の軽減に重要な生活習慣の提案」『小児保健研究』第72巻3号、2013年、352-362頁
- 13) 文部科学省「睡眠を中心とした生活習慣と子供の自立等との関係性に関する調査の結果」  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shougai/katei/1357460.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/1357460.htm) (参照2019-1-31)
- 14) 内閣府「平成29年度青少年のインターネット利用環境実態調査」  
[https://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/net-jittai\\_list.html](https://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/net-jittai_list.html) (参照2019-1-31)
- 15) 早見(千須和)直美「女子中学生のダイエット行動とメディア利用、やせ理想の内面化、身体不満との関連」『生活科学研究誌』第14巻、2015年
- 16) 文部科学省「家庭で・地域で・学校でみんなで早寝早起き朝ごはん—子どもの生活リズム向上ハンドブック—第3章 生活リズムの確立と朝食(食事)」  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shougai/katei/08060902.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/08060902.htm) (参照2019-1-31)
- 17) 香川県教育委員会「平成26年度児童生徒の食生活等実態調査のまとめ」  
<https://www.pref.kagawa.lg.jp/kenkyoui/hotai/pdf/lunch/26studentfoodlifeinveresult27mar.pdf>  
(参照2019-1-31)
- 18) 東京医科大学病院「起立性調節障害とは」  
<http://hospinf.tokyo-med.ac.jp/shinryo/shoni/gairai04.html> (参照2019-2-4)

## 今後に向けて

附属校中学校生徒を対象にした研究のⅢ-1、Ⅲ-2については附属中学校、附属高等学校の養護教諭と共同で研究を行った。研究結果について、2017年度、2018年度の公開研究会において、結果の活用について話し合いを行った。中学校では本調査結果を既に中学校での保健講話で生徒、保護者にフィードバックしており、その時の反応、さらには今回の共同研究を今後、どのように活用していくか、以下のような意見交換が行われた。

### 中学校養護教諭より

保健講話で結果速報を伝えたところ、中学生は、自分たちの睡眠時間が全国平均に比べて短いこと、それに伴い疲労感などの自覚症状が出ていること、また、全国平均に比べて身長は高く、体重は軽い傾向にあるにも関わらず、自分の体型は適正であると考えの人が多く、などに気が付いたようだ。その後、保健委員会を開いて、調査結果について話し合ったところ、中学生から以下のような意見が聞かれた。

- ・ 体型を気にしている人が多い
- ・ 夜遅くまでスマホを使用するなどにより睡眠不足があると思う
- ・ 全国平均に比べて就寝時刻が遅くて起床時刻が早く、睡眠不足を感じる人が多い
- ・ 睡眠不足から身体の疲れやめまいなどが起こるようになるので、睡眠が大事だと思う
- ・ 食生活が大きく乱れている人は、アンケート上は少ない
- ・ 全国平均に比べて身長は高めで体重は軽めなものの、自分の体型は適正だと考える人が半分ほどいる
- ・ 休日の方が、朝食を食べる割合が高いということに驚いた
- ・ ダイエット経験者、今後痩せたいと考える人が意外と多いと思った
- ・ 毎日体に疲れを感じている人が多かった
- ・ 朝食を食べたほうが良いとわかっているのに食べていないという人が少なくなかったので驚いた
- ・ 就寝時刻が12時を過ぎる人が多いなと思ったが、友人に聞くと2時くらいまで起きていることがあり、授業中に眠くなってしまうと思った
- ・ ご飯は食べていても、汁物などは食べていない人が多く、バランスの良い食事をとっていないのではないかと考えた。理想的な食事は必要な栄養を満たした食事という回答だったことも裏付けていると思う
- ・ 健康に影響を与えるものを答える質問では、「睡眠」が多かった。しかし、睡眠時間の短さがなかなか改善できない状況にある
- ・ 興味のある健康課題として、疲労がとても多い
- ・ 平日、1人で食事をする人が多いためか、平日に食事を満腹になるまで食べるのが少ない、という人の割合が高かった

- ・アンケート結果から、生活習慣が学校生活にとっても影響を与えていると感じた

その後、アンケート結果を受けて、保健委員会で取り組むべき活動方針について検討した。まずは自分たちの健康問題や課題を調べて明確にし、それを発信していくことと、学校における様々な機能を利用して啓発をしていくことが中学校保健委員会で取り組む目標となった。

具体的な内容としては、

- ・今回のアンケート結果や研究論文を読み込んで、今回の調査からどのようなことが分かったのかを、中学生自身がまとめ、文化祭で発表する
- ・浮かび上がった問題や課題について、図書委員会と情報共有して、本校の生徒にお勧めの図書を紹介してもらう機会を作る
- ・朝礼やポスター掲示、日々の清潔検査の時などに、課題や問題意識をもって取り組んでいくようにしたい
- ・来年度は、今年度の実績を元に、自分たちで生活習慣アンケートを作成して実施していきたい。大学生の先輩達に調べてもらった自分たちの健康に関わる情報を、次は自分たちの手で発展させていきたいと夢を膨らませている様子が見受けられる。自らの問題を考え、学び、行動に移すことができるような教育活動の一つとして、中学校では、今回の調査を今後も大いに活用したい。

大学側からは、この意見をもとに、このような調査・研究を行うための手順を中学生にもわかりやすく伝えられないか、と調査実施の流れを説明するリーフレットを作成し中学校保健委員会に提供した (Fig.6)。

Fig.6 アンケート調査の手法

初めに

情報の取得・取り扱いについて

- ・インターネットから情報を得るときは、発信源が明らかなるものを利用する(厚生労働省や文部科学省ホームページなど)
- ・調査で得た個人情報他は他の人に漏らさないようにする

STEP1 どのような健康問題があるかを知りましょう。

各世代や地域の健康問題を知り、どこに焦点を当てて調査をするか考えましょう。

- ・厚生労働省
  - ・文部科学省
  - ・農林水産省「食育推進施策（食育白書）」
- などを参考に



STEP2 対象と方法を考えましょう。

- ・対象
  - 1学年に聞く、学年を終る、ランダムに選ぶなど
- ・方法
  - 質問紙調査、直接話を聞く、終れの手を挙げてもらうなど

☆質問紙調査を作るときのコツ

- ①どんなアンケートがされているか調べてみましょう  
論文や大規模調査の項目を参考にする(後で比較しやすい)
- ②アンケートの集計のしやすさを考えましょう  
自由記述は具体的な意見が得られるが、集計はしづらい。「はい、いいえ」や数字で答えられる質問のほうが、全体の傾向を数量的に表すことができる。
- ③個人情報の取り扱いは大丈夫か
- ④質問の意図は通じるか、聞かれて嫌な質問ではないか  
自分で一度アンケートを記入してみてください◎
- ⑤無記名で調査をする場合は質問用紙に通し番号をつけましょう

②結果を集計する

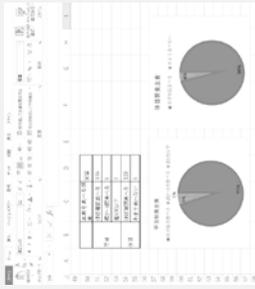
Excelの数式を用いて、合計や平均を算出する。

明らかに記入ミスと思われる回答は除いてもよい。

例) 平日の朝食時刻が1900 など

③グラフを作成する

下図のような表を作成し、グラフを作成する。



【発展】グループごとの特徴を調べよう

特徴を調べることで、健康問題の原因が推察できる。

例①:「毎日朝食を食べているグループ」と「そうでないグループ」で疲れやすと感じている人の人数はどれくらい違うのか。

例②: 疲れやすいと感じている人とそうでない人で起床時刻の平均はどれくらい違うのか。

【さらに発展】検定をしてみよう

検定を行うことで、関連の強さがわかります。

- ・質的変数 × 量的変数 → 検定

例: 朝ご飯を毎日食べているか × 朝食の時間の関連性

- ・質的変数 × 質的変数 → クロス集計

例: 朝ご飯を毎日食べているか × 疲れやすさを感じているかの関連性



STEP5 結果を全国平均と比較してみましょう。

以下のような大規模調査の結果を調べ、今回の調査結果と比較してみましょう。

- ・厚生労働省「国民健康・栄養調査」
- ・栄養摂取量、食生活、生活習慣、身体体重の平均値が記載。ただし、20歳以降の結果がメイン。
- ・文部科学省「学校保健統計調査」
- 児童の身体計測値や健康状態について
- ・総務省「社会生活基本調査」
- 起床・就寝時刻など、生活における時間配分について

この他にも、国が行っている調査はたくさんあります。調べてみましょう。



STEP6 結果を考察する

調査結果からどんなことが分かったか、また改善方法を考えましょう。

○国の施策や目標を調べてみましょう。

- ・厚生労働省
- 「健康日本21(第2次)」
- ・農林水産省
- 「第3次食育推進基本計画」
- 「食育推進施策(食育白書)」

STEP7 調査結果を活かす

今回の調査でわかったことを、みんなに伝えましょう。

・アンケートの結果、課題、改善点、目標をみんなに提示してみましょう。

・発表だけで終わらないよう、ポスターを掲示するなど長く問題意識を持ってもらえるように工夫する。

## IV おわりに

女性のやせ傾向は、年々、若年化している。今回の研究でも、中学生時代より、やせに関する願望が強いこと、自分の体型を正しく認識できていないことが明らかになった。この傾向は、大学生でより顕著となり、かくれ肥満や冷えなどの病態に繋がっている。

若年女性の健康教育は、女性が生涯を健康に過ごすための基盤となる。自分自身の健康を管理する能力を身につけることは、自己実現や社会での役割を担うために欠かすことはできない。本研究により早い時期から自分の健康について関心を持たせ、正しい情報を提供する必要性が示された。

### 謝辞

本研究を進めるにあたり、ご協力いただいた附属中学校、附属高等学校の教職員各位、家政学部食物学科、佐藤・東田研究室の卒研究生に深謝いたします。

ダンス史に残るマスターピース  
再現プロジェクト  
「再現」を媒介した  
ダンスの美的研究の可能性

Reproduction Project of Masterpieces of Dance:

Research Possibilities of the Aesthetics of Dance through the Medium of “Reproduction”

2016年度

木村 覚 KIMURA Satoru  
(研究代表者、日本女子大学人間社会学部文化学科准教授)

宮 晶子 MIYA Akiko  
(日本女子大学家政学部住居学科准教授)

高野 美和子 TAKANO Miwako  
(日本女子体育大学体育学部運動科学科准教授)

柊 アリス HIIRAGI Arisu  
(巡回舞踊家)

2017年度

木村 覚 KIMURA Satoru  
(研究代表者、日本女子大学人間社会学部文化学科准教授)

川崎 公平 KAWASAKI Kohei  
(日本女子大学人間社会学部文化学科専任講師)

宮 晶子 MIYA Akiko  
(日本女子大学家政学部住居学科准教授)

伊藤 亜紗 ITO Asa  
(東京工業大学リベラルアーツ研究教育院准教授)

神村 恵 KAMIMURA Megumi  
(ダンサー／振付家)

高野 美和子 TAKANO Miwako  
(日本女子体育大学体育学部運動科学科准教授)

# 目 次

はじめに

## 第一部 理論編

### 第一章 ダンスの美学的研究と「再現」

1. 私たちはダンスを見ているとき何を見て何をしているのか
2. ダンスの美学的研究と「再現」の問題

### 第二章 「再現」という方法

1. 「構成論的アプローチ」との比較
2. 「再現」がひらく体験
3. アダプテーションと「再現」
4. 「トレース」の先行事例から学ぶこと

## 第二部 実践編

### 第三章 ロイ・フラー「サーペントイン・ダンス」再現プロジェクト

1. プロジェクトの経緯
2. プロジェクトの構成と過程
3. 成果の分析

### 第四章 イヴォンヌ・レイナー『トリオ A』再現プロジェクト

1. プロジェクトの経緯
2. プロジェクトの構成と過程
3. 成果の分析

## 付録 1

『トリオ A』を研究してあなたのダンスを創作してみよう

ワークショップを振り返って

神村 恵

## 付録 2

「映像にはダンスの何が写っている／いないのか？」

濱口竜介と考える映像とダンスの関係・映像／身体を媒体に生まれる社会の形」

座談会の記録

木村 覚（文責）

## はじめに

本論考は、総合研究所（研究課題64）主催で実施された「ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクト」の二年間にわたる研究の成果を報告するものである。

本研究の目的は、タイトルにあるようにダンス史において傑作とされている作品を肉眼視するとともに、そのための「再現」とはどのようなものであるべきかを理解し、また実際に再現を試みる過程でどのような困難と実りがあるのかを調査することである。

2016年度にはロイ・フラーの「サーペントイン・ダンス」の再現を試みた。2017年度にはイヴォンヌ・レイナーの『トリオ A』の再現とそこから得たものを発展させる創作的ワークショップの実施を検討し、実現させた。

第一部の理論編で私たちは、ダンスの美学的研究とはどのような課題を有するものであり、またその研究にとって「再現」とはどのような意義があるのかを明確にするとともに、その困難さも確認する。

第二部の実践編で私たちは、2016年度と2017年度の二回の調査をどのように実施し、そこでどのような成果と課題を得たのかについて考察してゆく。

また付録として、2017年度に共同研究者を務めてくれた振付家・ダンサーの神村恵による論考、また2017年度の研究会で開催された「映像にはダンスの何が写っている／いないのか？濱口竜介と考える映像とダンスの関係・映像／身体を媒体に生まれる社会の形」というイベントにおける座談会の内容を掲載する。

## 第一部 理論編

### 第一章 ダンスの美学的研究と「再現」

#### 1. 私たちはダンスを見ているとき何を見て何をしているのか

この理論編では、本プロジェクトの研究対象と私がそれを吟味する美学的研究が何を扱うものであるのかを明らかにしておきたい（プロジェクトの過程やその最中やその後に考察したことは実践編にまとめる）。その上で、このプロジェクトが選択する「再現」という研究方法についてもその原理を検討しておく。

#### 研究対象について

本プロジェクトが研究対象とするのは、舞台芸術としてのダンスである。そう限定する理由は、私の研究分野がとくにそこに集約されているからである。ダンスは人類史において古くから営まれてきた活動である。お祭りや芸能としてのダンスは、それ独自のあり方を有しており、本プロジェクトではそれを扱わない。舞台芸術としてのダンスは、主としてバレエの分野で発展していった。すなわち、17世紀ごろからフランスやイタリアにおいて始められ、18世紀には確立されたものである。舞台芸術としてのダンスの特徴は、それが劇場で踊られるというところにある。劇場は、舞台空間と客席のある空間に確然と分けられ、両者は容易く融合しない。そのことは、劇場にどう人間を「ダンサー」と「観客」とに振り分けることに寄与する。それまで、宮廷の舞踊であれ、民衆の村祭りの踊りであれ、踊りというのは、人を踊る者にも踊りを見る者にもしてきた。人は踊りながら踊りを見てきたのである。そうした慣習から離れて、踊りを「見るもの」として際立たせてきたのが劇場である。それは、見るという行為を洗練させる（洗練された観客を生む）と同時に、見るに値する高度な技量を有するダンサーや優れた振り付けや踊るコンセプト作り出す振付家を生むことにもなる。本プロジェクトが「ダンス史に残るマスターピース」の「再現」を試みるということは、そうした劇場でのダンスという環境が生み出した傑作と言われてきたものにアクセスし、その作品の理解を深めることを目的のひとつにしている。

#### ダンスの美学的研究について

さて、その作品の理解という点にも関わることであるが、本プロジェクトではダンスを美学的に研究する。これは、ダンスを美学（感性の学）として問題にすることであり、ダンスを踊る者の内官で生じていることの問題として、またダンスを見る者の内官で生じていることの問題として扱うことを意味している。それは踊る者の立場からであれ、見る者の立場からであれ、「体験」というものがもつ質を研究の対象にするということである。

ダンスはその本質を問えば、身体の運動のなかにある何かである。この本質の特性を捉えようとするならば、ダンスの美学的研究において、大きな困難を引き起こすことになる。ダンスには打ち上げ花火のようなところがある。ダンサーの身体を通して、踊られた瞬間にダンスは発生し、生まれた瞬間に消えしまう。この特徴は舞台芸術に共通のものかもしれない。絵画や彫刻は、制作された直後からその存在は永続する。文学もそうだろう。舞台芸術はそうはいかない。

記録されれば、この問題は解決されるのだろうか。映画は、演劇をフィルムに記録したものである。そうすることで映画はその存在が永続的なものとなる。ただし、しばしば通念として「映像にはダンスは残らない」とも言われる。それが一体どういう言説であり、実際どういう問題として捉えるべきであるのかは、本研究の過程で取り上げ、考察したので、ここでこれ以上は触れない。

舞台芸術は映画のように、その内実を永続させることができない。とはいえ、演劇には戯曲がある。戯曲をベースにすることで、記録されていない部分を補完することはある程度は可能かもしれない。ダンスにも記譜法が考案されることもある。ただし、演劇に比較してもはるかにダンスは、後に議論するように、その場で生じていることが重要である。

ダンスには、それを記録するメディアがない。あえて言えば、ダンサーの身体はそのダンスを記録し、「踊れ」と言われれば、その踊りを再現することができる。しかし、ダンサー抜きでは、それは叶わない。そして、ダンサーであれば誰でもよいというわけにもいかない。ある作品を美学的に研究したければ、その踊りを踊ることができるダンサーが必要となる。もしそれが、あるダンサーによってのみ実現できるものであるならば（ダンス研究は、しばしばそのような事態に遭遇する）、そのダンサーなしには、そのダンスを「体験」することはできない。もしそのダンサーが死んでしまったら、あるいは致命的な怪我をしたり、老化したり、身体上の制限を被ってしまったら、そのダンスは永遠に「体験」することはできない。このことを問い詰めてゆくと、極端な結論が引き出される。あの日あの時のあの場所でのダンスは、その時その場で生まれつつ消え、二度と再現されることはない。あの日あの時のあの場所でのダンスは、そこに集ったダンサーと観客だけが体験したものであり、そこに居合わせなかった人間には、永遠に（どう頑張っても間接的にしか）触れることができない。

ダンスにはある種の「秘私性」が含まれている。もちろん、そのことがダンスに独特の価値を付与しているということでもある。その日その時その場所に集うこと、そのことがそれ自体として独自の魅力となる。そして、もちろん、この「秘私性」がダンスという存在の特殊なあり方を示しており、その限り、これを無視することはできない。ただし、その点を強調し、潔癖主義的にそれ以外の可能性を排除していくと、ダンスの研究は頓挫し、ダンスの教育は拒まれる。何より、ダンスが公共的な存在となる余地はなくなってしまふ。生まれた瞬間に消えてゆくダンスの存在を無視することなく、しかし、そこから漸次的に離れて行くことになるとしても、その本質を部分的に含んだ「再現」の可能性を見出すことで、この困難を乗り越えて、ダンスの「体験」を研究できないか。本研究はその方向へと歩を進めようとする試みである。

### ダンスの体験とは何をどのように体験することなのか

さて、ではダンスの体験とはどのようなものであるか。それを事前に明らかにしておきたい。その質を「再現」を通して研究するのであるから、あらかじめ同定するものではないかもしれないが、しかし、どのような質を引き出すものであるかをビリヤードの「的」のようなものとしてある程度は定めておかないと何を「再現」するべきかがはっきりしてこない。何人かの体験やダンス観を残されたテキストから概観してみたい。

例えば、モダンダンスの黎明期に活躍し、モダンダンスの基礎を形成した一人であるイサドラ・ダンカンを取り上げてみたい。彼女の踊りを目にした観客の一人は、こう証言している。

はじめて私がイサドラ・ダンカンを観た時、彼女はグルックの《イフィゲニア》の音楽に合わ

ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクト 「再現」を媒介したダンスの美的研究の可能性

せてカーネギー・ホールの舞台上で踊っていた。私は、自分自身と彼女とが同一のものであるそれのみを描写することができる状態を経験した。まるで私自身が、その舞台上で踊っているかに思えたのである。これは知的なプロセスではなく、彼女のとるあらゆる動きの中で彼女が絶対的に正しいのだという、批評的認識でもない。彼女を見つめていて、私自身の表現したい衝動が解放されるのを知ったという感じなのである<sup>1)</sup>。

この観客は、ダンサーが踊るのを見ながら、自分が踊っている錯覚を体験している。いや、この体験をただ「錯覚」と呼んでしまってもよいものか。客席に身を沈めているという意味では、観客の身体は踊っていない。しかし、観客はダンサーとともに確かに踊っているのである。そのとき彼女の身体は運動感覚（キネステジア）を発揮している。目の前のダンカンの動きは彼女の運動感覚を引き出すトリガーの役目を果たしている。すべてのダンスがこのような役目を果たすものとは言えないとしても、ダンス体験の主要な要素と想定することはできるだろう。

本プロジェクトで取り上げるロイ・フラーは、ダンカンと同時期のダンサーである。後に私はフラーに独特の光（色）と衣装の重なりが与える独特の感覚について本プロジェクトの「再現」を通して検討することになるが、ダンス一般の特徴として理解できる彼女の発言を取り上げてみたい。

ダンスとは何か？ それは動き。

動きとは何か？ 感覚の表現。

感覚とは何か？ 印象によって生み出される人間身体の中での反応あるいは心によって知覚される考え<sup>2)</sup>。

フラーは、ダンサーとは身体の運動を通して観客に身体と心の反応を与えるものである、と考える。先のダンカンを見た観客の意見からでは出てこなかったものに「心によって知覚される考え」というポイントがある。この点と連続性があると考えられる哲学者スパーショットの見解を見ておこう。「私たちがダンスを見ている時に私たちが見ているものとは、以下の三つの事柄のうちの一つである。つまり、それはひとかたまりの意味であり、踊る際にダンサーたちが生み出すひとかたまりの意味である。あるいは、それはひとかたまりの記号であり、意味を具体化する活動中のダンサーたちから抽出されたひとかたまりの純粋な意味の運搬者である。またそれは実際に関係の中にある諸実在としてのそして意味あるものの関係の中にある諸記号としてのものないし人の統合体である。またただ実際の人がことをなしている時に、実在の空間で実在の運動を作り出した時に、私たちはダンスを見ることができる。」<sup>3)</sup>

主として1960年代から70年代にかけて暗黒舞踏という名の独自のダンスを作り出し、牽引していった土方巽は、ダンサーと観客との関係を次のように説明する。

五体が満足でありながら、しかも、不具者でありたい、いっそのこと俺は不具者に生まれついていた方がよかったのだ、という願望を持つようになりますと、ようやく舞踏の第一歩が始まります。びっこになりたいという願望が子供の領域にあるように、舞踏する人の体験の中にもそうした願望が切実なものとしてあります。びっこの犬が人眼を避けて逃げるのを、子供が石や棒で追跡して、壁板のあたりに追いつめて、やたらに叩きのめしているのを見ますと、わたくしはある種の嫉妬を犬に感じます。なぜなら、得をしているのは犬の方だからです。犬が人

の子を誘惑して、場所柄もわきまえず、あらん限りの姿態をさらしているからです。ある種の犬は腹の中から腸などを垂らして、それをやっているのです。<sup>4)</sup>

「びっこの犬」とそれを石や棒で追跡する「子供」の喩えで土方は、観客とダンサーの関係を捉える。ダンカンを見た観客がダンカンとともに自分も踊っているように感じるような（本当はダンカンのように踊れるわけではないにも関わらず、故にかりそめの）同等性を生み出すとは相当異なる非対称性が、この観客とダンサーの間に生じている。とはいえ、ダンサーが観客を何らかの行動へと駆り立ててしまう誘惑性を帯びていると考える点では、ダンカンと土方のダンス観は、そう遠くないとも言えよう。自由闊達に自分の身体を制御し、躍動するダンスとは対極的に、土方のダンス（舞踏）は「腹の中から腸などを垂らし」た「犬」のようになって、観客を誘惑する。「あらん限りの姿態をさらす」とも言われるように、これは切羽詰まった切実な身体の危機的な状態であり、単に「見せる」というものではなく、（とはいえここで語られるダンサーはあくまで「五体が満足」なのだから、作為を含みつつ）見られる状態を生み出すものである。観客はそこで、切実な状態となったダンサーの身体を見ないわけにはいかななくなるというのが、土方の想定するダンス体験なのである<sup>5)</sup>。

土方は「見える」という点から自らのダンスを作り出す芸術家であった。「見える」ことは、単に観客にとってのことだけではなく、ダンサーにとっても踊りの本質的な出来事であった。土方が残した未発表草稿には、次のようなテキストがある。

- 1、見えることが「くさる」地点からしか姿をあらわさぬもの  
見えることが見えるものの中にとけてしまい
- 2、肉体それ自体が減びていくが故に形をもつという異次元的な思想が舞踏にあった
- 3、見えることが腐る地点からしか姿をあらわさぬもの、本当に生命を開くことは、屍になることにむしろ似ている。<sup>6)</sup>

土方の踊りのメソッドには、身体の動きのトリガーとなるイメージをダンサーが心においておき、そのイメージに動機付けられて身体が動き出してしまうというアイデアが含まれていた。そのイメージとなるものはときにハンス・ベルメールやアンリ・ミショーなどの絵画に描かれた身体フォルムであった。こうした絵画を例にすれば、ダンサーは「見えるもの」（絵画に描かれた身体）を目の前にして（物理的に目の前でなくても心のなかでそのイメージを思い浮かべるのでもよいだろう）、そのイメージに体を沿わせてゆく。この体を沿わせることを、土方はここで「見えることが「くさる」」とか「肉体それ自体が減びていくが故に形をもつ」とかの表現で指し示そうとしている。それは、社会的な規範や約束事に日々絶えず縛られてしまっている状況から身体を解放し、別種の身体性（土方はそれを「屍」と呼ぶ）を獲得するために行われるのである。このテキストはさしあたりダンサーのなかで起こることとして記述されている。けれども、これを観客のなかで起こることと捉えるならば、ダンカンやフラーが考えている観客とダンサーとの関係と、そこに起こっている鏡面的な性格という点では似たところがあると言うことができるだろう。「見る事と云う事と鏡一これはつながっている<sup>7)</sup>」という言葉も、土方は残している。見ることをめぐるこうした体験は、単なる知識としてダンスを把握している間は理解できないものである。見る者が自分の身体を介在させてはじめて実感的に獲得しうるものに違いない。

ポスト・モダンダンスとも称される1960年代以降に生まれた一連の前衛的なダンスでは、ダンカンやフラーが前提にしていた運動感覚を観客のうちに引き出すような体験とは別の体験が目指されていた。例えば、イヴォンヌ・レイナーは、彼女の作品『トリオ A』を見る観客が「見ることの困難 (difficult to see)」を感じるよう、振り付けを行なったと明かしている。2017年度の研究で、レイナーの『トリオ A』を研究対象にするにあたり、彼女が既存のダンスに対して「否定」の姿勢を表明していたことを私たちは確認していった。その否定は、これまで確認してきた見る者の運動感覚に訴えるようなダンスの体験に対しても向けられた。「見ることの困難」とはその端的な表現と捉えることができるであろう。けれども、その否定のダンスに対しても、私たちは何かを体験する。そこでの体験の内実とは、感じることの困難さなのかもしれないし、そうやって困難さを生み出す知的な戦略の味わいなのかもしれない。

## 2. ダンスの美学的研究と記録（再現）の問題

以上、20世紀の主要なダンスのいくつかを取り上げてダンスの体験の内実を取り上げてみた。パフォーマンスが研究者の目の前で生じない限り、以上のような美学的研究の対象となる体験は生まれない。そのパフォーマンスが原理上、その日その時その場所にとどった者のみがアクセスできるものであるとすれば、その制約から解放される「再現」の方途を模索するのは、ダンスの美学的研究を志す場合、必然的なことと考えられる。

ダンスを再現する方法には大きく二つが考えられる。ひとつはダンサーの身体を用いる方法とダンサーのパフォーマンスが記録された動画・写真を用いる方法である。後者は前者の存在を前提にしていると言える。ダンサーがいなければ、いまのところそれを記録する映像メディアがあったとしてもダンスを記録することはできない（ただし、すでに例外は生まれている。人間のダンサーが不在であっても、例えば、MMD (MikuMikuDance)<sup>8)</sup>などの3DCGソフトウェアがあれば、プログラミングによってキャラクターの3Dモデルを画面上で踊らせることは可能である。またのちに触れるようなロボットやアンドロイドを踊らせるということも試みられている。現時点では人間のダンサーと見間違えるほどに性能が高まっているとは言えないとしても、その精度が今後向上することで、人間のダンサー抜きでダンスを生み出す創造的な振付家が生まれることだろう。本論では、しかし、これらの方法での「再現」の可能性についてはこれ以上扱わない。次章で「再現」の方法を扱う前に、ダンサーと映像という二つの媒体（メディア）の特性についてあらかじめ考察しておきたい。

### 身体という媒体（メディア）の特性

身体とはひとつのメディア（媒体）である。メディアが情報（多様な意味合いを含めてこの語を用いる）の発信者と受信者をつなぐものであるとすれば、身体とは日常的な意味でも、芸能・芸術のパフォーマンスの分野の諸事象を鑑みても、そのような役割を担っているメディアと言える。このメディアの特徴を、映像メディアとの比較を通して明らかにしてみたい。

ひとつは、身体は年をとるといふことがある。身体は成長し、老化する。フィルムやレコード盤なども経年変化する。色あせ、ノイズが発生する。ただし、データがデジタル化している現在、その管理・保存でのデータ消滅の可能性などはあるものの、物理的な経年変化は生じにくくなっている。身体はそれと比べると、ひとつの身体があるダンスを踊れる時期というものが決まっている。20才で名ダンサーとなった身体も80才で同じ踊りは踊れない。

またひとつは、身体の記録は容易にデータ交換ができないということがある。映像データは、フィルムの焼き増しをすれば、ほぼ同一のデータをいくらでも増やすことができるし、それによって多くの人々にその記録を知らせることができる。身体の場合、一人が習得したもの（ダンス）を、別の一人に教えることは簡単ではない。そこにはまた、習得能力の違いや理解の違いも生じる。比喩的に言い方になるが、ダンサーの身体は、オフライン状態になったパーソナルコンピュータのように映ることがある。彼の身体に内蔵しているものを、別の身体にデータ送信することが容易ではないのである。

またひとつは、身体には個体差があるということである。iPhoneの画面に個体差があれば、それは故障であり、欠陥である。しかし、人間の身体は正常なiPhoneの画面のように同一ではない。身体というメディアは、言語的、記号的コミュニケーションのメディアとして活用されるときには、そのような不便をあまり感じないものであるが、ダンスのような緻密な表現のメディアとして活用されるとき、その能力差は目立ってくる。この能力差は、有能なエリートのダンサーと無能な踊れない素人という能力格差として顕在化する場合もあれば、この踊りはこのダンサーでしか踊れないといった唯一無二性として顕在化する場合もある。後者はダンサーとダンスが密接していて分離できないという状態である。こうなると、このダンスの記録保存の期限は、このダンサーが踊れるまでということになる。翻ってみれば、誰もが踊れる簡易な振付というのは、記録（よりの確には継承）という観点から見ると適切な形式なのであり、盆踊りのようなものの振付は、そのような適切さを有するものとして見ることができるだろう。

またひとつに、身体は自らを反省する機能を自らのうちに有している。映像メディアの場合、記録の作業中にカメラを作動させるが、そのとき、カメラを制御する人間とは切り離されている。作業中に切り離された二つのものが合わさっているとも言えるけれども、作業が終われば、カメラとカメラマンは分離し、一体性は解消される。ダンスのメディアである身体は、それを制御する知的な能力と絶えず接触した状態にある。そして、ダンサーはダンスを「再生する」（実際に踊ってみる）際に、踊っている自分を反省し、吟味し、ときに賞味・鑑賞さえしている。映像は、一旦撮影されてしまえば、そのデータをそのまま再生することになる。再生の際に、ライブで制御を行うことは原則としてありえないわけである。他方で身体は、その場でパフォーマンスを生み出す。そうである分、この「再生」では、毎回その内容に変化が生じるのである。その特徴として、多数の「再生」（同一の振り付けを実践した複数のパフォーマンス）が存在する場合に、決定的なヴァージョンはどれなのかが判然としない、という問題を引き起こす。

最後にあげるのは、ダンサーの身体というメディアからの情報を観客の身体が受け取るという点であり、発信と受信を同類のメディアが行うという特徴である。踊る身体と見る身体との間には、しばしば、共鳴的な関係が生まれる。運動感覚（キネステジア）と呼ばれるが、踊る者の身体動作が見る者の身体に直接訴えかけ、意識的ではない身体動作を引き出す。この感覚が生じるかどうかは、ダンスを見る体験にとって重要な側面がある。他方、映像メディア（動画）を通してダンスを見る場合に、この感覚が見る者の身体に生じないために、ダンスを見ている感覚に乏しいと訴えることは、よくあることである。だからと言って、映像メディアに映ったダンスでは、見る者を踊りに全く駆り立てることができないかといえば、そのようなことはないはずである。マイケル・ジャクソンやフレッド・アステアのダンスを肉眼で見たことがないのにも関わらず、私たちは彼らのダンスを称賛することができる。映像にもダンスは映るはずである。また近年、テレビ受像機やコンピューター・モニターの解像度が飛躍的に高まっており、そうした進歩がある地点まで達すると、

実物に見紛うクオリティの映像が生まれるかもしれない。そうなったときに、今取り上げている隔たりは極端に縮まることになるかもしれない。とはいえ、肉眼でダンスを見る場合と、映像を媒介してダンスを見る場合とでは、明白な質的違いがあると考えられる傾向は、現在のところ、相変わらず強力である。ダンスを取めた映像メディアはあくまでも何があったかの記録であって、鑑賞に堪えるものではないと、舞台芸術分野の多くの関係者は捉えており、映像メディアを通して、積極的に自分のダンス表現を発信しようとする機運は、高まっていない。

### 「再現」の持つ問題

以上のような特徴が指摘できる身体と映像という二つのメディアであるが、身体が一次的なもので、それを記録する映像が二次的なものであることは自明であっても、映像は不要ということにはならないだろう。身体の記録と再生には独特の難しさがある。経年変化を起し、データの交換が容易ではなく、個体差がある。これらのどれをとっても、「再現」する際のオーセンティシティの同定を難しくさせる要素と言えよう。映像メディアには、先に述べたような、運動感覚を喚起することが難しいという問題がある。とはいえ、映像に記録することによって、細部を何度も視聴し検討することができ、再現の手がかりを得ることができる。その点で、間違いなく、補完的な役割を期待することができる。

ところで、「再現」の忠実性というものには、決定的な困難がある。あるソロのダンス作品を作ったダンサー本人が踊るダンスであっても、その日の調子によって、出来不出来がある。この日のダンスでは、この作品の上演として不十分ということがある。また、どの日のどの回の上演が正統的なものであるのか、真摯に検討すればするほど、その決定は困難なものになるだろう。同じダンスは二度とないのである。厳密に考えてゆけばゆくほど、「再現」というものは不可能な行いであると結論せざるをえなくなる。

他人の振り付けたダンスを誰かが踊る場合は、「再現」の忠実性という点でさらに問題が生じる。第二部で取り上げるように、私たちはロイ・フラワーのダンスを再現する際に、ダンサーの柊アリスに協力を仰いだ。彼女がフラワーのダンスを踊る際、いつも考えさせられるのは、これはフラワーのダンスの再現であると同時に、フラワーのダンスの再現を試みる柊アリスのダンスでもある、ということだった。フラワーのダンスであると同時に柊アリスのダンスでもあるということは、フラワーのダンスを曇りなき状態で再現しえないということである。この限界は、(先に述べたようなプログラミングによるアニメーションのキャラクターによる再現であれば、この曇りは解消されるかもしれないけれど) 消し去ることはできない<sup>9)</sup>。

理論的には無限に遠ざかる点を追求すべきかもしれないけれども、実際にはどこかで平行線が交わるポイントを置かざるをえない、そうした遠近法の消失点になぞらえるならば、再現とは、理論的には再現する対象を追求すればそれだけ延々と厳密に捉えようとすることになるけれども、実際にはどこかでこうした傾向を再現するといった曖昧で、厳密な再現とは言い難いとしても、対象の再現とある程度言いうる範囲を定めて進めてゆくほかないものである。その意味では、功利的な方法論を設定しておく必要があるだろう。「再現」の方法を検討する次章で、この点について考察を深めてゆきたい。

## 第二章 「再現」という方法

### 1. ダンスの美学的研究における「再現」という方法について

#### 構成論的アプローチとの比較 「構成論的アプローチ」とは何か

ダンスを美学的に研究するためのダンスの「再現」について、どのような問題があるのかをあらかじめ検討しておいた。次に検討すべきは、以上の課題を踏まえた上での方法の検討である。しかし、ダンスの再現に関して、とくにそれを研究の方法として取り入れることに関しては、ダンス研究はまだ十分な方法的検討がなされているとは言い難い。

そこで私は、工学的研究分野で「構成論的アプローチ」<sup>10)</sup>と呼ばれる「再現」を用いた研究方法に注目したい。それがどんな方法であるのか、またその発想をダンスの美学的研究に取り込むとしたら、工学的研究分野で起きていることとどのような相違が想定できるのかを、ここで考察しておきたい。

構成論的アプローチの典型的な定義を探すならば『知性の原理 身体性に基づく構成論的アプローチ』のロルフ・ファイファーとジョッシュ・ボンガードによる「作ることによって理解する (understanding by building)」方法論がそれであると言えるであろう。人工知能を通して知能を研究する彼らにとって、構成論的アプローチと対極なものとは、彼らが「古典的アプローチ」と呼ぶものである。それは人間の知能を研究する際に、人間の脳とその中央集権的な処理に注目し、人間の思考とそのプロセスを計算機によって模擬するというやり方である。そのアプローチによっては、チェッカーやチェスなどの形式的なゲームやエキスパート問題解決システムなどの研究が進められる一方で、「どうやって歩き、走り、自転車に乗り、ダンスを踊るのであろうか。常識とはいったい何で、日常の自然言語をどのように理解することができるのであろうか」といった問いに答えようとするならば、「脳について考えるだけでなく、知能エージェントの身体と脳がどのように実世界と相互作用するかを考えなければならない」<sup>11)</sup>と彼らは考える。すなわち、彼らが構成論的アプローチとして重視しているのは、人間が環境との相互作用のなかに生きているということであり、知能を考える上での脳に限定されない身体という存在である。

古典的アプローチの場合、常識は「車は妊娠しない」「物体は(普通)空を飛ばない」「コップを落とせば割れる」などの「命題」として捉えられる。この立場によれば、こうした命題としての常識を集積し、推論のルールと組み合わせることで常識は表現できると考える。これに対して、構成論的アプローチは「表象なき知能」「推論なき知能」として知能を見る立場であり、その際に、身体がどのように時々刻々と変化する環境との相互作用のなかにあるのかを、人間の自然な知能のあり方に迫れると考える。より具体的には「構成論的な方法論とは、実際に物理的エージェント(実ロボット)を作ることによって、知能の性質について多くを学ぶことができるということの意味している。」<sup>12)</sup>つまり、彼らはロボットという身体をこしらえ上げる(ロボットによって人間の身体を「再現」する)ことで、環境と相互作用する身体を観察し、研究することを可能にしているのである。

日本のロボット研究者の石黒浩も研究方法に「構成論的アプローチ」を取り入れる一人である。「このような『先にまずロボットやアンドロイドを作ってみて、そこから人間を知る』というアプローチを、『構成論的アプローチ』と呼ぶ。今後の脳科学や認知科学は、この構成論的なアプローチを取り込みながら、ロボット工学とより密接な関係を持っていくことになる」と私は考えている。

その意味でも、『ロボットやアンドロイドは人間を映し出す鏡』なのである。』<sup>13)</sup> 前述したような環境と相互作用する身体というポイントと類似していると思うのだが、構成論的アプローチにとくに石黒が期待するのは、ロボットやアンドロイドに「人間らしさ」を認識してしまう人間の認識の仕方がこの方法によって浮き彫りになることである。

ところで、石黒のアンドロイドは、非常に精巧に作られているものの、私たちがそれを（一瞬はそう思い込むことがあるとしても）人間の身体と見間違えてしまうほどではない。その意味では、人間そっくりのアンドロイドを作ることを「再現」と呼ぶとしても、それは完璧な再現と言えるほどではない。それでも、その効果として、私たちはそこに「人間らしさ」を見てしまうことがある。アンドロイドによって、そのトリガーになっているのは何かを知ることができる。例えば、自分の娘とそっくりのアンドロイドを作った際、「遠目に見れば、自分の娘にしか見えない」<sup>14)</sup> アンドロイドを抱きかかえるようとして「その頬に顔を近づけると、娘のにおいがした」<sup>15)</sup> というエピソードを、石黒は紹介している。ファイファーとボンガードの議論が主として認識主体となるロボットについてである一方、石黒は主として人間の認識客体となるロボットやアンドロイドについて議論する。石黒にとって「再現」的方法は、再現対象が人間化することだけではなく、再現対象が人間がどう認識するかを知るのに益するものなのである。ロボットが人間を映す「鏡」というのは、そういう意味である。

石黒があげる再現的アプローチのもうひとつの意義は、こうである。「僕がロボットにこだわっているのは、ロボットは再現性なんです。要するに「人間らしいものをつくりました」と言ったときに、絵や芸術だと「あんたしか描けないじゃん」てことになる。でも、ロボットだったらコピーできるでしょ、と。絵でももちろんコピーできるんだけど、絵は動かないし、その一枚だけだから。でも、ロボットはいろんなことをやってくれるわけで、それをコピーできるということは、いわば構成的な科学というか、説明で再現性を与えるんじゃなくてできあがったもので説明性を担保するような、新しい科学になるだろうなと思ってる。」<sup>16)</sup> 石黒がここで指摘しているひとつのポイントは、認識の共有可能性である。ロボットは再現可能である。このことが意味しているのは、ロボットの反復（複製）可能性だけではなく、ロボットによる認識の脱個別化である。

ダンスという一芸術の再現に向かう私たちにとってさらに興味深いのは、石黒がここで「絵や芸術」とロボット製作を対比していることである。芸術は一般に、秘私的側面を有している。ある絵画作品はある一人の画家によってでしか描けないということになっている。そのことが芸術作品に独特の価値を与える一方で、その作品が内包している認識はそれを生み出した芸術家だけが獲得しえたものであるとの考え方に、私たちは囚われがちになってしまう。再現性によって、そうした秘私性から私たちは解放されるというのである。

もう一つ、この発言で石黒が示しているのは、「説明で再現性を与えるんじゃなくてできあがったもので説明性を担保する」というこの方法の特徴であり、そこには体験をひらく力の存在が含意されている。石黒のロボットは、石黒がそれを抱きかかえようとするときに、それがありもしない「におい」を感じさせた。こうした出来事を与える力、またそれが引き出す体験から認識を引き出す力が「構成論的アプローチ」には含まれている。

複雑系と進化論を構成論的アプローチで研究する橋本敬の次のような指摘は、この方法の別の可能性を指し示している。「作ることにより理解する」という構成論的手法には、一見すると矛盾があるように思える。それは「何かを構成するためには設計図が必要であり、設計図を書くためにはその対象を分析し、よく理解しなくてはならない、よって、分析・記述が困難な対象に対しては構

成的理解も不可能である」という指摘である。しかし、実際はそうではない。[…]そして、現在の状況が実現し得る条件を知ることができるし、条件や初期状態を変えることで、あり得た現在、あり得る未来について知ることも可能である。]<sup>17)</sup>ここで強調されているのも、やってみないとわからないことを重視する研究のスタイルである。構成論的アプローチでは、モデルを作ることで、本体ではできなかった条件や初期状態の変更が可能になる。それは、たんに再現の対象（本体）を知ることができるだけでなく、再現の対象が別の条件、別の初期状態であれば、引き起こしていたかもしれない別の可能性を知ることができるわけである。

### 構成論的アプローチと今回の「再現」との比較

以上のように整理した構成論的アプローチの特徴と本プロジェクトが試みようとする「再現」とはどのように重なり合い、またどのような違いが見出しうるのであろう。違いに関して言えば一先に触れたように石黒の考察と関連することだが、構成論的アプローチは、主として「人間」を知るための研究方法であるのに対して、「ダンス史に残るマスターピース」を再現する本プロジェクトは「個別的な作家の才能から生まれ出たダンス」を知ることのひとつ大きな目的としている。「人間」が再現されることと「ある作家のダンス」が再現されることは、その的の大きさが大きく異なる。「人間」の再現の場合でも、いざ「人間とは何を指すのか」とカテゴリーを厳密に考えてゆけばゆくほどその特定は困難になることだろう。そこでは「障害」と呼ばれるようなマイナーな身体は排除され、コモンセンスに訴える「普通の身体」が設定されることになるだろう。他方、私たちが本研究で試みるのは、特殊性の再現である。ロイ・フラーは多くの模倣者を生んだ。多くの模倣者とは異なるフラーに固有のもの（フラーらしさ）は一体何であったのか、求められるのはそのような問いに応答する再現である。そして、この特殊性の再現は、先に身体というメディアの特徴を検討しながら述べたように、独特の困難さを含んでいる。

両者の重なり合うのは、「再現」を通して体験を引き出し、体験からえたもので研究を進めようとする点であろう。見てみなければ気づけないことを重視することであり、ゆえに「再現」されたものを体験する身体のみで起こることこそ、他の何にも増して研究の資源になる。

### 2. 「再現」がひらく体験

この「体験」という側面にもう少しこだわってみたい。構成論的アプローチと呼ぶに足るような厳密な研究方法とは言えないものであるとしても、自分の身体を通して自分とは異なる存在になってみることで、自分とは異なる存在を知り、また自分という存在を知る顕著な試みに、本プロジェクトにとっての先駆的試みとして捉え、目を向けてみよう。

例えば、トーマス・トゥエイツは『人間をお休みしてヤギになってみた結果』でヤギになってみた。トゥエイツは専門的な研究者ではない。彼は、ヤギになるためにシャーマンに会い、ヤギ行動学のエキスパートに会い、神経科学者に会い、動物の身体構造の専門家に会い、義肢装具士に会う。人間がヤギになることは（何をどこまで厳密に考えて再現とよぶかによるが）不可能である。しかし、その不可能性に突き当たりながら、ヤギという存在をめぐる多様な専門家の視点に触れ、そこからヤギとはどんな存在であるのかを浮き彫りにすることには価値がある。こうした実践者に専門知へのアクセスを促し、体験を与える再現という方法は、研究のみならず教育に大きな力を与えることになるであろう。ヤギを山地で育てている農家に協力してもらい、四つ脚になってヤギとともに時間を過ごした後、トゥエイツはヤギなべをご馳走になる。「僕はカニバリズムを楽しんだわけ

だ。ちょっとつらいけれど、草以外なにも食べずに1日を過ごした後で、そのシチューは本当においしかった。つらい。でもおいしい。ああでも、本当につらい。でも、ほんとうに、本当においしい。』<sup>18)</sup> こうしたジレンマに遭遇することは、教育において非常に重要な機会となるに違いない。

クリスチャン・ザイデルは『女装して一年間暮らしてみました』（サンマーク出版、2015年、原書初版2013年）で女装して暮らした日々を研究対象にした。これも、自分の身体を通して「女性」を作り（再現し）、女性らしさと男性らしさを理解する試みである。ザイデルはまず自分に女装を施す。そして女装した自分を見て人がどう反応するのかを観察し、そこに人々が囚われている「男性らしさ」「女性らしさ」の実相を見出してゆく。「私は、男性がもつ女性らしさ、つまり『男のなかに潜む女』について“論じる”だけでなく、自分の体で“体験”してみようと思ったのです。』<sup>19)</sup>

「初めてのストッキング」「初めてのおっぱい」「初めての化粧」「初めてのハイヒール」という本書の最初の方の章に付けられたタイトルから明らかなように、ザイデルは自分が女性らしいと思われるアイテムを身につけてみる「体験」に着目し、そのときに自分が何をどう感じたのかを次々とレポートしてゆく。「テストを兼ねて、ストッキングをはいたまま、もう一度川へ向かってみた。まさに筆舌に尽くしがたい体験だった。寒さをまったく感じない。それは人生で最高の散歩となった。[…]なんと実用的なんだろう。[…]それだけではない。精神的にも、それまで感じたことがないようなやさしく満ち足りた気分になっていた。壊れやすい強さでも言おうか—そう、僕は女性らしい感覚に包まれていた。』<sup>20)</sup> 自分の身体を通して「女性」を「再現」してみることで、それはこのような未知の体験を被験者にひらくことである。このような体験の可能性をひらくことが、「再現」が持つ固有の力であると考えられる。

### 3. アダプテーションと「再現」

近年、日本では人文的な作品研究の分野でアダプテーションという概念が積極的に議論の対象になっている。本プロジェクトは、必ずしもアダプテーションの議論の圏域と一致しているわけではないものの、とくに教育や作品創造という側面に関わろうとする際に、アダプテーションの傾向を持った再現の取り組みは、有意義な成果を生み出せるのではないかと予想する。

アダプテーション概念の今日的展開で興味深いのは、かつては再現における「忠実性」が重視されていた従来のアダプテーション批評に対して、近年の傾向は創造的な解釈や翻訳の方法としてアダプテーションを捉えるところがあるという点である<sup>21)</sup>。そこには、忠実性は究極的には不可能ではないのかという認識と、忠実性を重視する際の一種の原作信仰から創造的活動を解放するという狙いがあると考えられる。例えば、大橋洋一は「古典の一字一句間違えぬ『引用』であっても、その『引用』は、読者の力によって、同時代文学に変容をとげる。『引用』というものはありません。あるいはアダプテーションされない生のテキストというものもありません。すべて変成作用を受ける、アダプテーション作品となるということです」<sup>22)</sup>と述べ、「生のテキスト」や一点の曇りなき透明な「引用」というものは存在せず、「引用」されれば原作と同一のテキストであっても、とくに受容（ないし読書行為）という側面を重視するとき、古典とその引用は、それがそのままの引用であっても異なったものであり、引用に生じる「変換作用」を読者は無視することができないとした。こうした立場には、ロラン・バルトの考えた「作品」から「テキスト」への思考の転換が大きく作用している。それ自体として自律したものと捉えられる作品とは異なり、テキストは読まれることによってその意味が特定されるものである。そこには読者の読みが介在する。そして、テキストは読みの翻案的あるいは翻訳的な解釈行為にさらされていることが明らかになる。

大橋は、そうした出来事を無視した「忠実性」が存在するとの考えは一種の信仰的な振る舞いであるとみなす。大橋は、演劇実践を例にあげ、そこには「神学構造」と「脱神学構造」という二つの再現（上演）が存在するとみる。演劇実践における「神学構造」とは、再現（上演）に際して神たる劇作家の言葉を忠実に具現化しなければならないと考える志向である。それとは異なる再現（上演）の「脱神学構造」について、大橋はこう捉える。「しかし同時に、演劇ほど、たとえ原作者がどれほど細かな指示を残していようが、あるいはト書きの指示が少なく演技者の解釈あるいは観客の想像力に完成が委ねられていればなおさらのことですが、最終的完成が、作者の側ではなくて受容者の側にゆだねられ、演出者・演技者そして観客の自由な会社に開かれていることが可視化されているジャンルはほかにありません。」<sup>23)</sup>

リンダ・ハッチオンは『アダプテーションの理論』を「人間の想像力の働きにおいて、アダプテーションは典型的なものであり、例外ではない」<sup>24)</sup>との一文で締めくくっている。真正性や忠実性ではなく、想像力が縦横無尽に発揮されることこそ望ましいと考える立場が、アダプテーション概念を積極的に志向しているのである。

本プロジェクトはその一部に、再現を通じた研究を元手として、各研究者による発展的再創造の機会を準備している。そこではフラーやレイナーのダンスを再現する「忠実性」のベクトルは異なり、もしこのような条件が変わったらフラーやレイナーに基づくもののそれとは異なるオルタナティブなダンスが生まれるのかという探究を行う。その場合には、このアダプテーションの積極的な理解は、本プロジェクトにとって刺激的な手がかりを与えてくれるだろう。

#### 4. 「トレース」の先行事例から学ぶこと

近年、日本のいわゆるコンテンポラリー・ダンスと言われる分野における顕著な試みの一つに、「トレース」がある。これは、振付家・手塚夏子が2000年代に「プライベートトレース」という呼称で始めた一連の活動、またパフォーマーの川口隆夫が『大野一雄について』というタイトルの作品で行ってきたこと、また舞踏家・向雲太郎が土方巽や室伏鴻に対して行ったアプローチ、こうしたものを代表的な試みとしてあげられるような、興味深いトライアルを指している。

彼らの「トレース」の取り組みを理解することで、私は「再現」という方法が持っている可能性と同時に困難さを知ることができると考えている。

以前、私はBONUSの活動のなかで上記した三人を招聘して、イベントを行ったことがある。2016年9月12日に「手塚夏子の三夜」というイベントの一環で「トレースをめぐって」というタイトルのトーク・イベントであった<sup>25)</sup>。私は、冒頭で「トレース」がダンスやパフォーマンス・アートに与える意味を次のように三点に整理した。

- a. 徹底的に非主観的な実践であること
- b. 他者を受け取る・継承する作業であること
- c. 「アーカイヴ」と関わるものであること

まずこの三点を通して、「トレース」がもたらす再現の可能性を掘り下げておきたい。

##### 徹底的に非主観的な実践であること (a.)

「トレース」は、振付家ないしダンサーの個性や主観性を一旦キャンセルし、徹底的にトレース

の対象に自分の身体動作の原因を限定することである。例えば、手塚夏子は、3分程度のごく短い家族の会話をビデオカメラで記録し、そこに映った夫の身体の状態（動画は低速ではなく1/2倍速）をトレースする作品の上演をしたことがある。手塚夏子はそのとき、徹底的に夫の身体の時々刻々と変化するポスチャーを自分の身体で演じる。いや、ここで「演じる」とはあまりこの試みを説明するためにはふさわしくない言い回しであり、だからここに「トレース」という言葉を用いる必要が出てくるのである。そこには「自分らしい表現」といった意図性やそこに含まれる個や主観をさし挟む余地があらかじめない。むしろそうした要素はトレースにとって、余計なノイズであり、少なくともさしあたっては消去されるべきものとなる。手塚は「ダンサーの一人は途中で逃げたりしました。こんな動きを気持ちよくやれるはずはないので。苦行でしかない。『五ミリ違う』とかいうことを言われ続けるのですから。」（手塚 9:25）と、最初期にダンサー三人にトレースを実践させたときのことを振り返った。

川口隆夫もまた慎重に自分という存在を外そうとした。大野一雄の踊りの方法論とは相入れないものであるとしても、自分という存在が介在してしまうことを「いけない」と考えるような「トレース」の倫理のごときものに川口は従ったというだろう。「大野の魂をコピーするのに形から入って行って、大野さんが感じていたであろう『胎児』とか『宇宙』とか『お母さん』とか『死者とともに踊る』ということとかイマジネーションの部分は保留にしたんです。そうしないと、どうも気持ちの先に入れてしまうと、気持ちが自分の体の形になって出てきてしまう。それが一番いけないことかなと [思っていた]。それは極力捨てて、形だけを真似ようとした。」（川口 49:00）

#### 他者を受け取る・継承する作業であること (b.)

「トレース」という言葉は、「形跡」「痕跡」などを意味し、動詞で用いられる際には「たどる」「写す」という意味を持つ。写真におけるフィルムが対象の痕跡を写し取るように、「トレース」を行うとするダンサーは写す対象の痕跡を探し、それをたどることになる。それは徹底的に他者になるろうとすることである。手塚夏子は夫をトレースすることで、夫の心の悩みに向き合うことになり、その悩みが内在化してしまったと話してくれたことがある。手塚が行ったことはあくまでも映像に記録された夫の外観の模倣に過ぎないのであるが、それを行うことは、彼の内面にアクセスすることでもあったというわけである。

多くの場合、舞台芸術や芸能が身体を通して行うのは「習うより慣れよ」と言われるような修得であり、外側にある規則を内側に宿すことである。このトレースの狙いは、自分のものにする、体得することとは対極の思考であり、徹底的に慣れないこと（自分のものにしないこと）を志向することになる。身体に他者性が温存し続ける。その上でそれは、単に他者に自分の身体が会ったということではなく、他者に会おうことを通して自分の身体を観察し（なぜこの身体のポーズを取ったのか、このポーズを取ったときに内臓はどんな状態になるのか、それはどんな心の状態を表しているのかなど）、そうして自分の身体を発見することにもなったと、手塚は言う。

#### 「アーカイヴ」と関わるものであること (c.)

ダンサーの身体は、それ自体がアーカイヴ的な性格を有している。映像や舞踊譜によって記録することだけではなく、ダンサーは自分の身体によって、自分の身体が過去に生み出した踊りを再現することができる。本人が創作した作品を、本人が踊る場合、本人にしかわからない作品の細部をめぐる情報がその再現には含まれていることであろう。本人の癖や独特の身体感覚がそこに情報と

して現れる。このことには、それ自体として重要な価値がある。ただし、先述してきているように、再現には、個人の枠を超える側面があり、この超越が生む損失は無視できないとしても、それによって得られるものに価値を見出す必要もある。身体を通して、他者の身体が引き起こした出来事をアーカイヴしてゆくこと。それは、あるダンスの共有化を社会の中で実現する一つのやり方として、とらえかえすべきことであろう。

さて、その方法をめぐって手塚は興味深い発言をしている。「形は言葉で指示をする感じで、それを全部楽譜みたいに文字起こしたのを見ながら、読みながら、やりました。〔三人でユニゾンで踊るには〕速度を揃えなくてはならない。出演した山縣太一くんが考案してくれたのが、歌にすることでした。歌といってもメロディーはないんだけど、節がある言葉とかで『シュワッチ』とか、覚えやすく、言葉に従えばこうなるといったもので、タイミングを作っていた。」(手塚 11:57) どうすれば、「トレース」のレヴェルで動きを身体のうち記録＝記憶することができるのか、それはとても困難で過酷なことである。川口も先述のように、大野の動きの習得に徹底して、大野のイメージーションの動きは意図的に無視したとのことだが、そうした記録＝記憶をめぐる変容それ自体が、芸術創作やその共有という点に注意を向けるのに、重要な示唆を与えてくれるに違いない。

### 「トレース」という方法がもたらすもの

彼ら三者が「トレース」に取り組んでいるのは、それによって新たな作品を創作するためである。それは私たちが「再現」を通して行おうとしていることとは必ずしも一致しない。ただし、そこには示唆的な点が多く、彼らの発言を通して、「トレース」の可能性をさらに追及しておきたい。

「トレース」は、新しいタイプの舞台創作を可能にする。〔〔初演時の観客からの〕感想としてたくさんいただいたのが、当然すごい〔大野一雄と〕違う、似ているなんてものではないのは心では分かっているんだけど、でも川口隆夫が踊っていると途中から大野一雄の像に錯覚で見えたりして、大野一雄の記憶と今見ている川口隆夫の動いている様が交錯する感じになってくる。その頭の中で起ることがすごく面白いなあというのが、やってみてこの作品のエッセンスになるのかなあと思っていることです。〕(川口 46:00) 大野一雄の踊りを記憶している人たちは、川口のパフォーマンスをトリガーにして、大野を見た記憶を呼び覚ましてゆく。川口のパフォーマンスが「再現」に程遠いと思いつつも、そうした記憶の呼び覚ましが生じるところに、この試みの興味深い点がある。このことが生じるのは、大野のダンスを肉眼で見たことのある人たちとすべきであろう(もちろん、映像でしか見たことのない人でも微弱にはそうしたことが起こるのかもしれない)。すると、見た経験のある人は、自分の身体のうち「大野一雄」をアーカイヴしており、その記録＝記憶が利用された作品ということになるのであろう。しかし、その記録＝記憶が検索され、手元に呼び出されるためには川口の身体動作という「トリガー」が必要であり、川口の身体動作が「トレース」と言えるほどの精確さを有している限り、そのパフォーマンスは「トリガー」としての力を帯びることになる。

### 「偶像破壊」という側面(ダンス受容への刺激)

川口の身体動作によって、大野一雄の記憶が喚起されてしまうという事実は、冒瀆的な側面を持っていると言えるかもしれない。「あと『大野一雄について』というタイトルを思いついたとき、しめしめと思った。それは、偶像破壊、大野一雄という伝説的な神話がダンス界、舞踏界に広がっ

ていて、それを突っついてみたら面白いんじゃないかということがあった。」(川口 44:00) これは「偶像破壊」であるのみならず、大野という偶像で遊ぶ言わば「偶像遊戯」である。向雲太郎は「憑依させる対象というのはなんでもよいはずなのに、それはやっちゃいけないというようなタブーというのはおかしい話」(向 1:12:00)と発言している。向は大駱駝艦に所属していた舞踏家である。それだからこそ、舞踏が持つていく特殊な力をよく認知している。彼によれば、舞踏は憑依をその方法として持つ踊りである。「自分の体をメディア(媒体、媒介、媒介物)にして見せる。それは何かを憑依させる。それはまさに舞踏の手法。」(向 1:10:00) そう考えると、舞踏はその方法の中にすでに「トレース」のアイデアが含まれているのである。見る者の心の中にあるイメージにアクセスし、しかもそれを解体するのが舞踏という踊りの特性である。彼が土方巽をトレースして踊ったとき、客席から靴が投げ込まれたという伝説的な逸話がある。客席の怒りは、舞踏がそもそも有している怒りかもしれない、それはそもそも舞踏が有している「トレース」的性格が引き出すものと言うことができるであろう。

もう一点は、「トレース」は研究を促すという特徴についてである。「70分の映像をトレースすることにして、それを二ヶ月弱でやらざるを得ず、いっぱい取りこぼしながら、思い込みもいっぱいあって、またチェックするシステムを持っていなかった、つまり、誰かに見ってもらってというのもできず、一人ぼっちの作業でなかなか厳しかったですけれど、で、それが2013年の8月で、何回か再演をし、今年から来年にかけてツアーができるようになった。やるたびやるたびに更新して、練習して行って、そうすると精度をあげていかなくちゃならない。すると、細かく細かく見るようになる。今まで見えていなかったものが「こんなことしていたんだ！」って発見が毎回すごくて。今まで何見ていたんだろうってことがいっぱい出てくるんですね。」(川口 37:00) トレースは、単にある振り付けが踊れるという次元を超えて—「トレース」という視点を媒介してしまうと、ただ踊れるというのは、踊れているように見えるという慣習的で錯覚的な次元に成立していると見るべきかもしれない—、より客観的なものへとアクセスする試みである。このことが、新しい研究の方法のみならず、新しい創作の方法を生み出す可能性を無視することはできない。向も臆見を排除することになる「トレース」の側面を、こう述べている。「振りを起こす作業をやってみると面白いのは、土方巽は形の人で内面があまりないと言いますが、感情とか入れないとか、映像をじっくり観察していると、笑みがこぼれていたりとか、結構表情豊かなところがあってすごく不思議な、面白いなあと。[…]『突っ立った死体』とか言うけれども、理想はそんなんだろうけれども、どこかで生々しさがあつたりとか、発見だし。面白かったし。」(向 1:16:00)

「トレース」という試みは、研究においても創作においても発見をもたらす創発的なものであるということが、以上の分析から明らかになった。本研究が試みた再現と、彼らが実践した「トレース」とは正確に一致するものではない。ただし、「トレース」の可能性をあらかじめ開いておくことで、再現が持ちうる可能性の地平を示しておきたかった。

## 第二部 実践編

### 第三章 ロイ・フラー「サーペントイン・ダンス」再現プロジェクト

#### 1. プロジェクトの経緯

##### 動機

第二部では2016年度のロイ・フラーの「サーペントイン・ダンス」の再現プロジェクトと2017年度のイヴォンヌ・レイナーの『トリオ A』の再現プロジェクトの経緯を明らかにする。

まず、本章では、ロイ・フラーのプロジェクトの過程と成果を振り返り、考察を行ってみたい。

なぜロイ・フラーを最初の「再現」で実践してみたいと考えたのかと言えば、フラーのダンスこそ肉眼視したときに初めてわかることがあるように思われたからである。フラーのキャリアはモダンダンスの黎明期に位置し、その舞台はダンス芸術の世界のみならず、多くの他の分野の芸術家に大きな影響を与え、彼らがフラーを鑑賞した際の感想が後に見るように多数残されている。そこに刻印されている数々の感動は、想像を絶するところがあり、なぜ彼らがそれほどまでにフラーに誘惑されてしまうのかは非常に謎めいている。

またフラーを肉眼視してみたいもうひとつの点は、当時は非常に画期的であった、また今日においては現代的な要素とも言えるテクノロジーと組み合わせられたダンスを生み出したというところにある。フラー本人は、自分のダンスについてこう整理している。

私が創造した新しい何か、光と色と音楽とダンスで構成された何か、とくに光とダンスとで構成された何か徐徐に認められてきたときに、私が思ったのは、逸話に満ちてピクチャレスクでもある観点から、私が創造したものを考えると、いくつかのよりまじめな言葉でもって、私の考えが私の芸術と相関しているものだけを説明し、そしてどのように私が自分の芸術を考えているのかを単独にまた他の諸芸術と関係づけて説明するのがふさわしい、ということです。あまりに生真面目すぎると見えたら、あらかじめ謝っておきます。<sup>26)</sup>

「光と色」とあるのは、当時としては先端の科学技術と言っても良いであろう照明技術が可能にしたものである。それがたっぷりのドレープを携えた衣装のうねりに投げかけられる。今日であれば、プロジェクション・マッピングと呼ばれる技術を用いた、例えば、Perfumeの2013年にカンヌライオンズ国際クリエイティビティ・フェスティバルで披露されたパフォーマンスは、フラーと連続する試みの一つと言えるであろう。このテクノロジーと肉体の運動（ダンス）とが重なり合ったときに、それはどんな刺激を見る者に与えるのか。以下に見るように、ダンカンがフラーのダンスに自然を連想している。先端のテクノロジーが喚起するものが自然であるということに、端的に驚いてしまう。Perfumeのパフォーマンスを見ても、自然を連想することは、私にはない。なぜ、フラーの場合、そのようなことが起こるのか。これはそれを肉眼視したときに初めてわかることであるのかもしれない。

## ロイ・フラーのダンスの美学的焦点

さて、以上のような動機を説明したので、かつてロイ・フラーのダンスが観客にどのような感性的な体験を与えるものであったのか、次はこの点を、フラーの自伝での記述とともに当時の観客が見た印象を彼らのテキストを頼りにしながら、明らかにしておこう。あらかじめ私は、以下の3点に、その特徴があると指摘しておきたい。

- ・催眠的性格
- ・光（色彩）による身体（衣装）の変容
- ・テクノロジーとダンサー（＝身体＋衣装）の掛け合わせ

第一の「催眠的性格」であるが、彼女が後の創作に関わる布のアイデアに思い至ったきっかけに、「催眠」というモチーフがあった。1891年、フラーは『クワック M.D.』という演劇作品に出演することになる。フラーの自伝から稽古場でのやりとりを見ておこう。

私たちが作業を始めると、劇作家が芝居にひとつのシーンを加えるアイデアを思いついた。それは、クワック医師が若い未亡人を催眠術にかけるといふシーンだった。その頃、催眠術はニューヨークでとても人気になっていた。そのシーンに大きな効果を与えるのに、彼は非常に甘美な音楽とほんやりした照明を求めた。私たちは舞台の電気技師に、抑制された雰囲気を出すため、フットライトとオーケストラのリーダーあたりに緑色のランプを灯すようお願いした。次の大きな問題が私の身に着ける衣裳だった。私は新しい衣裳を購入する余裕がなかった。〔…〕小さな宝石入れから私は、蜘蛛の巣に似た、軽いシルク素材の布を取り出した。それはスカートだった。<sup>27)</sup>

ここですでに、衣装のこと、照明のこと、音楽のことなど、フラーのダンスにとって不可欠の要素が思案されていることがわかる。フラーは、劇作家の思いつきで小さな役をえて、次のような形で出演を果たしたという。

彼〔医者〕が腕を上げた。〔それに応じて〕私は自分の腕を上げた。暗示の影響のもと、彼が行う光景にうっとり（少なくともそう見えた）として、私は彼のあらゆる動作に追従した。私の衣服はとても長くて、絶えずそれを踏みつけてしまったほどで、また機械的に私は衣服を両手でつかみあげて、自分の腕を宙へ浮かせた、そうしている間中、翼のはえた精霊のごとく、私は舞台の周りをふらふらと飛び回った。

観客から突拍子のない叫び声が聞こえた。「蝶蝶だ、蝶蝶だ！」私は歩みを進めて、舞台の端から端へと走った。すると、二度目の叫び声が聞こえた。「ランの花だ！」

驚いたことに、絶えまない拍手喝采が溢れはじめた。医者はずっと、足早な歩みで、舞台の周りを静かに動き回り、私はより一層足早になって、彼に付き従った。

遂に、恍惚とした状態で立ちすくむと、私は自分の身を彼の足元に倒して、完全に光の塊のなかに包まれた。<sup>28)</sup>

これは発端であり、またフラー本人の演出の中で行われた上演ではない。とはいえ、多くの興味深

い出来事がここですすでに生じている。衣装を掴んで腕を振り上げたとき、観客がそれを蝶やランの花への変貌として見たことは、後に論じよう。その前に、ここにはある種の催眠の状態が漂っていた。舞台上で医師が患者に施した催眠はもとより、それを見る者の中にも催眠的な作用が生じていたことだろう。それなしには、変容も十分な効果をもたらさないことだろう。

次にその変容に関して考察してみよう。当時の反応の一事例として、ジャン・コクトーのテキストに注目してみたい。「私が万博で覚えているのはただひとつ鮮やかなイメージだ […] ロイ・フラー […] 太っていて醜いアメリカ人女性がガラス張りの台座の上に立ってしなやかなシルクの大きな波立ちを操っていた […] 翻したり、掲げたり、消滅させたり、振り回したり、浮かばせたりなどしながら、光と布の無数のランの花々を創造した。私たちは皆でこのダンサーを歓迎しようではありませんか、彼女は時代のファントムを創造したのです。」<sup>29)</sup> さらに、同時代に活躍したイサドラ・ダンカンも、フラーのダンスをこう述懐している。「私たちの目の前で、彼女は色とりどりの輝くらんの花になり、波間に揺れて流れてゆくいそぎんちゃくとなり、最後はらせん形のゆりの花へと変身していった。まさに、マーリン（アーサー王伝説のなかの魔法使い）の魔術であり、光と色と揺れ動く動作の魔術師だった。なんというすばらしい天才なのだろう！ ロイ・フラーをいくらまねしても、彼女の才能のほんの一片でも表現することはできないだろう。私は我を忘れていたが、これは二度と繰り返すことができない自然な動きの噴出であることに気がついた。彼女は自分自身を観客の目の前で何千もの色彩豊かな幻影に変えたのだった。」<sup>30)</sup> ダンカンが伝えてくれるのは、フラーのダンスが変容を繰り返すさまである。「らん」から「いそぎんちゃく」へ、そしてさらに「ゆり」へ。これを、ダンカンは「魔術」と呼んだ。

ダンカンはこれを比喩的な意味合いで述べたのかもしれないが、事実、フラーが試みたことは文字通り「マジック」として受け取られていた。アルバート・A・ホプキンスの『マジック トリック 写真を含めた舞台イリュージョンと科学的転用』（1901）には、第3巻「劇場における科学」の第4章「劇場の秘密」の中に「スカート・ダンス」と題された項目がある。この章には他にも、電気じかけのトーチや「電氣的宝石」と称されたオブジェが紹介されている。図には「電氣的宝石」が頭上や胸のあたりに施された衣装を身につけてポーズをとるダンサーが描かれている。そうした中で「スカート・ダンス」を論じたホプキンスは「このダンスはミス・ロイ・フラーによって有名になったものであり、彼女の名声は今や世界規模である」<sup>31)</sup> とした。フラーは当時、多くの模倣者に悩まされた。ダンカンも指摘するようにフラーは傑出した存在であるかもしれないが、彼らと同類に扱われることをフラーは決して望まなかった。とはいえ、「スカート・ダンス」とひとくくりにされたとき、その形容はこれまで私たちが見て来たフラーのありさまと大きな変化はない。「[ダンサーの身につけた] 薄もやのような (filmy) ベールは純白である。しかし、ダンサーが舞台床に続く通路を進んでゆくと、そのベールは炎のような赤へと変わり、その火炎は、まるで風が吹き付けているかのように、揺らめく。」<sup>32)</sup> さて、当時のマジックの一傾向として、タイトルにもあるように科学的転用があっただろう。「スカート・ダンス」はダンスの問題であるだけでなく、同時に技術の問題でもあった。「技量のしっかりしたオペレーターがこのプロジェクターには絶対に不可欠である」<sup>33)</sup> と、ホプキンスは技術者の重要性を指摘している。フラーのダンスには、ダンサーの身体だけではなく、その身につける衣装、またその衣装に映写する光と色といった複数の要素が不可欠であり、またそれらの要素が十分に力を発揮するためには、複数の優れたクリエイターの存在が必要だということが見えてくる。

未来派もまた、フラーが芸術にテクノロジーを導入したことに注目した。「われわれ未来派の徒

はロイ・フラールや、黒人たちのケイク・ウォークの方をむしろ選ぶ（電燈の光や機械性の利用）」（未来派的ダンスの宣言）。なかでもジーノ・セヴェリーニという画家は、直接的にフラールを自らの絵画の主題にしたことで知られている。例えば、『蛇の踊り（Danza Serpentina）』（1914）には、円の形状が多用されるところにフラールらしさを感じるとともに「TTATTATTA」などの文字があちこちに散りばめられている。これは銃撃の様子をオノマトペにしたものであり、とてもにぎやかな作品である。戦争を賛美した未来派らしい連想であるとして、注目したいのはこのフラールのダンス＝戦争として両者を「等号」を付加する仕方理解しようとする姿勢である。これは、セヴェリーニの絵画理論にとってとても重要なポイントになっている。『海＝ダンサー』（1914）という作品では、ダンス（ダンサー）は海と「等号」で結ばれている。この「等号」をめぐって、セヴェリーニは「造形的等価物（plastic equivalent）」という概念を通して思考を展開している。彼はそこに「感情を喚起する諸形態（要するに感情や直観から生じる諸形態）の同時的な表現」と「心に抱かれた諸形態（要するに画家自身の記憶が現象を理解するのに付与する衝撃から引きだされた諸形態）の同時的な表現」<sup>34)</sup> という、2つの形態の同時的な表現を想定しており、何かと同時に別の何かと等価な造形的力を有しているというあり方に、絵画で迫ろうとした。

もしこれがフラールのパフォーマンスによって動機付けられているのであれば、フラールがパフォーマンスの中で示す変容の絵画的応用と見ることもできるだろう。

セヴェリーニはもうひとつ、興味深い考察を残している。彼の『ザ・イエロー・ダンサーズ（The Yellow Dancers）』（1911-1912）に端的に示されているように、セヴェリーニはダンスにおける照明の効果を探求している。この絵画で彼は、ダンサーの身体（が表象されているところを見るとこのダンスはフラールのものとは言い難い）がカラフルな光に輝き、それによって元の身体フォルムが奪われて、身体が断片化してしまっているところに着目している。セヴェリーニはそこに光によるものの脱物質化を見ている。「光がここではものや人びとを脱物質化させるために用いられているのは明らかである（X線の発見はそれと直接的に関係する）。」<sup>35)</sup> フラールのダンスには独特の「脱物質化」の仕掛けがあるように思われる。それはひとつに、衣装の運動が引き起こす脱物質化である。ただし、そこにもうひとつの光による脱物質化が伴ってはじめてそれは作用する（そう今書いたが、こう書けるのは、本プロジェクトを終えて、この脱物質化の過程を実際に体験できたからであると断言できる）。

フラールもまた独自の視点からこの光による脱物質化を考察している。ひとつは、明確に脱物質化に言及しているわけではないが、ノートルダム大聖堂を訪れた際の、光とそれに照らされた布のエピソードである。大聖堂の中に施された数々の建築物や装飾物に感動したことに触れた後、フラールはこう続ける。

しかし、他の何よりも私を魅了したのは、側面の薔薇窓の壮麗なガラスでしたし、それ以上に魅力的だったのは、これらの豪華な窓を通過した結果として、教会のなかで多様な方向に強烈な色彩を放ち揺らめいていた太陽光線でした。私は自分がどこにいるのかすっかり忘れてしまいました。ポケットからハンカチ、白いハンカチを取り出すと、色鮮やかな光のビームたちのなかでそれを振ってみました。それはまるで夕方に、シルクで出来たものを反射鏡の光線のなかで振ったときみたいなことでした。<sup>36)</sup>

これがいつの出来事であったのか、自伝には明記されていない。しかし、このような経験の積み重

ねが、あのような表現を生み出したことは想像できる。もうひとつは、『クワック M.D.』が上演された時期のこととして記されている自宅の部屋でのエピソードである。

窓と丁度向かい合うように鏡がおかれていた。長い黄色のカーテンが垂れ下がっていて、そのカーテン越しに、太陽は琥珀色の光を部屋に落としていた。その光は私を完全に包み込み、半透明の効果を与えつつ、私のガウンを明るくした。黄金色の反射がきらきら光るシルクの襷を演出し、この光のなかで、私の体はぼんやりとした輪郭線で曖昧にあらわされた。<sup>37)</sup>

彼女はこれを「偉大な発見」<sup>38)</sup>と述懐している。なるほど「半透明の効果 (a translucent effect)」を知ることなしに、フラーのダンスは実現しなかったのだろう。太陽光、それが差し込む窓の黄色いカーテン、さらに窓に向かい合う（太陽を反射させる）鏡、これらが合わさり、光がフラーを包み込む。それは、フラーの身体を曖昧にあらわすのに貢献した。

以上、フラーの試みを「催眠的性格」「変容」「テクノロジー」の観点から見てきた。それらは複雑に絡まり合いながら、極めて個性的な新しいダンスとなって当時の人々を魅了した。ただし、私たちの多くはこのダンスを肉眼で見たことがない。以上の考察はあくまでも、残されたテキストから類推される感覚を予想したものでしかない。そうは言うものの、実際にはどう感じるのか、この問いとそれを満足させるための探究がダンスの美学的研究には必要である。

もしこのダンスを肉眼で見るとしたら、どのような条件が必要となるのだろうか。それを具体的に考え、またその条件を満たして、このダンスを肉眼で見ること、それを中核において、本プロジェクトを企画した。

## 2. プロジェクトの構成と過程

### プロジェクト・メンバーについて

プロジェクトのメンバーは、ダンサーに柊アリス、劇場空間の研究のために日本女子大学の宮晶子、またダンス研究の分野から日本女子体育大学の高野美和子（と同分野の研究者として日本女子大学の木村覚）を中心に構成した。後に衣装製作の協力者として池田木綿子 (Luna Luz) 氏に加わっていただいた。照明にはコンテンポラリーダンスの舞台などで活躍している宇野敦子氏に協力をお願いした。当時東京藝術大学の大学院生であった木村絵里子氏にも参加してもらった。木村氏には、フラーのダンスを今日の芸術創作に応用するための方途を探ってもらうよう依頼した。また、この研究を教育の観点からも考察したく、日本女子体育大学の学部学生に研究会に参加してもらい、再現プロジェクトが教育に与える効果を検討できるようにした。

そもそもこのプロジェクトの発端は、柊アリスとの出会いであった。2014年の年末に漠然と私はBONUSのイベントの中で、フラーをテーマとするクリエイションのプロジェクトに着手すると公言した。それに反応して、柊アリスが私にメールをくださった。柊アリスはすでにロイ・フラーを模した衣装を自作しており、振り付けの点では忠実な再現とまでは言えないにしても、本人の「スピンドル・ダンス」(旋回のダンス)への興味を盛り込んだ、独自のダンスに取り組んでいた。彼女の存在は、フラーが試みたことを今日に活かしたいというモチーフに具体的なイメージを与えてくれた。

2015年度にはすでに、本プロジェクトの準備段階となる研究会を、柊アリスを日本女子体育大学の高野研究室に招くという形でスタートしていた。そこでは、自作した衣装を持参してもらい、彼

女に目の前で踊ってもらったり、衣装を学部学生数人に身につけてもらい、踊ってもらった。すでにその時に、柎アリス製作の衣装がもたらすインパクトはとても大きなものであった。布の波打つ運動は、今まで「ダンス」と呼ばれた運動の中では見たことのない質を伴っていた。布が運動するという以外に大きな変化はない。しかし、その運動にはいつまでも見ていたいと思わせる感じがあった。それは陶酔感とか催眠性と呼べる気がした。また、そのいつまでも見ていたい感じというのは、自然の景観に向き合うときの感覚と似ているように思われた。具体的には、見るともなく見てしまう、満ち引きを繰り返す波の運動に似ていた。フラワーを見るということはこうした感覚を得ることなのではないか、という予感があった。フラワーを再現する意義や現実性が生まれた瞬間であった。

### プロジェクトのプログラム

このプロジェクトは「BONUS 超連結クリエイション vol. 4 テクノロジー×ダンス× X (社会的課題)」というイベントでの成果発表をゴールに設定し、進めるものとした。私は BONUS という「ダンスを作るためのプラットフォーム」という活動を行っており、そこではアーティストたちと一緒にダンスの更新を目指して、多種多様な活動を進めている（その活動の主たるプロジェクトを「連結クリエイション」と、その成果発表会を「超連結クリエイション」と呼んでいる）。2016年度は、ダンスを社会的課題やテクノロジーと連関させることでダンスの更新が果たせないかと考えた。具体的には、振付家の手塚夏子と砂連尾理、美術作家の山内祥太に協力を仰ぎ、彼らのアイデアから触発されて、若い作家たちや一般の人たちが自分のダンス・クリエイションを展開していった。

本プロジェクトは「ロイ・フラワー再現プロジェクト」という呼び名で、このイベントにて発表することとなった。そのために、2016年の7月ごろから研究会の活動がおよそ月に一回程度のペースで進められた。

### 衣装・振付・照明・楽曲について

#### 衣装について

衣装はこのダンスにとって非常に重要な要素である。プロジェクトのかなめとなる衣装を再現するにあたり、私たちはかつてNHKが放送した『ダンスの世紀』に登場するフラワーの映像を参照した。私たちはこの映像が正統なものとなしプロジェクトを進めた。また、1890年代のものと想定される初期の衣装に注目した。フラワーの衣装は、次第に巨大になる。巨大な衣装の製作は、私たちには予算面でもプロジェクトの規模という点でも難しい (<https://www.youtube.com/watch?feature=share&v=w502rRWCJSI&app=desktop>)。

2016年8月には舞台芸術の分野で衣装製作に従事している池田木綿子氏に協力を仰ぎ、柎アリス、宮晶子も加わった衣装のための研究会を実施した。そこで衣装のサイズや布の質に関して議論を行った。

#### 振付について

11月28日の研究会にて、池田さん製作のテスト版の衣装が届いた。これを身につけて踊る柎の姿に驚いた。「これは、フラワーのダンスだ」と思われた。これまで柎が自作した衣装では現れ出てこない何かがあった。それはひとつに、棒をつけた衣装を操作する際に生まれるフォルムのあり方

だ。これまでの衣装だと素材の軽さ、形状の不十分さがある、なんとなくフラーらしい形が浮き出てきたとしても（ただし、先述したことだが、2015年にはじめてその動きを見たときに、波立つ衣装の運動が、とても自然なもののように見え、例えば、海原の運動のように思えて、いつまでも見てしまう訴求力があつたことは忘れていない）、いま目の前に現れた動きには到底及ばないものだった。

この段階に至ってはじめてはっきりとわかつたことがもうひとつあつた。それはフラーのダンスには振付があるということだ。当たり前のようにだが、衣装をどうコントロールするかで浮き上がってくるフォルムが変わる。そこにはヴァリエーションがあり、ひとつひとつを生むのに全身の運動が伴っている。また、振付であるということは、技量が求められるということでもある。11月のこの日は、振付の存在に柊と気づくことで精一杯だったのだが、その後の研究会では、柊は衣装を身につけたレッスンを積み重ねてきており、日が進むにつれて、技量が上がっていった。

### 照明について

またこの日の研究会には、照明の宇野氏にも参加してもらっていた。先述したテスト版の衣装に照明を当ててみた。照明という側面は、2015年度の研究会では試さなかつたものであり、この日、研究会メンバーが初めて体験する事柄であつた。それは目の覚める光景であつた。うねりを伴う衣装の動きに、色のついた光が当てられることで、それはより鮮烈で、幻想的なものとなつた。白い衣装が持つ、スクリーンの性格ということにも思いが及んだ。昨今、プロジェクション・マッピングが舞台芸術に積極的に用いられている。その中でも、先述したように、真鍋大度がPerfumeとコラボレーションしたパフォーマンスの中に、3人の衣装に映像を映写するものがある。あの様な発想のルーツにあるのが、ロイ・フラーの試みなのではないか。そうした連想は、この日より強化された。衣装の運動のみならず、照明の色彩によつても、フラーらしい「変容」が生み出されているのではないか、そのことが体験として実感できた。

### 楽曲について

さて、この再現を目指すパフォーマンスに際して、どのような楽曲を用いるのかということは課題として残つていた。カジノ劇場の興行人であるルドルフ・アーロンソンは、フラーの試演を見ると、彼女のパフォーマンスに「サーペンタイン・ダンス」という名を与え、その踊りに相応しい曲として“Au Loin du Bal”という大衆に人気の曲をあてがつたと言われている（18919-92年の冬季に彼らはこの踊りを演芸ショーの一演目に組み入れて、フィラデルフィア、ブルックリン、ボストン、ニューヨークをめぐる<sup>39)</sup>）。私たちは、この楽曲に注目した。

### 「サーペンタイン・ダンス」の上演

成果発表の場となる「超連結クリエイション vol. 4」にて、まず私たちは、ロイ・フラーの再現を目指したパフォーマンスを上演した（図1 参考動画 <https://youtu.be/XDGSHQjrOdk>）。5分弱のパフォーマンスの中で、柊アリスは池田氏製作の衣装で踊つた。カラフルな照明を衣装の上に当てると、衣装の運動はその表情を様々に変貌させていった。衣装が動けば、風が巻き起こる。衣装の存在感は圧倒的なものであつた。ダンカンやコクトーがフラーを評した際の「変容」がいかなるものであつたのかを実感できた。



図1



図2

### 再現から何を生み出すか

成果発表の後半では端的に再現を目指した上演の他に「柊アリスの解釈に基づいたダンス」「観客を巻き込んだ実験」「木村絵里子が解釈するフラーのアイデア」という三演目も披露された。このプロジェクトでは「再現」とその再現から研究と創作を展開する道筋を見出すことをねらいとしていた。成果発表のこのパートは、後者のねらいのために行われた。

「柊アリスの解釈に基づいたダンス」では、衣装はそのままに、踊りや演出のアイデアは柊アリスの個性が反映されたものとなった(図2 参考動画 <https://youtu.be/RiqZ77vCTWU>)。とくにスピンドル・ダンスを自称する通りの旋回するダンスは、フラーにはないがこの衣装の可能性を引き出すアイデアであった。

その次に「観客を巻き込んだ実験」も行われた(図3 参考動画 <https://youtu.be/Gpp6Z1Byfys>)。このパートでは、有志の観客にパフォーマンスの付近に来てもらい、100円ショップで販売されている懐中電灯にカラーフィルムを巻いて、これを観客に渡すと、観客に好きなように衣装に当ててください、と依頼した。衣装が色のついた光に当たるといことはどういうことな



図 3



図 4

のかを、観客に研究してもらいたかったのである。またこのパートは、スマートフォンでの撮影を可とした。その上で、自由に SNS でアップデートすることをこちらから提案した。

さらに「木村絵里子が解釈するフラーのアイデア」では、美術作家でダンスも踊る木村絵里子のフラー解釈に基づくパフォーマンスを披露してもらった（図 4 参考動画 <https://youtu.be/PCBwS12xP6M>）。木村のアイデアは一貫して、映像とダンスの関係性を研究するところにあった。初期に木村は、光る衣装を着たダンサーが暗闇で踊り、それを静止画で撮影したり、動画で撮影したりすることで、映像の中でのみ存在する独特のダンスが記録されるという実験を行っていた。最終的に、この日の木村は、あるダンサーが踊る際に体に装着したビデオカメラの映像を用意し、その動画を別のダンサーが iPhone で見ながら、その動画を見ることによって首を中心とした身体全体が動かされることに注目した。また、さらに別のダンサーはヘッドマウントを装着して同じ動画を見て、その動画に促されて動く体をより丁寧に観客に見せようとした。木村の試みのユニークな点は、観客の見る対象となっているのが、動画を見ている体であるというところにある。動画を見ている体は、一般的には見られる対象ではない。しかし、普段は見過ごされているそうし

ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクト 「再現」を媒介したダンスの美学的研究の可能性

た身体性もまたときに見どころのある身体になりうる（ビデオゲームに夢中になっているプレイヤーの身体の動作がときに見どころのある身体であるように）。木村の着眼点は、フラーから逸脱ながらも、フラーのテクノロジー×ダンスの関連から、こうした見る者を見るというアイデアへと行き着いた。

### 3. 成果の分析

#### ロイ・フラーのダンスを再現することの困難

『ザ・ダンサー』という映画が2017年に日本で上映されることになった。これは、ステファニー・ディ・ジューストという女性映画監督によるロイ・フラーを主人公にした映画である。私たちも、この映画の存在を2016年の夏には知っていた。カンヌ映画祭で話題になったということがニュースになっていたのである。DVDの購入は、私たちのプロジェクトには間に合わなかったものの、私たちの活動をセテラ・インターナショナルという映画プロモーション会社が知り、プロモーションの一環で「ロイ・フラーをめぐる研究の集い 『ザ・ダンサー』と「ロイ・フラー再現プロジェクト」の交流会」と題されて、学外者にも門戸を開いたイベントが4月11日に新泉山館で開催された。ゲストに上記した映画監督、主演女優のソーコ、私たちのプロジェクト・メンバーも登壇し、なかでも柊アリスには私たちがBONUSのイベントで披露したパフォーマンスをここで行ってもらうことになった。

『ザ・ダンサー』には、いくつかのダンスの再現が含まれていた。

このとき、ジュースト監督から、ひとつの疑義が提示された。それは、おおよそ次のような内容であった。私たちの再現プロジェクトは動画をベースにしたものらしいが、写真はあるにしてもフラーの動画というものは存在しない、だから動画から再現を試みた私たちのプロジェクトは出発点が間違っているのではないか。

この疑義に対して、私たちなりに見解を明確にする必要を感じた。またその探究を進めるなかで、再現をめぐるより根本的な問いに突き当たることになった。まずは、フラーの動画の存在をめぐって、現時点での私の立場を示しておきたい。

『映画とビデオで思い描くダンス カメラに向けたダンス』（2002）という研究書には、多くの著者が参加してダンスと映像との関係の歴史が網羅的にまとめられている。その冒頭に年表が付いている。ここでは、リュミエール兄弟の一人、弟のルイ・リュミエールが1906年に、フラーの「Fire Dance」をフィルムに収めたこととある。私はこの記述を信じて、動画を通してフラーを研究することにした。もちろん、YouTubeにアップロードされているフラーの動画とクレジットされているもののすべてが、真正のフラーの動画だとは思っておらず、怪しいものも多くあるだろうとは思っていた。私たちが頼りにした動画の一つはNHKで放送された「ダンスの世紀」という20世紀のダンスをまとめた複数回のシリーズ番組の一部であった。それは信頼を寄せるにたるものだという思いがあった。

これに対して、フラーの動画記録の存在を否定する立場がある。ジョバンニ・リスタは、論考「ロイ・フラーと彼女のサーペンタイン・ダンス」において、多くのフラーに関するものとされている動画を検証して、そこにはフラー本人が写っているものはない、と判断している。また同論考において、フラーの回想録にも動画に収められることを拒んだことが言及されているとリスタは付言している。リスタの立場は、フラーは写真に撮られることは許可したが、動画に収められることは拒んだというもので、この論考ではそれはなぜなのかと問うている。「事実、彼女の目には、映画の

持つイメージはライブの舞台上演のリアリティを代わりになることはあり得なかった<sup>40)</sup>と捉えている。

現在では、このリスタの説は看過できないものとされているようである。ただし、それは結論としてまだ断定できないものでもあるようだ。エリン・ブラニガンが『ダンスフィルム 振り付けと運動するイメージ』(2011)の中でこう述べているのはその状況を示唆している。「ジョバンニ・リスタは「…」今日までに、パフォーマンス中のフラーを取り上げたどんなフィルムも見つけられなかったと信じている。『ダンサー人生の15年』「…」という伝記では、フラーはフィルムに撮られたとする発言を残していない。<sup>41)</sup>以上のことを注で触れた上で、ブラニガンは本文でこう記している。「メリエスによるコーラス・ダンサーの起用や、フラーとパリのリュミエール兄弟が実施した見込みのあるコラボレーションと並んで、映画初期の時代におけるダンスと映画の根本的な協同的実践の計画があった事実を支持するさらにいくつかの事例を私たちは例証することができる。<sup>42)</sup>ブラニガンの立場は、リスタの研究を尊重しつつ、また伝記では撮影されたと言及がないという事実も示しつつ、同時に、リスタはそう「信じている」と表現することで、フラーのパフォーマンスが撮影されていないと断定することを留保している。だからこそ「実施していた見込みのあるコラボレーション (possible collaboration)」という表現で、フラーとリュミエールの「コラボレーション」の可能性を残している。

このフラー動画の真贋に関しては、今後も調査を続けたい。その上で、この件を検討する中で考察したことがある。もしフラーの動画が存在しないとすれば、フラーのダンスの再現は、その真正性や忠実性を大事にしようとするほど不可能になる。いや、しかし、これがフラーのダンスだと証明された動画が一本出て来たとしても、私たちがそれが唯一のフラーのダンスでないことは容易に想像できる。映像に残されていない数多くのダンスには決してアクセス出来ない。とはいえ、それもまた彼女のダンスであったはずである。このことを、フラーから少し離れて、今日のクリエイションの現場に置き換えて考えてみよう。あるダンサーに関して、映像に残された数回分の上演があったとしよう。上演は、動き出しのタイミングや、音楽に対する応答の仕方など、よく見ると微妙に毎回異なっている。どれを決定版と考えれば良いのかわからない。回答が欲しくて当のダンサーにどれを決定版とするのか聞くことも出来るだろう。しかし、それはあくまでもダンサー本人が決めたということに過ぎない、ということも出来る。そこにいた観客ならばどうであろう。いや、だが多くの場合、観客は一つの上演を一回しか見ない。すると、観客にとって自分が見た上演がその上演なのである。初日と千秋楽では、ダンサーの作品理解に多くの変化が起きているものである。演出上の、また振り付けに対しての改変がなされることもしばしばである。

私はダンス上演の批評を20年ほど行って来た。その際に、どの日のどの回の上演を見ての批評なのか、明記出来るときには明記して来た。どうしても、同じ作品でも、日が異なると内容に微妙な変化が起こる。上演にはムラが生じるものである。そう考えると、何が本当のこの作品の上演なのか、真面目に問えば問うほど、わからなくなる。カメラで喻えれば、ピントを厳しく合わせようとするほど、どこに合わせるべき対象があるのかわからなくなってしまふ、そのような問題がここにはある。

あるいは、もし一本の動画を正典としたとしよう。それを極めて厳密に、1秒ごとの変化を忠実に模倣することで、そこに記録されたダンスを再現するとしてみよう。それは可能なのか。先述したように私はこの問題を「トレース」をキーワードにテーマ化したことがある。このプロジェクトと並行して進めていた振付家・手塚夏子との研究である (参考動画 <http://www.bonus.dance/>)

creation/45/)。

「再現」とは、何を再現するとそれが可能なのか。再現とは、その厳密性を求めれば求めるほど、不可能になる。それを回避しようとするれば、曖昧なところをある程度許容することが必要であり、どこをどう許容したのかは明確にしておくとしても、再現の目的のためには曖昧さを許す勇気が必要になる。

先に触れたように映画『ザ・ダンサー』には、フラーの動画は存在しないという立場からなされたダンスの再現が収められている。その代わりに、残された写真やポスター、いくつかの図などに依拠したのだろう。ただし、写真や図像には運動が表象されていない。ダンスの運動はどこに依拠したのだろうか。動画が存在しないということは、このダンスの再現という点では決定的に重要な「運動」の点で頼りになるものがないということになる。もちろん、具体的には、あの衣装で「ラン」や「蝶々」や「イソギンチャク」と呼ばれたフォルムが生まれる運動はどうしたら出現するのか、手探りでやってみるしかない。『ザ・ダンサー』もそうしたのである。それは私たちもそうだった。実際は、運動に関しては、動画を頼りにしたというよりは、衣装からどんな動きが生まれるのかを終アリスに託して、彼女自身が衣装を操作するなかで、研究してもらったのだった。何れにしても、動画という決定打がないままの再現という点で、同じ地平に立っていた。

私たちは、ロイ・フラーの再現を目指して行った研究会や成果発表において、再現を目指さなければ得られなかった多くの体験をえた。

## 再現を通じた研究と創作

厳密に考えれば考えるほど「再現」には限界がある。しかし、その限界を理解した上で、フラーが試みたことに私たちが迫り、その要素を取り出して、そこにある感性的な質を問うことは可能なのではないだろうか。その際、フラーのダンスという全体にはアクセスできないとしても、その部分を切り出して考察することはできるのではないか。大きな布が衣服の形を部分的にとりながらダンサーの身体の一部を消し去るそのありさま、それが波状の運動を作るそのありさま、またそこに光が当たり、色がついて、白い布が別の何かへと変容するさまなど、ひとつひとつの要素は絡まっているけれども、それぞれを一旦切り取りその質を考察することが私たちにはできる。またそれらを「衣装と身体の関係」「身体の運動と衣装の運動の関係」「身体運動と照明（プロジェクション）の関係」などと抽象化することで、フラーを再現しようとの試みからえた感覚を、ダンスあるいは舞台芸術一般へと敷衍し、テーマ化することができる。

それは「ダンスとは何か」を問う研究的な姿勢だけではなく、「ダンスとは何でありうるか」を問う創造的姿勢にも有益であろう。本研究に協力してくれた木村絵里子のアイデアは、その一例であった。直接にはロイ・フラーから出てきたものとは言い難い彼女の発想は、しかし、フラーを基礎においた研究活動の中から出てきたものであり、そうした発展的で応用的な展開もまた再現の試みをベースに生まれうるものである。再現を創作に活かすには、どのようにしたら良いのか、その方法的探究に関しては、2016年度ではまだ端緒に就いたに過ぎず、翌年度に実施したレイナー『トリオ A』の再現プロジェクトにて、さらに掘り下げることとなった。

## 第四章 イヴォンス・レイナー『トリオ A』再現プロジェクト

### 1. プロジェクトの経緯

#### 動機

ダンス史に残るマスターピースを「再現」するこのプロジェクトの2年目は、イヴォンス・レイナーの『トリオ A』(1966)に取り組むことにした。本作は、ポスト・モダンダンス(モダンダンス以降の前衛的傾向を持ったダンス)の代表作としばしば見なされる作品であり、すでにポスト・モダンダンス(のとくにジャドソン・ダンス・シアターの芸術性)に関する論文を書いていたこともあって、この作品の研究を「作ることで理解する」研究方法で進められたら、と計画を始めた。また、ジャドソン・ダンス・シアターのアプローチには、バレエやモダンダンスといった彼ら以前のダンスの多くがそうであるように、ダンサーに高度な技量を求めたり、身体的なエリート性を要求したりということがなく、むしろ日常性の導入とでも言える側面がある。この側面は「作ることで理解する」という研究方法に多くの人間が参加できる余地を与えてくれるのではないかと想像したことも、本作を選択する理由のひとつにあった。

フラーのダンスには、多くのフォロワーがあらわれ、彼女はそのことに大いに悩まされた。けれども、別の角度から見れば、フラーのダンスは多くの人が模倣する余地を与えてくれるものであったと言えるかもしれない。これを可能にしているのは、身体の大部分を衣装が隠すという点であろう。すでに見たように、衣装を踊らせることにはもちろん技量が必要になる。しかし、通常身体を踊らせるときに身体の能力差がその出来不出来を大きく左右してしまうことと比べると、フラーのダンスは身体の能力の差から人間を解放する側面があると言える。フラーのこうした特徴は同時代では例外的であり、当時台頭したモダンダンス(ドイツではノイエタンツとも言う)は、身体の訓練が必要であり、そのことが踊れる人間と踊れない人間とを隔ててしまう。

ポスト・モダンダンスは、モダンダンスがバレエと同様に有していた身体エリート的性格に対して批判的な態度をとった。彼らのダンスを通して観客は、特別な身体を有した優れたダンサーの妙技を見る代わりに、特別な個性を持たない誰とも交換可能な中立的な「人間」を表す身体動作を見ることになった。

こうした特徴は一般の参加者ととも「作ることによって理解すること」を促進するのではないかと想像した。そして、そのことは彼らがワークショップを志向するものたちであったこととも関連するのではないかと想像した。レイナーの先輩格の作家にアナ・ハルプリンがいる。ハルプリンは、夫のローレンス・ハルプリンとともに、ダンスの分野に積極的にワークショップの概念を導入した。ポスト・モダンダンスの作家たちは、その活動の初期にハルプリンの元を訪れ、彼女のワークショップに参加した。彼女のワークショップは、シンプルなタスクを参加者に渡すことによって、しばしば時を進めて行った。共通のダンスを遂行しながら、しかし、参加者たちは自分の問いをそこで見出し、それを探究していった。ダンスにおける「作ることによって理解する」という取り組みに多くの者が参加できるためには、身体のエリート主義から離れること、その上で、質の高い経験が獲得できることが求められるはずである。『トリオ A』を研究の中心に置きながら、そうした取り組みの方途を見いだすことが、2年目の本研究の中心課題となった。

## 『トリオ A』の美的焦点

『トリオ A』は、ニューヨークのジャドソン教会で1966年に『心は筋肉 (Mind is a Muscle)、第一部』のなかで初演された。そのときこれを踊ったのは、作者のイヴォンヌ・レイナー、ステイーヴ・パクストン、デヴィッド・ゴードンの三人だった (ちなみに決まったコースを走ったり歩いたりする『トリオ B』という作品も存在し、それとの関連でタイトルに「A」が添えられていると考えられる)。三人は同時に踊った。しかし、それはユニゾンではなかった。最初に、ゴードンに見せたとき、この振り付けを適切な様式でやりきるのは困難なのではないかとゴードンは言ったという。そのときを振り返った後、レイナーは「今や、誰でもあるいはほぼ誰でもその様式をマスターできると私は言っている」と言葉を続ける。後に、レイナーは1978年にダンス研究者として知られるサリー・ペインズのプロデュースで16ミリフィルム用のカメラの前で、一人でこれを踊った。私たちが、最も簡単にこの作品に触れようとすれば、この映像を頼りにすることになる。なるほど、このダンスは、バレエやモダンダンスに比べると、一見した限りでは、身体にあらかじめベースとなるテクニックを叩き込まなくても踊れそうに見える。

## 『トリオ A』の特徴

1966年に書かれた論考<sup>43)</sup>では、同時代のミニマル・アートと比較しながら、レイナーは自分と仲間とが模索しているダンスのあり方を分析している。とくにその中心に据え置かれているのが『トリオ A』である。レイナーはここで、『トリオ A』のいくつかの特徴を整理している。私はそれを四点にまとめておきたい。

ひとつは、日常の動作エネルギーと同量のエネルギーで踊ることである。レイナーらジャドソン・ダンス・シアターの集団があらわれる前のダンスは、そのほとんどがイリュージョンを観客に見せるためのものであった。現実の肉体を隠して、ダンサーたちは、例えばバレエであれば「妖精」や「可憐な乙女」を具現化するために身体を動かす。またそのイリュージョンのために特別な訓練を施した身体による特別な技術が用いられる。ここに身体のエリート主義がダンスに要請される理由がある。そして、それを回避するのがこの特徴である。当時 (1960年代) のミニマル・アートがそうであったように、彼らは現実の物質 (絵の具やキャンバス) を見せる代わりに別の物質 (描かれたもの) を見せようとする旧来型の美術のあり方をやめて、物質そのものを観客に呈示する途を選択した。この傾向に応答するようにレイナーは新しいダンスを構想する。「ダンサーたちは、パフォーマンスにおける物理的な存在のより事実在即した、より具体的で、よりありふれた質を許容するオルタナティヴな文脈を探し求めるよう駆り立てられていた。それは、そこで人々が身体に関してこれまでよりもスペクタクルを要求せずまた技量が求められにくい行動や運動に従事しているといった文脈である。」<sup>44)</sup>

さて、踊る身体を別の何かを見せる代わりに用いないようにするために、レイナーが考えたのは日常の動作と同程度のエネルギー量で踊る (身体を動かす) というやり方であった。レイナーはそうした自分のダンスを「タスクとしての運動」「オブジェクトとしての運動」<sup>45)</sup> と形容する。「タスク」とは作業を意味する言葉だが、ここでは日常の極めてシンプルな動作を一切劇的な作為を込めないで、またあるタスクの演技でもなく、ただ遂行することを指す。具体的に彼らが試みたのは「歩く」「走る」「床を掃く」などである。またレイナーはこうした運動を「オブジェクトとしての運動」<sup>46)</sup> とも呼んだ。「オブジェクト」(客体物) と称するのは、それがありふれたどこにでもある運動であることを明示するためであり、レイナーはまたこうした動作を「ファウンド・ムーヴメント

(見出された運動)」とも呼んだ。この「見出された」には、自分の手で作ったものではなく、すでに誰かによって作られたものであること（デュシャンのレディメイドのアイデアはここに影響を与えている）が意味されている。『トリオ A』には「歩く」「走る」と言った典型的なタスクの要素はないものの、タスクの持つ日常レベルの運動という性格は共有している。

またひとつの特徴は、短い動きが数珠繋ぎになっているということである。そこには、序盤、中盤、終盤といった展開がない。どこまでも、同じ質の異なる短い動きが続いてゆく。その点にも関わるのだが、またひとつの特徴は同じ動きを反復しないということがある。同じ動きの反復は、リズムを作り、観客に次の動きを予想するきっかけを与える。『トリオ A』には、そうした観客の予測可能性を排除する傾向がある。「『トリオ A』は、反復しない身振りの細部を継起的かつ不断にあらわにすることによって「見ること」の困難さを取り扱い、それによって物質を簡単に包囲することはできないという事実に焦点を当てるのである。」<sup>47)</sup>

同じように観客に見ることの困難さを自覚させる仕掛けとして、ダンサーが観客に顔を向けないというものがある。「[パフォーマーの] 眼差しは [観客の目から] 逸らされ、[パフォーマーの] 頭部は運動に従事した。その望まれる効果は、展示のような (exhibitionlike) プレゼンテーションというよりも、労働のような (worklike) プレゼンテーションであった。」<sup>48)</sup> パフォーマーは、自分の課せられた役目を見事に素晴らしく遂行したいと願うものである。そのことによって、パフォーマーの運動はこれ見よがしになり、技量の誇示になる。こうした側面の排除することに、レイナーの狙いのひとつはある。もうひとつの狙いは、観客へ向けられている。「ダンスは見るのが難しい (Dance is hard to see.)」<sup>49)</sup> このことを、レイナーは観客に気づかせようとする。パフォーマーの顔というのは、私たちが何かを察し、理解し、解釈してしまう要素である。これはイリュージョンニズムの表現にとっては重要な道具になることだろう。ただし、イリュージョンを排除して、身体の動きを立ち上がらせようとする際には、余計なものになる。イリュージョンは観客の読みを促すが、それが消し去られた身体運動は、観客を苦しめる。ただし、その苦しさがまさしくダンスを見るという状況へと観客を導くのである。

### 観客とパフォーマーがえる体験の性格

『トリオ A』にレイナーが施した仕掛けの多くは、観客にこれまでの鑑賞体験とは異なる体験を獲得するように誘うものである。以上のまとめは、当時レイナー自身の見解に依拠したものであるが、実際に『トリオ A』を見た人は、彼女の狙い通りの体験をしたのだろうか。「再現」を通して、こうした点を確認したり、自分たちなりの体験の質が生まれたりするのならば、それを記述しておきたいところである。

もう一点、『プレッシャーを受けるトリオ A (Trio A Pressured)』(1999) について触れておこう。これは『トリオ A』をデュエット作品にする試みである。ただし、同じ振り付けを踊るといったデュオではなく、『トリオ A』を踊るパフォーマーと「それを見る観客」という異なる役割をそれぞれが遂行するものとなっていた。ラムゼイ・バートは次のようにこれを説明している。「この新しいデュエットは、観客とのアイコンタクトを回避することに関して、ダンサーの眼差しが振り付けられる仕方にひとつのねじれを与えている。ピーティ [レイナーと踊る「観客役」のパフォーマー] は訓練を受けたダンサーではなく映画作家である。彼のタスクは、レイナーの周りを動くことで、『トリオ A』のなかでねじれたりターンしたりすることで彼女の眼差しを演出していたそうしたどの場面においても、彼女と常にアイコンタクトすることにあつた。」<sup>50)</sup> そしてこうバートは

この作品の性格を解釈する。「そうすることで、このデュエットはこのゲームの特殊なルールをめぐる、意図的で共犯的な観客とパフォーマーの関係性を創造した。」<sup>51)</sup>

この新しいヴァージョンが非常にユニークなアイデアであるのは間違いない。想像するに、バートの著作に付された写真の二人を見ていると、正しく振り付けを遂行したいパフォーマーと見る欲望を満たしたい観客という両者の異なる欲求を誇張的に示すことで、劇場の関係性を批評するものとなっていたのではないかという予想が立つし、あるいはそうした舞台芸術やダンス一般のあり方が象徴的に示されるものというよりも、『トリオ A』の理念を直接批評するような作品として見えそうな気もする。ただし「作ることで理解する」研究に踏み込まないままでは、そうした予想はいつまでも予想の範疇を超えない。是非とも「再現」を通して、本作を体験してみたいと促される事例である。

また『トリオ A』には、パフォーマーの可能性を広げる側面があることにも目を向けておきたい。レイナーは、『トリオ A』を踊りたい人には「技量のある人、技量のない人、プロの人、太っている人、高齢の人、病気の人、アマチュアの人」<sup>52)</sup>の誰にでも教えたという。本作がいかに踊る人を選ばない作品であるかを物語るエピソードであると同時に、誰にでもシェアする意思というものが作者にあったということも確認しておきたい。そのとき「私は自分自身をポスト・モダンダンスの巡回説教者としてイメージしていた」<sup>53)</sup>とレイナーは振り返っている。最後には第五世代のヴァージョンを見て、好きではないと思うほど（「私は目を疑った」）、変貌していたとも話している。

## 2. プロジェクトの構成と過程

### プロジェクト・メンバーについて

この計画には、それが「再現」と関連する限り、ダンサーが必要である。理想的には、レイナーに振り付けを施してもらえれば、「再現」はオーソライズすることができる。しかし、それが容易には可能ではないとしても、神村恵であれば、以前に個人で再現の取り組みを実施していた経験があり、とても貴重な候補者である。委嘱したところ、神村は協力を受諾してくれた。

神村恵は、2007年「山脈」上演の辺りから、頭角を現したダンス作家である。あからさまではないとしても、神村の作品には当初から、ポスト・モダンダンスの作家たちが共有していた概念との相関性を感じさせるところがあった。例えば「山脈」は、5人ほどのダンサーが舞台上で列をなしてしゃがんでいるところ、1人が立ち上がると、他のダンサーたちの身体の上を登って降りてゆく。これをダンサーたちが入れ替わり、繰り返す。その発想は、振り付けというよりもタスクに近いと解釈できるものであった。近年は、言葉と身体との関係を丁寧を探る試みなど、日本のコンテンポラリー・ダンスの分野の作家たちの中で、極めて知的で方法的な意識の高い作家である。

### プロジェクトのプログラム

『トリオ A』の再現を通しての研究は、2017年12月23、24日に日本女子大学新泉山館を会場に開催された「超連結クリエイション vol. 5 in Tokyo サバイバー／媒介者／誘惑者を作るためのトーク & ワークショップ「トリオ A」と「ワークショップ」を研究して次の世界を生きる」というタイトルで、BONUSのイベントの一部として実施された。

これは「ワークショップ」を研究し、今日求められているワークショップを開発するという目的で計画された一年間のプロジェクトの一環としての発表会であった。翌月の2018年1月には京都造形芸術大学での最終的な発表会となるワークショップのイベントを控えており、その準備も兼ねた

ものであった。これは京都造形芸術大学の「舞台芸術作品の創造・受容のための領域横断的・実践的研究拠点 共同研究プロジェクトの公募事業」に申請し、助成を受けたプログラムであった。私は、研究課題名「[ダンス2.0]の環境構築を通して今日的教育という課題へとダンスをつなぐ試み」とした申請書類に「研究目的」を、次のように記した。

来年度〔実施年度〕は、米国のポスト・モダンダンスとして括られる芸術運動のとくに「タスク」また「ワークショップ」というコンセプトをめぐって学術的かつ実践的な研究を進める。それを核とした上で〈ダンスを教え学ぶ仕組み〉〈創作に集団的に参加する仕組み〉に今日的な方途を探ることが本研究の主たる目的である。つまりそれは、身体を扱うダンス表現の場で、踊り手（専門家や一般市民）を今日の社会的課題へと向き合わせ、その課題とダンスを掛け合わせる方法の探究へ主体的に取り組むよう促す教育の場を創造することである。中心となるのは砂連尾理、神村恵、篠田千明の三人の作家である。彼らに三者三様の仕方での研究に取り組んでもらい、実際にワークショップを実施したり研究の成果をプレゼンテーションの形で発表したりしてもらおう。

「再現」に基づく本プロジェクトと一部重なるとはいえ異なる枠組みとして実施されたものであり、このプロジェクトについての詳細は省くが、ここで「ワークショップ」の可能性を考えることが、上記したような「創作に集団的に参加する仕組み」を実践する場に再現プロジェクトを据えたいという気持ちがあったことは明示しておきたい。フラーのダンスを再現するプロジェクトは、高野先生と宮先生、また私の学生とが研究に参加する場面はあったものの、クローズドの研究会の形になっており、多くの有志参加者を募る形は取れなかった。また、先に述べたように市民に公開するイベントは実施したものの、そこでは研究会の成果発表会というものに留まり、光と衣装の関係を観客に懐中電灯を渡して実践してもらうなど若干の試みはしてみたけれども、本格的に「再現」に基づいた研究を社会にひらいていくあり方について考えるに至らなかった。そうした反省を踏まえ「ワークショップ」というテーマと関連させることで、ダンスの研究・教育に多くの人が参加する枠組みを研究できるのではないかと想像し、この企画を発想したのである。

また、そうしたベクトルで研究・教育の構想をしていくと、参加者が『トリオ A』というダンスを訓練し、踊れるようになるというのは、望ましい形式ではないのではないかという議論が、神村との打ち合わせのなかで出てきた。そもそも、後に言及するように、『トリオ A』のダンスは全体で五分ほどとはいえ簡単ではなく、一度、自分で再現に取り組んだことがある神村でも苦心するほどのものであった。短い時間で、振り付けの一部に取り組むよりも、別の形で、この作品のエッセンスを取り出し、研究・教育に生かしていく方途を探していくことが賢明なのではないか、そのような考えで計画を進めていった。

また、もうひとつの観点があった。すでに論じてきたことだが、フラーの再現を通して、「再現」概念について考えさせられ、また再現というものの困難さに向き合うこととなった。そのことを踏まえて「再現の目的」を検討した。総合研究所に2018年3月に提出した「2017年度研究課題研究経過報告書」では、私は次のように書いている。

何かを再現すると言うことは、根本を問えば、そもそも不可能なことである。フラーが現に存在しない限り、フラーのダンスは、どこまでも再現を拒む。再現はいつでも、その不可能性を

ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクト 「再現」を媒介したダンスの美学的研究の可能性

前提にした上での近似値に過ぎない。その近似値を極限まで追い求めることもひとつのやり方ではある。しかし、そこに拘泥することよりも、レイナーのダンスの再現という今年度の試みの中では再現の目的を設定し、その目的にとって必要となる仕方、再現を実施していく、という方針をとることにした。

再現の目的を、次のように設定した。ワークショップを開催し、そこに集う一般の参加者たちが創造的な活動をする触媒として『トリオ A』を捉え、今回ダンスの実施者として協力を依頼している客員研究員の神村恵さんと一般参加者とがともに『トリオ A』を研究しながら、その研究成果から、自分の『トリオ A』を創作してゆくことである。（「研究経過概要」「2017年度研究課題研究経過報告書」より抜粋。文責は研究代表者）

すなわち、神村が再現に取り組んだ『トリオ A』が、ワークショップにおいて参加者が創造的活動を行う際の「触媒」として機能すること、そして参加者が自分の『トリオ A』を創作すること、ここにプロジェクトの目的を据えたわけである。

どうすれば『トリオ A』が「触媒」の役割を果たすことになるのか。この点については、神村と相談し、後に触れるように「未知のダンスの創造」というテーマを設定して、それをベースに進めることになった。

12月のイベントは、神村のワークショップを含め、四つのワークショップやトークのパートが行われた。23日は神村のワークショップの前に、「映像にはダンスの何が写っている／いないのか？」というタイトルで、映像に写されたときダンスはどのような変容を起こすのか、また肉眼でダンスを見ているときのような感覚をダンスの映像は引き起こすことができるのかといった問いをめぐって、議論を交わした。ゲストは映画監督の濱口竜介氏、また濱口氏の映画に協力してきた砂連尾理、本学教員の川崎公平がスピーカーとなった（また、木村が司会を務めた）。このときの濱口氏の発表内容は、「ユリイカ」の2018年9月号に掲載された<sup>54)</sup>。また、本論考の付録として、濱口、砂連尾、川崎による座談会の内容を掲載したので、内容に関して述べることは、ここでは割愛する。

イベントの二日目となる24日には、中野民夫氏を招聘して「中野民夫さんと観客×ワークショップの可能性を考えてみよう」というタイトルで、中野氏の短いプレゼンテーションと中野氏が考案した「えんたくん」（円形のダンボール製商品であり、四人程度の人たちが膝を突き合わせ、実り多い対話を引き出すための円卓である）を用いながら、ワークショップを参加者とともに実際に行った。その後、来月の京都でのイベントのために、参加者といくつかのワークを実施し、その感想を募った。

神村のワークショップについては、後に論じることにし、ここでは二日に渡ったこのイベントについて回顧しておきたい。このイベントのタイトルは「サバイバー／媒介者／誘惑者を作るための」という文言を含んでいる。それは、ワークショップやトークの参加者が単にダンスや映画といった芸術への理解を深めることだけではなく、芸術への理解を通して社会のなかで生きる力を参加者に培って欲しいと考えたからである。「3.11」以後の日本社会において、コミュニティを構築し育む力の必要性を誰もが思うようになった。芸術は、その状況において何ができるのだろうか。非常に大きなテーマである。他方、芸術は芸術それ自体として価値があれば良いのであって、むしろ芸術が芸術それ自体ではなく何か別のものの役に立つということは、ましてや役に立つよう模索するなどということは、その純粋性を汚すことになるのではないかと疑義も生むことだろう。私は、芸術は純粋であるべきか否か、芸術が社会の力となるべきか否かという二者択一的に問いに直接答える

ことは避けて、いずれであったとしても、どちらかの可能性も探究することで、芸術というものがどのような力を有しているのかを明らかにしたいと望んでいる。さて、参加者が芸術への理解を通して、社会のなかで生きる力を獲得する—とくに「サバイバー」「媒介者」「誘惑者」となる力を獲得する—には、芸術のどのような力を引き出せば良いのか思案しなければならない。

### 3. 成果の分析

#### 「トリオ A」の上演の研究

神村は、京都造形芸術大学で開催された中島那奈子主催のイベントで、「トリオ A」の稽古に参加し、実際本作の上演にダンサーとして関わった。私は、その時のことを、批評文に残している。

ダンス研究者の中島那奈子が代表者を務める研究プロジェクトのイベント「イヴォンス・レイナーを巡るパフォーマティヴ・エクシビジョン」(10/11-15)のなかのショーイングのプログラムを見た。レイナーを軸としてポストモダンダンスを回顧するとともに、そこに「古い」というテーマを盛り込んだ意欲的な研究企画であり、とくにこれまでの類似のイベントと異なるのは、レイナーと活動を共にしている Emmanuèle Phuon 氏を招聘して、レイナー直伝の振り付けが日本在住のダンサーたちに施されたことだ。『Trio A』は、6人のダンサーが舞台上に登場した。5分強の振り付けは、最初はデュオで、次には一人は踊りもう一人はその踊り手の目を見つめる形で、その次は最初に二人が踊ると、残りのメンバーがそこに加わるという構成で、踊られた。5日間という短期間の猛特訓の末、実施されたパフォーマンスは、『Trio A』がきわめて緻密に構成された振り付け作品であることを強烈に印象づけた。ポスト・モダンダンスというと「ノン・ダンス」や「日常性の導入」といった先入観があるけれども、目前で展開された『Trio A』はいかにダンサーの肉体と精神を酷使する「ダンス」であるかを知らしめた。ダンサーの一人、神村恵に聞いたことをベースに筆者なりに説明すると、ひとつのフレーズごとに様式の違う動きを連ねながら(例えば、「モダンダンス」→「バレエ」→「日常の動作(足踏み)」を3秒ごとに切り替えながら)、同時にそれぞれの様式のもつ審美性をしっかりキャンセルしていく。それによって「モノトーン」の「流れ」を生み出す。そうすると「非ダンスのダンス」が立ち上がる、というわけだ。短期間の特訓では、100%それが実現できてはいなかったかもしれないけれども、どんなダンスを実現せんとしているのかは、見ていて掴むことができた。上演された『Chair/Pillow』は、タイトル通り、椅子と枕を使って8人ほどのダンサーがユニゾンで踊る作品。アップテンポの曲をバックに踊るので、ミュージカルのダンスとしてみれば見えなくもない。これも基本的には、いかにグルーヴ(つい踊ってしまう身体)をキャンセルするかが、振り付け指導の要点だったようだけれど、これが随分と難しかったようで、どこまでレイナー固有のダンスが実現されていたのかは、不確かなところがある。駅前留学的な「短期速習」で生まれた「ポスト・モダンダンス」は、それでも、十分に興味深いものだった。50年前のアメリカ合衆国の前衛作家たちの試みから、私たちが何を継承し、何を置いてゆくか、それは50年前のアメリカの状況といまの日本の状況とがどう異なるかを参加したダンサーたちが自分の身体を通して問い、また彼らがその相違や違和感から何を発見するかにかかっていることだろう。「非ダンスのダンス」というひねくれが今日、どんな活用可能性を秘めたものであるのか。このプロジェクトのインパクトが、じわじわと今後の日本のダンス・クリエイションに影響を与えていくことを期待する。(木村覚「中島那奈子「トリオ A」「Chair / Pillow」ショーイ

ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクト 「再現」を媒介したダンスの美学的研究の可能性

ング」批評、Artscape、2017年10月、[http://artscape.jp/report/review/10140616\\_1735.html](http://artscape.jp/report/review/10140616_1735.html))

この批評文には、このショーイングを通して私が考えたことがいくつか記録されている。ひとつは、再現することの難しさについてである。今回、このプロジェクトでは、神村恵とともに数名のダンサーがこの再現に挑戦した。神村含めキャリアのあるダンサーたちが、五日間という短期の稽古で成果発表を迎えることになんかの苦勞を感じたと聞いた。『トリオ A』は、五分ほどの作品である。また、批評文に触れたように、日常性を導入し、いわゆるダンスと比べるとダンスらしくないとも考えられてきた作品である。しかし、いざそれを身につけ踊るのに、この作品はダンサーたちを苦しめた。神村は、振り付けをしたレイナーの生理には合っているかも知れないし、そのレイナーにはさほど苦もなく踊られるものかも知れないが、その整理を共有していない他者（である自分）にとって、とても難しいものであったと話してくれた。このような点こそ、「作ることで理解する」この「再現」による研究の実りではないだろうか。これはとくに言えば、ダンサー（見られる者）の側の体験から生まれたものである。

もうひとつの実りは、ショーイングで見た神村の踊りとそれについての神村の感想にある。先に引用したように、私は批評文で「ひとつのフレーズごとに様式の違う動きを連ねながら（例えば、「モダンダンス」→「バレエ」→「日常の動作（足踏み）」を3秒ごとに切り替えながら）、同時にそれぞれの様式のもつ審美性をしっかりキャンセルしていく。それによって「モノトーン」の「流れ」を生み出す。そうすると「非ダンスのダンス」が立ち上がる、というわけだ」とまとめた。このなかには、神村のコメントから刺激をえてまとめたことも含まれているが、パフォーマンスを見ながら「キャンセル」という語と「モノトーン」という語が心に浮かんで来たことを覚えている。『トリオ A』の、短い振り付けが数珠繋ぎになってゆくダンスを見てると、ある振り（例えば A と呼ぼう）とその直後に続く振り（B と呼ぼう）との関係性に興味が湧いてくる。A は続く B に自分の余韻を残さない。両者の間には一種の切断がある。とはいえ、A と B との間に時間的な切断はほとんどなく、その意味では滑らかにつながっている。これを「非ダンスのダンス」と名づけてみたが、「非ダンス」の語に含まれる「ダンス」とは、既存のダンスを指し、これをキャンセルしつつつなげることで、独特の「モノトーン」の「流れ」ができており、これを非ダンスの「ダンス」として捉えたのである。この実りはとくに言えば、観察者（見る者）の側の体験から生まれたものである。

### 再現を創作のために用いること

神村恵のワークショップ「『トリオ A』を研究してあなたのダンスを創作してみよう」が、2017年の12月23日に実施された。再現をめぐるプログラムとしては、このイベントの中核をなすパートである。詳細は、講師を務めた神村恵による振り返りのテキスト（付録1）を参照してもらうとして、ここでは、このワークショップでサポーターも務めた木村によって、このワークショップの考察を行っておきたい（図5 参考動画 <http://www.bonus.dance/creation/49/>）。

前もって記しておくべき重要な点は、このワークショップでは、ロイ・フラーと異なり、研究対象となった『トリオ A』の再現それ自体は実施していないということである。その理由として振り付けの著作権の問題が生じてしまったことは事実であるとしても、再現とその研究を手段として、代わりに神村や私の中で、創作を動機づけ、それによって創作ならびに研究を促進するという狙いがあった。



図5

そもそも、ワークショップとは何であろうか。中野氏を招いて考察したように、ワークショップはその場を創造的なものにするための仕掛けであり、ある仮説的な場を設定することで、参加者の創造的な力を引き出すための場である。その意味で、時にそう誤解されているように、ワークショップは単なる講師の知恵を、身体を通してただ受身的に実践するだけの「お稽古」のようなものではない。

さて、そのようなその名にふさわしい意味でのワークショップは、ただ受講者が活発であるだけでも、ただ受講者が受け身の状態であるだけでもその意義を十分に果たすことができない。受講者が自分の意思を活発に働かせるだけでなく、そこにこのワークショップでないと提供することのできない課題や方法的提案があることで、その意思は単なる個人的な意欲の循環を超えて飛躍することであろう。だからと言って、課題や方法的提案に受け身のまま迫っている状態ではなく、誰もが思いつかなかった地平へと至ることを目標として進める必要があるだろう。

そうであるならば、ワークショップで重要なことは、受講者がある程度課題の前に拘束しながら、課題提供者が個人の想像力の範疇で予想していたことを超えた状態に受講者を導くことである。課題や方法的提案は、そこでは、回答ではなく問いとして機能しなくてはならない。

そこで「再現」を通しての「作ることで理解する」試みは、単にダンスを肉眼で見られるように「作る」こと以上に、そのダンスが内包しているコンセプトや課題意識を掘り下げることであり、そのために「作る」=実際に体を使って試演するのだからなければならない。ゆえにそこで「理解する」内容は、単に振り付けである以上に、そこに込められたダンスをめぐる思考でなければならない。

神村恵がこのワークショップに置いた課題は、レイナーの『トリオ A』から学びつつ、同時に『トリオ A』を否定することである。レイナーには有名な「ノー」をめぐるマニフェストがある。

スペクタクルにノーを  
超絶技巧にノーを  
変身と魔法と見せかけにノーを  
{…}

こうして、既存の舞台芸術が意識的あるいは無意識的に有してしまっているあり方に対して「否定」をもって対峙することで、レイナーは未知のダンスを構想していった。『トリオ A』の中にそうした「否定」の要素が濃厚に入っていることを、この日、神村は受講者たちに紹介した。その上で神村は、この「否定」の方法を積極的に活用し、しかも、その「否定」を今度は『トリオ A』に振り向けたらどんなことが起こるのか、という問いを参加者のために設定した。これは、レイナーから学びつつ、レイナーを否定することであり、否定の実践をもって否定を内包した作品を理解しようとする試みである。

この日の受講者にとって重要なことは、最終的に『トリオ A』を凌駕する「否定」によって生まれたダンス作品を創作することでは必ずしもなかったという点は、注意すべきである。この日のワークショップは、ワークショップについて考え、可能であれば、ワークショップを創作することに向けて考察するためのものであった。両日のイベント全体につけられたタイトルには「サバイバー／媒介者／誘惑者を作るためのトーク & ワークショップ」と副題をつけた。参加者はただ踊れるようになることでも、ただダンス作品が作れるようになることでもなく、「サバイバー」や「媒介者」や「誘惑者」になることを、このワークショップでは求められている。そのために、このワークショップでは主体的で反省的であることが、一般的なワークショップ以上に参加者には期待されている。その意味で、この日のワークショップは、二重のメタ的な側面が含まれていたと言えよう。ひとつは、ワークショップという一過性のプロジェクトがそれ自体として持つメタ性である。ワークショップはそれ自体が課題を仮設し、その課題にその場は仮に乗って見るという試行的・ゲーム的な側面をもっている。そして、ここではもうひとつさらに、そうした「ワークショップ」というものを各人が考察するワークショップという側面も含まれていた。仮説的な課題というものが人をどう動かし、そこから人が何を得るのか、それは舞台上演を鑑賞したり、舞台上演を創造したりすることとどう異なり、その可能性をどう捉えれば良いのか、そうした問いが薄くこの場に漂っていた。

別の言い方をすれば、このワークショップは、受講内容（『トリオ A』研究）を遂行しながら、受講形式（ワークショップ）を反省するものとしてあった。

とはいえ、正直なところ、どこまでこの二重のメタ的な側面を生真面目に受講者たちが受け止めていたのかは判然としない。おそらく、ある程度の理解は共有しながらも、どの受講者も各人思いの目的を抱えながら、ここに集ってくれたのだろう。

受講内容に励みながらも、受講形式に思いを馳せることは、今自分はどんなことを感じているのかを意識しながら、今自分はどんな場に居てそれを感じているのかを意識することでもある。

その反省意識は、このワークショップの受講者に広く生じており、その場できちんと機能していたと信じている。

神村恵はまず、「未知」という事柄をテーマに考察を参加者に促した。「未知」のものの事例を参加者にあげてもらい、さらに「未知」の定義を言葉にもらった。次に、『トリオ A』の映像を見ながら、この作品が「未知」のダンスを目指したものであったこと、そして「未知」なるダンスであるために、レイナーが具体的に、既存のダンス（芸術）の特徴を指摘しつつ、それを反転（否定）する特徴をさらにあげ、その特徴を有した作品として『トリオ A』を創作したと神村は説明を続けた。また神村が『トリオ A』を踊る際に、どんな思考を得たのかについて参加者とその考えをシェアした。

こうしたプロセスを経た後、5人一組のグループごとに分かれて、最終的に1-2分の短い発表

を行う前提で、クリエイションが行われた。この日の4グループの中で、アイデアが重なるものはなかったということは、ワークショップというものを考える上でとても興味深い。あるグループは、レイナーが「ヒューマンスケール」に注目した点に反省を傾けた。レイナー以前のダンス（モダンダンスやバレエ）では、人間（ダンサー）が人間ではなくなる（白鳥になったり、魔女になったりする）ことを理想とした。それに対してレイナーはあえて「ヒューマンスケール」のダンスを構想した。さて、この「否定」をさらに「否定」してみたのが、このグループである。5人が横に並んで手を繋ぎ「上下左右の振幅ある動き」をする。最初はとても小さい動きで、それを最後の五番になると最大の振幅になるようにする。別のグループは、観客やグループ内のメンバーがした動きを真似るというルールで、基本的に時間が進行していく。これは『トリオ A』が小さな動作の連続でありながら、同じ動作を一度も行わない、つまりレイナーは一般的なダンスならば頻繁に行われる「反復」を否定したわけだけけれども、さらにそれを「否定」したアイデアということになる。

側で経過を観察しながら考えていたのは、これらの取り組みは、必ずしもダンス上演というものを前提にしていなくても出てくるアイデアである、つまり、観客が見て楽しさを感じるということの要請に応えないからこそのものであり、しかし、通常の劇場の関係であれば「観客」であるところの参加者は、このダンス創作に嬉々として取り組んでいるということの不思議さである。参加者の中に垣間見えた興奮は、「否定」を再度「否定」したら何が実際生まれるのかという知的な問いが喚起するものであり、しかも、その知的な問いを自分の身体を通過させながら進めているという身体的理解が喚起するものでもあったに違いない。参加者は、自分の身体を動かしながら、同時にそれを観察し、そこから反省し、その内容を半ば演者として、半ば観客として受容するという、大変豊かな状況の中にあっただ。今日の舞台には、優れたダンサーの優れたダンスは登場していない。けれども、どの参加者も、自分の身体動作を内側から味わい、他者の身体動作を外側から味わい、その味わいに満足を得ているようであった。このことが、ワークショップの考察という点で、また「再現」をベースにした創作という課題を探索する点でも、非常に大きな示唆を与えられるものとなった。

集まった参加者の多くは、実際専門的な活動をしているダンサー・振付家や美術作家もいた。そうした理解力の高い参加者に恵まれたことも幸いしていることであろう。しかし、そうではない非専門的な参加者もいたし、その中には7歳の小学生も混じっていた。専門的な活動をしている者もこの「否定」の「否定」に取り組む際には、その力をそのまま使うことはできず、その意味では、全員が同じ地平で、課題と向き合うことができたと言えるであろう。

最後に整理しておきたい。今回のワークショップで、神村は自分が参加した『トリオ A』の稽古と上演によって収穫をえて、その上で『トリオ A』からその本質を抽出し、そこから「否定」の「否定」を通して「未知」のダンスの創作に向かうことで、参加者がそこから別の何かを生み出し、『トリオ A』が提示したものを各自が「作ることで理解する」こととなった。フラーで試みたこととは異なり、ダンスそれ自体の再現はしなかった分一私のプロジェクトではない別のプロジェクトに関わるという仕方では実施したとしても一、別の仕方での「作ることで理解する」ことの試みを実現することができた。

## 付録1

『トリオ A』を研究してあなたのダンスを創作してみよう  
ワークショップを振り返って

神村 恵

実施日 2017年12月23日  
会場 日本女子大学新泉山館  
参加者 約20名  
参加費 無料

ファシリテーター 神村 恵  
サポーター 木村 覚

### 概要

50年以上前に生まれたポストモダンダンスは、ダンス史の決定的な更新を引き起こしました。とはいえ、その可能性をほくたちはまだ十分に使いこなしていないかもしれません。これは、ポストモダンダンスの代表作『トリオ A』を研究し、それを触媒にして、未知のダンスをあなた自身が創作してみるためのワークショップです。きっと誰でも「未来のダンス」を創作できます。

---

「『トリオ A』を研究してあなたのダンスを創作してみよう」というタイトルのもと、ポストモダンダンスの代表的な振付家、イヴォンヌ・レイナーのソロダンス作品『トリオ A』を題材として、神村恵をファシリテーター、木村覚をサポートとしてワークショップを行った。ダンサー、俳優、研究者、美術家、など多様なバックグラウンドの参加者とともに、2時間の中で、「未知」という概念の共有、『トリオ A』についての短いレクチャー、グループ創作、発表を行った。

このワークショップのファシリテーターである神村恵は、2017年10月に京都造形芸術大学において、『トリオ A』の再演に、ダンサーの一人として出演した。レイナー氏の代理として来日したエマニュエル・ブウン氏による5日間の指導・リハーサルを経て、京都造形芸術大学 春秋座において2回の公演を行った。

そのプロセスにおいて、『トリオ A』の振付の細かさ、コンセプトに収まらない個々の動きのフォルムや質へのこだわりが驚かされた経験から、実際の振付のディテールを参加者と共有しながらワークショップを進めることも考えられたが、『トリオ A』を振付家の許可なく上演・指導などをすることは不可能であるため、作品の振付そのものを実際に踊ってみるというプロセスは組み込めなかった。

代わりに、『トリオ A』が生まれた60年代当時のアメリカの時代背景をふまえて、レイナーたちポストモダンダンスの作家たちが基本としていた創作態度に着目し、その態度や思考の枠組みを形を変えて反復することから、創作の糸口を見つけられないかと考えた。

現在では「既知」なものとして消費されつくした感さえあるこの作品から、発表当時は見る者に衝撃を与えたその「未知性」を、再び見つけ出す試みである。

ここから、実際のワークショップ内容を振り返っていきたい。

### 1. 「未知」とは何か？

全員でうろうろ歩き回りながら、参加者に、最近見たものや経験したことの中から「未知」という言葉に当てはまる何かを思い出してもらおう。

挙がったキーワードの例：

宇宙 未来 オリンピック 意外に声が高い人だった 店の酒の菌が見える 無意識にしていた行動（意識的かもしれない） パンダの触り心地 水と鉈物の混合物 何百回もする筋トレ 80万円の罰金があるのに風紀ルールを破る同僚 パートナーの毛抜きの多いこと 知らない食感（プニプニしたデザート） やりたいことがやりたくないことに気づいた（好きなことがなかった）『トリオ A』の手をピラピラする動き 100万円の羽毛布団 いろんな所から来られるんだ！ 読みかけの本の先 etc...

議論された「未知」の定義：

解釈を更新しないとイケないもの 知っていても意識しないと未知である 全く知らないという状態はない 「信じているもの」が裏返ること 既知からずれていること 知らないことを「知らない」と知ること 未知と既知の境目はどこに？ etc...

### 2. 『トリオ A』映像の上映

1978年に撮影された、イヴォンヌ・レイナー自身が踊る『トリオ A』記録映像を見る。

初演から12年後に記録用として撮影されたものであること、レイナーが退院後すぐに体調の悪い時だったため、レイナー自身はこのパフォーマンスに満足していないこと、などを紹介する。（ダンス作品が映像として残されていると、見る側はその映像の中のパフォーマンスを完成形と見なし、振付家やダンサーにとってはあくまでそれは一回のパフォーマンスの記録であり、作品としての「完成形」は別のところにありうる。）

### 3. 『トリオ A』をめぐるミニレクチャー

『トリオ A』について

1966年、“The Mind is a Muscle, Part 1” という作品の一部として、イヴォンヌ・レイナー、ステイブ・パクストン、デヴィッド・ゴードンの三人が同時にソロを演じるという形で初演された。当時のNYタイムスのバーンズによる評では、“total nothingness”だと酷評されるが、現在ではレイナーそしてポストモダンダンスの代表的な作品の一つとして知られている。レイナー自身そして多数の振付家により、何度も再演・再解釈されている。

レイナーの理論家としての側面を紹介。

ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクト 「再現」を媒介したダンスの美的研究の可能性  
イヴォンヌ・レイナー “ノー・マニフェスト” (1965)

スペクタクルにノーを  
超絶技巧にノーを  
変身と魔法と見せかけにノーを  
スターのイメージが持つ魅力と超越性にノーを  
ヒーロー的なるものにノーを  
アンチ・ヒーロー的なるものにノーを  
ガラクタのイメージにノーを  
観客やパフォーマーの関与にノーを  
スタイルにノーを  
キャンプにノーを  
パフォーマーの策略による観客の魅了にノーを  
奇抜さにノーを  
動くこと、あるいは動かされることにノーを

---

1960年代アメリカの時代背景を見ると、公民権運動、ベトナム戦争、女性解放運動、宇宙開発競争など、それまで当然のものと見なされてきた価値観がひっくり返されるような変動が続く時代だった。

芸術においてもその動きは同様で、アーティストたちは、既存の価値観を壊し、新しいかたちの作品を次々つくり出していった。そしてそれは、それら新しい芸術を評価する自分たちの価値観やものの考え方自体を新たに作りかえようとする試みでもあった。

新しいものを作り出すとは、古いもの、既知のものを否定するということと必ずセットである。つまり「未知」を「未知」として認識するには、「既知」のものからのずれや、その否定形として認識することが必要である。

そのことから、「既知」の反転・逸脱が「未知」だと仮に定義すると、発表当時、『トリオ A』では何が実際に反転されているのだろうか。

例：

<バレエ・モダンダンス>

観客を見る

ダンスシューズや裸足

動きの繰り返し

展開の中にクライマックスがある

動きに強弱がある

ダンサーの特権的な身体

統一された動きのスタイル

※実際は、かなり緻密な身体コントロールが必要とされる。

<トリオ A >

観客を見ない

スニーカー

繰り返しが無い

クライマックスがない

すべて均等なエネルギーで行う

日常の身体 (※)

複数のテクニック、スタイルのコラージュ

『トリオ A』が既存のダンスの価値観を反転させて、そのアンチとして作られたように、『トリオ A』で採用されている方法を、さらに反転させてみると、それはさらなる未知を生み出すだろうか。既知の何かに戻るのだろうか。

#### 4. グループごとに分かれて作業

- ・ノーマニフェスト
- ・美術との比較チャート
- ・『トリオ A』自体

以上3つのどれかをもとに、それらの中で否定されている項目を確認し、そのうちのいくつか(全部でもよい)をさらに否定する。それらの条件をもとに、グループで5分以内のパフォーマンスをつくる。

#### 5. 発表

5人程度のグループごとに発表・鑑賞する

##### グループ A

手をつないで、端の人から腕を介して隣の人に動きを伝えていく。上下左右の振幅のある動き。動きの大きさを、段々小さくしたり大きくしたり、変換しながら端の人まで伝えたら、端の人は反対側に回り、新たに端になった人から次の動きを行う。ローテーションが一周したら終了。  
コンセプト：ヒューマンスケールを拡大して、何人が連結して身体を拡大。盛り上がりをつくる。

##### グループ B

椅子を中心に置いて、それをあがめるような動きを行い、観客を引きずりこみ、最後に大げさなポーズを決める。  
コンセプト：場の中心をつくる、観客と関わる、盛り上がりを作るなど、『トリオ A』で否定された要素を、全部をひっくり返した。

##### グループ C

観客を中心に集め、部屋の四方でそれぞれ動きを行う。  
寝ているところから起き上がり、徐々に動きが展開し、部屋の外に出ていくまでを、それぞれのベースで進める。  
動きの種類は、日常動作でも、ジェスチャーでも、ダンスでも、自身の判断と責任で行う  
コンセプト：舞台の正面性をなくし、なるべく引き延ばした時間でクライマックスを作る。

##### グループ D

ロビーにて行い、観客は立って鑑賞。  
観客やグループの誰かが行った動きをコピーする。  
途中静止する場面をつくる。動きながら徐々に隅の廊下の方に消えていく。目を合わす。  
コンセプト：劇場的な客席をつくらない。「静止」という盛り上がりをつくる。パフォーマー同志や観客と目を合わせる。

### 総括・反省

短い作業時間の中で、グループごとに活発なやり取りが行われ、それぞれ異なる視点から、バリエーション豊かな作品が生まれたことに驚かされた。「未知」というキーワードは参加者のバックグラウンドに関係なく取り組めるものであったため、ダンス経験者もそうでない人も、平等に作品制作に取り組める条件・入口を設定できたのではないかな。

これらの試作品を見た参加者はどう評価するのか、おもしろいと思うならそれはなぜなのか、などの自分たちの美的判断についての議論を行う時間もあればよかった。

また、価値の反転の反転、ということを考えるとき、最初の反転において想定されていた関係とは別の、複数の反転の仕方が考えられる。

#### <反転の反転の例>

赤い→黒い→白い

黒い→白い→水玉模様

白い→黒い→透明

速い→遅い→静止

女性→男性→鉱物

このように、反転を繰り返すことで、最初の反転において想定されていた関係とは別の関係を作り出すことで、作品について考える際、さらに思考を飛躍させることもできたかもしれない。

## 付録 2

「映像にはダンスの何が写っている／いないのか？」

濱口竜介と考える映像とダンスの関係・映像／身体を媒体に生まれる社会の形」

座談会の記録

木村 覚（文責）

2017年12月23日に、日本女子大学目白キャンパス（新泉山館）にて、「サバイバー／媒介者／誘惑者を作るためのトーク & ワークショップ『トリオ A』と「ワークショップ」を研究して次の世界を生きる」と題するイベントの1日目が開催された。以下のテキストは、その際の Part 1 「映像にはダンスの何が写っている／いないのか？ 濱口竜介と考える映像とダンスの関係・映像／身体を媒体に生まれる社会の形」の記録の一部である。

ここに収録したのは、このセッションの後半にあたる部分である。前半では映画監督濱口竜介が単独で同テーマに関する講演を行い、その内容は、雑誌「ユリイカ」（2018年9月号）に掲載されたので、ここでは割愛する。

このセッションは、ダンスを再現するという本研究において、映像というものが非常に重要なポイントを有していることに端を発している。これまで映像は、ダンスを再現するに際して大きな貢献を果たしてきた。その一方で、映像ではダンスは記録されないという意見が、根強く主張され続けているのも事実である。とくに舞台芸術分野の専門家たち（振付家、ダンサー、ダンス批評家、ダンス研究者など）はそのような否定的見解を持つ者が多く、積極的に映像を自分たちのダンスの分析や創作に用いる者は多いとは言えない。結果的にダンスの分野では、映像を純粋に記録物として、上演を肉眼で見た者に劣る、二次的なものとして理解している場合が多い。とはいえ、私たちが映像文化の只中に生きているのも事実である。そして、ダンスの瞬間は、しばしば映像に残されてきたし、私たちはそれを肉眼で見たことがなくとも、十分にそのダンスのエッセンスを感受したという思いに至る。数々の映画の中でのフレッド・アステアのダンスはその一例であろう。

では、映像によるダンスの再現においては、何が写り、何が写らないのか。いや、この問いでは不十分だろう。なぜある映像ではダンスは不十分にしか写らず（ダンスがここに写っているとは思えず）、別のある映像ではダンスが写っていることに人が疑いを挟まない、ということが起こるのであろうか。

濱口は短い講演の中で、場の成立という点からこの問いに答えていった。映画館や講演の場では、人々が集まり一つの出来事に集中する。そこには多数の意識が織りなす関係性の束が生じる。濱口はこの関係性の束を「場」と呼び、この場は日常のどこにでも生まれうるものであり、ダンサーとは極めて濃密な場を立ち上げることのできる者であると定義した上で、重要なのはこの場が記録されるかどうかにかかっているのではないかと指摘した。映像にダンスは映るのかという問いは、映像にその場を写す力はあるのかという問いと言い換えられる。もちろん、その場自体をカメラが写すことはできない。カメラはその場の経験の主体（観客の誰か）そのものではなく、一つのボディを持つ存在である。そう断った上で、濱口は映像には素朴にその場が映っているわけではないとしても、映像に映ったダンスがあらためて場を立ち上げるということは起こりうると述べた。

濱口がポイントにしたのは「呼応」である。砂連尾のダンスを写した『Dance with OJ』（濱口竜介）を見た後で、ダンスが写っていると感じる映像には、共通に「呼応」を感じると濱口は指摘する。彼はそれを「呼応のダンス」と呼んだ。何かと踊っているタイプのダンス、寄せては返す波のような、アステアとロジャースのダンスはそれ自体が呼応のダンスである。二人の間に感情の交流というものが感じられる。互いが互いから受け取ったものを表現している。そのとき、彼らの間に「場」が生じているというのである。大野一雄の場合、大野の肩が揺れると鳥が飛び立つといった大野と世界との呼応とでも言えるようなことが起きている。そのような呼応が記録されている場合に、映像のダンスは見る者にダンスを感じさせる力を有すると言うのが濱口の見解であった。

以下は、こうした短い講演の後に引き続いて行われた座談会の記録である。登壇者には、濱口のほか、振付家・ダンサーの砂連尾理、本学教員の川崎公平が加わった。

**木村覚** 濱口さん、ありがとうございました。濱口さんから「呼応のダンス」という言葉が出ましたが、濱口さんと砂連尾さんとの関係という話もそこに含まれているんだと思います。少しここから砂連尾さんに、映像のことでいいですし、それ以外のことで構いませんので、お話いただけたらと思います。

**砂連尾理** 僕と濱口さんは2011年の震災の年に仙台で、『東北記録映画三部作』の『なみのこえ』を撮っている時に初めてお会いしました。その当時、私は全く彼のことを知らなかったんです。彼は映画を撮るためにマンションを借りていて、僕もそのマンションを共同で借りていた人のところにちょうど泊めてもらっていました。そこで濱口さんと酒井耕さんという方に初めてお会いして、ちょうどその時テレビで『トトロ（となりのトトロ）』が流れていたものですから、トトロに出てくる大きな人と似ているなという印象を受けました。

まず、僕自身がダンスを始めたことに触れたいと思います。僕は19の時にダンスを始めたのですが、実際ダンスをやりたいとダンスをやったというよりは、自分の満たされない何か、その当時は違う言葉で思い浮かんでいたかもしれないのですが、「体のリアリティ」を感じるために、今まで自分が一番アクセスしようと思わないことにアクセスすればなんとか手がかりが得られるんじゃないかということでダンスを始めました。つまり、自分が踊りたくて始めたわけではなかったことが、僕のダンスのスタート地点です。なので自分がダンスをやる上で、ダンスを成立させるためには一体どうしたらいいのか。自分自身が踊らされる関係を考えないではダンスというものができなかつた、ということがあったと思います。その時に最初に一緒にダンスユニットを組んだ方が、寺田みさこさんというバレエ出身のダンサーでした。彼女は非常に優れたクラシックバレエのダンサーで、僕は小さい頃からダンスをやっていたわけではないですから、全く身体のコテキストが違う人間同士がどういう風に関わることによってダンスが成立するか、ということを考えながら彼女と16年も活動を行っていました。

彼女との活動のプロセスの中で自分がどうやって、何を表現するかと同じくらい、ほとんど無意識的にどのように関わっていけばいいか、ということを考えていたのだと思います。それが後々にダンス以外のことをやろうと思うことに繋がり、実際に行ったのが合気道でした。やはり何か関係性の中から自分の身体というものの位置付けや意味付けをしていくということは、僕にとっては普通になっていったということだと思います。先ほどの佐々木大喜さんとのダンスに関して言うと、

彼は震災後ほとんど眠れなくなっていると、大喜さんのお母さんから聞いていたものですから、非常にその時も繊細に関わらざるを得なかった。僕が何か意図的なことをすると彼は動きを止めてしまうんですね。自分が彼の何に引っかかってしまうのかは分からないんですよ。その彼との中で関係を継続させていくために、あまり彼を見ていなかったような気がするんですよ。踊っているんですけど、彼を見ているというよりも彼の周辺の空気のピリピリ感と寄り添いつつも離れ過ぎず。離れ過ぎても彼の動きが止まるので、そこを越えても止まってしまうという部分を探りながら彼と関わり続けた。濱口さんと映像を撮る時に言われたことは「100年後の自分に向けて踊ってください。ハハハ〜」と言われたことは覚えています。もちろん濱口さんの目も気にするんですけど、カメラマンである北川喜雄さんの視線、彼の意識、息遣いというものが、敢えて言うと、自分とは違うコンテクストとして気になりました。その北川さんとダウン症の大喜さんがどのようにしてしまうと止まってしまうか、ということを探りながら踊ってました。つまり「踊ってください」と言われて自分だけが踊るということはあまりしなかったような気がします。僕と濱口さんとの出会いからここに至るまでの経緯をお話しさせてもらいました。

**木村** 濱口さんから何かコメントありますか？

**濱口竜介** 砂連尾さんが言っているダンスは映像を見ても場を立ち上げるようなダンスだと僕は思っています。それを撮るこちら側がどうしたらそれが映るのか、ということを考えると、抽象的ですが、カメラと直接関係を結んでもらう、カメラと踊ってもらうということです。北川喜雄くんは『ハッピーアワー』という映画に砂連尾さんにも関わっていただいた作品のカメラマンでもあったので、北川喜雄くんと砂連尾さんは知った仲。砂連尾さんは受け入れてくれているし、僕も喜雄くんも尊敬とか信頼というものを砂連尾さんのダンスに対して抱いている。そういう関係性の中で、踊っている。その場を記録するということがあるとすれば、カメラと被写体がどのような関係性を結んでいるかということは、これは間違いなく記録をされてしまう。時にはそこに齟齬があったり、こいつの前では踊れない、というようなものがあつたとしたら、先ほども言った記録の力というものによって、恐らくは場が立ち上がっていないということ自体が記録されるのではないだろうか。ダンスが映らないパターンとして、そのことがとても多いのではないだろうか。カメラとダンサーとの関係性が出来上がっていない時、おそらくダンスが映らない。ダンスというか場ですね。先ほどの話で言うと、場そのもの、カメラとの関係性との間で場が生じていないということが映ってしまうという感じなのではないかと思います。

**木村** ありがとうございます。今登壇している4人で打ち合わせをスカイプ使って二週間くらい前にした時、この話題が出て、とても興味深い話だと思ったんですね。と言いますのは、私は比較的映像の側というよりはダンスの側で今話を聞いているんですけど、振付家やダンサーの方が映像に自分のダンスを残す際に、この「カメラマンとの関係」ということを意識して創作するということが、あまりないかもしれないと思うからです。彼らがダンスを映像に残す場合、公演の記録として固定カメラで引き気味のショットで収めることが多いですよ。そうすると、それは純然たる記録となり、三脚にカメラが置いてある状態なのでカメラマンの存在自体がほとんど意味を成していなかったりする。しかし、意味を成していないことがいっぱい意味を派生させていて、映像の中にダンスを発生させない原因にもなっているかもしれないわけですね。そういうところは具体的

なヒントとして、考えられることかなと思います。

砂連尾さんが先ほど大通りの真ん中で踊っている時に、カメラマンというものはどういう風に砂連尾さんの中に意識化されていたりするのですか。またはあまり意識されずに踊っていたのですか。せっかくみんなで見た映像なので、今の映像に絡めて何かありましたら、聞かせていただきたいです。

**砂連尾** カメラマンの北川くんの存在はかなり意識して、何と表現したら良いのか分からないのですが、本当に視線が愛おしくて。そういうことを言ったらロマンチックな言い方になっちゃうな。僕が舞台人として弱いところかもしれませんが、「では、今からダンス踊ります。はい、見てください。」という感じよりは、大阪の人間でもあるので、「今日はみなさんほんまにね～、暑いな～。東京暑いな～。」みたいな感じで、こういう空気を作った中で、今日はどんな空気なのかなという前提がないと、どうも踊れない。僕はどちらかというところエージェンシー的に振る舞ってしまうというか、自分の中でそれは非常に意識的であったと思います。アイデンティティをこの場によって立ち上げるといよりは、何か代理人みたく、エージェンシーとしてこの場で誰かと誰かを繋いだり、ということの方にどうしても意識が向いてしまう。あの映像のダンスでは、僕が喜雄さんを見ますが、上から見たら僕と喜雄さんとの距離はこんな感じなのかな、そんな感じのことを往復しながら、あの場にいたような気がしますね。

**木村** ありがとうございます。ダンスを見る時に、僕はそこに発生している関係性を見ているような気がいつもしているんです。それだから、関係性がないがしろにされていると辛くなってくるんですね。退屈になったり、眠くなることまではないのですが、見ていることがすごく苦痛になっていたりします。もう亡くなってしまったダンサー、室伏鴻さんという舞踏から派生したダンサーの方がいて、例えば彼は突然背で倒れるようなことをやったりします。そうした瞬間に床と彼、音と彼の関係が突然発生したりするんですね。あるいは突然すごい集中していたかと思えば、観客に向けて喋り始めたりするんですね。そうすると、彼の存在と言葉、音声との関係が発生し、同時に観客との関係も発生したりする。彼は何かと自分との関係を不断に発生させながら、空間をどんどん変化させていくというダンサーだったと思うんですね。ダンスという運動と直結してしまうから、振り付けの形とか躍動とか、すぐにそういう話になりがちなんですけど、関係が各所に発生し、そこに緊張が生まれる。そこにリズムが起きているような気がするし、そうなると見逃せなくなり、見るということが止められなくなってしまう状態になるわけです。僕にとって肉眼視する対象というものはすべからずそうした関係性なので、映像の中にそういうことが発生した時に見逃せなくなってくるんだろうなと、濱口さん、砂連尾さんのお話で改めて感じました。では、川崎公平さんからもここで自由な立場でお話いただきたいです。

**川崎公平** 僕はダンスは完全に素人なので、映像しか見ない立場から、率直に考えたことを言いたいと思います。最初に濱口さんが「呼応しているのを感じた時にダンスが起こっている。場が起こっている」とそういう言い方をされたのですが、これはまさに濱口さんの映画の話だと思うんですね。濱口さんの映画というのは、まさに人間関係でもいかに呼応し合っているかということ、フィクションにしる、ドキュメンタリーにしる、撮っていて、しかもそこにカメラが介入した時にどういう変化が起こるかということの色々やってこられた映画作家だと言えらると思います。なので

ダンスと映像との関係に対する考え方というのは、濱口さんの映画の色々な関係と関わりあっているのだらうと思いました。

濱口さんの映画から今の映像と話を繋げたいと思います。濱口さんの映画は色々な映画があるのですが、登場人物たちがどうでも良いことを喋っていることが多いですね。砂連尾さんと関わり始める前までは、濱口さんの映画は本当に言葉の映画で、語り合うこと、喋ることが映画の中心にありました。しょうもないことを喋っている映像をずっと見せられ、そのうちいつの間にか関係性に変化していて、登場人物の一人が怪物みたいに、信じられない突拍子もないことを起こしてしまう。それまでの喋り合いを見ているから、ありえないようなことだと思うのですが、起こるかもなという気もするんですよね。濱口さんの映画を見た方はお分かりになると思うのですが、そういうところがあるわけですね。

先ほどの映像は初めて見たのですが、ずっと同じカメラポジションでワンショットの持続ですよ。完全に主観的な感覚ですけど、砂連尾さんが消えていくような、空間の中に溶けていってしまうような気がしました。ちょっと寄り道しながら話すようになりますが、ライブ、生でダンスを見る場合は、ステージの有限化はあるのかもしれないですけど、空間が広がっているからこそ、ダンサーばかりを見てしまうということが、数えるくらいしか生のダンスを見てない私の個人的な感覚であります。有限化されていないからこそ対象ばかりを見てしまう。人間の視線の不平等性、自分の関心のあるものばかりを見てしまうということが、生だからこそ起こるということがあると思います。逆に映像の方はフレーミングして有限化すると共にその中のものを全て等しく映しとる。映画の研究の中でいろんな形で言われてきたことですけど、だからこそ対象以外のものも、浮き上がってきてしまう。背景にあるようなものや、木の枝のひとつに鳥が止まっているところにすごく目がいってしまったたりすることが起こる。フレーミングしてあるいは現実から切り離されて観客という切り離された側から見て、だからこそこの空間の中での関係性というものを改めて受け取ることができるということが起こるのかなと思います。先ほどの映像を見ていると、だんだん全てが平等になっていく感じがする。そういう持続の仕方なのかなと思いました。

あと、これも私の個人的な感覚なのですが、音楽がかかり始めた時に、私は集中力が途切れてしまって、砂連尾さんの踊りをうまく見れなくなってしまったんです。その辺りから画面全体がふわふわして、その後音楽が途切れますけど、さーっとふわーっと消えていく感覚になったんです。作り手にそういう意図を聞くことは、つまらない感じがするんですけど、あの音楽ってどういう感覚で付ける気になったのですか？

**濱口** この音楽と音楽が消えるということに関して言いますと、僕も同じことを感じました。この映像は8分なのですが、砂連尾さんには22分踊ってもらっていました。22分ずっと見て居られて、それをずっと流していたいと思うくらいでした。実際にあの場面のカラー画も撮っていて、砂連尾さんを消してみるということもしたんですね。砂連尾さんが踊っているのと砂連尾さんが十分遠くに行った時にディゾルブをかけて砂連尾さんを実際にフワッと消えたようにしてみました。8分という長さにする時に、何がしかその22分に自分が感じていた強烈な感触を移植したいということがありました。フィクションとしてどうやって凝縮していくかということを考えていました。そのように砂連尾さんを一回消してみたこともあったのですが、それでは場が起こらなくて、自分が感じていたことが無くなってしまったと感じました。

音楽をかけたのは2つ要因があって、ひとつは22分の中で音楽が聞こえてくるような気がしたん

です。音楽がかかった方が見易いという方もいると思うんですよね。映像の中で砂連尾さんがいたのがビビットに動くというわけではないので、見辛いと感じる方もいるかもしれない。そして音楽がかかったときに急に見易く感じる人もいるかもしれない。ただその音楽は3分くらいしかないので、途中で終わってしまうんですけど、その時に砂連尾さんのダンスを見辛いと思っていた観客にとって見易いものになっていると良いなど。その間にこの映像の見方がある種学ぶというか、凝縮したような形でこの映像との接し方を見つける時間になれば良いなどということをやっていました。なので僕自身も砂連尾さんが風景と溶けていくような感触というのは強く持ちながらやっていました。

もうひとつはたまたまこの音楽はこの撮影をするために公園に向かうタクシーでラジオがかかっていた、良い曲だなと思ったんですよね。インターネットでその曲を購入し、映像にはめてみたらバッチリ合った気がしたということがあってですね、そのことに縁を感じてやってみました。ある種フィクションとしての胡散臭さが加わるなことも肯定的に感じました。

**木村** 音楽のリズムとかが入ってくると砂連尾さんの動きのある、断片2秒3秒くらいにまさに呼応関係というか、この音楽で踊っているかのように見えてしまう部分とか、あるいはそういう風に見えたから監督があるいは誰か制作する側がこの音楽を採用したのかな、など色々思惑を広げることができるんですよね。そういうのも含めての「胡散臭さ」なのかもしれないですけど。川崎さんいかがですか。

**川崎** そうですね、そういうことだと思います。胡散臭さというのは重要ですよ。濱口さんの映画もすごくドキュメンタリー的だと言われることもあると思うのですが、胡散臭いですよね。作り手がやはり介入するということに対してすごく意識的な人なので、その場にカメラがあるということが、ダンサーであればダンスにどういう影響を与えるかということをもっとよく考えながら作っているのだと思います。あのカメラポジションも、空間の中に溶け込ませようと思っているポジションだと思うんですよね。手前に草が揺れている中で踊らせようという。

今砂連尾さんのお話を聞いてすごいなと思ったのが、「カメラが愛おしい」と仰っていたことです。これは珍しいですよ、普通に考えたら。これももしかしたら生と映像との違いの話になるかもしれないんですけど、カメラがあるってやはり恐ろしいことで、普通は愛おしいなんて絶対に思わないですよ。例えば似たようなことを研究者的立場で言うと、ベンヤミンが「舞台と違い、映画の方はカメラと作り手の目がある種試験官の目となって、俳優はそれに向けて演技をする」というような言い方をしていました。ある意味で言うと、作り手の側に自分のダンスが決定されてしまうということもあると思うんです。だからこそ、ダンスと映像との微妙な関係が生まれたりもすると思うんですよね。そういうことを砂連尾さんは感じないんですか。

**砂連尾** 濱口くんの話を聞いていて、消えたらと言う言葉は綺麗ですけど、殺しに来てますよね。殺しに来ているのであれば、どうぞ殺してください。どうせ殺すのであれば、徹底的に殺してくださいと思ってます。そういうことを徹底的にやってくれるので愛おしく感じます。それは僕が合気道をやっているかもしれないです。合気道で手を相手の頭に振り落として、それを紙一重で躲すと言う技があるんですけど、怖がると頭に当てられないですよ。正中線を狙えないと言いますか。これは一番良い練習ではなくて、どうせやるのであれば、頭に命中させて良い、殺してくださいと言

うくらいの練習でないと良い練習にならない訳ですね。彼がそういう視線で僕に殺しにかからなければ、僕はそこに存在できないだろうという感じは強く思ってしまう。そこで中途半端に関わられたら、また違った表現になります。相手との関係で僕はそう突きつけられるからこそ突き返せる。そういうことがあった時に、殺しに来てくれているのか、と愛おしさを感じました。ちょっと変態チックだとは思いますが。

**濱口** 大野一雄を撮ったダニエル・シュミットという監督がインタビューで「カメラというのは吸血鬼みたいなもの。血を吸って自らの力にしてしまう。」という話をしていて、「でも中には喜んで血を差し出す変わった奴もいるけどね。」ということを書いていて、砂連尾さんはそういうことなのか。砂連尾さんにはよく「濱口くんはまるで泥棒だね。」ということと言われるんですけど、それは間違いではないというか、北川喜雄という優れたカメラマンと砂連尾理という優れたダンサーがコラボレーションしたものをなぜが自分の署名を付けて出すということにおいては、本当に泥棒のようなことをしているなと思いがちです。

**木村** 場を立ち上げるということを発端にして投げられた話題なので、なんとなく穏やかな話になってしまうのか。仲良くするとか、空気を保つとか。しかしそういう簡単なことではなくて、殺し合いだったり盗み合いだったり、そういうダイナミズムが背後にあるという話に至りました。もうちょっとこのベクトルで話してみたい気もしますが、映画の問題としては、十分お話を聞けたようにも思っています。例えば砂連尾さんのダンスの映像って見ようによっては僕は「踊ってみた」の映像にすごく近いと思っています。「踊ってみた」の映像の僕が思う一つの特徴は、公園とかでよく撮っているんだけど、シンメトリーを強調するんですよ、どこでも良い場所なんですけど、そこに舞台を設定するためなんだろうが、シンメトリカルなカメラ配置をして、そうするとギュッと空間が引き締まり、真ん中に見る者の視線が集中する。そういう作りを一瞬感じてしまったりしました。濱口さんがそんな単純な細工をしているとは思わないんですけど、ニコニコ動画などでダンス動画を配信する「踊ってみた」の人たちも比較的ワンショットが多いし、そういうシンメトリー構造を強調した映像でダンスが記録されていたりする。さらに別の角度の話で言うと、こういうワンショットではない、切り刻んだようなダンスの映像というのはいっぱいあるわけですよ。マイケル・ジャクソンのミュージックビデオなどはそういうものの一つの発端だと思いますが、切り刻まれた映像も私たちにとってはダンス映像だったりしますよね。持続という話とかそこから消えるという話とか、そういうものが持っているワンショットの力みたいな話としてはかなり面白くまとまりつつもあるのですが、あえて違う角度のそういう点について話してみようと思います。殺しにかかるという話で言うと、本当に大胆に殺していくみたいなそういう作業だと思うのですが、その辺りの映像とかについて濱口さんの思うことがあったら聞かせて欲しいです。

**濱口** これは本当に難しい問題です。僕は必ずしもダンスを撮る人間ではないので、普段はカットを割って撮っていくのですが、この原稿を考えている時、基本的にはお見せしたいショットはワンショットでした。それは選んだ訳ではないんですけど、結果的にそうだった。そういう風にして優れたダンサーのもの、そして砂連尾さんのものもワンショットだったりして、そういうものに結果的に偏ってしまった。ただ、いたずらにカットを割ってしまう、例えば『シカゴ (Chicago)』とかミュージカル映画を見ていると結構カットを割っている。昔のミュージカル映画のようではなく

て、カッティングのリズムによってある種のダンス感みたいなものを、言い方が悪いですが、捏造しているように見える。実際に起こっているダンスは必ずしも大したものか、そうでないかも分からないのですが、大したものではないのではないかと感じてしまう。そのようなカッティングになっていて、僕個人の感覚としては、少なくともダンスを映すならカットを割る、ある素晴らしいダンスが立ち上がっていて、カットを割る理由があるとすれば、そのダンスが見えないから割るというモチベーションだけはありえると思います。高速的なカッティングみたいなものと、ダンスそのものを伝えるために写す、ということは両立しないのではないかと気がしています。結局カメラがひとつの時空に対して複数あるということは観客の体が引き裂かれていくような体験になると思うので、ダンスを映すならカットはよほどの理由がない限り割らない方が良いのではないかと、という感覚を私は持っています。カットを割ることは一切否定をしないのだけど、何か場を再構成したり、ダンス的なものを与えるために、カットを割ることは問題ないのだけど、優れたダンスを撮ることが目的ならばカットは割らない方が良いのではないかと、と僕個人が現場で何か実践するときは判断すると思います。

**木村** ありがとうございます。この流れで川崎さん、砂連尾さんにもこの質問をしてみたいです。さっきベンヤミンの名が出てきましたが、アウラの喪失みたいな話は、カットなど「切断」ということがとても大きいと思うんですね。ダンスに限らないかもしれないのですが、映像が躍動するとか、そういうこととカットの関連など、そういうことについて聞いてみたいです。

**川崎** 一般化して語ることは難しいことかもしれないですね。編集が入っていてもこれは良いと思うものも当然あると思いますし、これではダンスが消えているなど思われることも当然あります。ある種の普通の価値を普通じゃなくエクストラオーディナリーなものにする。そのエクストラな部分がどこにあるのか、という問題な気がします。編集によって、生のダンスと映像のダンスは当然違うのだから、映像のその特性を利用してダンスというものを拡張しましょう、という表現はたくさんあります。例えばスクリーンダンスみたいなもの。ショットとショットを繋げていけば、新たな価値みたいなものが生まれるでしょうというような。これはエイゼンシュテイン的だと言ってもいいかもしれませんが、一方にはそのような考え方がありうる。もう一方で濱口さんの考えで言うと、元々のダンスがすごくエクストラオーディナリーなのであれば、そのエクストラなものを記録するためには映像によるエクストラな価値付けは不要、余計ではないのか。それこそダンスのエクストラな部分が映らないんじゃないのか、という感じかなという気がしますね。

**濱口** 今思い出したのはゴダールです。砂連尾さんとも平倉圭さんの『ゴダールの方法』という本の読書会を行ったりしました。僕は読書会をやりながら、ゴダールはある種のダンサーだったのかなという結論に達しました。ゴダールの映画において、非常に細かいカッティングが成され、ただ同一の対象を捉えているわけではなく、そこに全く関係のない音楽を付けたりして、構成をしていく。そうした時に、動いていない静止体がまるで動いているかのように、生命力みたいなものも感じたりします。それこそエクストラのようなものかもしれないのですが、編集によって映像制作者自体がダンサブルに振る舞うことは大いにあるような気がするんです。それがダンスとうまく融合するのか、というイメージが中々掴めない。むしろたくさん流通しているのはそちらだったので。

**木村** ゴダールの話になっても良いのですが、ゴダールに限らず、映像が踊っているというか、映像を踊らせるという話もあります。舞台上でダンスを見たり踊ったりしている人たちが、中々持てない感覚というのが、映像を踊らせる。つまり自分が踊らない、踊り手は人間としていないかもしれない。でも映像が踊っているという状態をダンスとして捉え、自分のコレオグラフィーとして発想するというクリエイションがもっと起きて良いですね。実際は起きているんだけど、とりわけ舞台芸術から発信するものについては及び腰になっているなという気がします。例えば、ジンジャー・ロジャースのダンスもステップの足音がどこまで生なのか付け加えているのか、ダニエル・シュミットの水の音の話とか、やはり音楽のことであるとか。かなり加えたり減らしたり、そこで起きることっていうのはたくさんあるわけですね。単なる場の再生ではなくて場の立ち上げ直しなんだ、というお話はすごく創発的なところがあるなと思って、そういうことを僕らはもっと考えたいなと思っているんですけど。

ちょっとひとつ手前に戻って砂連尾さんに聞きたいです。映像に自分の講演を残したりしますよね。例えば『とつとつダンス』のフルレングスでかなりのボリュームの映像を私は見せてもらいました。砂連尾さん、あのような時に、自分の公演を映像化する際気をつけていることはありますか？先ほどはカットが多くなっていくとダンスが消える可能性があるよね、という話が出てきたりもしましたが、自分が踊ったものが映像になって編集されるという時に何か気づくこととか、そういった類のことをお話いただけますか。

**砂連尾** 僕がベルリンから帰ってきてからの『とつとつダンス』、『猿とモルターレ』という最近の作品を木村さんには見ていただきました。『劇団テイクバ+循環プロジェクト』に関して言うと、その記録映像をその日に来た観客に舞台上に上がって撮ってもらうという撮り方をしました。プロのカメラマンは居なくて、できるだけ子供を狙って撮ってもらうような撮り方をしました。あるいは、『とつとつダンス』で言うとひとつのダンスに関してそのプログラムと並走してくれる人に最終的に映像を撮ってもらう。先ほど濱口くんが言っていたような、舞台と見ている人との断絶していないような、あるいは初見だけどついつい全部撮りきれないけど撮ることを必死に追おうとする身体性を持つような人に撮ってもらうようなことを意識していたかなと思います。ではなぜ、舞台をやりながら映像に対してそういうことをやるかと言うと、もうひとつ嘘をつきたいんじゃないかなという気はします。僕は舞台に出てるが故にだと思うのですが、客席に座って全てを演出しているわけではないので、関わっているみんながある種のフィクションを作りあう関係、共犯関係にいる時に舞台というものに何か可能性があるんじゃないかなと思います。その嘘をいっぱい作りあうような関係に作品の可能性を感じているのかもしれない。そのために映像というものを僕自身が利用しているのかもしれないですね。

**濱口** 自分が言ったことの訂正ではないのですが、ダンスのカットを割る割らないの話に戻らせてください。ワンカットでやると何が良いかと言うと、本当にすごかったという証拠として強い、ということだと思うんです。単純に全くカットされていなくて、本当にこれはすごいダンサーなんだっていう証拠として一番強いというだけであって、感じる感情とか高揚みたいところは実のところはカットिंगを重ねていたり、音楽を加えていたりすることによって、遥かに増幅できるのかもしれない、嘘をつけるのかもしれない。ただ、それがダンサー、ダンスとして優れている

という証拠映像として成立しづらいということだと思います。だから嘘と一緒に作っていきましょうというダンサーがいればもっと面白くなるのかもしれないですけど。

**木村** 何があったのかということ証言してくれる映像としてのベクトルを重視するのか、一緒に嘘をもう一回つきたいという砂連尾さんの先ほどの発言は面白いのですが、そのもう一回をどういう風に再構成していくのか。明日まで続くこのBONUSのプログラムは、社会の形を作ることと、ダンスを作ることが何やら関連しているはずだし、そのことを掘り下げることがワークショップというものを考えたり公演というものを考える上で非常に重要なんじゃないかということが発端にあるんですね。今話に出てきたことでいうと、作り事とかフィクションとか立ち上げ直しというところにある、社会作りとかいうか、3人集まれば3人の作る社会があるだろうし、でも3人の社会が場を温めてしまうと、そこに新たに入る人はその社会に阻害されますよね。さらにそういう人も巻き込んでいって、リビルドしていく運動体と言えいいのかな。そういうものが人々の中にイメージとしてあることがすごく重要なのかなと、今色々考えました。もう一言ずつくらい何かあればお話し聞かせてください。

**川崎** ダンスを撮る側と撮られる側の色々な関係性や共犯性みたいなものが社会を作ることと結びつくという話について、私の立場からすると、その社会にダンスの映像を見ている人はどう参入できるんだろうということが新たに出てくる問いかなと思います。

**木村** すごく重要なポイントなんですよ。観客ってじゃあ何者なのか、という話だったりして、コミュニティで何かを作っている時、どんどんその場が盛り上がるかもしれないけれど、観客ってある意味で一番置いてきぼりになっていて、最後にその場にちょっとに立ち会う人。だいたいおいしいものは映像に残ってなかったりするじゃないですか。映像の外ですごい大事な話やセッションが本当はあったりして、僕は公演を見る時はすごくそういうことを思うんですよ。リハーサル見ていた時にあんなに面白かったと思っても、本番を見る時にはリハーサルの10分の1みたいなものを見ているような気がするとか。日常的にダンスと付き合う時には、ある意味では疎外感を感じる時もあります。私がBONUSをやっている理由でもあるんですけど、もっと作家の人と接したいとか、本番だけが上演だけと思いたくなとかあったりします。

ちょっと話がずれてもいるので、残りの時間を少し開いた形にしたいなと思っております。最初に話した通り、今年度のBONUSのプログラムは砂連尾理さんと、神村恵さんと、篠田千明さんの3人に協力者になってもらっています。神村さん篠田さん何か今話している話にコメントとか質問とかあったら聞かせてもらえますか？

**篠田<sup>55)</sup>** カットを割らないという話でOK Goのミュージックビデオをどう思っているのかなと気になります。OK Goはカットを割らないことすごい練習しているんだな、とこちらも共有できるじゃないですか。あれはどうお考えなのかなと思います。

**濱口** OK Goは何度かしか見たことがないのですが、ワンショットで驚くようなものが映っているということがどういうことかと言うと、練習しなくてはそこまで絶対にできない。例えばそのワンショットが5分であったりするのかもしいんですけど、5分の中にもしかすると何ヶ月くらい

の時間が凝縮されているということなんだと思うんです。カットを割るとかワンショットでやるとか色々やり方はあると思いますが、基本的にワンショットみたいなものが繰り返し見られるのは、それが何度も見る価値として誰にとっても分かりやすいのだと思います。5分という私たちが見る時間が実は何ヶ月とか、もしかしたらその人が生きていた何十年とか、何人も重なっているとか、そういう時間が重なったものとして、どうやって提示するか、ということがすごく大事ななと思います。だから砂連尾さんを撮った8分の映像の中にも実は砂連尾さんの何十年が映っているんじゃないかと思います。だからある種の厚みを持つのではないのかなという気はします。

**川崎** OK Goのミュージックビデオに関して言うと、そのとおりだと思います。ワンショットが長くあって、しかもそのワンショットがすごく複雑であるという場合は、まずは努力を感じますよね。色々なことが積み重ねられて、ちょっとでも失敗してしまえば、何分間の映像の最初からやり直さなければいけないという緊迫感の中でこのワンショットを記録し、実現したのだという、厚みですね。とても心理的な厚みかもしれないですけど。

**木村** そうなんですよ。でも、世の中はダンスとはそういうものだと思っているところもあるじゃないですか。すごい早い運動の振り付けを覚えて演じられたということが、良いダンスの基準みたい、舞台芸術系の人にはそう思っていないかもしれないですけど、一般の人たちは案外そう思っていたりする。Youtubeで今年一番見られた動画というのが女子高校生がジュリアナ東京みたいな格好をして早くて強い運動をして荻野目洋子の曲で踊るという登美丘高校の『パブリーダンス』。例えばあのようなものが良いとなっている状況の中で、あの映像もすごく映像的だと思うんですよ。つまりビジュアル的にビビットである、目に付いて面白い。そういう中でダンスというものがそのように読み取られる状況がある中で、私たちはダンスをどういう風に作り、社会の中に配信して行ったら良いのか、ということは結構差し迫った問いとしてあるような気が僕はしています。それとどう向き合おうかというのは結論はないのですが、一緒に考えられたらなと思います。

参考文献

- Ann Cooper Albright, *Traces of Light: Absence and Presence in the Work of Loie Fuller*, Wesleyan University Press, 2007.
- Erin Brannigan, *Dancefilm: Choreography and the Moving Image*, Oxford University Press, 2011.
- Ramsay Burt, *Judson Dance Theater: Performative Traces*, Routledge, 2006.
- Richard Nelson Current, Marcia Ewing Current, *Loie Fuller: Goddess of Light*, Northeastern University Press, 1997.
- イサドラ・ダンカン他『イサドラ・ダンカン 芸術と回想』所収、シェルドン・チェニー編、小倉重夫訳（富山房、1977年）、161頁。
- Loie Fuller, *Fifteen Years of a Dancer's Life, With Some Account of her Distinguished Friends*, New York, 1913.
- Rhonda K. Garelick, *Electric Salome: Loie Fuller's Performance of Modernism*, Princeton University Press, 2007.
- Aurora Herrera Gómez (ed.), *Body Stages: The Metamorphosis of Loie Fuller*, Skira, 2014.
- 濱口竜介「ユリイカ 2018年9月号 総特集＝濱口竜介 —『PASSION』『ハッピーアワー』『寝ても覚めても』…映画監督という営為—」（青土社、2018年）。
- リンダ・ハッチオン『アダプテーションの理論』片渕悦久、鴨川啓信訳（晃洋書房、2012年）。
- 土方巽『土方巽全集Ⅰ』『土方巽全集Ⅱ』種村季弘、鶴岡善久、元藤燁子編（河出書房新社、2005年）。
- 石黒浩『ロボットとは何か』（講談社、2009年）。
- 岩田和男、武田美保子、武田悠一編『アダプテーションとは何か 文学／映画批評の理論と実践』（世織書房、2017年）。
- Judy Mitoma (ed.), *Envisioning Dance on Film and Video: Dance for the Camera*, Routledge, 2002.
- ロルフ・ファイファー、ジョッシュ・ボンガード『知能の原理 身体性に基づく構成論的アプローチ』細田耕・石黒章夫訳（共立出版、2010年、原書初版2007年）。
- Yvonne Rainer, "A Quasi Survey of Some "Minimalist" Tendencies in the Quantitatively Minimal Dance Activity Midst the Plethora, or an Analysis of *Trio A*," in *Work 1961-73*, Halifax, 1974.
- クリスチャン・ザイデル『女装して一年間暮らしてみました』（サンマーク出版、2015年）。
- Francis Sparshott, *Off the Ground: First Steps to a Philosophical Consideration of the Dance*, Princeton University Press, 1988.
- トーマス・トウェイツ『人間をお休みしてヤギになってみた結果』村井理子訳（新潮社、2017年）。

注

- 1) マルゲリタ・ダンカン「イサドラ」『イサドラ・ダンカン 芸術と回想』所収、シェルドン・チェニー編、小倉重夫訳（富山房、1977年）、161頁。
- 2) Loie Fuller, *Fifteen Years of a Dancer's Life, With Some Account of her Distinguished Friends*, New York, 1913, p. 70.
- 3) Francis Sparshott, *Off the Ground: First Steps to a Philosophical Consideration of the Dance*, Princeton University Press, 1988, p. 394.
- 4) 土方巽「犬の静脈に嫉妬することから」『土方巽全集Ⅰ』所収、種村季弘、鶴岡善久、元藤 燁子編（河出書房新社、2005年）、171頁。
- 5) 次の論考を参照されたい。木村覚「踊ることと見えること 土方巽の舞踏論をめぐる」『美術手帖』5月号所収（美術出版社、2003年）。
- 6) 土方巽『土方巽全集Ⅱ』、295頁。
- 7) 土方巽、前掲書、288頁。
- 8) 樋口優が2008年に制作した、コンピューターアニメーション作成ソフト。
- 9) さらに現実的な問題をあげておけば、こうした「再現」というテーマに協力的なダンサーを探さなけ

- ればならないということは、この研究にとって大きな課題である。ダンサーの踊る動機にこうした「再現」への意欲を掻き立てるものが明確にある可能性は、とても少ない。
- 10) constructive approach. 日本語では「構成的アプローチ」とも「構成（論）的アプローチ」とも呼ばれる。
  - 11) ロルフ・ファイファー、ジョッシュ・ボンガード『知能の原理 身体性に基づく構成論的アプローチ』細田耕・石黒章夫訳（共立出版、2010年、原書初版2007年）、30頁。
  - 12) 同前、56頁。
  - 13) 石黒浩『ロボットとは何か』（講談社、2009年）、65-66頁。
  - 14) 石黒浩、前掲書、No. 395（Kindle）。
  - 15) 同前。
  - 16) 石黒浩 <https://www.yoichimatsuyama.com/ja/conversation-with-evolving-robotic-species-interview-with-hiroshi-ishiguro/>
  - 17) 橋本敬 <https://www.kousakusha.com/ks/ks-t/ks-t-3-34.html>
  - 18) トーマス・トウェイツ『人間をお休みしてヤギになってみた結果』村井理子訳（新潮社、2017年）、No. 2311（Kindle）。
  - 19) クリスチャン・ザイデル『女装して一年間暮らしてみました』（サンマーク出版、2015年）、2頁。
  - 20) ザイデル、前掲書、24頁。
  - 21) 「翻案作品を原作に対する「忠実度」に基づいて評価する従来のアダプテーション批評に代わって、アダプテーションを創造的な解釈ないしは翻訳とみなす傾向が生まれています。」（武田悠一「アダプテーション批評に向けて」『アダプテーションとは何か 文学／映画批評の理論と実践』所収、岩田和男、武田美保子、武田悠一編（世織書房、2017年）、7-8頁。
  - 22) 大橋洋一、前掲書、32頁。
  - 23) 同前、36頁。
  - 24) リンダ・ハッチオン『アダプテーションの理論』、片渕悦久、鴨川啓信訳（晃洋書房、2012年）、220頁。
  - 25) 以下、手塚夏子、川口隆夫、向雲太郎の発言は、この日のものである。次を参照のこと。「第4回超連結クリエイション」関連企画「手塚夏子の三夜 アーカイヴ」<http://www.bonus.dance/creation/45/>
  - 26) Loie Fuller, *Fifteen Years of a Dancer's Life*, London, with Some Account of Her Distinguished Friends, 1913, p. 62.
  - 27) *Ibid.*, pp. 25-26.
  - 28) *Ibid.*, p. 31.
  - 29) Rhonda K. Garelick, *Electric Salome*, Princeton University Press, 2007, p. 14.
  - 30) イサドラ・ダンカン『魂の燃ゆるままに』、山川亜希子・山川紘矢訳（富山房インターナショナル、2004年）、120-121頁。
  - 31) Albert A. Hopkins (ed.), *Magic: Stage Illusions and Scientific Diversions, Including Trick Photography*, New York, 1901, p. 342.
  - 32) *Ibid.*, p. 344.
  - 33) *Ibid.*
  - 34) Daniela Fonti, *Geno Severini: The Dance 1909-1916*, Skira, 2002, p. 24.
  - 35) *Ibid.*, p. 70.
  - 36) Fuller, *ibid.*, p. 63.
  - 37) *Ibid.*, p. 33.
  - 38) *Ibid.*
  - 39) Richard Nelson Current, Marcia Ewing Current, *Loie Fuller: Goddess of Light*, Northeastern University Press, p. 33.
  - 40) Giovanni Lista, "Loie Fuller and Her Serpentine Dance," in: Aurora Herrera Gómez (ed.), *Body Stages: The Metamorphosis of Loie Fuller*, Skira, 2014, p. 32.

- 41) Erin Brannigan, *Dancefilm: Choreography and the Moving Image*, Oxford University Press, 2011, p. 19.
- 42) *Ibid.*
- 43) Yvonne Rainer, “A Quasi Survey of Some “Minimalist” Tendencies in the Quantitatively Minimal Dance Activity Midst the Plethora, or an Analysis of *Trio A*,” in *Work 1961-73*, Halifax, 1974.
- 44) Rainer, *Work 1963-71*, p. 65.
- 45) *Ibid.*, p. 66.
- 46) *Ibid.*
- 47) *Ibid.*, p. 68.
- 48) *Ibid.*, p. 67.
- 49) *Ibid.*, p. 68.
- 50) Ramsay Burt, *Judson Dance Theater: Performative Traces*, Routledge, 2006, p. 198.
- 51) *Ibid.*
- 52) Rainer, *Ibid.*, p. 77.
- 53) *Ibid.*
- 54) 濱口竜介「ユリイカ 2018年9月号 総特集＝濱口竜介—『PASSION』『ハッピーアワー』『寝ても覚めても』…映画監督という営為—」（青土社、2018年）。
- 55) 篠田千明。砂連尾理、神村恵と並んでこのプログラムに協力してくれた作家、アーティスト。



# 子どもの育ちの総合的研究と支援

Comprehensive Research and Support for Children's Development

塩崎 尚美 SHIOZAKI Naomi  
(研究代表者、日本女子大学人間社会学部心理学科教授)

金沢 創 KANAZAWA So  
(日本女子大学人間社会学部心理学科教授)

青木 みのり AOKI Minori  
(日本女子大学人間社会学部心理学科教授)

川崎 直樹 KAWASAKI Naoki  
(日本女子大学人間社会学部心理学科准教授)

瀬尾 美紀子 SEO Mikiko  
(日本女子大学人間社会学部教育学科教授)

請川 滋大 UKEGAWA Shigehiro  
(日本女子大学家政学部児童学科准教授)

宮 晶子 MIYA Akiko  
(日本女子大学家政学部住居学科准教授)

# 目 次

I	研究の概要	塩崎 尚美
II	子どもの主体的育ちに注目した各研究員の研究報告	
1.	子どもの自己調整学習力を育てる学習法講座 —小学校における実践可能性に関する検討—	瀬尾美紀子
2.	4、5歳児の親子相互作用と家族コミュニケーション —子どもの主体性との関連から—	塩崎 尚美
3.	子どもの育ちと家族システム	青木みのり
4.	父親に焦点をあてた子育て支援活動の試み —大学における子育て支援事業の一環として—	川崎 直樹
5.	認知と脳の発達	金沢 創
6.	保育施設における幼児の主体性の援助—「幼児の主体的な活動」を 育てるために保育者にできることは何か—	請川 滋大
7.	子どもの創造的主体を育む空間	宮 晶子
III.	大学における「子どもの育ち」支援の可能性を探る —他大学の見学を通して—	
1.	名古屋芸術大学子どもコミュニティセンターの見学から	請川 滋大
2.	岐阜聖徳学園大学短期大学部地域子育て支援センターの見学から	請川 滋大
3.	神戸学院大学子育て支援プログラム〈まなびー〉の見学を通して 塩崎 尚美・瀬尾美紀子・金沢 創・請川 滋大	
4.	関西学院大学子どもセンターの見学から 川崎 直樹・青木みのり・金沢 創・塩崎 尚美	
5.	他大学見学についてのまとめ	金沢 創

# I 研究の概要

塩崎 尚美

## 1. 研究の目的と背景

総合研究所は、その沿革をHPでみると、児童研究所（1928年開設）、農家生活研究所（1952年開設）、女子教育研究所（1964年開設）が母体になった、とある。つまり、「児童」の研究は、本学において最も歴史と伝統のある研究、ということになる。21世紀は脳科学と遺伝子の時代であるが、この新しい時代の文脈に、本学伝統のキーワードである「児童」を位置づけることが、新しい時代の女子大学には求められるだろう。これが本研究課題の原点である。また、2021年のキャンパス統合を見据えて、学部の枠を越える学際的研究と実践活動の可能性を探ることは、キャンパス統合後の本学の発展に寄与することにつながるのではないかと考えられる。

そこで本研究は、「子どもの育ちの総合的研究と支援」を目的として、子どもの育ちに関わる研究や実践を行っている教員が心理学科、教育学科、児童学科、住居学科から集まり、それぞれの専門性を生かした研究を行いながら、それらを統合することを目指してきた。その議論を通して見出されたのは「創造的主体としての子どもの育ちを考える」というテーマである。今日「子育て支援」は大学の地域貢献活動として、各大学が積極的に実践を行っている。そこで我々は他大学の「子育て支援」活動の見学とヒアリング調査を行い、大学が＜子どもの育ち支援＞に何ができるのかを検討することとした。また、以前北海道大学教育学部において＜乳幼児発達臨床センター＞の運営に携わっておられた、陳省仁先生、氏家達夫先生にご講演いただき、「大学が子どもの育ち支援にできること」についてともに検討する機会を持った。これらの研究を通して、かつて本学にあった『児童研究所』のような、多様な視点から子どもの育ちを研究し、支援する事業拠点を開く可能性を探っていきたい。

## 2. 研究経過

### 1) 2016年度

各研究員のこれまでの研究成果を共有し、そこから共通のテーマを抽出することを目的として数回の研究会を開催した。各研究員の研究成果の発表と議論を通して、「創造的主体としての子どもの育ち」を共通テーマとすることとなり、各自このテーマに沿った研究を進めることとした。その結果を3月24日の公開研究会で発表した。その概要は以下の通りである。詳細は、各研究員の報告に述べられている。

#### 瀬尾：「自ら学べる」子どもを育てることを目的とした、自己調整学習支援プログラムの小学校での実践研究

子どもが話し合いを通して自らに適した意味理解の方略を発見すると正答率が大幅に上昇することを明らかにした。その報告から、主体的に学ぶ子どもを育てるためには、自分に合った意味理解の方法を発見できるように話し合いをサポートすることが重要であることが議論された。

**請川：「子どもの育ちのために大人は何ができるのか」**

幼稚園での帰りの会において、クラスの皆が話題に主体的に参加できるようにするために、ベテランの教諭がどのような工夫をしているのかを観察した結果、相互作用を活性化するために、大人も主体的に関わることの重要性、特定の子もだけでなく多くの子どもの参加を促すことと、他児の発言に耳を傾けることも、自己内部でのアクティブな関わりであり、どちらも大切にしながら相互作用に働きかけることに意味があるのではないかということが議論された。

**川崎：「子どもの主体性の育ちと父子関係の支援」**

父親参加の子育て支援グループの活動実践研究の報告から、《段ボールロボット制作》のような、父親の仕事や社会経験を生かせる活動を通して、父親同士のコミュニケーションを活性化し、父親が自信を持って主体的に関わることが子どもの主体性の育ちにつながるのではないかということが議論された。

**塩崎：母子、父子の自由遊び場面と、家族課題解決場面の観察研究**

子どもの主体性には、親の応答性や励まし、家族の柔軟性と個別性が関連していることが明らかになり、このような親子や家族内の関わりによって育てられた主体性が、集団活動での主体性にどのようにつながっていくのかを検討することが今後の課題として議論された。

**金沢：赤ちゃんの認知に関する研究**

乳児は言語を獲得する以前から概念を獲得していることや、ヒトの顔に積極的に反応し主体的に世界と関わっていること、発達障害の子どもの脳活動の特性が報告され、このような認知的な特性を踏まえて子どもの主体性を育むためにどのようなことができるのかを検討することが大切であることが議論された。

**青木：「語りの中に現れる主体性と家族」**

生きる意味を創造する主体としての子どもと、「子どもの主体性」を見守る主体としての親についての考察を報告し、見守ることは放置することではなく、親が主体的に子どもを「見守る」ことであり、その本質を探っていくことの重要性が議論された。

**宮：「創造的主体として生きるための《半開きの空間》」**

閉ざされた壁ではなく開かれた壁や柱を用いた空間で、自分で距離を測りつつ主体的に生活でき、気配を感じつつ一人になれる半開きの空間で主体性が育まれる可能性を報告した。そこから、「間主観性」がそれぞれに共有されることが、主体性と何らかの関連をもっているのではないかということが議論された。

以上の議論を通して、子どもを創造的主体として育むためには、以下のことが重要であることが示唆された。

- ① 大人も主体性を持ち、子どもの個としての存在を認め、子どもの力を信頼して見守ること、
- ② 子ども同士が生きたコミュニケーションを取り、相互に主体的な関わりを持つことが子どもの主体性を育てること、大人はそのコミュニケーションをどのように活性化するのかを考えて関わる必要があること、
- ③ 子どもの主体性を育てるために大人が見守ることは、大人と子ども間の間主観的な相互作用が機能しているのではないか、

これを踏まえて、乳幼児期からの親子の縦断的な研究とその支援の方向性を探り、それを子どもの育ちを支援する事業拠点の立ち上げにつなげていく可能性を検討した。金沢の乳児の認知の基礎

的研究および塩崎の親子関係の観察研究を踏まえ、乳児の認知的特性や親子の関係性の特性を生かした関わりや遊びを展開する子育て支援を行うこと、そこに請川の幼稚園教諭と子どものコミュニケーションの研究に関する研究を生かしたプログラムを導入し、集団の中での主体性や社会性の育ちを支援することにつなげていく可能性が見出された。

また、川崎の父親支援の実践研究からは、子育て支援の中で、父親の持ち味を生かした支援は何かということを検討するとともに、父親も含めた家族支援を通して、父親の主体的な関わりが子どもの発達や家族の成長にどのように生かされていくのかについても検討することとした。実践の効果を測定する方法については、臨床実践の効果研究を重ねてきている青木を中心として、その効果評定法を開発する。

さらに、瀬尾の小学生から中学生にかけての主体的な学習者を育てるためのプログラムの知見から、そうした学習方略が遊びの中でどのように身についていくのか、乳幼児期から主体的な学習者として成長するために、どのような経験が必要なのかを検討することとした。

加えて、宮の保育施設の建設経験から、創造的主体として生きるための場、家族や集団の中で、主体的に身を隠したり呈したりしながら、他者と関わりを持つことができるような空間としての、「半開きの空間」の提案がなされた。そうした半開きの空間の中で、おとながどのように子どもに関わり、どのような遊びが提供されるのかを検討していくことは、他の研究者の研究知見を実践につなげていくうえで、重要なキーワードとなることが議論された。

以上のことから、「子どもの創造的主体としての育ちを研究し支援すること」を本研究の中心テーマとして次年度以降につなげていくこととした。

## 2) 2017年度

本学に子どもの育ちを支援する事業拠点を立ち上げるためのより具体的な方向性を探るために、改めて「子どもの育ち」について多角的、重層的にとらえることを目的として、北海道大学教育学部附属乳幼児発達臨床センターの運営に携わっておられた陳 省仁先生と、同じ時期にセンター運営に関わり、親としての発達や親子関係の研究を行っている氏家達夫先生をお招きして、『これからの日本における子どもの育ちを考える—大学は「子育て」「子育て」にいかに関与できるか—』と題した講演会を開催した(10月28日 目白キャンパス新泉山館1階 大会議室)。

陳先生には、『十年樹木百年樹人』という演題で、現代の日本社会の子育ての諸問題を多角的な視点から検討した後に、「養育性形成不全の仮説」が提起され、子どもと大人が暮らす社会の中で子どもの育ち支援の可能性について示唆に富んだ講演をしていただいた。大学の役割として「教材の研究・開発」「実体験プログラムの企画・実施」「そのプログラムを実施するコーディネーターの養成」が提案された。氏家先生には、『科学は親子関係をどう変えるか?』という演題でのご講演をいただき、狩猟採取社会から現在までの親子・家族の在り方の変遷を提示していただいた後に、「子育て・子育て」への大学の貢献は科学のメスを入れること、「科学者としてリスクの予測や知見を提供すること」であると同時に、科学や知識のリスクも理解した上で、現場に役立つ情報・知識をどのように伝えていくか、研究者と現場をつなぐ仕掛けが必要であることが提起された。両先生のご講演を受けて、参加者とともに大学が「子どもの育ち」のためにできる実践と研究活動とは何かについて議論が交わされた(日本女子大学総合研究所研究課題65 シンポジウム報告書、2017)。

この講演会を受けて、各研究員の研究を子どもの育ちの支援にどのようにつなげていくことが可能であるのかを議論し、「子育て支援」ではなく「子どもの育ちを支援」することの意義が改めて

確認された。また、大学が貢献できることとして、科学的アプローチによって得られた知見を、市民・現場目線で読み解き、市民・現場のニーズに合った形で伝えていくこと、ニーズに適合した実践プログラム、実践の場を検討していくことが次年度に向けての課題として明確になった。

その後、各研究員がそれぞれの実践および研究の中で、この課題に関連する研究を行った。

金沢は乳児の認知発達の文化差に注目し、日本人の文化的特性に合った親子の関わりを促進するプログラムの検討を行った。

塩崎は、幼児の親子コミュニケーションの研究の知見を、子どもの主体的な育ちにつながる親子の関わりプログラムの発展させることを検討した。

請川は、幼稚園の観察研究を通して、親子の関わりや子ども同士の関係の発展に大人の関わりがどのように寄与するのかを検討した。

川崎は、父親を含めた親子支援プログラムの実践の効果研究を重ね、親のニーズを探るとともに、子どもが主体的に親と関わり、親子コミュニケーションが活性化するプログラムの開発を試みた。

青木は、児童期後期から思春期の親子の関わりの中で、子どもも親も主体的に個々の物語を紡ぐことができる方法を探った。

宮は、子どもの育ちと親の主体性や養育性が育まれる空間について、様々な建築物の見学や文献研究を通して検討した。

これらの研究の中間報告を12月16日の総合研究所発表会で発表した。そこでの議論は、日本人にとっての主体性とは何か、欧米の主体性の概念をそのまま適用するのではなく、日本の文化に適した主体性について検討していく必要があることが確認された。これは、講演会で氏家先生が指摘した、「市民・現場目線で研究の読み解く」ということにもつながる重要な視点であることが研究員の間で共有された。日本の文化に適合し、さらに、日本女子大学で行う実践プログラムであることの独自性・特有性を探索していく必要があることが、2017年度の活動を通して明らかになった。

### 3) 2018年度

2018年度は、これまでの研究成果を本学の《子どもの育ち支援》につなげていく可能性を探るために、以下の大学の子育て支援事業の見学を行った。

- ① 名古屋芸術大学 子どもコミュニティセンター<にこにこワークショップ>
- ② 岐阜聖徳大学短期大学部 地域子育て支援センター<くれまちす>
- ③ 神戸学院大学 子育て支援プログラム<まなびー>
- ④ 関西学院大学 子どもセンター<さぼさぼ><ういんぐ>

見学を通して次のような課題が明確になった。

#### (1) 運営のための組織をどのようにするか

子育て支援事業の展開にはスタッフが必要であり、人件費をどのように賄うかが課題となる。自治体の「子育て支援事業」の補助金をもらうと、週3日以上開室するなどの縛りが生じるため、運営に関わる教員にとって負担が大きくなる。一方、大学からの運営費を出すとなると、予算の確保が大きな課題となる。

#### (2) 教育との関連をどのようにするか

学生参加はボランティアという大学と、授業の中に組み込んでいる大学がある。授業に組み込むことのメリット、デメリットを検討する必要があるだろう。

#### (3) 研究としての要素をどのように取り入れるか

本研究では、教員の研究成果をプログラムに生かすことで、他大学にはないプログラムを  
発展させることをめざしてきた。一方で、重視してきた<主体性>の育ちを考えると、親  
子が主体的に場を形成していくことが重要であり、こちらからのプログラムの提供はそれ  
を阻害する可能性もある。研究知見を活かしつつも、親子が主体的に活動できる場とする  
ことを検討していく必要がある。

以上の3年間の研究活動を通して、本学の《子どもの育ち支援》に関わる事業拠点立ち上げに向  
けての課題と可能性について検討した結果を、各研究員から報告する。

#### 文献

日本女子大学総合研究所研究課題65「これからの日本にける子どもの育ちを考える—大学は「子育て」「子  
育ち」にいかに関与できるか—」シンポジウム報告書 2017

日本女子大学総合研究所 HP ([mcm-www.jwu.ac.jp/~sogoken/seturitu.html](http://mcm-www.jwu.ac.jp/~sogoken/seturitu.html)) 2019年6月8日取得

## Ⅱ 子どもの主体的育ちに注目した各研究員の研究報告

### Ⅱ-1 子どもの自己調整学習力を育てる学習法講座 —小学校における実践可能性に関する検討—

瀬尾美紀子

#### 1. はじめに

現代のように、変化が激しく課題が山積する社会を生き抜いていくためには、その都度、自らに必要なことを自ら学ぶ、すなわち主体的、自律的に学んでいくことが求められる。そうした主体的に学ぶ力を育てることの必要性は国内外の教育界や社会一般にも広く認識され、これまでのわが国の学校教育においても、自ら学ぶ子どもを育てることがめざされてきた。学習指導要領では「自ら学び自ら考える力の育成」が主要な教育目標として繰り返し掲げられている。

しかし、子どもたちの主体的、自律的に学ぶ力は、必ずしも十分に身につけているというわけではない。例えば、平成27年度の全国学力・学習状況調査では、「家で、自分で計画を立てて勉強していますか」という質問項目に対して、「あまりしていない」「していない」と回答した児童生徒の割合は、小学6年生では約37%中3年生では約51%となっている。特に中学生では、およそ半数の生徒は主体的に学ぶことができていないといえる。

教育心理学の分野では、主体的、自律的な学習のことを「自己調整学習 (Self-regulated learning)」と呼び、理論研究および実証研究が蓄積されてきている。自己調整学習理論では、自分の学習がうまくいっているかどうか学習状態を把握する「メタ認知」、学習をどのように効果的に行うかつまり認知心理学的に有効な学習の仕方としての「学習方略」、学習を開始して継続していくための「動機づけ」が、相互に関連しあいながら機能することにより、自己調整学習が成立するとされている (伊藤、2009、瀬尾、2014)。自己調整学習ができない子どもたちは、これらのいずれかあるいは複数において困難を抱えている可能性があり、自己調整学習の力を育てるためには、メタ認知、学習方略、動機づけに働きかけていく必要性が示唆される。

メタ認知、学習方略、動機づけは、それぞれが1つの大きな研究領域として豊かな研究知見を有し発展し続けている。例えば、学習方略に関しては、どのような学習の仕方が学習内容の定着や、応用につながるかについて明らかにされている。具体的には、何度も繰り返し読んだり書いたりする単純反復方略よりも、学習内容を既有知識と関連付けながら意味を深く理解する意味理解方略の方が、学習内容の記憶成績が良いことが示されている (Stein et al., 1982)。また、問題を解いた後に、その問題のポイントを他者から示されるよりも自分でまとめておいた方が、その後の問題解決の成績がよいことも示されている (山崎、2001)。問題のポイントや問題解決から何を学んだか教訓として言語化する学び方は教訓帰納と呼ばれ (市川、1991)、学力上位層ほど行っていることが明らかになっている (植阪・鈴木・市川、2012)。

しかし、こうした科学的知見を活かして、子どもたちの自己調整学習の力を育てる教育は、学校場面ではほとんど行われていないといってよいだろう。学習の仕方に関する指導自体は「学習の手引き」の配布や、学年や学期のはじめの授業で時間を取って教師から行われることもあるが、その

大半は学習の規律や習慣を身につけること（例えば「家で勉強するときはテレビを消しましょう」や、物量主義的な学習の仕方（例えば「一日に勉強する時間は「学年×10分」をめざしましょう」）が中心になっていることが、課題として指摘されている（植阪・瀬尾・市川、2012）。

このような背景と問題意識のもと、筆者は、子どもたちが学習方略を学ぶ教育プログラムである「学習法講座」の開発研究に参加し、中学生対象の開発を中心に行ってきた（瀬尾・植阪・市川、2012; Seo et al., 2017; 瀬尾、2019）。意味理解方略を扱った中学校2年生対象の学習法講座（意味理解講座）の実践研究では、方略使用に関する事前調査において約23%の生徒しか自発的に使用していなかったが、学習法講座実施後の調査では実施前のおよそ2倍つまり約44%の生徒が自発的に使用するようになったことが示された（Seo et al., 2017）。このように、学習法講座には一定の効果があることが示されたが、残りの半数超の生徒は「繰り返し書く」「読む」などの単純反復や、「大事な箇所に○をつける」「線を引く」など単純な情報抽出といった浅い処理の方略の使用にとどまっていた。講座実施後の質問紙調査において、意味理解方略について「とても効果がある」「効果がある」と回答した生徒の割合は96.9%、自分の学習に「積極的に取り入れようと思う」「多少取り入れようと思う」と回答した生徒の割合は93.5%であったことから、学んだ学習方略が「有効だ」、「取り入れたい」と思っても、自分のこれまでの学習法を変更して新たな学習方略を取り入れることは、中学生の場合それほど容易ではないことが示唆された。

新たな学習法を取り入れる柔軟さに関しては、発達段階の違いや個人差などが考えられるが、発達段階が進み学習スタイルが確立されるほど困難となる可能性も考えられる。中学生よりも小学校高学年の方が柔軟に対応できるのかもしれない。先行研究で開発されてきた学習法講座は、中学生や高校生を対象にしたものであり（e.g., 深谷・田中、2019; 瀬尾、2019）、小学校での講座は開発されていない。そこで、中学生対象の学習法講座を小学校高学年対象に作り直し、試行的な実践によって小学校でも実施可能かどうか検証することとした。本稿では、まず、学習法講座の基本設計（瀬尾、2019）を紹介する。そして、小学生向けに改変した学習法講座の概要と実践の成果及び課題について述べる。先行して開発した中学校の意味理解講座については、必要に応じて付録を参照してほしい。

## 2. 学習法講座の基本設計

学習法講座は、「学習方略に関するデモ実験」と、「学習場面での適用練習」の2つのパートによって構成している（表Ⅱ-1）。まず、デモ実験では、学習方略が効果的であることを、体験を通して実感することをねらっている。新しい学習方略を学んで使用する際には、学習者によってはコストを感じることを指摘されている（瀬尾・植阪・市川、2008）。例えば、図を使うと問題が分かりやすいと伝えられて理解したとしても、いざ図を描くととなると「めんどうだ」といった気持ちが生じる場合は多い。しかし、図を実際に描いて活用し、図を描かなかった場合と比較することを通して、図を描くコストよりも有効性を感じた場合には、自分でも図を描こうとする意欲が生まれるだろう。またデモ実験の後には、なぜその方略が有効なのか、しくみや理由について簡潔に説明を行う。体験したことを言葉による説明によって深く理解することで、学習方略を知識として獲得することをねらっている。体験が知識へ変換されれば、場面が変わっても方略が活用される可能性が高まるからである。

後半の方略練習では、実際の教科の学習の内容を用いて、学んだ学習方略をどのように活用できるか具体的に教える。そして、生徒たち自身で実際に練習する。前半のデモ実験で扱う題材は、教

表Ⅱ-1 学習法講座の基本設計（瀬尾、2019）

段階		内容	ねらいと留意点
教える	導入	学習方法の見直し	勉強に関する悩みと対応させて、学習法講座の目的を伝える。
		講座の目的	
	デモ体験	事前テスト	事前テストと事後テストの比較を通じて、方略の有効性を実感させる。 なぜ、その方略が有効なのか、背景となる理論を簡潔に説明する
		方略教授	
事後テスト			
解説			
練習させる	方略練習	事前テスト	教科の内容を用いて、教師から具体例を示し活用方法を教える。 各自あるいはペア、小グループで練習する。事前・事後テストによって教科の学習でも方略が有効であることを実感させる。
		教科での練習	
		事後テスト	
まとめ	まとめ	自己評価	方略の有効性、今後の活用について考えさせる。



図Ⅱ-1 小学校4年生を対象とした学習法講座

科学習とは直接的に関連しないため、実際に教科学習場面ではどのように活用できるかを教えて実際に練習させることにより、生徒自らの学習場面においても使用できる見通しを持たせることをねらっている。

### 3. 小学生対象の意味理解講座の実践研究

#### 3-1 講座受講者

埼玉県の公立小学校4年生24名が意味理解講座を受講した。以下に示す講座を45分間授業で実施した。授業は筆者とゼミ生（教育学科4年）によるチームティーチング体制で行った（図Ⅱ-1）。学習法講座の趣旨や期待される効果等について、事前に学校長に説明し、実施の許可を得た。

#### 3-2 意味理解講座

意味理解講座の基本的構成は、先行開発した中学生対象の意味理解講座と同じにした。一方、方略練習で扱う教科の学習内容は、小学校の担当教師と協議を重ねて、小学校3年社会科で既に学習した「地図記号」を扱うこととした。



### 3-2-4 方略練習

小学校3年社会科の地図記号を題材にして、意味理解方略を適用する練習を行った（図Ⅱ-3）。学習法講座を受講した4年生にとっては、すでに学習を終えている内容である。デモ体験の流れと同様に、方略を使用する前の確認テスト①の実施後、例えば、「神社の地図記号はなぜこの形なのか」「成り立ちに注目しよう」という話をして、理由や成り立ちを考えさせ意見を出させた。子どもたちからは「神社の入り口にある鳥居のかたち」「赤い門みたいなやつ」などの意見が出た。他の地図記号についてもそれぞれ成り立ちについて考えさせ共有する活動を行った。その後、確認テスト②を実施した。各自の得点結果について「理由」「成り立ち」を考える前と、考えた後でどうなったか比べさせた。多くの子どもが、得点が伸びたことを確認した。クラス全体でも、2回目の確認テストでは得点結果を挙手させて、24名中23名の子どもが満点となったことを確認した。クラスの得点結果を図Ⅱ-4に示す。

なりたちを考えてみよう

1.  は、神社の地図記号である。

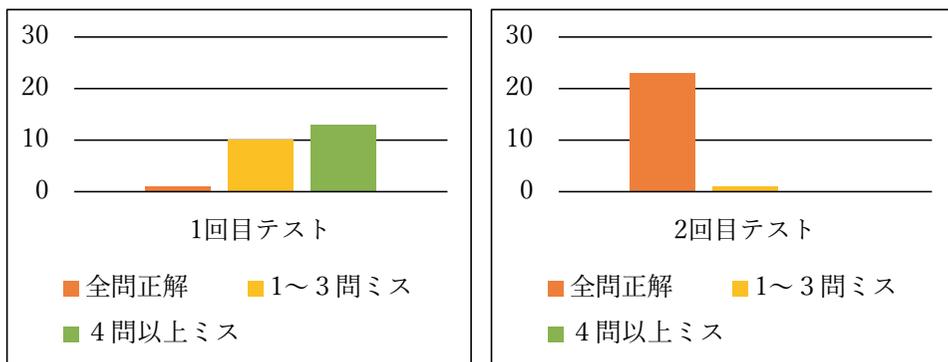
2. 3. 4. (略)

5.  は、工場の地図記号。  
 から

6.  は、発電所の地図記号。  
 から

7. 8. (略)

図Ⅱ-3 方略練習のワークシート（一部抜粋）



図Ⅱ-4 確認テスト1回目と2回目のクラス全体の結果（人数）

### 3-2-5 振り返り

振り返りでは、今日の授業では、覚え方の工夫の1つを紹介したことと、取り入れるかどうかについては、自分で考えて決めてほしいことを子どもたちに伝えた。その後、振り返りプリントに、①今日学んだ方法のポイントに関する自由記述と、②自分の学習にどれくらい取り入れようと思ったかどうかについて「はい」「いいえ」で答えさせ、それぞれの理由について記述を求めた。

### 3-3 意味理解講座の効果に関する分析

まず、学習法講座の趣旨が小学校4年生にどの程度伝わったか、また学んだ方略を自分の学習に取り入れようという動機につながったかについて、振り返りプリントの記述を分析し検討した。

①今日学んだ方法のポイントに関する自由記述について分類した結果、「丸暗記よりも意味を理解すると忘れなくなる」「意味を理解すると覚えやすい」など意味理解講座の趣旨を深く理解したと思われる記述がみられた(9名)。一方、「意味を理解する」「意味や理由を考える」など、覚えやすさや忘れにくさへの言及を伴わない記述も多くみられた(13名)。残り2名はその他の記述であった。②の意味理解方略を今後利用するかどうかについては、23名が「はい」1名が「いいえ」と回答した。「はい」と回答した子どもの理由として、21名の子どもたちが「覚えやすい」「忘れにくい」など意味理解方略の有効性の実感に基づいた判断を行っていた。一方「いいえ」と回答した子どもの理由として「ちょっとむずい」であった。

①の学んだポイントに「意味を理解する」と書いた子どもの中には、②で今後利用したいと回答し、その理由として「覚えやすい」「忘れにくい」など記憶の定着と関連付けていた子どもが複数名いた。そこで、①の学んだポイントについて、②の理由と対応づけて再度分類しなおした結果、意味理解講座の趣旨を深く理解した子どもが18名、深く理解したとまでは言えない児童が6名という結果になった。

以上から、今回、作成した小学生向けの意味理解講座について、小学校4年生の受講者の4分の3が講座の趣旨を理解できたといえる。また、1名を除く23名がこれから意味理解方略を使ってみると回答したことから、方略を利用しようとする動機づけを高める十分な効果があったといえる。

### 3-4 意味理解を重視した通常授業への発展

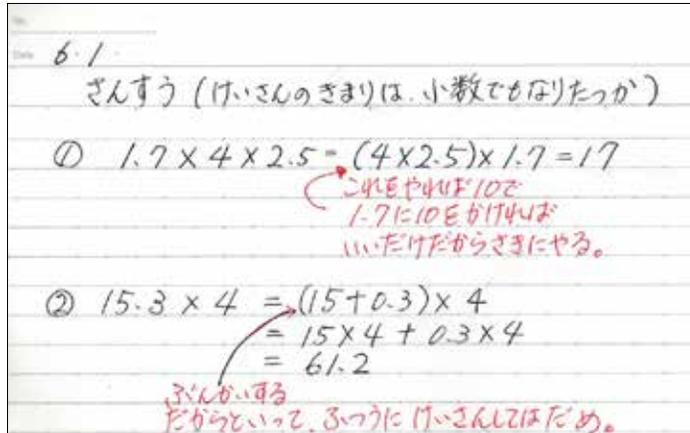
意味理解講座の実施後、学校教師が日常の授業において意味理解方略の使用を子どもたちに促す授業を自ら発案し実施する動きにつながった。具体的には、理科の「電流」の単元の授業である。電流の回路図に用いられる電池、モーター、豆電球などの記号を、なぜそうした記号になるかその成り立ちや意味を学び自分たちでも説明する活動を組み込んだ授業が行われた。また、回路図の書き方も、「+から-方向に電流は流れる」「導線は直線で、角は直角に描く」といったポイントを伝え、丸暗記ではなくポイントを理解して描くことに焦点を当てて指導がなされた。

このように、意味理解を重視した指導を通常授業で行うことは、ものごとの意味や理由、成り立ち、背景といったことに注目を促し、自分で勉強する際にもそうした点に着目して学ぼうとする子どもを育てることにつながるだろう。

## 4. まとめと今後の展望

### 4-1 小学生対象の意味理解講座の成果と課題

本研究では、中学生対象に開発した意味理解講座を、小学生向けに改変して作成した結果、受講



図Ⅱ-5 子どもの自学ノート例（意味理解講座の実施から約半年後）

者の4分の3の子どもが講座のねらいを理解することができた。また、9割を超える子どもが学んだ方略を取り入れる意欲を示した。今回のような流れと題材を用いれば、小学生を対象に実施することは十分可能であることが示されたといっていよう。

一方、方略使用の意欲が向上した子どもが、実際に自分の学習場面でも意味理解方略を用いることができるかという点について、今回は事例的な結果を得ている。図Ⅱ-5は意味理解講座を受講した約半年後が経過した時点での、一人の子どもの自学ノート例である。算数の計算問題の解決後に計算手続きの意味を書き加えている。手続きの意味について言葉で書くことはより深く考える必要がある、意味を理解しようとする学び方によって、手続きの機械的な丸暗記ではない深い学習ができたものと考えられる。半年後においてもこうした学び方ができる成果につながった背景には、学習法講座の実施に加えて、学校教師による通常授業での働きかけの継続があったものと考えられる。ただし、そうした意味理解講座と通常授業の働きかけによる効果が、小学生の場合において、どれくらいの子どものどのような形で見られるかについては、今後、組織的な調査研究によって明らかにする必要がある。

#### 4-2 小学校教師による学習法講座の展開可能性

埼玉県の公立小学校における研究実践は、筆者が授業者として学習法講座を実施する、いわゆる大学教員による出張授業の形態であった。こうした形態による学習法講座の実施には、限界もある。学校教師自身によって、科学的知見に基づいた学習法講座を実施することができれば、より多くの子どもたちが学び方について自覚的に考え、学ぶ力をつけていくことが可能となるだろう。筆者が行ってきた学習法講座の研究実践に関心を示し、実際に自らの学校において学習法講座の実践に取り組む先生が小中学校で少しずつ現れてきている。

例えば、川崎市の公立小学校の教師は、小学校5年生32名を対象に意味理解講座を実践し、手ごたえを感じたことを筆者に語っている。振り返りプリントの記述について分析を行ったところ、17名の子どもが、「丸暗記より意味や成り立ちを理解して覚える方が効果がある」「意味を考えて学ぶと丸暗記より忘れない」などの記述により、講座のねらいについて把握できていると判断できた。また、学んだ方略を取り入れるかどうかについては、32名すべての子どもが「はい」と回答しその理由も

記述していた。学習法講座の実施により家庭学習の取り組みに変化がみられるかどうか検討するために、実施前と実施後の2回の漢字テスト結果を分析した。興味深いことに、振り返りプリントの記述からは講座のねらいの理解が十分とまでは言えない子どもの方が、かえって漢字テスト成績の向上が大きい傾向が示された。この点については、今後、詳細に検討する必要があるものの、学習法に焦点化した指導は、そうした子どもたちの家庭学習の取り組みを促す可能性があるといえる。

学習法講座は、特に認知心理学のデモ体験が含まれているという点で、これまで学校で行われてきた従来の学び方指導とは異なるため、有効性を認めながらも、子どもたちへの指導に躊躇される先生方も少なからずいらっしゃるように思われる。他方、子どもたちにとっては、教科の学習から切り離された形でのデモ体験は大変新鮮であり、方略の有効性を実感することで、自分の学習場面でも取り組んでみようという意欲につながりやすい面もあるように思われる。

## 5. おわりに

本稿では、これまで中学校を中心に開発を行ってきた学習法講座について紹介するとともに、小学生向けに試行的に開発した学習法講座について、学校での実践結果から学習法講座を高学年対象に実施することは十分可能であることを示した。

小学校高学年は低学年と比べて、学習内容の量が増え、内容の難しさも増すため、学習内容の習得に関する個人差が目立ち始める時期でもある。これまでの単純反復方略では対応が困難になる時期に、自らの学び方に自覚を促し、効果的な学習方略を知ったうえで、これからの学習にどのように取り組んでいくか考えさせる学習法講座の取り組みは、主体的に学習を自己調整する力の育成に寄与することができるだろう。また、埼玉県の公立小学校での取り組みのように、学び方（意味理解）を重視した通常授業を組み合わせることが、より確実な学習方略の習得にとって必要と考える。

今回の実践研究では、意味理解方略のみを扱ったが、高学年の小学生に身につけてほしい学習方略は、他にも教訓帰納方略や自己説明方略などがある。これらの学習法講座については、すでに中学や高校でのプログラム開発実践が進んでいるが（深谷・田中、2019；瀬尾、2019）、小学校においてどのような学習法講座が実践できるかについても、小学校教師と連携しながら開発を進めていきたい。また、小学校や中学校で、実際に学習法講座の実践に取り組んでいる教師からは、教育課程の中にどのように位置付けるか相談を受けることもある。そうした点についても、今後検討を行っていくことが必要である。

## 引用文献

深谷達史・田中瑛津子「教えあいを促す高校の学習法講座」市川伸一『教育心理学の実践ベース・アプローチ』（東京大学出版会、2019年）、85-98頁。

市川伸一「実践的認知研究としての『認知カウンセリング』」箱田裕司『認知科学のフロンティアⅠ』（サイエンス社、1991年）、134-163頁。

伊藤崇達『自己調整学習の成立過程：学習方略と動機づけの役割』（北大路書房、2009年）

瀬尾美紀子「教訓帰納は学校でどう指導できるか」市川伸一『教育心理学の実践ベース・アプローチ』（東京大学出版会、2019年）、171-184頁。

瀬尾美紀子「学習の自己調整」市川伸一『学力と学習支援の心理学』（放送大学教育振興会、2014年）、47-64頁。

瀬尾美紀子・植阪友理・市川伸一「学習方略とメタ認知」三宮真智子『メタ認知：学習力を支える高次認

知機能』(北大路書房、2008年)、55-73頁。

瀬尾美紀子・植阪友理・市川伸一「教訓帰納講座の開発」植阪友理・Emmanuel Manalo『学習方略の自発的利用促進メカニズムの解明と学校教育への展開：平成23年度科学研究費補助金基盤研究B報告書』(2012年)、22-39頁。

Seo, M., Wang, M., Ishizaki, T., Uesaka, Y., & Ichikawa, S. "Development and improvement of learning strategy use enhancement program: Use of lesson induction and elaboration strategies." In Manalo, E., Uesaka Y., and Chinn, C. (Eds.) *Promoting Spontaneous Use of Learning Strategies*. (New York: Routledge., 2017), pp. 226-241.

Stein, B. S., Bransford, J. D., Franks, J. J., Owings, R.A., Vye, N. J., & McGraw, W. "Differences in the precision of self-generated elaborations." *Journal of Experimental Psychology: General*, vol. 111, 1982, pp. 399-405.

植阪友理・瀬尾美紀子・市川伸一「日本の小中学校の現場における学習法指導のあり方とその課題」植阪友理・Emmanuel Manalo、前掲書、22-26頁。

植阪友理・鈴木雅之・市川伸一「高校時代における教科ごとの学習方略利用の実態—IRTによる解析からの示唆—」植阪友理・Emmanuel Manalo、前掲書、4-10頁。

山崎晃男「『教訓』の提示または産出による類推的問題解決の促進」『教育心理学研究』第49巻1号、2001年、21-30頁。

#### 付録 中学生対象の意味理解講座の「方略練習」(Seo et al., 2017)

社会科地理分野から、1年生の1学期に学習する「世界の各地域の住居特性」を題材にして(図II-6)、意味理解方略を適用する練習を行う。デモ実験の流れと同様に、方略を使用する前の確認テスト①の実施後、例えば「バンコクの伝統的な住居は、なぜ高床式の住居であるか」について理由を考えさせる。ペアやグループなどで確認させ全体でも共有する。その後、確認テスト②を実施し確認テスト①の結果と比較させて、学習場面における意味理解方略の有効性について評価させる。

#### 謝辞

本研究は、学習法講座を受講した小学生の皆さんや、学校の先生方のご協力によって実施することができました。心からお礼申し上げます。また、ワークシートの作成補助や、当日の授業補助など、瀬尾研究室のゼミ生(研究当時)から多くの協力をいただきました。そして、学習法講座の実践に取り組んでくださっている先生方から、折に触れてお話を伺うことにより、多くの示唆を得ることができました。記して感謝いたします。

次の文は世界各地の伝統的な住居について書かれた文章です。

( ) にあてはまる言葉を下の四角の中から選んで書きなさい。

1. バンコクの伝統的な住居は、( ) の住居である。
2. アンデスの伝統的な住居は、( ) や石でできた住居である。
3. シベリアの伝統的な住居は、( ) でできた住居である。

(以下略)

木や竹、 アザラシの皮、 日干しれんが、 丸太、 高床式、 わらと泥

図II-6 意味理解講座の方略練習で使用する題材と確認テスト

## II-2 4、5歳児の親子相互作用と家族コミュニケーション —子どもの主体性との関連から—

塩崎 尚美

### 1. 問題と目的

#### 4、5歳児の特徴

4、5歳という年齢は、就学に向けての準備をする重要な時期であり、諸側面の発達においても大きな変化が生じる時期である。例えば、「心の理論」の発達によって他者の心の理解が進み(子安、2000)、罪悪感を体験するようになり、社会的状況に応じた道徳的規範を受け入れられるようになる(Kagan, 2005)。また、DCCS課題においてルールの変化に対応できるといった抑制機能の発達も4～5歳ごろであることが明らかにされている(Moriguchi, Lee & Itakura, 2007)。それに加えて、言語面では、助動詞の使用が飛躍的に増加する(藤友、1981)ことにより、会話のスキルが上達する。このような発達の変化は、子どもの他者との関わりに大きな変化をもたらすと考えられる。道徳的規範を意識し、関わっている相手の心の状態を推し量りながら、自分自身の意思や行動目標も明確になってくる中で、抑制と主張との間の調整を行いながらのコミュニケーションの経験は、就学後の仲間関係のスキルの基盤となり、その在り方に与える影響は少なくない。

従来、幼児期後半である4、5歳の時期の人間関係は、親から友人へと移行するといわれてきた。しかし、ベネッセ教育総合研究所の調査によると、「平日に園以外で一緒に遊ぶ相手」は1995年には母親が55.1%、友だちが56.1%であったのに対して、2015年では母親が86.0%に増加し、友だちが27.3%に減少していることが示されている。また、「子育てに力を入れていること」の回答では、「親子で触れ合うこと」は20年前と変化なく高い水準を維持しているが、「友だちと一緒に遊ぶこと」は20年前と比べて5.8ポイント減少していることが見出されている(ベネッセ教育総合研究所、2016)。つまり、幼児期の対人関係の経験は、家庭での経験の比重が大きくなってきているといえる。もちろん、このデータは、保育園に通う幼児の増加や保育時間の長時間化の影響もあり、子どもの成長の場として幼稚園、保育園の役割の重要性を再認識させてくれるものであるが、幼児期の集団場面における子どもの発達に関しては、これまでも多くの知見が積み重ねられてきている。それに比べると、幼児期の親子の相互作用に関する研究は少なく、多くの研究が4歳未満を対象としたものである。しかし、前述したベネッセの調査結果にも示されているように、近年4、5歳児であっても家庭での親子の関わりが子どもの発達に与える影響が大きくなっていることを考慮すると、4、5歳児の親子相互作用を検討することは重要であると考えられる。

そこで筆者らは、4、5歳児の親子相互作用を母子、父子ともに観察によって捉え、その特徴を明らかにすることを試みてきた(塩崎・安藤2016)。ここでは、どのような親子相互作用の中で、子どもの主体性が育つのかを探るために、子どもの主体性に注目した分析を行う。

また、4、5歳になると、相手の意図の理解や会話スキルの発達などの影響もあり、1対1の関係性だけでなく、複数の人間同士の関わり方のスキルが発達し、1対1の関係とは異なる様相を見せる可能性もある。家庭内でも、母子、父子それぞれの相互作用とともに、子どもが家族成員としての役割を担いコミュニケーションをとるようになることが考えられる。この時期の子どものコミュニケーションスキルや家族機能は、それまでの親子の関係性のあり方やアタッチメントタイプの影

響を受けていると同時に、子どもの集団内での他者との関わり方や他者認知に影響を及ぼすことが予測されるため、家族コミュニケーションについても検討の必要があると言えよう。

家族コミュニケーションの研究は、家族システム論的アプローチを中心として行われ、Olson, Sprenkle & Russell (1979) の円環モデルへと発展してきた。これらの研究は、家族療法における家族システムの理解に重要な役割を果たすとともに、家族システムや家族機能を測定する尺度開発につながった。例えば、Olson et al. (1979) が作成した家族を凝集性と適応性の2つの軸でとらえる Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales (FACES) や、Lasky, Buckwalter & White (1985) が開発した Family Dynamics Measure (FDM II) などである。これらの尺度はいずれも、家族のシステムや機能をどのように認知しているのかをとらえるために、家族メンバーが自分の家族について評定する質問紙であり、家族機能が適切に働いている家族には、率直なコミュニケーションがみられること (Olson et al., 1979)、自由な意志表示や感情表現ができること (草田・山田, 1998) が見出されている。しかし、4、5歳の子どもに家族機能の評定は困難である。そこで、筆者らは、4、5歳児と家族とのコミュニケーション場面の観察を行い、その特徴を明らかにすることを試みてきた。ここでは、家族コミュニケーションの中で、子どもの主体性がどのようにどのように表れるのかに注目して再分析を行うこととする。

#### 親子相互作用、家族コミュニケーションと関連する要因

岡野・芹澤・李・Gunning, Murray (2002) は、産後4カ月の時点の母子の相互作用の観察において、うつ病群の母親は、乳児の要求を敏感に察知し、的確に反応することができないこと、両者の相互作用が円滑でなく、満足がいかないものであることを明らかにしている。また、NICHD (1999) による母親の慢性的なうつ状態が子どもに及ぼす影響の調査では、出産時から36カ月まで慢性的にうつ状態が続いていた母親の子どもは、認知言語機能が乏しく協調性が低いことが見出されている。しかし、4、5歳以降まで同様の傾向が続くのかどうかについては明らかにされていない。また、Hammen, Gordon, Burge, Adrian, Jaenicke & Hiroto (1987) は、子どもの精神疾患や問題行動の出現に対する予測力は、母親の過去の病歴よりも、同時期の抑うつ傾向の方が大きいことを指摘している。そこで、本研究では、観察時点での父母の抑うつが親子相互作用や家族コミュニケーションと関連があるかどうかを検討することで、4、5歳児の主体性の発達との関連を探る。

一方、親子の相互作用や家族コミュニケーションは子どもの側の要因とも関連していると思われる。NICHD Early Child Care Research Network (1999) による縦断的研究では、慢性的な抑うつ状態にある母親の子どもは36カ月の時点で協調性が低く問題行動が多いことを見出している。また、家族の表出性と30カ月時点での子どもの問題傾向との関連 (本島, 2013) や、父親の抑うつと幼稚園児の社会情緒的問題傾向との関連 (岐部, 2014) などが指摘されている。このように多くの乳児期からの縦断的研究では、早期母子相互作用の影響が幼児期になって現れるという観点から子どもの問題行動を捉えている。しかし、菅原 (1997) が指摘しているように、母親の抑うつと養育行動の歪み、子どもの問題との関連は一方的単純影響モデルでは捉えられず、親の抑うつの影響を受けた養育行動は子どもの問題に影響を及ぼすと同時に、子どもの問題によって養育行動の歪みや親の抑うつ状態が引き起こされることもある。特に近年、子どもの発達特性への関心が高まり、発達特性に注目した親子関係の研究が行われるようになってきているが、子どもの多動傾向やこだわりなどの発達特性を、親の抑うつや親子相互作用との関連を検討することが求められている。そこで、本研究では、4、5歳児の行動傾向が親の抑うつや親子相互作用とどのように関連している

のかを検討し、主体性を育む家庭環境を多方面から探ることを目的とする。

## 2. 方法

### 対象者

2009年に、A医療センター総合周産期母子医療センター産科外来での妊婦健診時に、妊娠24週を超えた妊婦とそのパートナーに研究への協力を依頼することで開始された縦断研究（安藤・無藤・福丸・菅沼、2013）の協力者に観察実験研究への協力を求め、参加希望の返信のあった18組を対象とした。対象となった子どもの平均月齢は55.72か月（SD 4.28）、子どもの性別は男児8名、女児10名であった。そのうち第1子が11名、第2子が5名、第3子が2名であった。観察時の母親の平均年齢は42.61（SD4.74）歳、父親の平均年齢は43.22（SD5.95）歳であった。

### 手続き

質問紙：縦断研究の4年目の調査として、「職場環境」「夫婦関係」「養育態度」「育児に対する感情」「Strength and Difficult Questionnaire (SDQ: Goodman, 1997)」「Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS: Cox, Holden, Sagovsky, 1987)」「子どもを預けることに関する意識」「Security in the Marital Subsystem - Parent Report (SIMS - PR)」を郵送し、回答後返送してもらった。そのうち本研究では、「育児への感情」と「SDQ」、「EPDS」を分析に用いた。「育児への感情」は、荒牧・無藤（2008）が作成した「育児への負担感」「育て方/育ちへの不安感」「肯定感」の3因子構造の尺度を参考に安藤（2013）が作成した9項目からなる尺度である。「まったくあてはまらない」～「よくあてはまる」までの5件法で評定し、「育児肯定感」「育児負担感」「発達不安感」の3つの得点が算出される。各得点範囲は3-12点で、高い方がそれぞれの特性を有していることを表す。SDQは、子どもの行動特性を「困難さ」だけでなく「強味」についても評定できる尺度であり、発達障がい用の簡便なスクリーニング尺度としても活用されている。4、5歳用の日本語版が飯田・森脇他（2014）によって標準化されており、「行為」「多動・衝動性」「情緒」「仲間関係」「向社会性」の5つの側面から行動特性が捉えられる。保護者による評定尺度であることから、保護者が子どもの特性をどのようにとらえているのかを理解することができ、観察場面での行動特徴との比較検討のうえでも有用であると考えられる。EPDSはCox, Holden, Sagovsky (1987)が開発し、岡野・村田他（1996）が日本語版を作成した自己評価式うつ病尺度であり、産後うつ病のスクリーニングに用いられている。本研究は、妊娠期からの縦断研究であり、調査開始期からEPDSを使用してその変化を比較検討しているため、子どもが4歳時の調査においてもEPDSを用いた。

### 観察手続き：

本研究では、4、5歳児の親との相互作用を観察するため、4、5歳児の発達段階に適した課題や場面設定を検討した。自発的、積極的に物事に取り組むようになる年齢であることを考慮し、子どもが興味を持って自発的に取り組める玩具を用いるとともに、親の手助けや助言があればより発展するようなものを使用することを考えた。それは、この年齢の子どもにとって、親が過剰な介入や統制をしないで子どもの意見を尊重できることが、その後の自尊感情に影響することが見出されていることや（眞榮城・酒井他、2014）、子どもが親に必要なに応じて助言や援助を求められるかどうかを検討することが、社会性の発達の予測につながるのではないかと考えたためである。また、他者の意図の読み取りができるようになってきた時期の親との相互作用にはどのような特徴があるのかを検討できるような場面設定が必要である。本研究では、言語や知的な発達よりも、親との関

係性や対人コミュニケーションのスタイルを検討することが目的であるため、明確な課題を設定するのではなく、ある程度構造化された自由遊び場面を設定することとした。使用玩具は、子どもが遊びを選択できる点で主体性が発揮できる3つのケースから1つを選択するという NICHHD の方法を参考に、画用紙・クレヨン・折り紙セット、見本写真入りブロックセット（子どもの性別によって異なるもの）、ままごとセットの3種類を用意した。

さらに、4、5歳児が葛藤場面において親とどのようなやり取りをするのか、また、やや困難な課題に直面した場合に親が子どもにどのように関わるのかを観察するために、自由遊びの後に片付け場面を設定した。片付け場面の親子相互作用については、坂上・金丸・武田（2016）は2歳児を対象として服従・不服従に注目した研究を行っている。しかし、4、5歳児にとっては、道徳性の発達や他者の意図の読み取りの力が発達するため、片付け行為への反応は大きくないと予想される。そこで、子どもにとってやや困難な片付け課題となるよう、それぞれを別々の東袋（布製で口を紐で縛る袋）に入れて紐をしばっておき、片付け場面では東袋にすべての玩具を戻して紐をしばってもらうように指示した。

観察は、1）母子（父子）場面：自由遊び場面（10分）、片付け場面（3分） 2）父子（母子）場面：自由遊び場面（10分）、片付け場面（3分） 3）父母子の問題解決場面の流れで行った。1）と2）の手続きは対象者ごとに入れかえて実施した。3）の父母子の問題解決場面は、「次の休日、もしくは今日これから何をするのか」について話し合いをしてもらった。結論に達した時点で終了としたが、10分経過しても結論に達しなかった場合には、10分で終了することとした。

観察場所：観察場所は協力者の希望に合わせて、実施者の大学の行動観察室（12組）、協力者宅近くの公民館（2組）、協力者の自宅（4組）で行った。室内に2台のビデオカメラを設置し、異なる2方向から撮影した。

相互作用の観察指標：

Roggman, Cook, Innocenti（2013）が作成した Parenting Interaction with Children Checklist of Observation Linked to Outcome（PICCOLO）を参考にして、4、5歳児の親子相互作用の評定に適した内容に修正した観察評定を用いた。親子相互作用の観察評定尺度の中では、47カ月まで適用可能であるため比較的4、5歳児の評定にも使用しやすい項目が多いことから、一部修正を加えて用いることとした。

PICCOLOには、否定的な反応の評定は含まれていない。しかし、4、5歳児はある程度まとまりのある自己概念を持つようになっており、言語や会話能力の発達においてもおとなと同等にやり取りができるようになっているため、親の働きかけや指示を拒絶したり、不服従を示すことも多く、相互作用の中で親が否定的な反応をすることも少なくない。そこで、NICD Early Child Care Research Network（1999）、Kelly, Brownwell, Cambell（2000）を参考にし、さらに5組の家族の予備観察結果を基に、親の反応の否定的な側面として「侵入性」と「否定的表現」を評定する項目を作成した。さらに、子どもの主体性を評定するために、親子相互作用における子どもの行動や反応の評定についても、同上の文献および予備観察を参考にして、「遊びの質（遊びへの集中度、創造性）」、「親への感情表現」「親に対する指示・命令」についての評定項目を作成した（表Ⅱ-2）。

家族コミュニケーションの評定：父母子の問題解決場面における家族コミュニケーションの評定は、質問紙による家族評定尺度である、FACES（Olson, Sprenkle, Russell, 1979）、FEQ（Family Expressiveness Scale: Halberstadt, 1986）などを参考にして、個別性、巻き込み、柔軟性・適応性、親密性、批判・否定の5つの側面から評定する尺度を作成した。また、家族コミュニケーション場

面における子どもコミュニケーションの質についても3つの観点から評定を行った(表Ⅱ-2)。

父子、母子それぞれの相互作用場面の録画した観察記録を用いて、言葉、視線のやり取り、行動、表情についてのトランスクリプションを作成した。トランスクリプションと録画した映像を見ながら、PICCOLOのトレーニングビデオによってトレーニングを行った3名が評定を行った。1家族につき2名の評定者が評定するように割り振りをした。評定は、自由遊び、片付け場面を通して、各評定尺度の出現頻度をカウントし、「まったくない 0」「1~5回程度 1」「繰り返されている 2」の3段階で評定した。不一致の点は協議して評定を行った。Cohenの $\kappa$ 係数を算出したところ2名ずつの一致率は $\kappa = .73 \sim .84$ の間であった。

評定尺度のカテゴリーごとに得点を集計し、それぞれ「応答性」「励まし」「教育」「侵入性」「否定表現」「子どもの遊びの質」「子どもの感情表現」「子どもから親への指示命令」得点とした。「応答性」「励まし」「教育」「侵入性」「否定表現」は親の子どもへの態度の評定であり、いずれも得点が高いほどその傾向が強いことを示す。「子どもの遊びの質」「子どもの感情表現」「子どもから親への指示命令」は子どもの行動と親への態度の評定である。「子どもの遊びの質」は得点が高いほど遊びが主体的で創造的であることを表し、「子どもの感情表現」は得点が高いほど肯定的な感情、否定的な感情のどちらも表現も多いことを示す。

家族の話し合い場面の評定は、家族コミュニケーションの特性について評定した(表Ⅱ-2)。それぞれの尺度を、「個別性」「巻きこみ」「柔軟性・適応性」「親密性」「批判・否定」の5つのカテゴリーごとに得点を集計し、カテゴリー得点とした。いずれも得点が高いほど、その傾向が強くなることを示す。

### 3. 結果

#### 親子相互作用・家族コミュニケーションの特性による分類

父子・母子の相互作用と家族コミュニケーションをその特性によって分類するために、カテゴリー得点を用いてコレスポネンス分析を行った。その結果を図Ⅱ-7に示す。父子・母子の相互作用の「応答性」「励まし」「教育」と、家族コミュニケーションの「柔軟性」「親密性」の周辺に布置される父母と、父子・母子相互作用の「侵入性」、家族コミュニケーションの「巻き込み」「個別性」の周辺に布置される父母とに分かれることが示唆された。第1グループには、母10名、父12名の計22名、第2グループには母8名、父6名の計14名が分類された。カテゴリー得点の差について両群間の中央値の差を検討するためにMann-WhitneyのU検定を行ったところ、第1グループは「励まし」( $p < .05$ )「柔軟性」( $p < .05$ )「親密性」( $p < .01$ )得点が有意に高く、コレスポネンス分析において「励まし」「応答性」「教育」「柔軟性」の周辺に布置されている父母のグループであることから、＜応答性・柔軟性＞グループとした。第2グループは、「侵入性」( $p < .01$ )「否定表現」( $p < .001$ )「批判・敵意」( $p < .01$ )の得点が有意に高く、コレスポネンス分析の結果では「侵入性」「巻き込み」の周辺に布置されている父母のグループであることから、＜侵入性・否定表現＞グループとした。

親子相互作用における子どもの遊びの質や家族コミュニケーション場面における子どもの自己表出の特徴を捉えるために、コレスポネンス分析の座標上の位置を見ると、「子どもの遊びの質の良さ」は＜応答性・柔軟性＞グループの周辺に布置されており、＜侵入性・否定表現＞グループの周辺には「子どもの指示命令」(親に対して、子どもが指示や命令をすること)が布置されていることが分かる。

表Ⅱ-2 親子相互作用・家族コミュニケーション評定尺度

<b>1 子どもの遊びや感情への応答性</b>	
1	あたたかい声で話しかける
2	子どもに笑いかける子どもに微笑みかける（必ずしも目を合わせている必要はない 微笑も含む）
3	子どもの活動や興味の変化に柔軟である。子どもが新しい遊びやおもちゃを始めたり、おもちゃをいつもと違う使い方をしても理解を示す
4	子どもの肯定的な感情に応答する 子どもの肯定的な言葉を繰り返す
5	子どもの否定的な感情に応答する 子どもの否定的な言葉を繰り返す
6	子どもの言葉や声に応える 子どもが言ったことや出した声、子どもが言ったことを繰り返す
<b>2 励まし</b>	
1	子どもが自分でオモチャを選んだり、選んだオモチャで遊ぶのを見守る 子どもが手助けなしに自分でするのを見守り、どうするのかを自分で決めるのを待つ
2	子どもを助けるためにヒントを与える 子どもの遊びを邪魔せずに、どうするとうまくいくか伝える
3	子どものしていることを応援する 子どもがしていることを肯定的に述べる、手をたたく、あるいは他の肯定的な応答をする（子どもに、頷いたり、笑いかけるなど）
<b>3 教育（親主導）</b>	
1	理由を説明する 「どうして」という質問に答える
2	子どものしたり見ていることの性質（色や形、食感、動き、機能など）を話す
3	子どもに質問する 「教えて」、「みせて」、子どもが yes no で答えたり、子どもが回答ができるような質問をする（侵入性と区別）
<b>4 侵入性</b>	
1	子どもの遊びを指示する
2	子どもの遊びや言葉を遮る
3	不適切な働きかけをする 手を切るまね
4	子どもの行動の禁止（「～しないで」「ダメ」）
<b>5 否定的な表現</b>	
1	否定的な感情を表現する 怒り からかい 侮辱
2	子どもの言葉を否定する
3	子どもを茶化したり、ばかにしたりする
4	子どもへの表情が冷たい、侮辱するような表情
<b>6 子どもの特徴 遊び場面に関する評価（子どもの遊び）</b>	
1	遊びの質がよい 創造的に遊ぶ
2	遊びの意欲が下がる <span style="float: right;">【逆転】</span>
3	気分を立て直して遊びを継続できる
<b>7 子どもの感情表現</b>	
1	肯定的な感情を率直に表現できる
2	否定的な感情を率直に表現できる
<b>8 子どもの指示命令</b>	
	子どもが親に指示、命令する

## 家族コミュニケーション評定

### 1 個別性

1	子どもの意見がとりあげられる 耳をかしてもらえる
2	子どもは自分が何をしたいかはっきり伝えている

### 2 巻き込み

1	親のどちらかが一方的に決めている
2	子どもの意見に親が巻き込まれている（振り回されている）

### 3 柔軟性・適応性

1	話し合いをしている
2	誰かがリーダーシップを取っている
3	意見を共有している
4	お互いの意見を聞いている
5	結論に達成した

### 4 親密性

1	親密さ（コミュニケーション）を感じる
2	あたたかさを感じる
3	まとまりがある

### 5 批判・否定

1	子どもの意見を批判する
2	子どもを攻撃する（身体的なもの）
3	子どもを攻撃する（情緒的なもの）
4	子どもの意見を否定する
5	子どもに敵意を表す

### 6 子どものコミュニケーションの質

1	子どもは自分の意見を言っている
2	子どもは親に否定されても自分の意見を主張している
3	最後までコミュニケーションに参加できている

親の評定した SDQ、夫婦関係、抑うつ、育児感情のグループ間の比較

子どもが4歳の時点で親が評定した SDQ（Strength and Difficulties Questionnaire）の5つのサブスケール「行為」「多動」「情緒」「仲間関係」「向社会性」得点、「夫婦関係」合計得点、「抑うつ」合計得点、育児感情に関する質問の下位尺度「育児肯定感」「育児負担感」「育児不安感」の合計得点を＜応答性・柔軟性＞、＜侵入性・否定表現＞の2グループ間で比較をするために、中央値の差の検討を行った。Mann-Whitney の U 検定の結果、母親は「抑うつ」(p<.05)「育児負担感」(p<.01)で有意な差が認められ、＜侵入性・否定表現＞群の方が＜応答性・柔軟性＞群よりも「抑うつ」「育児負担感」が高いことが示された。また、「育児負担感」「育児不安感」において＜侵入性・否定表現＞群の方が有意に高い傾向 (p<.10) が認められた（表Ⅱ-3）。父親については SDQ の「行為」



表Ⅱ-3 親子相互作用・家族コミュニケーションクラスター別 SDQ、夫婦関係、抑うつ、育児感情（母）

変数名	クラスター1（応答性・柔軟性） 平均ランク（順位和）	クラスター2（侵入性・否定表現）平均ランク（順位和）	Mann-Whitny の U	有意確率
SDQ 行為	9.70 (97.0)	9.25 (74.0)	38.0	0.897
SDQ 多動	8.25 (82.5)	11.06 (88.5)	27.5	0.274
SDQ 情緒	8.35 (83.5)	10.94 (87.5)	28.5	0.315
SDQ 仲間関係	9.30 (93.0)	9.75 (78.0)	38.0	0.897
SDQ 向社会性	9.55 (95.5)	9.44 (75.5)	39.5	0.965
夫婦関係	8.17 (73.5)	9.94 (79.5)	28.5	0.481
抑うつ	6.11 (55.0)	12.25 (98.0)	10.0	0.011*
育児肯定感	10.94 (98.5)	6.81 (54.5)	18.5	0.058†
育児負担感	6.00 (54.0)	12.38 (99.0)	9.0	0.008**
発達不安感	7.06 (63.5)	11.19 (89.5)	18.5	0.083†
	N = 10	N = 8		

注 SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire)

† p<.10 \* p<.05 \*\* p<.01

表Ⅱ-4 親子相互作用・家族コミュニケーションクラスター別 SDQ、夫婦関係、抑うつ、育児感情（父）

変数名	クラスター1（応答性・柔軟性） 平均ランク（順位和）	クラスター2（侵入性・否定表現）平均ランク（順位和）	Mann-Whitny の U	有意確率
SDQ 行為	7.05 (77.5)	12.58 (75.5)	11.5	0.027*
SDQ 多動	8.42 (101.0)	11.67 (70.0)	23.0	0.250
SDQ 情緒	8.25 (99.0)	12.0 (72.0)	21.0	0.892
SDQ 仲間関係	9.38 (112.5)	9.75 (58.5)	34.5	0.180
SDQ 向社会性	8.63 (103.5)	11.25 (67.5)	25.5	0.335
夫婦関係	10.33 (124.0)	7.83 (47.0)	26.0	0.385
抑うつ	10.05 (110.5)	7.08 (42.5)	21.5	0.256
育児肯定感	9.42 (113.0)	9.67 (58.0)	35.0	0.964
育児負担感	10.46 (125.5)	7.58 (45.5)	24.5	0.291
発達不安感	10.67 (128.0)	7.17 (43.0)	22.0	0.213
	N=12	N= 6		

\* p<.05

した評定尺度を用いて評定し、父母のタイプを分類するためにコレスポンデンス分析を行ったところ、＜応答性・柔軟性＞、＜侵入性・否定表現＞の2つのクラスターに分けられることが示唆された。＜応答性・柔軟性＞群は、子どもの言動に適合した反応や、うまくできない時にヒントを与えたり、応援をするなどの行動を特徴としている。＜侵入性・否定表現＞群は、子どもの遊びを指示したり遮ったり、親が先取りしてしまうことや、子どもを否定するなどの行動を特徴としている。＜応答性・柔軟性＞群に分類された母親は10名、父親は12名、＜侵入性・否定表現＞群に分類された母親は8名、父親は6名であった。Clark-Stewart (1986) は、生後30か月の父母子3者の遊び

において、父親は子どもに指示したりほめたりすることが多く、子どもを遊びに引き入れる能力が母親より高いと報告している。また、否定的な行動には母親の行動と父親の行動の間に有意な相関がなく、父親が子どもを罰している場面は一度も観察されなかったことも指摘されている。本研究において、4、5歳児の子どもとの遊び場面では父母ともに<応答性・柔軟性>群が<侵入性・否定表現>群よりも多いものの、<応答性・柔軟性>群は母親よりも父親の方が多く、<侵入性・否定表現>は父親の方が少なくなっている。これは、Clark-Stewart (1986) によって示された3歳頃の子どもの関わりの特徴が4、5歳になるとさらに父母の役割が分化し、子どもの遊びにおいて父親が子どもを励まして遊びを発展させたり、遊びの中で子どもに応答的な関わりをするようになることを示唆していると思われる。

加藤・近藤 (2007) は、3歳児の父親と母親の遊びタイプの比較において、母親に子どもの自発性の尊重や感性よりも母親主導の遊びを展開したり限界設定をするタイプが多いことを見出している。これは本研究において、母親が子どもの遊びに侵入的な関わりをしたり、否定的な表現することが多かったことと類似する結果であり、子どもが4、5歳になっても同様の傾向の関わりが続いていることが示唆された。ただし、観察場面という他者の目があり、社会的な場面であることがこのような関わりを多くしているとも考えられる。母親の否定表現には、「○○しなくちゃダメなんだよ」「ダメ、壊れちゃう」というような玩具の扱いを注意したり、「早くやらないと時間なくなっちゃうよ」など時間内に完成させることを気にした発言が多くみられた。Pederson (1980/1986) は、「実質的にひとりで責任を持つ長さ」が親の性別の違いよりも子どもとの関わりに影響することを指摘しているが、観察場面子どもにルールを守らせたり、やるべきことをやらせなければならぬ、という責任感が母親の<侵入性>や<否定表現>を増やした可能性もある。そのため、母親の侵入性や否定表現が日常生活においても多くみられると結論づけることはできない。しかし、本研究の結果は、社会的場面での適応が求められるようになる4、5歳児の母親が社会的場面で子どもにどのように関わるのかについて示唆を与えてくれると言えるだろう。

#### 子どもの遊びにおける主体性・自己表現と親の関わりとの関連

「子どもの遊びの質」、「感情表現」、「子どもから親への指示命令」が、親の関わりとどのような関係にあるのかをコレスポンデンス分析の結果から検討すると、「子どもの遊びの質」が「柔軟性」「応答性」「励まし」の周辺に布置されており、子どもが遊びに集中し、創造的な遊びができること（子どもの遊びにおける主体性）と、親の関わりが応答的で励ましが多く、柔軟な家族コミュニケーションを取っていることとの関連があることが示された。眞榮城・酒井他 (2014) は、4歳未満の子どもとその父母との相互作用を観察し、親の統制的反応がないことと子どもの「持続力」との間に正の相関を見出しているが、4歳以降になっても親が子どもに統制的な関わりをしないことが、子どもの遊びの主体性と関連をもつと考えられる。

また、親の関わりの「侵入性」と家族コミュニケーションの「巻き込み」の周辺に子どもから親への「指示命令」が布置されており、子どものペースや意志を理解せずに親のやり方を押しつけるような関わりや、子どもを親の意向に巻き込んでいくような関わりが多い家族においては、子どもは親に指示・命令をすることで親の圧力に抵抗することが多くなることが示唆される。この結果も眞榮城・酒井他 (2014) の「親の統制と子どもの言語的否定との間に正の相関が認められた」と一致しており、4、5歳児にも同様の傾向が続くと考えられる。

Modry-Mandell, Gamble & Taylor (2007) が就学前児の家族においてポジティブな表出性が高

くネガティブな表出性が低いほど、教師によって評定された社会的コンピテンスが好ましいという結果を報告しているが、「子どもから親への指示命令」はネガティブな表出性に近いものであり、子ども同士の関係においても、「指示・命令」の方略を用いることにつながれば就学後の社会的コンピテンスが低下することにつながるかもしれない。

#### 親子相互作用、家族コミュニケーションのタイプによる子どもの行動傾向の差

親子相互作用や家族コミュニケーションに影響する要因として、子どもの特性を考慮する必要がある。そこで、親評定によるSDQ (Strength and Difficult Questionnaire; Goodman, Ford, Simmons et al. 2000) の5つの下位尺度得点を比較したところ、母親の評定した子どもの行動特徴には両群間で差は認められなかったが、父親の評定した子どもの《行為》得点において<侵入性・否定表現>群 (M=3.50) が<応答性・柔軟性>群 (M=2.09) よりも有意に高いことが示された ( $p<0.05$ )。SDQの《行為》得点は、「カッとしたり、かんしゃくをおこす」「他の子とけんかしたりいじめたりする」「おとなに口答える」などの、他者との関係における問題行動を表すものであり、<侵入性・否定表現>群の平均は、飯田・森脇・小松・神尾 (2014) による日本の標準データ (M=1.8) を上回っており、やや支援を必要とする程度の得点 (3以上) である (厚生労働省、2019)。本研究の結果からは<侵入性・否定表現>が子どもの行為の問題を増やしているのか、子どもに行為の問題があるから知親の<侵入性・否定表現>が多くなるのかを明らかにすることはできないが、父親が子どもに行為の問題傾向があると認識していることと父親の侵入的な関わりや否定的な関わり、家族コミュニケーションにおける巻き込みの増加との関連を示唆する結果である。加藤・近藤 (2007) は3歳児の父子と母子の遊びタイプの比較において、「子どもの自発性の尊重」や「感性」が両親ともに低く、母親の「適切な構造化と限界設定」が高い場合に子どもが集団内でトラブルが起こった時の感情統制が低いことを指摘している。本研究の結果は、4、5歳児においても同様の傾向が認められることを示しているといえよう。

#### 親子相互作用タイプ、家族コミュニケーションタイプによる親の夫婦関係、抑うつ、育児感情の差

母親に関しては、<侵入性・否定表現>タイプにおいて、母親の抑うつ、育児負担感が有意に高く、発達不安感が高い傾向、育児肯定感が低い傾向が認められた。母親は子どもとの2者関係においては、抑うつ感情や育児負担感、育児不安感が高いと、子どもに指示をして統制しようとしたり、否定的な表現が多くなるということである。Harnish, Dodge & Valente (1995) は、母親の抑うつが母子相互作用の暖かさを低減させ、子どもの問題行動発生頻度を高めることを見出している。本研究においても母親の抑うつや育児負担感などが子どもへの過度に指示的な関わりや否定感情の表出につながることを示唆された。父親については、それぞれの得点に両群間の差はみられなかった。福岡・児玉・金井・村瀬 (2014) は、1歳半の子どもとの相互作用において父親の抑うつ群と健常群の間に有意差はみられなかったことを指摘しているが、4、5歳児の親を対象とした本研究でも同様の傾向があることが示唆される。

以上のことから、子どもの主体性が育つための親子相互作用や家族コミュニケーションを検討する際には、母親の抑うつ状態や、育児負担感、父親が評定する子どもの行動特徴を考慮する必要があると言えよう。

## まとめと今後の課題

本研究では、4、5歳児の親子の相互作用と家族コミュニケーション場面の観察を行い、その特徴を分析した。その結果、〈応答性・柔軟性〉タイプと〈侵入性・否定表現〉タイプに分類できた。また、子どもの主体性と関連する親子相互作用と家族コミュニケーションを検討するために、「子どもの遊びの質（集中度・創造性）」「子どもの感情表現」「子どもの指示・命令」との関連を分析したところ、親の〈応答性・柔軟性〉タイプと子どもの主体性との関連が示唆された。これらの結果からは、4、5歳児になっても3歳までとほぼ同様の傾向が親子の間に認められることが分かる。さらに、それぞれのタイプ別に子どもの行動特徴や親の抑うつ、育児感情を比較したところ、母親においては〈侵入性・否定表現〉タイプで母親の抑うつ、育児負担感が高いこと、父親においては子どもの〈行為〉の問題得点が高いことが示された。子どもの主体性の育ちを支援する上で母親の抑うつや育児感情、子どもの問題行動を視野に入れた検討をすることが重要であるといえよう。

しかし本研究では、抑うつや育児感情、子どもの行動傾向に認められた両群間の差がどのような因果関係や相互作用によるものかは本研究で明らかにできていない。また、4、5歳の時点で認められたこれらの傾向が子どもの発達にどのように影響していくのかについて、今後の縦断研究で明らかにしていく必要がある。

## 文献

- 安藤智子・無藤 隆・福丸由佳・菅沼真樹『妊娠・出産にリスクのある夫婦の抑うつに関する縦断的研究』（文部科学省科学研究費補助金 基盤研究（c）（平成22年度～24年度）報告書、2013）
- Kelly, S. A., Brownell, C.A., & Cambell, S. B. “Mastery Motivation and Self-Evaluative Affect in Toddlers: Longitudinal Relations with Maternal Behavior.” *Child Development*, 71, 2000, pp. 1061-1071.
- 荒牧美佐子・無藤 隆「育児への負担感・不安感・肯定感とその関連要因の違い：未就学時を持つ母親を対象に」『発達心理学研究』第19巻、2008年、87-97頁
- ベネッセ教育総合研究所『第5回 幼児の生活アンケートレポート』2016.29-31、<https://berd.benesse.jp/jisedai/research/detail.php?id=4949>
- Clark-Stewart, K. A. “The Father’s contribution to children’s cognitive and social development in early childhood.” ed. F.A. Pedersen, *The father-infant relationship*. New York: Praeger. Clark-Stewart, K. A.1980, pp. 111-146.（幼児初期における子どもの認知の発達および社会性の発達に対する父親の貢献（斎藤浩子、訳）、父子関係の心理学（依田 明、監訳）東京：新曜社（1986、127-164頁）
- Cox, J., Holden, J. M., & Sagovsky, R. “Detection of Postnatal depression: Development of the Edinburgh Postnatal Depression Scale.” *British Journal of Psychiatry*, 150,1987, pp. 782-786.
- 藤友雄暉（1981）「幼児の助動詞の習得に関する発達の研究」『教育心理学研究』、29巻、1981年、66-69頁
- 福岡明日香・児玉由紀子・金井篤子・村瀬聡美「1歳半の子どもをもつ家族の父—母—子三者相互作用の検討—父母の抑うつの観点から」『小児の精神と神経』53巻、2014年、381-394頁
- Goodman, R. “Information for researchers and professionals about the Strength and Difficulties Questionnaire: a research note.” *Journal of Child Psychology*, 38, 1997, pp. 581-586.
- Halberstadt, A. G. “Self-Expressiveness with in the Family Context: Psychometric Support for a New Measure.” *Psychological Assessment*, 7, 1995, pp. 93-103.
- Hammen, C., Gordon, G., Adrian, C., Jaenicke, C. & Hiroto, G. “Maternal affective disorders, illness, and stress: Risk for children’s psychopathology.” *American Journal of Psychiatry*, 144, 1987, pp. 736-741.
- Harnish, J., Dodge, K., & Valente, E. “Mother-Child interaction quality as a partial mediator of the role of maternal depressive symptomatology and socioeconomic status in the development of child behavior” *Child Development*, 66, 1995, pp. 739-753.

- 飯田悠佳子、森脇愛子、小松佐穂子、神尾陽子「わが国の就学前幼児（4-5歳）における保護者及び担任評定にもとづく Strength and Difficulties Questionnaire の標準化」『平成25年度 厚生労働科学研究費補助金 障害者対策総合研究事業 精神障害分野「就学前後の児童における発達障害の有病率とその発達の变化：地域ベースの横断のおよび縦断的研究（研究代表者：神尾陽子）」総括・分担研究報告書』2014年、33-41頁
- Kagan, J. “Human morality and temperament” eds Carlo, G. & Edwards, C.P. Moral motivation through the life span, the Nebraska Symposium on Motivation, vol.51 (University of Nebraska Press, 2005) pp. 9-10.
- 加藤邦子・近藤清美「3歳児における父子と母子の遊びタイプの比較」『発達心理学研究』、18巻、2007年 35-44頁
- Kelly, S. A., Brownell, C.A., & Cambell, S. B. “Mastery Motivation and Self-Evaluative Affect in Toddlers: Longitudinal Relations with Maternal Behavior.” *Child Development*, 71, 2000, pp. 1061-1071.
- 岐部智恵子「父親の抑うつと未就学児の子どもの社会情緒的問題傾向：家族システムを媒介因として」『日本教育心理学会第56回大会発表論文集』2014年、616頁
- 厚生労働省（2019）[https://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-hoken07/h7\\_04d.html](https://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-hoken07/h7_04d.html)（参照 2019年6月）
- 子安増生『心の理論—心を読む科学』（岩波書店、2000年）、97頁
- 草田寿子・山田裕紀子「家族関係単純図式投影法の基礎的研究Ⅳ：家族図式に表現された高校生の家族関係パターンと家族コミュニケーションとの関連」『カウンセリング研究』31巻、1998、10-18頁
- Lasky, P., Buckwalter, K.C. & White, M.A. “Developing an Instrument for the Assessment of Family Dynamics” *Western Journal of Nursing research*, 7, 1985, pp. 40-57.
- 眞築城和美・酒井彩子・上長 然・田中由佳・前川浩子・松本聡子・則定百合子・梅崎高行・高橋英児・酒井 厚（2014）、親子の相互作用に関する観察評定マニュアル日本語版の作成：親の評価的フィードバックと子どもの自尊感情の関連から、清泉女学院大学人間学部研究紀要、11巻、2014年、49-58頁
- Modry-Maddell, K. L., Gamble, W. C., & Taylor, A. R. “Family emotional climate and sibling relationship quality: Influences on behavioral problems and adaptation in preschool-aged children.” *Journal of Child and Family Studies*, 16, 2007, pp. 61-73.
- Moriguchi, Y., Lee, K., & Itakura, S. “Social transmission of disinhibition in young children.” *Developmental Science*, 10, 2007, pp. 481-491.
- 本島優子「家族の表出性と子どもの問題行動：母親の抑うつ症状と感受性を媒介として」『心理学研究』、84巻、2013年、199-208頁
- NICHD Early Child Care Research Network “Chronicity of Maternal Depressive Symptoms, Maternal Sensitivity, and Child Functioning at 36 Months” *Developmental Psychology*, 35, 1999, pp. 1297-1310.
- 岡野禎治・斧澤克乃・李 美礼・Gunning, M., D. & Murray, L. 「産後うつ病の母子相互作用に与える影響—日本版 GMII (Global Rating of Mother-Infant Interaction at Four Months) を用いて」『日本女性心身医学会雑誌』、7巻、2002年、172-179頁
- 岡野禎治・村田真理子・増地聡子・玉木領司・野村純一・宮岡 等・北村俊則「日本版エジンバラ産後うつ病自己評価表 (EPDS) の信頼性と妥当性」『精神科診断学』7巻、1996年、525-533頁
- Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S. “Circumplex model of marital and family systems: Cohesion and Adaptability Dimensions, Family Types, and Clinical Applications” *Family Process*, 18, 1979, pp. 3-28.
- Pedersen, F. A. “Research issues related to fathers and infants” ed. F. A. Pederson. *The father-infant relationship* (1980, pp. 1-20) New York (父親と乳児に関する研究の問題点 (加藤千佐子、訳)、父子関係の心理学、依田 明、監訳、東京：新曜社、1986年、1-26頁)
- Roggman, L. A., Cook, G.A., Innocenti, M. S., Norman, V. J., Christiansen, K., & Anderson, S. “Parenting Interactions with Children Checklist of Observations Linked to Outcomes (PICCOLO) USER’S

GUIDE.” Maryland, Paul H. Brookes. 2013

坂上裕子・金丸智美・武田（六角）洋子「片付課題における2歳児の従順行動・不服従行動の経年変化：2004・2005年度と2010・2011年度の比較から」『発達心理学研究』、27巻、2016年、368-378頁

塩崎尚美・安藤智子・福丸由佳・無藤隆（2016）「4、5歳児の母子、父子遊び場面と父母子の課題解決場面の検討Ⅱ—子どもの行動傾向、親の抑うつ、夫婦関係との関連—」『日本発達心理学会第27回大会発表論文集』、2016年、457頁

菅原ますみ「養育者の精神的健康と子どものパーソナリティの発達：母親の抑うつに関して」『性格心理学研究』、5巻、1997年、38-55頁

## Ⅱ-3 子どもの育ちと家族システム

青木みのり

### 1. はじめに

成長するわが子と関わりながら、親もまた年齢を重ね、変容していく。「子育て」を家族の視点から考えるとき、「『子育て』をどのように家族は眼差し、見出すのか」という連想が浮かんだ。そこで本稿では、「『子育て』という視点を持ちうる家族システム」のありようについて、考察してみたい。

具体的には、まず子どもの成長とともに変化する家族システムのありようを「家族ライフサイクル」に沿って概観する。その後、家族に大きな変化のある時期として「子どもが小学校に入学するまでの時期」と「思春期青年期の子どもがいる時期」を取り上げ、さらに「親への支援」についての筆者の考えを述べる。

### 2. 家族のライフサイクル

Erik.H.Erikson は精神分析学を背景とした臨床経験に基づいて、生涯発達を 8つの発達段階に分けた。彼はそれぞれの発達段階において達成される心理社会的な発達課題とともに、乗り越えられるべき危機を対として示した。この理論は学校教育や心理臨床学などで広く知られて参照されているものである。

個人と同じように、家族の成長の過程もいくつかに分けられ、それぞれ発達課題があると考えられるようになった。子どものいる家庭の場合について、野末（2013）と平木ら（2006）を参考に筆者がまとめたものを表Ⅱ-3に示す。現在のところ、7段階に分けられることが標準である。表では、左側のカラムに各発達段階を、中央に各段階の家族の発達課題を、そして右側には、個人のライフサイクルに基づく各家族成員の発達段階と課題を示した。これらの課題を順次乗り越えていくことで、家族成員一人一人の人格的成長や家族のシステムとしての健康的な変化が促進されるといわれる。

ただし個人の場合と同様、各発達課題は、必ずその段階で達成しなければならないというのではなく、多くの場合、後で育ちなおし、取戻しが可能な可塑性の高いものである。臨床場面でご家族に出会うとき、この「家族の育ち直し」のテーマが大きく関係し、セラピストがそのプロセスに立ち会うことが少なくない。

以下に、各発達段階の様相について、要点を説明する。

#### (1) ステージⅠ：家族からの巣立ちの時期（独身の若い成人期）

家族のライフサイクルの第一段階というところ、おそらく新婚の時期を思い浮かべる方が多いのではないだろうか。しかし、家族ライフサイクル論では独身の時期を想定している。これは、人々が家庭を築くにあたって、夫と妻それぞれが個人として、成熟した人格を備えていることが重要とされていることの表れといえよう。

この時期、将来夫と妻となる個人は、個人のライフサイクルの6段階「若い成人期」にあたって、つまり重要な他者との関係に自己を投入させつつ、自己を見失わないでいられる能力を獲得

表Ⅱ-3 家族ライフサイクル（子どものいる場合）

ステージ	家族システムの発達課題	個人の発達課題
1. 家からの巣立ち(独身の若い成人期)	原家族からの自己分化	親密性 vs 孤立 職業における自己確立
2. 結婚による両家族の結合(新婚期・家族の成立期)	家族システムの形成／実家の親との付き合い／子供を持つ決心	友人関係の再編成
3. 子供の出生から末子の小学校入学までの時期	親役割への適応／養育のためのシステム作り／実家との新しい関係の確立	世代性 vs 停滞 第二世代 基本的信頼感 vs 不信 自律性 vs 恥・疑惑 自立性 vs 罪悪感
4. 子供が小学校に通う時期	親役割の変化への対応／子供を包んだシステムの再調整／成員の個性化	第二世代 勤勉性 vs 劣等感
5. 思春期・青年期の子供がいる時期	柔軟な家族境界／中年期の課題達成／祖父母世代の世話	第二世代 同一性達成 vs 同一性拡散
6. 子供の巣立ちとそれに続く時期(家族の回帰期)	夫婦システムの再編成／成人した子供との関係／祖父母世代の老化・視への対処	第二世代 親密性 vs 孤独(家族ライフサイクルの第1段階)
7. 老年期の家族	第二世代に中心的な役割を譲る／老人の知恵と経験を包含	統合 vs 絶望 配偶者・友人の死／自分の死への準備

することと、源家族からの精神的独立（自己分化）が課題となる。一方彼らの両親は、家族ライフサイクルⅥの「子どもの巣立ちとそれに続く時期」の課題をクリアすることになる。

### (2) ステージⅡ：結婚による両家族の結合（新婚期・家族の成立期）

この時期には、互いの考え方や生活習慣を持ち寄って、夫婦としての価値観や判断基準を新たに作り上げ、家族づくりの要になることが課題となる。

「両家族の結合」とはもちろん、家制度を重視した家同士の結合という意味ではなく、個人がそれぞれにもつ家族のイメージの結合というような意味である。個人が心身ともに成長し大人になる過程では、源家族の影響を意識的無意識的に、多少なりとも必然的に受けており、価値観から雰囲気まで、様々な事柄を内面化していると言えよう。同じ家族ではイメージを共有しやすいが、立場や出生順位などによって違った面が見えているかもしれない。まして、異なる家族で生まれ育ってきた夫と妻であればなおさらである。そのことを意識化し、互いに認め合い、話し合っって新たなルールを作り、夫婦としてのシステムを作り上げていくことがこの時期の課題であり、この後に続く子育ての時期を支えるものとなる。例えば家事の分担についての話し合いなどは重要でありよく見られる例であろう。

### (3) ステージⅢ：子どもの出生から末子の小学校入学までの時期

この時期は、家族のライフサイクルの中でも、最も生命力にあふれ、同時に大きな揺らぎの生じやすい時期である。それまで大人だけで構成され、程度の差はあっても自分自身のケアはそれぞれ

できていた状態から、新しい生命が生まれることにより、大きな変化が生まれる。それは大変喜ばしいことであると同時に、大きなストレスをもたらす可能性もある。この時期をいかに乗り切るかについては、夫婦で協力することはもちろん、周囲を巻き込んでの養育システム作りが大きなカギとなる。それは夫婦の努力で作られていく側面もあるが、拡大家族や地域社会などのコミュニティ、行政の理解と協力が必須となるところでもある。この時期の課題を2つに整理する。

#### 1) 養育のためのシステムづくり

役割分担をし直し、エネルギーを再分配する。世代によって考え方や状況が異なるため、無条件に前の世代のやり方を踏襲できない。複数の選択肢の中から、自分たちに合う道を自分たちの考えで選ぶことが求められる。

#### 2) 親としての成長・発達

母性は先天的に備わっているわけではなく、また女性だけが備えているものでもない。養育性は他者とかかわる経験を通して後天的に学習される部分が多い。親に求められる資質は、一時的にせよ他者を中心に据えて、他者の感情や必要性に自分を合わせる生き方に身を投じることであるが、これらは実際の子育てを通じて開花していく。

#### (4) ステージⅣ：子どもが小学校に通う時期

子どもが小学校に入り人間関係が家族の外に開かれていくと、養育のためのシステムはその役割を次第に縮減させていく。親が子に与え、親が子を守るという体制から、双方向的な関係へと変容していく。親子が対等な独立した人間同士として意見を交わしたり、関係を楽しんだり、力を貸しあうことができるようになる。

比較的安定しているとみられていたこのステージも、現在では発達の加速化現象や第二次性徴の早期化など身体的発達の様相の変化に加え、メディアやデジタル機器の影響などにより、家族関係も変容し新たな課題が生まれている。親はデジタルメディアの悪影響から子どもを守らなければならないが、反面子どもの方が親よりもデジタル機器の扱いに習熟していることも少なくなく、親が自身の子ども時代の経験を活かすことも難しい。家族の外へと世界が広がるがゆえに、社会の変化が家庭に急激に入り込んでくる最初の時期が、このステージだといえるだろう。

#### (5) ステージⅤ：思春期・青年期の子どもがいる時期

このステージは、子ども世代は「アイデンティティ獲得」という重要な発達課題に向き合い、大人としての心理的基礎を築く時期である。移行期の家族システムであり、外部との間の家族境界が柔軟であることが望ましいとされる。

思春期・青年期の子どもは、第二次性徴など急激な身体的な変化も伴うため、精神的に不安定で気分の揺れ動きも大きい。第二の個体化、心理的離乳と呼ばれる時期である。

誰にとっても、人生はいつの間にか始まっているものである。自らの意思で生まれ落ちたわけではなく、物心がついたら日々の生活が始まっていた。いわば両親という他者から与えられ育まれてきた「生」を、新たに自分の意思で「人生」として引き受けていくための、土台作りの時期でもある。それまでに十分な「育み」を受けた体験は、子どもが自らの「生」を価値あるものとして引き受けることを後押しし、子どもは輝かしさだけでなく困難をも伴うこれからの道程を、自ら歩むことに意味を見出していく。自ら判断し決定する力を子どもが身に着けるために、安易に親に頼らず親の意向を気にしすぎないことが重要で、心理的離乳を果たすことが欠かせない。

そしてこうした多感な子どもたちとの関係に、親の側も苦慮する時期である。子どもの主体性を見守りつつも、社会経験の未熟な彼らが自らよりよい判断をできるように、サポートすることが望まれる。親の側も今まで慣れ親しんだように指示したり、コントロールする気持ちを抑えて、一人の他者として子どもを尊重しなければならない。親子の対等なつながりは、友人と同じということではなく、適度な心理的な距離を保つことが欠かせない。

一方で親自身も自らの中年期の課題に向き合う時期である。こうした親子それぞれの大きな変化の中で、親離れ子離れの過程が進行する。このプロセスが比較的スムーズに移行する場合から、大きなストレスを経て達成される場合まで、形は様々である。近年では、物質的豊かさとのわかりよく寛大な大人が増えたことや、子ども世代の経済的自立の困難さなどにより、親離れ子離れは、これまで以上に達成困難な課題となったといわれる。親が中年期の課題に向き合う中で抱える困難が、子離れを一層複雑にする場合も多く見受けられる。親もまた、個人としての「生」をもう一度引き受けなおす必要性が見えてくる時期と言えるかもしれない。

#### (6) ステージⅥ：子どもの巣立ちとそれに続く時期

子どもが成長し自立をしていく時期である。子どもにとっては家を出ていくことのむずかしさがあり、親にとっては中年期のアイデンティティ再体制化に直面することになる。体力の衰えや自らの能力の限界に直面し、これまでの歩んできた過程を振り返ってその意味を問い、またこれからの人生をどのように過ごすか、再度見直す時期でもある。これは、若いころに目指してきた目標をある程度獲得できた場合にも、そうでない場合にも訪れる過程だと筆者は思う。家族システムとしては、子どもの巣立ちを受け入れ、再び夫婦として2人システムを再編成する過程が進行する。

そして、成人した子どもと、大人同士の関係を再構築していくことになる。一方、親世代は、自らの老親の老化・死へ対応することになり、介護の問題の比重が大きくなっていく。

この過程は、別れや死別を伴うものであるが、それとともに互いに積極的に関わることで、新たな可能性が開けてくる時期でもある。3世代、4世代の親しい人々との関係維持と相互成長、さらに、自己のキャリア・仕事への積極的な関与を意味する場合もある。核家族は縮小するが、親密な関係は拡大していくと考えることができる。

#### (7) ステージⅦ：老年期の家族

親世代は自らの老いと死に向き合う、人生の統合の時期を迎える。家族システムとしては、高齢者と家族との関係性が新たに構築される。親世代は、自らの人生の知恵を、子世代孫世代に伝え、個人の枠組みを超えて次世代に存在を引き継いでいく。また、祖父母役割をとり、次世代の子育てを支援することも少なくない。

一方介護が必要な場合、家族は介護システムを構築していくことになる。近年では認知症への対応も大きな問題となっている。介護システムに公的サービスなど社会的資源や、拡大家族や地域コミュニティの力をいかに組み込めるかが課題となるが、それが新たな家族の負担となることも考慮されなければならない。高齢者とその家族への支援は、今後社会が取り組むべき大きな課題である。

### 3. 「子育て」を見守る家族と親の育ち

以上のような家族のライフサイクルについての理論を踏まえ、冒頭で提示した「『子育て』をどのように家族は眼差し、見出すのか」という連想から生じた、「『子育て』という視点を持ちうる家

族システム」のありようについて、考察を試みる。特に家族にとって大きな変化を迎えるステージⅢ「幼少期の子どもがいる時期」と、ステージⅤ「思春期・青年期の子どもがいる時期」に焦点を当てる。

#### (1) 幼少期の子どもの育ち：愛着の前提となる安心感

生まれたばかりのヒトの新生児は、「生理的早産」ともいわれるように、栄養の摂取から移動まですべてを養育者に頼らなければならない存在である。しかしそれゆえに、養育者との間に、他の種には見られないほどの強い情緒的なきずなである愛着が形成され、このきずなを支えとして高度な身体的・情緒的・認知的発達を成し遂げていく。そして長じてはこの力によって他者とつながり、社会を形成していく。また、同時に新生児は、みずみずしいオーラを放つ、生命の塊のような存在でもある。存在するだけで我々大人に希望を与えてくれ、生命力と成長する力によって、世の中を活性化する。

心理生理学者のStephan W. Porges (2018)によると、人は皆、会おう相手が安全であるかどうかを識別するニューロセプションという機能を持っているという。「知覚（パーセプション）」は、意識的なもので大脳皮質に由来するが、このニューロセプションは無意識的なものであり、自律神経系に由来する。そして、この萌芽は生まれつき備わっており、養育者とのかかわりを通じて育まれる。具体的には、主に顔面の上半分に見られる、「細めた目」に象徴される笑顔、そして抑揚のある高めの声が、新生児には安心感を与える。Porgesは、この安心感は愛着の前提となるものであると、その著書「ポリヴェーガル理論入門」で論じている。

よって個人は、生まれたときから世の中が安全であるかどうかを感じ取るシステムを能動的に発動させていることになる。そして「安全でない」と感じると、身を潜めたりその場から逃げたり、乳児の場合は泣いて知らせたりと、自らを守る行動を選択するという。Porgesによれば、「危険を察知し、身を護る」プロセスを保証されることにより個人は、自らを守る方法を身に着け発達させていくことができるとしている。さらにはこの安心感の基準には個人差があり、比較的多くのものに安心感を覚える場合もあれば、特定のものを危険と感じたり、危険を感じる対象が他に比較して多い場合もあるという。

Porges理論は綿密な生理学的データに基づいて構築されており、臨床的介入においても神経学的なアプローチを自閉症児を対象とした支援に用いて効果を上げている。その一方で、より一般的な対人関係にも示唆するところが大きい。それは非常に大まかにいうと、「一人一人が異なって感受する安心感に対して、周囲がその特性に合わせて柔軟に対応できることが、個人の成長や適応を促進する」というものである。

思い返せば私たちは無意識のうちに、幼児に話しかけるときに声が高くなったり、笑顔になって目を細めていることが多い。我々大人の側も、幼児に「安全だよ」と知らせようとしているわけで、ニューロセプションの響きあいもここにもみられる。

子どもが周囲の環境の安全性や危険性を感じ取り、自らを守る力を備えることは、これからの人生を生きていくにあたって、非常に重要であろう。Porgesは、「現代の社会は、『多くの人の身の護り方がほぼ均一である』という前提のもとに作られおり、結果としてそれが、個人が自分の特性に注意を払わず、自ら身を護る方法を学ぶ機会を逸することにつながっている」と指摘する。特に大多数とは異なる特性を持つ個人にとっては、不適応に結びつく可能性がある。一例として聴覚過敏のある自閉症児などが挙げられる。ニューロセプションの働きに敏感になり尊重するということ

は、既存の社会の規範や枠組みの中であって、個人がリアルタイムで感じとることを忠実に認めることであると考えられる。人生の最初期にであう家族がそれを眼差すことは、子どもが自ら育つ力に呼応し育むことになるのではないか。

## (2) 思春期の子どもの育ち：意味づけの主体として立ち現れる個人

自らの意思によらないところで受けた生を、人はいつ自らのものとして引き受けるのだろうか。そのプロセスに非常に自覚的な人もいれば、「いつの間にかそうになっていた」というように、当たり前のこととして過ごしている場合もあるだろう。私たちがさまざまに不満や苦しさを感じながらも生活していけるのは、それなりに恵まれた環境や周囲の人々のおかげであったり、何かしら目標や意味を見いだせたり楽しみを感じられているからだと思う。

しかし、相談の中で出会う人の中には、親から与えられはしたものの、祝福されない生や過酷な人生を受け取れずに、途方に暮れている人もいる。彼らのありようは、「かけがえのないものとして生まれた体験が、生を引き受けていくことに意味を見出すうえで、大きな力となるのだ」ということを、改めて気づかせてくれる。

思春期青年期の子どもたちは、今まで何気なく歩いていた道が、実は自分の人生という道であり、これからは自分で行先を定めたり、脚を動かして歩いていかなければならないのだということに気づくポイントにいることになる。何となく今までとは違っているように思える自分や友人に戸惑うこともあるし、進む方向や進み方を、どうやって決めたらいいかわからない。かといって親や大人に提示された目標に対しては、抵抗感が生じてくる。親も、気分が急に変わったり黙り込んだり、反抗的になったりするわが子を前に、困惑する時期である。家族が抱えきれない場合は思春期の荒れや家族内の葛藤として、本人や家族が支援者のもとに現れることもある。

具体的でよくみられる例として、進路選択を挙げる。A子は、両親が教師の家庭に生まれ、自分自身も将来は同じ職業に就くと信じてきた。しかし大学受験になっても勉強に身が入らない。高校に行くのもつらくなり、不登校ぎみになった。ここまで来て異変に気づいた両親に連れられて、A子はカウンセリングルームを訪れた。カウンセリングを進めるなかで、A子は「教師になりたい」という希望を見つめなおし、職業に誇りを持つ両親の影響が大きかったことに思い至った。一方で、次々と課題を抱え多忙を極める教師の生活を目の当たりにして、自分がそれを続けられるかどうか、不安に思っていたことも明かされた。そして「やっぱり子どもと関わりたい」という自らの気持ちを確かめるに至って、自ら選択しなおし、そのための勉強を続ける生活へと戻っていった。

A子は、それがたとえ他者（親）から与えられたものであっても、新たに自ら選びなおすことを通して、「意味づけの主体」としての自己の立ち現れを経験したといえる。それは、他の誰でもない自分自身の視点から物事をとらえ、感じ取る主体としての自分である。「人生は選択の連続である」と言われる。A子はその最初の一步を踏み出したと言えよう。

## (3) 親としての育ち、個人としての育ち

子どもは生命の塊であるがゆえに、受け止める側にもそれなりの準備が必要であり、時には困難を伴うことがある。それゆえ子どもを育ちを見守る親へのサポートが求められる。筆者が相談を受ける際に心がけてきたことは、「親御さんが自分の人生の中で、この子の親であるということ、どう意味づけるか」ということを絶えず意識することであった。それは、子どもが生まれるまでの「個人のアイデンティティ」とは少し異なる、「親としてのアイデンティティ」といってよいものか

もしれない。親が一人の主体として尊重され、自らも尊重できていることによって、子どもの主体性の動きに目を向けることが促進されると、筆者は考える。

対人援助職に就いている身を振り返って思うことは、自らがサポートを受けていないと十分機能できない、ということである。サポートを受けることは重要な能力の一つで、能力がないからではない、とも考えている。

それは、「サポートを受けることで余裕が生まれる」ということ以上の意味があるように思う。「自分だけが頑張れば」という自己完結的ではない、「サポートされ、サポートする」という双方向のつながりを体感できていることが、サポートされる相手に共感するうえでも、非常に大きな助けになると思うからである。

親になるということは、自己完結的ではない双方向の関係を、今まで以上に知ることが含まれると、筆者は考える。「親としてのアイデンティティ」の大きな側面を占めると思う。

上述の Porges 理論においても、セラピスト自身の状態が真に安定していることが、クライアントの安心感を醸成するために必須であると強調している。子どもが安心できる家族関係のためにも、親へのサポート、家族全体へのサポートはなくてはならない。

しかし一方で、他者にサポートを求めたり、サポートを実際に受けることによって自尊心の低下を経験する可能性があることが報告されている。確かに社会的に大人として生活している人であれば、誰かに相談するということに対して抵抗感を持ったり、「迷惑ではないか」と懸念することもあろう。こうした相談への抵抗感や被援助指向性に関する研究が近年積み重ねており、ユーザーにとって有意義な援助の在り方について、実践に活かされていくことが望まれる。

筆者はふとしたきっかけから、「ありがとう」という言葉を嫌う文化もあると聞き、最初は驚いたが、その理由を知って感銘を受けた。言葉のやり取りを必要としないほど、互いに助け合うことが当たり前であり、むしろことさらに言葉を介在させることは、他人行儀で冷たい態度だと敬遠されるというのである。施しを与えることも受けることもともに尊ぶ仏教の教え（友松、1985）にも通じるところがあると感じ、先述の自己完結的でない双方向の在り方が端的に現れていると思った。一方我が国では、「迷惑をかけない」ことを美德とする文化がある。実は筆者自身もかなりこの影響を受けており、普段フォローしていただくことが多いにもかかわらず、自ら助けを求める事には負い目を感じる方だと自覚している。子どもに「ありがとう」を言うことを礼儀としてしつけ、「迷惑をかけてはいけない」と伝えることは、社会化という点で大切だし、他者配慮を大切にする文化として尊重したい。同時に、こうした文化的背景がもたらす負の側面も含めて、私たちの心にどのような影響が忍び込んでいるのか、今一度振り返りたいと思った。

#### 文献

平木典子・中釜洋子『家族の心理：家族への理解を深めるために』（サイエンス社、2006年）、27頁。

野末武義『家族ライフサイクル』『家族療法テキストブック』（金剛出版、2013年）、56-59頁。

Stephan W. Porges *The Pocket Guide to the Polyvagal Theory: The Transformative Power of Feeling Safe*. (Norton, 2018)

友松圓諦『法句教』（講談社、1985年）。

## Ⅱ-4 父親に焦点をあてた子育て支援活動の試み ——大学における子育て支援事業の一環として

川崎 直樹

子育てにおいて父親に求められる役割は、時代と共に変遷している。例えば「日本の意識調査」(NHK、2019)によると、女性に対して“結婚して子どもが生まれても、できるだけ職業をもち続けたほうがよい”と回答する者は1973年では20%であったのに対し、2019年では60%と大きく増加している。同様の傾向は、他に全国家庭動向調査(国立社会保障・人口問題研究所、2014)でも見られている。“結婚後は、夫は外で働き、妻は主婦業に専念すべきだ”という項目に“賛成(まったく賛成/どちらかといえば賛成を含む)”と回答した女性は、1993年の54.5%から、2013年では44.9%と低下傾向にあり、特に“まったく賛成”と回答する女性は9.2%から5.4%と少数派となるに至っている。現代においては、「男は仕事、女は家庭」といった古典的な父母観が絶対視されることはなくなりつつある。少子化や核家族化、経済事情の変化など、さまざまな影響を受けながら、社会の実情に合わせた新しい父親像・家族像が模索されつつある。

こうした流れの中で、子育ての担い手としての“父親”に焦点が当たるようになってきている。特に近年では、父親の育児参加を促す取り組みが加速している。厚生労働省による委託事業「イクメンプロジェクト」など、男性の子育て意識に働きかける活動が公的にけん引され、企業や自治体などに向けてメッセージが発されている。民間においてもNPO法人「ファザーリング・ジャパン」などの活動が話題となり、“父親であることを楽しもう”といった、子育てに深く楽しく関与する父親像が浸透しつつある。

ただし父親の育児への関与は、実情ではまだまだ十分とはいえない。「男性の育児休暇取得率」は、平成19年度の1.56%から微増傾向にはあるものの、平成29年度でも5.14%にとどまっている(厚生労働省、2019a)。この間、女性の育児休暇取得率は80%~90%を維持し続けており、それに比べると男性の取得率は非常に低い。“2020年度までに13%”という政府の目標にも遠く及ばない数値である。

しかしながら、男性の育児休暇取得率それ自体は微増傾向にあることも事実である。また“育児休暇を取れなかったが、可能ならとりたい”と願う男性が2018年の調査(厚生労働省、2019b)では3割以上存在している。父親の意識や意見のレベルでは徐々に変化は起きつつあり、ささやかな改善傾向が現在進行形で進みつつあるのも現状といえる。

### 日本女子大学における父親を含んだ子育て支援活動

このように“父親の子育てへの関与”が関心を集める中で、日本女子大学においても、「父親を含んだ子育て支援活動」が試みられてきた。もともと、日本女子大学生涯学習センターでは、2015年から、0歳から3歳の子どもを持つ母親を中心に、子育て支援グループ「こぐま」の活動が毎週行われてきた。その活動の一部として、父親を含んだプログラムが設定された。「こぐま・パパの日」として、2015年度から2017年度まで年2回、夏季と冬季にそれぞれ開催された。その詳細は報告書として2015年度(河田他、2015)、2016年度(重枝他、2016)、2017年度(西村他、2017)に、それぞれまとめられている。

表Ⅱ-4 父親に対する育児支援の分類（河田、2015を改変して作成）

分類	ねらい
①子どもや母親との絆を深める活動	父親、母親、子どもで一緒に活動することで絆を深めるきっかけにする。
②父親同士の交流の場	父親同士で、育児をすることの喜びや大変さを共有する。他の父親が子どもや母親（妻）にどう関わっているのかを知るきっかけにする。
③自身の振り返り	“パパ力検定”など、子ども・母親との望ましい関わり方について考え、父親自身のできている点、改善すべき点に気づいて、関わりを見直すきっかけにする。
④子どもの世話の方法や発達段階についての心理教育	子どもの年齢に応じたお世話の方法を伝えることで、母親に協力するきっかけにしたり、発達に応じた子どもへの理解と関わりを促す。
⑤対象となる母親のニーズに基づいたプログラム作成	プログラム参加予定の母親にニーズを尋ね、それに基づいたプログラムを企画・提案する。

本稿では主に、それら「こぐま・パパの日」の活動を振り返り、その目的や成果を整理しながら、父親を含んだ子育てで家族への支援活動のあり方を考察することを目的とする。

**従来のプログラムの検討** 「こぐま・パパの日」のプログラム策定にあたって、河田他（2015）は従来の父親対象の子育て支援プログラムの要素を表Ⅱ-4のようにまとめている。従来の支援の特徴として、“父親は子育てへの関与が薄く、理解が不足している”という父親像を前提としてその改善を啓発的に求めるアプローチ（表Ⅱ-4の③や④など）が散見される。また、父親自身の思いを父親同士で共有するアプローチ（表Ⅱ-4の②など）もしばしばみられる。いずれも現実的なニーズに根差した有効かつ重要な視点であるが、前者は父親に反省を促して変化を求める立場に立つため、親としての自分に対して若干の罪悪感を感じさせたり、「やったほうがよいと言われたからやる」といった外発的動機づけでの育児参加を促す可能性もある。後者は、父親自身が支え合い自己形成していく上では重要であるが、実際の子育ての場である家族それ自体とは離れた場での間接的な活動となる。父親の子育てのあり様を支援するにあたっては、これらの視点に加えて、また違う側面からのアプローチも必要と考えられる。特に、子育てを共にする家族全体が相互に絆を確かめ合うような活動（表Ⅱ-4の①など）や、すでに家族の中にあるニーズや思いに基づいてプログラムを企画していくことができれば（表Ⅱ-4の⑤）、上記とは対照的な利点があると考えられる。

**プログラムの基本指針** 上記の問題意識を踏まえ、プログラム実施においては、いくつかの指針を持たせることにした。1点目は「啓発より促進」である。父親に対して啓発的に関わり、反省や変化を求めるようなアプローチは、現状の父親のあり方や家族のあり方を否定することにもつながりうる。それよりは、いつもの父親と家族のあり方を大切に、そこにすでにある絆を実感したり、日ごろから伝えたかったニーズや気持ちを相互に伝えあったりする促進的な関わりを主眼とすることとした。スタッフが指導的立場をとったり、変化の強要はしないように留意することとした。

2点目は、父親単独をターゲットとするのではなく、「父親を含んだ家族全体を対象」とすることである。父親を家族から離して介入するのではなく、家族の中に居ながらその関係性が充実することを目指すこととした。“父親に対する「点」の支援ではなく、父親だけでなく、子どもと母親を含めた家族全体の関係性に介入する「線」の支援を目指すことで、家族機能としての「輪」の円

滑化を目指す（河田他、2015）”という視点である。

3点目は、「子ども・家族“から”楽しさを感じる」ことである。“このようにしたほうがよい”といった社会的に望ましい父親像を伝える形では、父親の子育て関与を外発的に動機づける形となってしまう、それは他律的で非持続的なものとなる可能性がある。子どもと関わること自体、家族と関わること自体の中にある楽しさに気づき、それを実感できることを目指すこととした。その際、参加する子どもの楽しさのチャンネルに合わせられるよう、発達段階に応じた感覚遊びの要素を入れながらプログラムを設定することとした。

なお上記に加えて、このプログラムの運営自体を大学院生中心に実施することも基本指針とした。大学院生が主体となって、プログラムを企画・立案し、その実施・運営までを責任を負うことで、将来的な子育て支援活動の担い手となるための経験を得ることを期待した。また、学生が運営主体となることで、参加する家族の側にも「支援を受ける」という受動的構えだけではなく、「一緒に場を作る」「子育てを支える人材を育てる」という主体的な関与が生じることも期待した。参加する家族にもプログラムへの要望を尋ねたりしながら、企画を進めた。教員スタッフ（筆者）の役割はそれらの企画・運営の場を提供することや、目的の確認をすることなど、側面的な援助や助言を中心とした。

### 実施プログラムの内容

父親を含む子育て支援プログラム「こぐま・パパの日」は、日本女子大学生涯学習センターによる子育て支援事業である「こぐま」の活動の一部として実施された。「こぐま」は0歳児から3歳児の子どもを持つ家族を対象としており、参加登録家族はおおよそ6家族程度である。教員の指導を受けながら、大学院生が中心となって運営されている。「こぐま」の通常回は母子を中心にして、大学院生をファシリテーターとしながら子育てに関するトピックを話し合ったりする。子どもが大学院生と遊んだりしながら教員も交えて子育てや発達にまつわる話をするなどの活動も行う。1回の活動は1時間程度とし、日本女子大学生涯学習センター（西生田）の心理相談室のプレイルームやホールを使用して行われた。

その中で「こぐま・パパの日」の活動は2015年度から2017年度まで年2回、夏季と冬季にそれぞれ開催された。参加者は「こぐま」に参加している母親と子どもに加えて、父親や子どもの兄弟（4歳以上の「こぐま」の卒業生を含む）である。企画された活動は表Ⅱ-5のとおりである。

おおよそ、乳幼児や子どもでも楽しめる感覚遊びを家族全体で行う回（表Ⅱ-5の②、④、⑥）と、父母のコミュニケーションを中心にする回（表Ⅱ-5の①、③、⑤）を交互に設定した。主担当となる大学院生スタッフを学年間で移行させながら実施した。

### 実施結果とその考察

各活動の実施後に得られた感想アンケートについて、自由記述とプログラム全体に対する感想の評定（“とても良かった”から“とても悪かった”の5件法）の集計結果を、各報告書（河田他、2015；重枝他、2016；西村他、2017）から抽出し表Ⅱ-5に加えた。ここから読み取れることは下記の3点にまとめることができる。

まず第1に、プログラムの指針に挙げていた「子ども・家族“から”楽しさを感じる」という点については、父親や母親はある程度体験をしていることが見受けられた。父母のやりとりを主眼とする活動においても、子どもが楽しめる感覚遊びの要素を入れること（例：ママクイズのお題は紙

表Ⅱ-5 プログラムの内容と感想アンケート

	内容	感想の自由記述(一部抜粋)	プログラム全体への評価							
			と て も 良 か っ た	良 か っ た	普 通	悪 か っ た	か な り 悪 か っ た	欠 損 値		
①2015年 6月	「親子体操」:親子で動物のマネをして体を動かす 「パパが答えるママクイズ」:あらかじめ母親に家族や自分のことを尋ねておき(「子どもの好きな食べ物」や「ママが欲しいもの」など)、それを当日クイズとして父親に回答してもらう。	家でも子供と一緒にできそう/妻が思っていることを知れて貴重な体験/分かっているつもりでも分かっている部分があることに気づけた。	父親	3	-	-	-	-	-	-
			母親	-	1	1	-	-	1	
② 2015年 12月	「親子体操」:動物のマネで体を動かす。 「紙で雪合戦」:紙を雪に見立て、父親が引くソリに紙を入れる。 「雪だるま作り」:毛糸やモールを用いて家族で紙面に雪だるまを作る	動物の動きを子どもが自分で考えてマネするのが見て楽しかった/パパと参加できる楽しさが良かった/毛糸・モールなどの制作は家でやれないので楽しかった	父親	3 <sup>a</sup>	-	-	-	-	-	
			母親	3 <sup>a</sup>	-	-	-	-	-	
③ 2016年 7月	「シーツリレー」:シーツをハンモック状にして子どもを乗せてリレー 「ファミリーすごろく」:止まったコマのお題に答えながら家族で進むすごろく	シーツは怖かったよう/少し気恥ずかしい質問ありしどもどろろになりつつそれはそれで楽しめた(自由遊びで)子どもがボールを投げるのを見て成長を感じた	父親	3	-	-	-	-	-	
			母親	2	1	-	-	-	-	
④ 2016年11月	「親子体操」:音楽に合わせて手足を動かす 「小麦粉ねんどづくり」:父親を中心に小麦粉粘土をつくり、家族で遊んでもらう。	粘土遊びを初めて体験できた/自然のおもちゃ作りは自宅でも手軽/子どもには理解できずイマイチ	父母合算 <sup>b,c</sup>	4	4	-	-	-	-	
⑤ 2017年 7月	「自由遊び」:自由な時間を設けながら、模造紙や風船などを使って遊びや交流を促す。 「母親・父親グループの話し合い」:"子どもの登園しぶり"の場面での気持ちや対応を父親グループ、母親グループで話し合い、最後に相互シェアする。	普段聞けないパパの意見を聞いて良かった/幼稚園がテーマだと未就学児の方が分かりにくいかな/皆の意見が参考になった	父母合算 <sup>b</sup>	5	1	-	-	-	-	
⑥2018年1月	「手遊び」:音楽に合わせて手遊びをする 「遊具を使った室内活動」:キャラクターを助けるというストーリーで室内の遊具や課題を家族で順にめぐる	(データなし)								(データなし)

注)a「とても良かった」と「良かった」を合わせて集計された。b.父親と母親を合算して集計された。c.この回のみ"子どもは楽しめていたか"で尋ねている。

風船の中に入れて子どもがそれを破る、すごろくでお題をこなすとシールが貼れる、など)などで、親子でチャンネルが違えども家族みんなが「楽しい」という場の感覚を共有できるよう配慮したことが奏功したかもしれない。一方で、企画側が目的を複数立てて、ある種の「凝りすぎ」「欲張り」状態となってしまう、活動内容が複雑化する傾向があった。こうした点は改善すべき課題である。

第2に、活動に「のる」ことが難しいケースが散見されことである。「シーツ遊びは怖がっていた」といったように、子どもによって反応は異なる。特に本活動のように年齢層をあまり統一せずに行う活動では、全ての子どもにちょうどよい活動を用意することは難しい。参加者の多様性を踏まえて、「自由遊び」という枠をあえて設けるなど、全ての参加者が同じように活動するよう求める圧力を減らす工夫が求められると言えよう。

第3に、父親・母親間の意見交流を促す活動に対しては、一定の両面的な反応が見られたことである。意見交換を行うことを有効だと回答する声も少なからず聞こえたが、その活動には同時に一定の緊張感やスリルを伴う。この点は、家族がちょうどよく楽しめるレベルの課題を見極めたり、話す内容や強度を家族の側が主体的に選べるようにしたり、参加者グループ自体の成熟を図ったりなど、多面的な工夫が必要であると言える。

## 父親を含めた子育て支援プログラムの要点と課題

以上、父親を含めた家族を対象にした子育て支援プログラムの実施概要を端的に振り返ってきた。これらを基に考えると、「父親を含めた家族」を支援の対象とするにあたって重要となる点や課題となる点として、以下の数点をあげることができる。

(1) 「父親像・家族像」の模索の支援 本活動では、基本的に「父親」に特定の役割を求めたりせず、家族の一構成員として関係を楽しんでもらうことに主眼を置いた。その点についての一定の成果はあったかもしれないが、「父親」に特化したプログラム構成とは必ずしもなっていない。現代的な「父親」のあり方が変化・多様化する中で、父親はどのようにあればよいのか、家庭はどのようにあればよいのかは、それぞれの家族が模索をし、最適解を見出すことが求められる。本活動の中では、父と母の意識のずれが顕在化することもしばしばあった。そうした瞬間、一瞬の緊張感が生じながらも、そのズレを「楽しい」と捉えた感想を述べる家庭も多かった。父親と母親はお互いに、社会の中でも家庭の中でも異なる文脈を生きている。父母同志の意識の「統一」を焦りすぎるのではなく、「ズレ」を自然なものとして認め、お互いの主観的世界に興味を持ちながら、各家庭の実情に見合った「家庭像」や「父親像」を主体的に構築していく、そのプロセスの援助が今後の大きな課題であるように思われた。

(2) 活動のゆるやかな構造化 各回の活動をどの程度構造化するのは、毎回の悩ましい点であった。「こぐま・ばばの日」では、0歳から3歳を対象としていることに加え、年長のきょうだいの参加もあるため、子どもの発達水準に合わせた活動を設定することには難しさがあった。また同年代であっても、子どもの気分によっても個性によっても、家族の体験は大きく異なってくる。プログラムの構造化を強めて「凝った」内容とすると、それに「乗れない」子どもが目立ちやすくなってしまう。回を重ねるごとによりシンプルな構造で、感覚遊びに焦点化した活動を中心にした。その際、活動に乗れても乗れなくても自由にその場で遊んでいられるような、「ゆるやかな構造」が望ましいことが明らかとなってきた。そのような場や時間を共有することで、子どもや父親の側の主体性がより発揮されやすい面もあると思われる。

(3) 企画者—参加者相互のエンパワー 本活動は大学を活動の場としており、企画・運営は学生を主体としている。心理学専攻の学生には保育や幼児教育などの専門知識はなく、またほとんどの者には子育て経験がないため、子育て家庭の実情や親の心情などを必ずしも想像しきれない部分が残る。プログラムの内容にも、いくらかの配慮不足や瑕疵が露呈した面もあったと思われる。しかしそうした不十分さを、参加者である家族の側が許容しながら活動が展開していたのが実情であると思われる。学生は企画者・援助者の役割を一時的に担う一方で、同時に地域によって育まれる発展途上の人材でもある。子どもに純粋な関心を持った学生との出会いが家族にとっては新鮮な刺激となるであろうし、学生にとっては子育ての支援者の役割を「とらせてもらう」という貴重な体験を積むことができる。子どもに対する素朴で純粋な思いを軸として、学生と家族がお互いにエンパワーされるような循環が生じていたと言える。

そうした好循環をより強固に持続的に形成していけるよう、検討と工夫を続けていくことが、子育て支援を大学が担うことの大きな意義であるともいえよう。

### 引用文献

- NHK『第10回「日本人の意識」調査(2018)結果の概要』(NHK、2019)  
厚生労働省『平成29年度雇用均等基本調査』(厚生労働省、2019a)

厚生労働省『平成29年度仕事と育児の両立に関する実態把握のための調査』（厚生労働省、2019b）

国立社会保障・人口問題研究所『第5回全国家庭動向調査』（国立社会保障・人口問題研究所、2014）

河田 英・重枝裕子・川崎直樹・岩立志津夫「父親を含めた家族全体の支援活動『ばばこぐまの日』第1回活動報告」『日本女子大学心理相談室紀要』第14巻、2015年3月、73-82頁

重枝裕子・小笠原優希・中西由香梨・日浦桃子・古谷春菜・細谷由未果・川崎直樹・岩立志津夫「父親を含めた家族の子育て支援活動『ばばこぐまの日』第2回、第3回活動報告」『日本女子大学心理相談室紀要』第15巻、2016年3月、61-67頁

西村 悠・原澤奈美・藤重千聡、佐藤 希・川崎直樹・岩立志津夫「子どもの年齢に合わせた家族全体への支援活動—『こぐまパパの日』第4回、第5回活動報告—」『日本女子大学心理相談室紀要』第16巻、2017年2月、53-62頁

## II-5 認知と脳の発達

金沢 創

総合研のまとめとして、ここでは一貫して行ってきた1歳以下の乳児の実験、および2歳までの共同注意の課題についてまとめていく。

私たちのグループでは、引き続き、乳児の認知と脳の発達に関する検討を行った。まずは私たちのラボで行っている実験方法を概観し、その後論文等の成果として得られた実験データを解説しながら、乳児の脳の発達について考えていきたい。最終的には発達と文化の関係についても考察してみたい。

### 1. 乳児の実験方法：行動実験の方法論

乳児は言葉が通じないため、心理学において一般的な言語指示が効かない。また、動物実験で用いられる強化子を用いたオペラント行動による実験にもなじまない。従って、言葉を用いず、また強化子も用いない心理学実験の方法が求められる。

代表的なものとしては主に注視行動を用いた実験方法がある。乳児は、例えば顔のような図形や抽象的な動画など、何か興味ある対象が目の前にあると、じっと注視する性質がある。この性質を利用して、1960年代のアメリカの心理学者 Robert Fantz の提案を皮切りに、70年代にかけて一連の乳児の実験心理学に関わっていた研究者たちは、選好注視法と馴化法と呼ばれる実験パラダイムを確立した (Fantz, 1961)。詳細は省略するが、この方法論により、赤ちゃんの視力の発達や顔認知の発達など、脳の発達に関する様々な能力が調べられるようになっている。

### 2. 選好注視法を用いた研究事例：乳児の質感知覚の発達

選好注視法を用いて明らかになった研究事例として、乳児の質感知覚の発達に関する研究例を説明しよう (Yang, Kanazawa, Yamaguchi & Motoyoshi, 2015)。

まずは下記の写真をご覧ください (図II-9)。この左右のいずれもが、青いピカピカのポットが机の上の置かれている同じ写真に見えるだろう。しかしよく見てみると、左右の写真には微妙な違いがある。それは、ポットの映り込みの部分である。左の写真に映り込んでいるウサギの耳は、非常に短いのに対し、右の写真に写り込んでいるウサギの耳はとても長い。指摘されなければわからないかもしれないが、左右のポットの映り込みという点では異なった写真であることに気づくだろう。

私たちは、パッと見た表面の質感 (ツルツルしている等) については、写真を見ただけで自動的に知覚できる。一方、その質感を作り出している手掛かり (映り込みのパターン等) については、眼からは取り込まれてはいるものの、意識には登らない。このような知覚メカニズムをもっているからこそ、一目見ただけで、モノがざらざらしているのか、ツルツルなのか、金属なのか木なのか、といったモノの素材に基づく質感知覚がうまく働くものだと考えられている。

では、このような質感知覚は、乳児においてはどのような過程で獲得されていくのだろうか。ここでは、生後3か月のより幼い乳児が実は大人にも見えていない画像の違いに気がついている、という興味深い事例を紹介したい。



図II-8 選好注視法の実験場面。赤ちゃんは好んで注視する図形がある。



図II-9 異なる lightfieldのもとにある二つの物体の画像 (Ferwada, et al., 2008).



図II-10a ハイライトつき 図II-10b ハイライトつき' 図II-10c ハイライトなし

実験では、上記の説明にある「選好注視法」が用いられる。用いる画像は上記の3枚の画である(図II-10)。左から「ハイライトつきのカタツムリ」、「ハイライトつきのカタツムリ'」、「ハイライトなしのカタツムリ」ということになる。

図II-10cが他の2枚と違う点は明らかだろう。図II-10a、図II-10bのカタツムリにはある「白いハイライトの領域」が存在しない。しかし、図II-10aと図II-10bの違いについてはいかがだろうか。ほとんど同じに見えるかもしれないが、よく見てみるとカタツムリの背中の中点付近のハイライトが、図II-10aには存在しないことがわかる。このように、一見して違う画像セット(図II

-10b ←→図Ⅱ-10c) の2枚を、短いブランクを挟んで交互に変化させるのである。この「変化している画像セット」を画面の左に、変化しない画像セット (例えば図Ⅱ-10a ←→図Ⅱ-10a) を右に呈示し、変化している左のサイドへの注視時間を測定するのである。

この場合は、図Ⅱ-10bと図Ⅱ-10cの違いが大きいための、変化しているサイドに選好注視が見られる。一方、図Ⅱ-10aと図Ⅱ-10bの違いはわかりにくいので、たとえ変化しているサイドがあったとしても、選好注視がみられないことが予測されるだろう。

実際、生後7か月の赤ちゃんは、この予想通りの選好注視を見せる。すなわち、図Ⅱ-10b 図Ⅱ-10cの違いは区別できるものの、図Ⅱ-10a 図Ⅱ-10bの違いは区別できなという結果になった。これはある意味で言えば、大人の知覚と7か月児の知覚は似ているものである、との結論になるだろう。

ところが大変不思議なことに、生後3か月の赤ちゃんは、この大人とは全く逆の知覚世界を持っていることがわかった。というのも、7か月児で行ったのと同じ実験手続きで3か月児を対象に検討を行ったところ、私たちにとっても区別が難しい図Ⅱ-10aと図Ⅱ-10bの区別を示した一方、私たちにとっては容易に区別できる図Ⅱ-10bと図Ⅱ-10cの区別ができなかったということが判明したのである。つまり、3か月の赤ちゃんは、表面の映りこみの微妙な変化は見えているにも関わらず、表面の映り込みがある／ないといった大きな変化が見えていないという、直観に反する結果が示された。

実は何が映っているかを抜きに画像を「完全なピクセルの集まり」であると仮定してみると、図Ⅱ-10aと図Ⅱ-10bの差分のほうが、図Ⅱ-10bと図Ⅱ-10cの違いよりも大きいことがわかっている。そうは思われないかもしれないが、例えばピクセルの違いだけを見る機械からみれば、3か月児の判断は妥当であって、私たち大人や7か月児の判断のほうが「機械的ではない」ということになる。このセクションでお示した図Ⅱ-9の2つの写真も、3か月の赤ちゃん (あるいは「機械の眼」) から見れば、簡単に見分けがつくものということにもなる。発達とは、いわば、こうした「見えているものが見えなくなる過程」でもあることが理解できるだろう。

もし私たちが眼に映っている世界をそのまま直接知覚しているとすると、光と線と色が、ただ交じり合っている混乱にすぎず、世界は目の前で見えているようには見えなくなるだろうと考えられる。かつてアメリカの心理学者 William James は、1890年の著者「Principle of Psychology」において、乳児の主観的世界を「one great blooming, buzzing confusion (咲き誇るガヤガヤした1つの混乱)」と表現した。ここではこの「混乱」についている blooming という形容詞に注意してほしい。3か月児にとっては、この混乱は悪いばかりではなく美しく楽しい世界なのかもしれない。いわば発達とは、この少しばかり楽しい混乱を、いかに忘れて捨てていくのか、という過程であるとも見ることができるだろう。

### 3. 乳児の脳活動の計測：NIRS を用いて

現代は脳科学の時代であるが、これらの知識が得られるようになったのも、fMRI と BOLD 信号という血流反応の発見が手掛かりになっている。これらの発見により、人間の脳活動を非侵襲的に知ることができるようになり、私たちの日常生活レベルの精神活動を、実験室において検討できるようになった。しかしながら、この装置での計測は、乳児の脳活動の計測には不向きである。というのも、fMRI は、頭部の位置を固定することが求められるため、「じっとしててください」との言語指示が効かない乳児には用いることが難しいからである。乳児の脳活動を計測する手法はい



図II-11a NIRSの実験場面



図II-11b NIRSの帽子

くつか存在するが、その中の1つにNIRS (near-infrared spectroscopy: 近赤外分光法) がある。この装置では、光ファイバーが付いた「帽子」を赤ちゃんの頭にかぶせることで、その脳活動を計測することができる。脳の表面に限定はされるが、fMRIと同様のBOLD信号を捉えることもできる。軽い帽子であるため被験者に対する負担は少なく、ある程度動き回ることができるので、乳児や発達障害児に適した方法となっている。

#### 4. NIRSを用いた研究事例：赤ちゃんの色カテゴリ

次にNIRSを用いて言語獲得前の乳児に色カテゴリが存在することを示した研究例を紹介しよう (Yang, Kanazawa, Yamaguchi & Kuriki, 2016)。

例えば皆さんは「みどいろ」という言葉からどんな色を思い浮かべるだろうか。あるいは逆に信号の色や森の色を見て、そのどこまでを「みどりいろ」として区別するだろうか。私たちは同じ緑色でも青っぽいものも黄色がかったものも、広く同じ「緑色」として認識している。こうして色がグルーピングされ「緑色」という概念を作っているが、この「色カテゴリ」とよばれるグループこそが「緑」という概念を作るベースになっている。では、その色カテゴリは、どのようにして学習されたものなのだろうか。

色カテゴリは通常言語や文化の影響を強く受けていると考えられてきた。しかし本研究では、5から7か月の赤ちゃんが色カテゴリに対してすでに脳活動の基盤をもつことが確認されたのである。

実験では、色の距離としては等距離にある緑1、緑2、青、の3つの色を用意し、色がカテゴリ内で変化する場合(緑1と緑2)と、カテゴリをまたいで変化する場合(緑2と青)をそれぞれ見せたときの赤ちゃんの側頭部の脳活動を計測した(図II-12参照)。

その結果、図II-12のキャプションにも示したように、between条件よりも、within条件にて、赤ちゃんの脳活動はより活発であったことが明らかになったのである。

この結果は、例えば「みどいろ」がどのようなグループのカテゴリであるのかということとは、日本語という言語によって規定されるのではなく、色知覚のメカニズムの発達に由来するより深い基礎をもつものであることを意味している。もちろん後の言語獲得により、色カテゴリが若干修正されることはあるだろう。だからこそ、日本文化独自の「みどり」があり、それは他の言語とは異なったものとなる。しかし、その基礎には、より初期からある色を見る脳の仕組みが関わっていることが示されたのである。

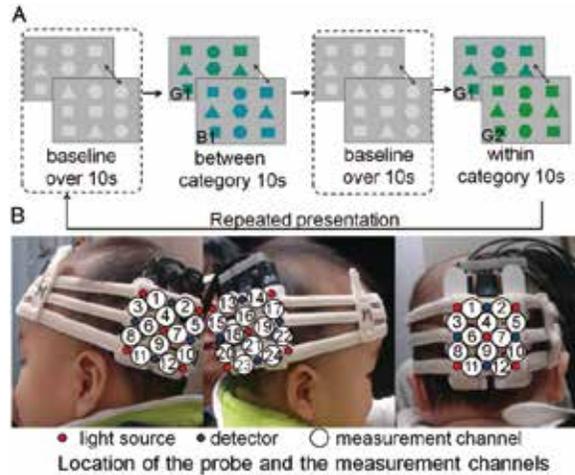


図 II-12 A は刺激の呈示方法。形だけが変化するベースラインを挟んで、色カテゴリをまたいで変化する between 条件と、色カテゴリ内で変化する within 条件を設けた。その結果、between 条件で、特に右側頭部を中心に高い脳活動が得られた。

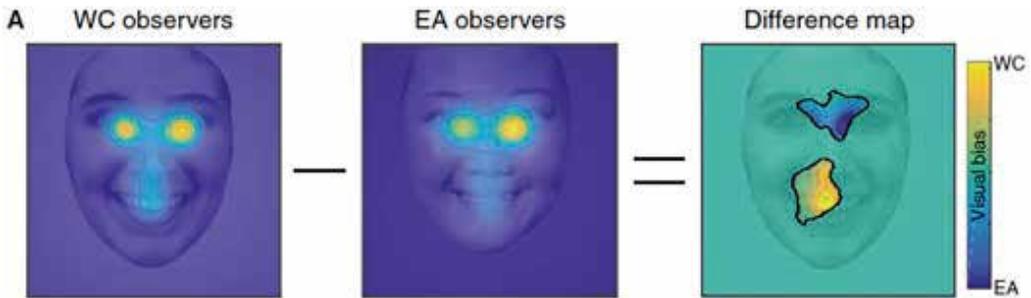


図 II-13 イギリスと日本の 8 ヶ月児の注視した場所と、その差分。左側の 2 つの図は黄色いほどより注視したことを意味する。右の図は、黄色がイギリス、青が日本の赤ちゃんが注視した場所。

### 5. 眼球運動測定装置を用いた研究事例：表情認知の際の眼球運動

私たちのグループは、表情を観察している際の乳児の眼球運動を測定し、その統計的な分布を計算した。実験では生後 8 ヶ月齢の日本で育った赤ちゃん（EA: East Asia 青色の領域）とイギリスで育った赤ちゃん（WC: Western Culture 黄色の領域）の注視行動を測定した。実験の結果、図 II-13 の一番右側の図にあるように、日本で育った赤ちゃん（EA: East Asia 青色の領域）は目と目の間の中心をより注視し、イギリスで育った赤ちゃん（WC: Western Culture 黄色の領域）は口元をより注視するという傾向が得られた。

この結果は、わずか 8 か月間の経験により、乳児においても文化差が生じるということを示している。例えば英語圏では赤ちゃんに対して「Hi baby!」といった呼びかけにもあるように、口をはっきりと動かして言葉を話しかけるといった行動がみられるのに対し、日本語には「はい、赤ちゃん」といった言葉もなく、どちらかという目と目を見つめ合わせて赤ちゃんをあやす、という行動が一般的である。この文化の違いが、お母さんの顔のどこに注目するのかという行動の違いをもたらしたものと考えられる。

## 6. 今後の展望：科学的理解に基づく実践

本研究プロジェクトでは、主に、子どもの育ちの起源としての乳児の知覚認知の発達に焦点を当てて研究を行ってきた。1つ1つの試みの詳細については、ぜひ original article に当たってほしい。ここで強調しておきたいのは、それぞれの試みにより明らかにされた赤ちゃんの認知に関する科学的なデータの重要性である。基礎研究と現場とをつなぐ1事例として最後に絵本の開発プロジェクトについてご報告したい。

現在我々の研究グループでは、絵本をお母さんが読み聞かせしている際の赤ちゃんの行動を、発話、指さし、表情、など総合的な行動指標により数値化し、どのような絵本のどのような読み聞かせが母子のコミュニケーションを促進するのかを検討する試みを行っている。通常絵本といえば、言語が十分に理解できるようになった2～3歳以降がターゲットだが、私たちは主に言語獲得以前の1～2歳の乳児を対象に検討を行っている。

その結果、赤ちゃんが興味をもち、また母子間のコミュニケーションを促進するには、赤ちゃんから見て認識が容易である「白黒の縞パターン」や「色」「顔」「明確な形」などが重要な手がかりであることが明らかになってきている。従来、絵本とは文学的な観点から、主に母親からの目線で作られることが多かったが、私たちの研究グループでは、赤ちゃんの知覚認知のメカニズムに基づき、より科学的な観点からみた「赤ちゃん目線の絵本」が重要であることを明らかにしたのだ。現在、マスコミや大手出版社からの注目もあり、赤ちゃんの絵本業界は変わろうとしているが、私たちの初期からの主張が実現している点はいへん喜ばしいことだと考えている。今後、多くの実践的な現場においても、本報告にあるような基礎的な研究の重要性が増していくことと考えている。基礎的な研究の確実な土台の上に乗った現場の試みは、色々な意味で強さを発揮するだろう。その意味で、現場と基礎研究とをつなげようとした本プロジェクトに、大きな意味があったと信じて本小論を閉じることにしたい。

### 参考文献

- Fantz, R. L. (1961). The origin of form perception. *Scientific American*, 204, 66-72.
- Geangu, E., Ichikawa, H., Lao, J., Kanazawa, S., Yamaguchi, M. K., & Caldara R., Turati, C. (2016). Culture shapes 7-month-olds' perceptual strategies in discriminating facial expressions of emotion. *Current Biology*, 26 (14), R663-R664.
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*, New York: Henry Holt and Company.
- Yang, J., Kanazawa, S., Yamaguchi, M.K., & Kuriki, I. (2016). Cortical response to categorical color perception in infants investigated by near-infrared spectroscopy. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*.113 (9), 2370-2375.
- Yang, J., Kanazawa, S., Yamaguchi, M.K., & Motoyoshi, I. (2015). Pre-concancy vision in infants, *Current Biology*, 25, 1-4.

## Ⅱ-6 保育施設における幼児の主体性の援助 —「幼児の主体的な活動」を育てるために保育者にできることは何か—

請川 滋大

### 1. はじめに

2017年に幼稚園教育要領、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領（以下、三法令）が改訂された。今回の改訂ではこれまでの「環境を通して行う教育」や「遊びを通しての指導」という基本的な部分は変わらず、その点に関しては1989年改訂以降の流れを踏襲しているといえる。しかし、小学校以降の教育とのつながりを意識しながら幼児教育の部分が検討され、小学校以降の教育の柱を見越した「幼児期に育みたい資質・能力」（3つの柱）や、「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」（10の姿）が提示された。今後、2019年10月には「幼児教育・保育の無償化」が予定されており、そうなったあかつきには、入園先を選択する保護者が保育施設を選ぶ際に幼児教育の内容や質を問うことになるだろう。その際、過度な保育サービスの競争になるよりも、本来重要とされる幼児教育・保育の質を高めていくことが各園には期待される。要領では、「教育活動の質の向上」を念頭に置いた「カリキュラム・マネジメント」に努めることを求めており、また指針では「カリキュラム」といった言葉は使われていないものの、「全体的な計画」を踏まえて職員の研修やそれらを通しての「専門性の向上」を目指すことが述べられている。つまり、いずれの施設においても幼児教育・保育の質の向上が今後課題になっていくということが分かる。

そこで本稿では、2017年の三法令改訂を踏まえ、今後の幼児教育・保育の質の向上に向けて各園には何が求められているのか。とりわけ、幼児の主体性を育てるために保育施設にできることは何かに焦点を当て、保育施設そして保育者が今後検討すべき課題についてフィールド調査を行った各施設の様子から考察していきたい。

### 2. 主体性とは何か —主体的な活動を支える保育者の援助—

それではまず「主体性」とは何かについて考えてみたい。2017年告示の要領において「主体性」という言葉は用いられていないが、「主体的」という言葉は複数回用いられている。今回の改訂では要領の中に「前文」が記されるようになり、総則の前に教育基本法の第2条「教育の目標」を引用しながら、教育そして幼児教育の目標について記していくという流れとなっている。この前文、教育基本法第2条3の部分に以下のような記述がある。

正義と責任、男女の平等、自他の敬愛と協力を重んずるとともに、公共の精神に基づき、主体的に社会の形成に参画し、その発展に寄与する態度を養うこと（傍点は引用者）

社会の形成に主体的に参画する態度を養うために教育が重要だということを述べており、自らの気持ちから参画する態度の涵養が大切であるということここでは主張している。ではこの教育基本法を土台とした幼稚園教育要領では、「主体」という言葉はどのように用いられているだろうか。要領の総則第1「幼稚園教育の基本」の冒頭には以下のように記されている。

幼児は安定した情緒の下で自己を十分に発揮することにより発達に必要な体験を得ていくものであることを考慮して、幼児の主体的な活動を促し、幼児期にふさわしい生活が展開されるようにすること（傍点は引用者）

ここから分かるのは、幼稚園では幼児の主体的な活動、言い換えれば、幼児が自らの気持ちから活動を起こすことを促すことが必要であるということである。それが幼稚園教育の基本であるという。幼稚園というのは教職員が集まってある目的を遂行しようとする組織体であるから、教職員それぞれが、そして教職員集団が「幼児が自らの気持ちから活動を起こすことを促す」よう彼らを支えて（援助して）いかなければならないということになる。しかし、言葉でいうのは容易でも、どう実現するかを考えるとそれほど簡単なことではない。自らの気持ちから活動することを誰かの指示で行わせるのであれば、それはもはや自発的な行動ではなくなってしまふ。自らの意思で行動しようとするには、（幼児が）ある状況に置かれた時に「これをやってみたい」「あれもやってみたい」という気持ちになるようにしなくてはならない。この気持ちを引き出すための刺激として最も大きなものは、その幼児を取り巻く物的な環境であろう。保育室にままごとコーナーが用意してあったり、積み木コーナーが設定してあったりすると、それらの遊びをやってみようかなという気持ちになる。

一方で、物的な環境だけでなく、保育者という人的な環境も大きい。遊びを中心に保育実践を行っている園の場合、幼児はそれぞれが思い思いの活動をしており、互いの活動が見えていない場合も多い。保育者はクラスのメンバーがどこで何をしているか、安全という側面からも誰がどこにいてどのような活動をしているかはおおむね理解しているはずだ。その上で、保育者には自らが捉えた幼児の遊びを他の子に伝えるという役割が生まれてくる。園庭で遊んでいた子の活動を、保育室に戻ってきた際にそれとなく他のメンバーに伝えるなど、子どもたちの中に遊びのメニューがイメージできるような関わりをすることが遊びの援助にとって重要だ。これを言葉で伝えるのが帰りの会などの集まりの場面であり、その場の活用が遊びの援助の要となる。この場を上手に活用することで、幼児同士が互いの遊びをイメージできるようになり、幼児教育の充実にとってとても有効である。また、クラス全体で話し合いをして、民主的に物事を決めていく際にも集まり場面が重要だ。その他、保育者が作成するドキュメンテーションなど写真を用いた記録を使って、それぞれの子が取り組んでいる遊びや活動の様子を、子ども同士または園の保育者間で、さらには保護者と共有するために活用している園もある。

主体的な活動を捉えるためのツールとしてドキュメンテーションは効果的だが、これらを作成するための時間をどう確保するかという点も非常に重要である。子どもと離れて作業する時間、いわゆる「ノンコンタクト・タイム」をいかに確保するかは、幼児の主体性を支える就学前施設にとって非常に重要なポイントである。保育が長時間化してきている現代において、ノンコンタクト・タイムをどう確保しているか。主体的な活動をいかにして支えているか、この点について具体例を紹介したい。

### 3. 主体的な活動を支える物的環境の工夫 — 認定向山こども園（宮城県仙台市） —

2017年9月に訪問した仙台市の認定向山こども園は、1956年に創立されたキリスト教主義の幼稚園である。2014年からは認定こども園へと移行している。こども園への移行に伴って、1歳から子どもが通園できるようになり、定員は240名（2017年当時）となった。仙台市内にありながらも豊



図Ⅱ-14 ゾーニングされた園庭の一部



図Ⅱ-15 遊びに使える豊かな自然素材

かな環境を有しているのが特徴で、園庭は平らなところばかりでなく緩やかな傾斜や築山もあり、遊びの中で自然と体を使うように工夫されている。また敷地内には竹林や大きな木のある森もあり、子どもたちの活動場所はとても広い。そんな広い環境の中で、教員同士が子どもの情報共有をするには工夫が必要となるのだが、向山こども園では保育者がインカムをつけて、自分がいまどこにいるのか、またクラスの子どもがどこにいるかの情報を互いに送受信しあっている。

向山こども園では、子どもたち自身が「自分の好きなことを見つけられる人」になることを教育目標の一つとしており、それは普段の保育の様子にも表れている。保育の中では子どもたちが活動を選択できるよう環境も豊かにしつつ、1歳から6歳までの子どもたちが安心して遊べるような場を用意している。園庭は緩やかにゾーニングされており、真ん中にある大きな築山がそれとなく園庭を区切り、小さな子どもたちも大きな子のダイナミックな動きに乱されずに遊べるようになってい

る。また、製作活動やごっこ遊びをするのも、室内だけに限らず園庭の環境を上手に利用している。テーブルを園庭に出し外で製作活動ができるようにすることで、子どもたちは自然素材を豊かに活用しながら、洋服の汚れを気にせず大いに遊ぶことができている。こういった製作活動の拠点となる場が園庭にいくつもあることで、子どもたちは互いの遊びに刺激を受けながら作業を続けられるという効果もある。この日は、ドングリや葉っぱを剪定された木の板に木工用ボンドで貼り付ける遊びを熱心に行っていた。別な場所では動物の檻のようなものが作られており、何に使うのか尋ねてみたところ、ライオンごっこに使っている檻だということが分かった。たまにライオンが逃げ出すというのが面白い。

#### 4. 幼児の主体性を保障する人的環境 —文京区立湯島幼稚園（東京都文京区）—

文京区立湯島幼稚園には、2018年度より園内研究会で定期的に訪問している。JR 御茶ノ水駅からほど近いところにある都心型の公立幼稚園だ。幼稚園教育要領の基本である「自発的な活動としての遊び」を大切にしており、「よく遊ぶ子ども」という教育目標そのままに、子どもたちは日々自己を発揮しながら様々な遊びや活動に取り組んでいる。ここでは2018年11月に訪問した際の子ども会に向けての活動について紹介したい。

朝、年長5歳児クラスでは、この日の活動の流れについて話し合いをしていた。近々実施される子ども会で「ブレーメンの音楽隊」を披露することになっている年長児たちは、クラス内をいくつ



図Ⅱ-16 作業の流れを書き出す担任



図Ⅱ-17 倒れないウサギの耳を作る

かに分けた小グループ毎に、どのように作業を進めていくか担任と共に話をしている。担任は一人で作業の流れを決めることなく、子どもたちにどのように進めたいか確認しながら、その内容をホワイトボードに書き出していった。このように子どもたちと共に決めたことを文字化し、子どもにも見えるようにしておくというのは年長児の11月というこの時期にあった進め方とを感じる。

5歳児ともなると作業の進め方に個性が表れる。ウサギチームはすぐに耳を作り始めるというが、ニワトリチームの男児は先に園庭でサッカーをしてから作業に取り掛かるといふ。観察していた筆者は、園庭に出てサッカーをしてしまうと予定の時間に戻ってこられなくなるのではないかと危惧したが、子どもたちは園庭にある大きな時計を気にしながらサッカーをして遊び、時間になるときちんと戻ってきた。このように作業の見通しを持たせる保育者の援助が、子どもたち自身に時間を管理する意識を育てていくのだろう。ホワイトボードには子ども会まで「あと11日」と書かれており、1日の中の時間管理だけでなく、10日以上先の日に向けて作業の見通しを持たせる意識づけも行っていた。

ウサギの耳づくりに取り組んでいた女兒数名は、最初はピンクのフェルトで作ることにしたようで、長い耳をハサミで切り抜いていた。しかし、ウサギのかぶり物に耳を付けてみても、思ったように耳はピンと立たない。どうしたらウサギの耳を倒れなくできるだろうか。考えた女兒たちは、フェルトの耳を台紙に貼り付けることを思い立った。担任はそのアイデアに使えるような工作用紙をさりげなく用意することで、女兒たちのやりたい気持ちを支えていた。これまでに様々な作る活動をしてきたことが土台となっているこの活動だが、素材をさりげなく用意した保育者の援助もここでは重要な働きをしている。

## 5. 情報共有のツールとしてのドキュメンテーション

### —仁慈保幼稚園（鳥取県米子市）—

2016年に訪問した仁慈（じんじ）保幼稚園は、社会福祉法人仁慈保幼稚園が運営する歴史のある保育所である。こちらの園の取り組みは全国的にも注目を浴びており、とりわけドキュメンテーションやポートフォリオの作成、子どもたちの興味・関心を中心に据えた保育内容をその特徴としている。保育者はイタリアのレッジョ・エミリア市へ研修に出かけたりしており、レッジョ・エミリアの保育にも刺激を受けているようだ。レッジョ・エミリアの保育では、あるテーマの下、子どもたちが探求を深めていく「プロジェクト活動」が良く知られている。仁慈保幼稚園ではプロジェクト活動と



図 II-18 毎日作成するドキュメンテーション



図 II-19 ドキュメンテーションの掲示

は呼ばないものの、子どもたちの興味・関心を活動の中心に置きながら探求していく。その姿はレジャの保育を彷彿とさせる。

2018年現在、東京でも2園運営している仁慈保幼稚園だが、2016年の米子訪問時が筆者にとっての初めて見る仁慈の保育でありとても良い刺激を受けたのを記憶している。この訪問時は特にドキュメンテーションの作成に興味を持って行ったので、子どもたちの活動もさることながら、ドキュメンテーションの作成場面を見学させてもらったことが印象深い。

仁慈保幼稚園では3～5歳児は縦割りクラスとなり、各クラスに2人の保育者が入る。主担当の保育者は朝や昼の集まりを主導しながらその日の活動について子どもたちと話し合いを進め、副担当は主担当をサポートしながら子どもの活動を写真に収めつつ保育を援助していく。副担当は昼食後に保育室を離れ、職員室でドキュメンテーションの作成に取り掛かり、その日の活動について効果的に写真を用い1枚の記録にまとめていく。時間にして30分～40分程度の作業時間である。印刷したものは主任などが内容を確認し、保護者が見えるところに掲示する。そのおかげで、夕方迎えに来た保護者はその日の活動について知ることができる。当日の帰り、ちょうど子どもと父親が一緒にドキュメンテーションを見ながら話をしている様子を見ることができた。毎日1枚ずつドキュメンテーションが作成されていくため、子どもたちの興味・関心をしっかりと把握し、次の日以降の保育の進め方に大きな示唆を与えるものとなっている。仁慈の子どもたちの興味深い活動を支えるツールとして、これらが大変有効に働いている。活動の自由さだけでなく、それらをしっかりと捉えた記録、記録を土台にした幼児理解、そして幼児理解を基に進められる保育者の援助が重要だ。

## 6. ノンコンタクト・タイムをどう確保するか

### —レミントン幼稚園（ニュージーランド・ハミルトン市）

前節の仁慈保幼稚園では、クラスに入る保育者を2人体制にし、昼食後の一定時間を子どもと共にいる者と、ノンコンタクト・タイムを取る者へと分ける工夫を行っていた。一般に日本の保育所ではノンコンタクト・タイムの確保が難しいと言われている。全国私立保育園連盟から出された「ノンコンタクトタイム調査報告書」（2019）では、一日のうち子どもと離れて作業をする時間（休憩

時間を除く)がまったくないと答えた保育士が39.2%、20分以下と答えた保育士が21.3%、合わせて約60%がたった20分もノンコンタクト・タイムが取れない状況を訴えている。これでは保育の質を向上させたいと願っても何もできないのが現実だろう。

2018年の夏にニュージーランドの保育施設を複数視察してきたが、その中の一つ、ハミルトン市にあるレミントン幼稚園では保育者のシフト表を作り、子どもと触れる時間と休憩時間、そしてノンコンタクト・タイムを色分けして表示していた。表では「NC」と記されていたのだが、NCの意味は何か尋ねたところ予想通りノンコンタクト・タイムとのことで、妙に納得したものであった。そもそも、日本ではまだノンコンタクト・タイムという言葉が一般的ではない。ようやく最近、保育業界でその言葉が聞かれるようになってきたという感じである。そのため、先ほどのノンコンタクト・タイムの調査報告が出されたと聞いた時には、驚きと共に今後の意識改革に期待したものである。

幼児の主体性を支えるためには、仁慈保幼園の例を見ても分かる通り、丁寧な活動の記録と幼児理解、そしてそれらを基にした保育の援助が重要となってくる。幼児教育・保育の無償化を目前に控えたいま、いかにして幼児教育・保育の質を高めていくか、しっかりと検討しておくことが必要だ。そうしないと「悪化は良貨を駆逐する」という言葉の通り、子どもにとって望ましくない保育が広がっていくことも想像される。子どもの育ちを支えるために保育施設、保育者、ひいては大人にできることは何かを考えていくことが、この時代により求められていると強く感じる。

#### 文献

公益社団法人全国私立保育園連盟調査部（編）公益社団法人全国私立保育園連盟調査部『ノンコンタクトタイム調査報告書』（公益社団法人全国私立保育園連盟調査部、2019年）、3頁

厚生労働省『保育所保育指針<平成29年告示>』（フレーベル館、2017年）

高橋健介・請川滋大・相馬靖明（編著）『認定こども園における保育形態と保育の質』（ななみ書房、2017年）、52-60頁

内閣府・文部科学省・厚生労働省『幼保連携型認定こども園教育・保育要領<平成29年告示>』（フレーベル館、2017年）

文部科学省『幼稚園教育要領<平成29年告示>』（フレーベル館、2017年）

汐見稔幸（編）『エデュカーレ（2019年3月号）』（臨床育児・保育研究会、2019年）6-18頁

## II-7 子どもの創造的主体を育む空間

宮 晶子

### 1. はじめに

「創造的主体としての子どもの育ちを考える」というテーマにおいて筆者は、建築設計および研究者の立場から、空間の働きとの関係における考察と事例紹介を行う。

### 2. そもそも空間とは

そもそも空間とはなんであろうか。床壁天井に囲まれ、切り取られた空隙をイメージする人も多いと思う。しかし、実際の空間においては、心理学者の J.J.Gibson の造語である、物や環境が人間を含む動物に対して afford (提供) するものという意味である「Affordance」という言葉を知らない人々も、体感的には環境からの様々な働きかけを享受している。

夏の日差しのもと、木陰の下に椅子を持ち出したり、桜の花のそばに敷布を広げて宴を催したり。待ち合わせの時に駅の柱に寄り添い、階段に腰掛け、平な手すりがあればその上に飲み物の缶をふと置く事もあるだろう。そのような関係が生まれているところに、創造的な人との関係をはぐくむ空間が生まれていると筆者は考えこれまで建築物を設計してきた。

### 3. 壁柱による事例



那須の山荘  
壁の壁や段差が雑木林への連続性と人の  
拠り所を提供する。

© Lorenzo Nencioni



JOTO model

壁柱による半開きの空間が困われ感、開放感、そして拠り所を同時に作るモデル。

© miya akiko architecture atelier



house K

林立する壁柱によって、ひとりである時の落ち着きと大勢でいるときの賑わいが共存する場が生まれる。

© Shinkenchiku-sha



house I

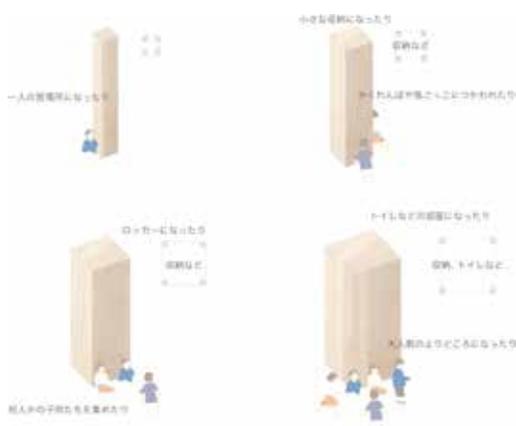
散りばめられたL壁が、部屋の隅のような拠り所と気配の共有を内外につくりだす。

© Shinkenchiku-sha

#### 4. 柱による提案

子どもの創造的学び場の設計に際して、柱がつくる空間を考案した。林立する柱がつくる空間は、独りになったり、誰かを見つけたり、見つけられたりする、見え隠れする場を提供する。そこは、かくれんぼを誘発したり、友だちとの距離感をはかって活動したりすることができる場となる。そのため子どもたちは、個々の様々な状況に応じて関係を主体的に判断し行動を選択することができる。子どもたちは様々なスケールの木柱が散りばめられた空間で、自分の身体や他者の身体を感じながら、学び合い、成長することができる。

また、柱は子どもの身体がようやく隠れるか隠れないか、泣きたいときに拠り所となるが誰かに見つけてもらいやすい小さなサイズから、数人で寄り添うことのできる大きなサイズまで、森の木々のように多様なサイズでそれがつくる様々な余白をつくりだしながら存在する。



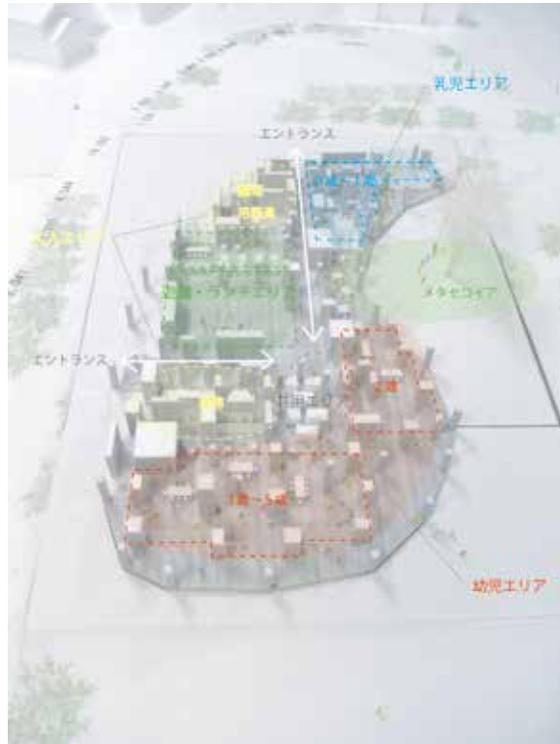
柱のサイズ

さまざまなサイズの柱がいろいろな子供との関係をつくりだす。



柱による空間

柱とその余白がさまざまな子供の関係を調停する居場所を提供する。



sunsun 保育園事例

小学校跡地への計画。広々とした敷地に柱が居場所をつくっていく提案。

すべてのダイアグラム © miya akiko architecture atelier

## 5. まとめ

柱による空間の事例は、イタリアのレッジョ・エミリアにおける幼児教育の現場では円柱が一部試みられているが、日本ではいまだ実現化されていない。

子どもの自主的な創造性を誘発する柱による空間は、保育士さんが十分に子どもを見守ることができ、またある程度放任することもできる場となると考えている。つまり、子どもと保育士さん両者にとって相互に心地のいい関係の居場所を提供することを期待している。

## 6. 今後に向けて

また、子どもと大人のスケールの違いを考慮して、柱に加えて床の変化や背の低い壁によって領域に変化を与えていくことも可能性があると感じている。見通しを効かせながら、子どもの視認できる領域と大人のそれとが交錯しながら異なる領域を形成していく空間の創出である。また床や低い壁を挿入することで、子どもの身体によりそう親密な空間や、活動を誘発する場をつくることもできる。

イメージするところは、建物ではないが石上純也氏によるボタニカルガーデンの雑木林と池がまざりあった関係がある。



石上純也氏 設計 ボタニカルガーデン「水庭」© <http://artbiotop.jp>

林立する柱と、その下を縫う様に広がる床面の領域、その両者が関係しあいながらもそれぞれの原理で立ち現れ、まじりあう空間のイメージである。そこでは、子どもにも大人にも、「主体」としての創造的な活動を誘発する。子どもは身体に呼応する地平の中で自由な活動、大人は子どもの自由を許容しながら秩序づけられる奥行の中で安定した活動を行うことができる。両者の秩序と自由が複合する新しい空間モデルの創出を目指したい。

### Ⅲ 大学における「子どもの育ち」支援の可能性を探る —他大学の見学を通して—

#### Ⅲ-1 名古屋芸術大学子どもコミュニティセンターの見学から

請川 滋大

##### 1. 名古屋芸術大学について

名古屋芸術大学は、「東海地区唯一の総合芸術大学」として1970年に設立、50年ほどの歴史を持つ。元々キャンパスのあった隣り合う2つの町、愛知県師勝（しかつ）町と西春（にしはる）町が2006年に合併して北名古屋市となった。現在は師勝町のキャンパスを東キャンパス、西春町のキャンパスを西キャンパスと呼んでいる。2007年4月には名古屋芸術大学短期大学部を改組し、名古屋芸術大学人間発達学部こども発達学科を開設した。こちらの学科では小学校教諭と幼稚園教諭の1種免許状、保育士資格などを取得できる。2009年度より地域貢献の一環として子育て支援事業を開始し、「にこにこワークショップ」という活動を行っている。こちらのワークショップの実施・運営が子どもコミュニティセンターの中心的な事業となっている。

##### 2. 「子どもコミュニティセンター」の概要

名古屋芸術大学東キャンパス内にある子どもコミュニティセンターは、大学が地域貢献事業として場を提供し、その企画・運営を行っている子育て支援施設である。センター長は大学の教員が務めており、2018年11月当時はこども発達学科准教授の南元子氏がセンター長であった。センターでの企画を中心に運営する職員は2名おり、いずれも公立保育園の元園長である。センター長は大学の業務もあり、常に子どもコミュニティセンターにいるわけではないので、職員の2人が交代で勤務をし、どちらかが必ずセンターにいるような体制を取っている。交代で勤務する2名の職員に加え、保育を共に行う職員が1名入り、毎日2人で運営できるようにしている。また保育活動にはボランティア学生も参加し、子どもたちの遊び相手や学生自身の企画を実施したりしており、学生たちにとっても良い学びの場となっているようだ。センターの事務に関しては大学から事務職員を1名配置してもらっており、大学の業務と兼務しながらセンターの事務処理を支えている。2018年11月、日本女子大学学術研究員の加藤直子氏（専門：子育て支援・保育学）と共に名古屋芸術大学子どもコミュニティセンターを訪問した。

センター内にはきれいな子ども用トイレが用意されている。また、夏場になると外にプールを出し水遊びをできるようにもするので、通常の保育園と同様、シャワーや洗濯乾燥機も準備されている。子連れの保護者にとっては安心できる設備である（図Ⅲ-1）。

##### 3. 「にこにこワークショップ」について

子どもコミュニティセンターの中で中心的な企画となっているのが「にこにこワークショップ」である。にこにこワークショップでは、人間発達学部の教員や保育担当の職員が講師となり、幼稚



図Ⅲ-1 センター内の子ども用トイレ



図Ⅲ-2 センターの受付



図Ⅲ-3 センター内の様子



図Ⅲ-4 ワークショップの一場面

園・保育所通園前の未就園児の子どもたちとその保護者を対象に様々なテーマ遊びを行っている。開始時間の前は、センターにあるおもちゃを使って親子で自由な遊びを楽しむこともできる。

にこにこワークショップの開催は基本的に毎週水曜日と木曜日で、午前10時から11時半までが活動時間となっている。なお、9時半から入室が可能となるので、早めに来て自由に遊ぶことができる。事前の予約は不要で、参加費も無料となっている。1回のワークショップの定員は一応20名と定めているが、最大25名くらいまでは受け入れるようにしている。ただ、あまりに参加者が多くなるとは活動しにくくなるので、一定数以上親子が集まるとそれ以降は入室制限を設けている。

通常の1日の流れは以下のようにになっている。

- 9：30 センター開所
- 10：00 好きな（自由）遊び
- 10：45 お片付け
- 11：00 テーマ遊び
- 11：30 手遊び、絵本、紙芝居など

「テーマ遊び」では、作ったものを持ち帰れる「工作の日」の人気の高い。保護者の中には「父

親を連れてきたい」という希望もあり、「土曜日に開室してほしい」という要望も出ているようだ。活動の最後に行く手遊びや紙芝居などを10～15分程度行い、そこでワークショップは終了となる。午前で終わる活動だが、参加した親子はそのまま大学に残って、学食などで昼食を食べて帰ることもあるという。大学が地域の親子にとって安心できる居場所になっており、それが無料で活用できるというのは大変喜ばしいことだろう。また、ワークショップを中心に担う職員がベテランの保育者ということで、子育てにまつわる悩みなども打ち明けやすいのではないだろうか。そういった点も意識してのことだろうが、職員が保護者に対して積極的に言葉をかけるようにしていたのが印象に残っている。

「にこにこワークショップ」は事前登録制ではなく、初回来訪時に登録すればよい。1才から就園前までの親子が利用できることになっているが、1歳に満たない0才児の利用も多いという。2歳児になると北名古屋市が児童館で運営する「なかよしキッズ」というのがあり、そちらを利用する子が増えるため、にこにこワークショップの方には大きな子は少ない。

にこにこワークショップでは、「自分の好きな遊びを見つけてじっくり遊び込むこと」を大切にしており、毎回行うテーマ遊びには無理に参加しなくても良いということであった。この日はキャンパス内の芝生の上で体を使った親子遊びをしていたのだが、たしかにそちらの活動には入らず、親子で遊びながらも少し離れたところにいるという母親もいた。集団での活動が苦手な、発達に課題のある子どもも、このように活動への参加を強制されないというのがにこにこワークショップへ参加しやすい理由の1つとなっているようだ。集団から離れて孤立している親子を見かけると、職員や大学側のスタッフが積極的に話しかけるようにしている。

なかには大学の子育て支援を「敷居が高い」と感じている人もおり、こちらの子どもコミュニティセンターの門を叩くまでにとっても時間がかかった親子もいたそうだ。そのため、施設や活動への出入りを自由にし、親子自らの意思を大切にしている。そういった配慮も親子の気楽な参加につながっているのだろう。

ボランティアの学生は、初回に来た時に名札作成程度の登録をし、親子同様、「いつでも来たい時に来室してよい」と言われている。親子の中には、担当者との間に「支援する側・される側」という上下関係を感じる人もいるようだが、ボランティア学生が来ていることにより、保護者は子どものことについて学生へ「教える側」になることができる。学生は母親に、「どんな化粧品を使っているのか」、「母親になってから化粧の仕方が変わったか」など大学側が思いもよらない質問を投げかけたりするようだが、そうしたやり取りによって母親はリラックスし、母親としてではなく1人の女性としての時間を感じることができるのではないかと。

毎週木曜日は大学でゼミがあるため、教員と学生がゼミ単位（10名程度）で来室することもある。ゼミで教員と学生が一緒に考え、子どもを楽しませる企画をしたり、教員が母親たちにミニ講義をしたりすることもあるそうだ。また年に2回、高齢者と子育て世代との世代間交流も行っている。地域にある年配の方々々が所属するクラブが集団で来室してくれるので、主に高齢者と子どもたちの楽しみの場になっているとのことだ。

#### 4. 「子どもコミュニティセンター」の運営

ここからは、見学当日にヒアリングした内容についてまとめていきたい。

最も聞きたかった点は運営費についてである。これほどの施設と活動内容を無料で利用できるということは保護者にとって大変ありがたいことではあるが、大学側は何らかの補助金を市など行政

から得ているのだろうか。その点について尋ねたところ、まず年間の経費は約170万円ほどかかっているという。ここには利用者の事故やケガなどを想定した保険代も含まれており、すべて大学側が負担しているとのことであった。市など行政側からの助成は受けていないということなので、すべて大学を運営する法人側からの支出であることが分かった。

これら経費の大部分は人件費として使用している。保育を計画及び主導する保育者への支払いは1日につき非常勤講師1コマ分と同じくらの額（約1万円）、副担当として入る保育者は時給制で1時間1千円ほどであるとのこと。主担当を務める保育者の担当回数が大きく異なるよう、1年間の中で調整しているという。

## 5. まとめにかえて

前節で出てきた北名古屋市が運営する「なかよしキッズ」は事前登録制で、毎週水曜日利用か木曜日利用かを登録する。登録は前年度の2月末メ切のため、もしかするとこちらに登録できなかった親子、または登録日ではない曜日を「にこにこワークショップ」への参加に充てていてはないだろうかと想像した。だがそれよりも、「なかよしキッズ」が満2歳以上の「親子のふれあい遊びや、親同士の交流」なのに対し、「にこにこワークショップ」の方は満1歳から、場合によっては0歳からでも参加できるというのが魅力になっていることが分かった。かつてよりも、低年齢の子どもを抱えた保護者が安心できる遊び場や居場所がより求めているのだろう。北名古屋市の「なかよしキッズ」の方は市内の児童センター「きらり」や市内にある各児童館で行っており、午前中の活動、先着20組の親子までの利用というところも名古屋芸術大学の取り組みと重なる部分がある。市全体としてこれらの活動への参加者がどれくらいいるのかは分からないが、名古屋芸術大の「にこにこワークショップ」は、市が行う「なかよしキッズ」と並置されながらも、2歳未満の低年齢児がいる親子を受け入れていること、大学が行っているということによるその専門性の高さや充実した施設という部分を保護者自らが選択して来てくれる。

子どもコミュニティセンターは子育て支援向けにリフォームされているので、職員スペースはガラス張りになっており、木製の作り付け棚や大型遊具がある点などとても充実している。一方、元々大学の教室であったため、室内が横長でコーナーが作りにくいなどの難点もある。見学当日の「テーマ遊び」は、屋外での体を使った遊び（おんぶをして歩く、玉入れ、フラフープなど）であった。活動に参加しない子どもに対して心配そうに促す母親が見られたが、副担当の保育者や学生がさりげなくそのお母さんをフォローしていた。

外での活動の最後に、ダンスサークルの学生3名がダンスを披露したり、子どもが好きな体操「エビカニクス」を一緒に踊ったりしていた。母親達は、こういった学生企画の活動を好意的に受け止めている様子で、にこやかに子どもと学生たちの関わりを見守っていた。

主担当の保育者は、毎回、活動計画を作成するなど事前に「テーマ遊び」を考えているが、そこが中心課題ではなく、母子がリラックスして楽しむというところに力点を置いているようであった。今後、日本女子大学が地域の親子向けに子育て支援を行う場合、母親のリフレッシュや母親のエンパワーメントには何が必要なのか。そのためにはどういった子育て支援施設やそこでの活動が求められているのか。今回の見学は、それらについて考える良い機会を持たせてくれたものであった。

引用・参考文献

名古屋芸術大学ホームページ（情報取得日：2019年6月20日）<https://www.nua.ac.jp/index.html>

北名古屋市ホームページ「なかよしキッズ」（情報取得日：2019年6月24日）<http://www.city.kitanagoya.lg.jp/jidou/1500044.php>

## Ⅲ-2 岐阜聖徳学園大学短期大学部地域子育て支援センターの見学から

請川 滋大

### 1. 岐阜聖徳学園大学短期大学部について

岐阜聖徳学園大学は、学校法人聖徳学園が運営する四年制大学である。同大学の短期大学部は、1966（昭和41）年に開学した岐阜南女子短期大学がその前身である。開学当初より保育科があり、保育者養成に長い歴史を持つ。開学後、聖徳学園女子短期大学へと名称変更し、1999（平成10）年度に四年制大学が岐阜聖徳学園大学と名称変更したのに伴い、短期大学は岐阜聖徳学園大学短期大学部となった。

### 2. 地域子育て支援センター「くれまちす」の概要

岐阜聖徳学園大学短期大学部の子育て支援センター「くれまちす」は、2016（平成28）年に岐阜市からの委託を受け、同大学岐阜キャンパスに開所した。こちらのセンターは岐阜市南部地域の子育て支援拠点となっており、子育て関連情報の提供や子育てに関する相談・援助などを行っている。センターで週3日行っている「子育て支援広場」（以下、広場）が中心的な活動となるが、その他にも保護者を対象とした各種のプログラムがあるのでそれらについては第4節で具体的に紹介する。

「くれまちす」で行う広場の利用料は2018年度から無料としているが、2017年度までは1回につき100円を徴収していたそうである。週のうち火曜から木曜までの3日間が開所日で、年間150日は開所するようにしている。開所は10時から15時までなので、保護者はその間センターを利用することができるようになっていて、11時半にはいったんお片付けをするが、弁当持参で昼食を食べ、昼食後に午後の活動に参加する人もいるという。親子にとって居心地の良い場所になっているのだろう。



図Ⅲ-5 センター入口の掲示板



図Ⅲ-6 センターの掲示板

### 3. 「くれまちす」の環境

2018年11月7日の午後、日本女子大学学術研究員の加藤直子氏と共に「くれまちす」を訪問した。元々、大学として使用していた建物の一部を改修して子育て支援センターとして活用している。3つの教室を子育て支援センターとして利用できるようになっており、多様なスペースがたくさん用意されている印象を受けた。センター来所の保護者向けには駐車場が用意されており、車で来られる親子が多いことも分かった。地方都市で駐車場があるかどうかということは、来所される利用者の参加率を大きく左右するであろう。

広場での保護者と保育者とのやりとりを見ていると、保護者と保育者、保護者同士の距離がとてもし近いように感じられた。この日の保護者は女性だけであったが、担当の保育者が話しかけやすいような雰囲気を作り、親子が孤立しないよう心掛けている様子が垣間見えた。広場のメインルームとして使っている大きな部屋の他にも、授乳やおむつ替えのための部屋、大きな子どもたちが体を動かして遊べる遊び場が開放されていた。授乳用の部屋は3つのブースに分かれており、プライバシーが守られるようになっている。一方、部屋には元々の教室の雰囲気が残っており、少々無機質な印象を受けた。これらの部屋の他に、親子が自由に食事をとれるランチルーム、保護者からの話を聞くための相談室などの部屋がある（図Ⅲ-7、8、9、10）。大学側が子育て支援センターのために多くの部屋を提供しているという、そのバックアップの姿勢を感じとることができた。



図Ⅲ-7 体を動かす遊び場



図Ⅲ-8 授乳室



図Ⅲ-9 ランチルーム



図Ⅲ-10 相談室

#### 4. 訪問時の聞き取りから

センター長は短大部の教授である田中亨胤（ゆきたね）先生が務められている。センターの施設長という立場で常勤している保育者が1名（高松みゆき先生）、交代で勤務する非常勤保育者が5名おり、毎日常勤1名に加えて2名の保育者が広場に入るようにしている。常勤の高松先生は元・公立保育園の園長で、保育経験豊かなベテラン保育士である。当日はセンター長の田中先生の他、短大部所属で学生と共に「くれまちす」の活動に参加している大西薫先生、施設長の高松先生、法人側の担当課長小田嶋秀典氏から話を伺った。

まずは「くれまちす」の活動内容について、高松施設長と大西先生から聞き取りをした。先ほどの見学の様子からも分かるように、広場ではスタッフが母親たちに積極的に関わるようにしていた。毎日通う幼稚園や保育所と違い、広場へ来ることは自由であり、だからこそ毎回のメンバーも入れ替わる可能性が高い。そんな中で初めて参加した親子や人見知りの保護者が居心地の悪い思いをしないよう、保育者は積極的に声をかけているのだろう。そのことによって保育者-保護者の関係はもちろんのこと、保護者と保護者の関係も広がっていくと考えられる。

また、本施設では学生の参加も受け入れているが、1-2年の学生は教員と一緒に参加することが原則となっている。まだ子どもと触れ合う経験の少ない学生たちのことなので、まずは教員と一緒に参加するという条件を課しているのだろう。前出の大西先生は小児保健を専門とする短大の教員で、学生と共に子どもたちの身長と体重の測定を毎月行っている（「すくすくタイム」）。この活動を通して、学生たちは乳幼児の身体測定はそれほどスムーズにいかないことに気づき、良い学びの機会となっているとのことである。机上で人形を使って学ぶのと、実際の子どもを使って学ぶのとでは大きく異なるということがこの語りからも垣間見える。学生たちは、母親が子どもと関わる姿を見て学び、また上級生の子どもたちとの関わり方をモデルにしている様子も見られるという。さらに波及的な効果として、学内での学生の態度が良くなったそうだ。学校に子連れの保護者が多く出入りするようになり、そうした人たちに挨拶をするという日常の礼儀が自ずと身についたのかもしれない。大学教員が口うるさく指導するよりも、外部の人と普段から接するというこのような状況が、学生たちに社会人としての自覚を育てていくのだろう。

「くれまちす」がオープンしたのは2016年で今年3年目（2018年現在）となるが、こういった子育て支援センターがあることを短大受験の志望理由にしている学生もいるときいた。また「くれまちす」があるからと、こちらに通いやすい場所を住居として選択した親子もあるという。子育てをする家族にとって、そして保育者養成校を受験する高校生にとっても、大学が持つ子育て支援センターというのは大変魅力的に映るようだ。

「くれまちす」には様々なプログラムがあり、基本的に毎月行う活動（マンスリープログラム）がある。以下にそれらを紹介したい。

##### ① 子育て支援講座

附属幼稚園の教諭や大学教員がそれぞれの専門に基づいた子育て支援に関する講座を開く。

1回1時間。託児があるので、保護者はゆっくりと講座を受けられる。

##### ② すくすくタイム

小児保健担当講師とゼミ学生による身体測定。1回30分ほど。

##### ③ 親子ふれあい英語教室

ネイティブ講師による親子の英会話教室。1回30~40分ほど。

これらの他に、シーズンプログラムとして「親子教室」がある。こちらは、決まった時期に4回

を1セットとして行うプログラムで、2018年度はAからDまでの4コースを用意している。事前申し込みが必要で、大学の教員と学生が遊びのプログラムを企画している。その内容は、手遊びや歌遊び、身近な素材を利用したおもちゃ作り、絵本の読み聞かせ体験、体を使っての遊びなど、それらを若い学生たちと共に行うので、保護者からも人気のプログラムである。その他、「くれまちす」利用者を対象に行う親子運動会「くれまちすミニ運動会」も人気のプログラムとなっている。また、地域子育て支援センターとしての大きな役割の一つである「子育て相談」であるが、こちらは電話やメールでの相談を受け付けており、平日の10時から15時の間、保育者が対応するようにしている。

## 5. 「くれまちす」の運営について

岐阜市には6つの子育て支援センターがあるが、大学が運営するセンターは「くれまちす」だけである。岐阜市から委託されて運営しているため、国及び岐阜市から補助金が年間511万円ほど支給されている。これらの補助金を得るには、週に何日以上開所しなくてはならないという決まりがあり、「くれまちす」は週3～4日開所型の年間160日オープンという条件で施設を運営している。保育者が3人以上必要なため、「くれまちす」の場合は前節でも述べたように常勤1名、非常勤2名の計3名の体制を日々とっている。運営費の大半はこれら人件費として使用される。

## 6. まとめにかえて

広場への1日の参加者はおおむね20組ほどで、施設の広さから最大でも30組程度には抑えたいそうだ。ただ、人気のあるイベントの時には50組ほどの親子が来たこともあるという。やはり大学が運営する子育て支援ということで人気がある。保護者は他の子育て支援センターや児童館なども選択肢に入れながら、こちらの施設を選んでやってくる。車で来られるという点と、大学の施設が広々と使えるというのが大きな利点とを感じる。また名古屋芸術大学と同様に、大学教員のそれぞれの専門性を活かした「子育て支援講座」や「親子教室」が魅力的なプログラムとなっている。子育て支援講座の際は託児があるということで、子どもと四六時中向き合っている保護者にとっては良い息抜きの機会となるであろう。その間、経験のある保育者が子どもを見てくれているというのも安心材料のひとつだ。

施設長の高松先生は、広場を運営するにあたり「主（ぬし）を作らないよう」心がけていると話してくれた。古株の保護者が我が物顔で振舞うと、初めて来所した保護者が気後れしてしまうからだ。こういった細やかな配慮が、保護者同士の和やかな関係性を維持するのだろう。本学でこういった子育て支援を実施するには、人件費を中心とした予算をどう確保するか、経験豊かな保育者をどう見つけてくるかという点が課題となる。

### 引用・参考文献

- 岐阜聖徳学園大学ホームページ「くれまちす」（情報取得日：2019年6月24日）、[http://www.shotoku.ac.jp/regional\\_contribution/parenting\\_support/index.php](http://www.shotoku.ac.jp/regional_contribution/parenting_support/index.php)  
 岐阜市ホームページ「地域子育て支援センター事業について」（情報取得日：2019年6月24日）、<https://www.city.gifu.lg.jp/13374.htm>

### Ⅲ-3 神戸学院大学子育て支援プログラム〈まなびー〉の見学を通して

塩崎 尚美・瀬尾美紀子・請川 滋大・金沢 創

#### 1. 神戸学院大学沿革

神戸学院大学は1966年に創立された総合大学であり（前身は1912年設立の森裁縫女学校）、法学部・経済学部・経営学部・人文学部・心理学部（2018年4月人文学部より独立）・現代社会学部・グローバルコミュニケーション学部・総合リハビリテーション学部・栄養学部・薬学部がある。場所は有瀬キャンパス（神戸市西区 明石海峡と淡路島を一望する漆山の丘の上）であるが、2007年にポートアイランドキャンパスが設置され、本部と一部学部が移転している。

#### 2. 子育てサロン〈まなびー〉とは

2014年10月有瀬キャンパスに開室された。開室のきっかけは、地域に子育て支援拠点がないこと、学内の駐車場を利用できるため、車での来校が可能であることなどの理由から、神戸市からの依頼を受けて、市が推進する「地域子育て支援拠点づくり」事業として始められた。心理学部のある14号館3階にあり、行動観察室と2つの教材準備室をリフォームして、2つのプレイルームと玩具等の収納を兼ねた相談や授乳のために使用できる部屋が用意されている（図Ⅲ-11、12）。

対象は地域の就学前の乳幼児とその保護者（子どもだけの参加は不可）であり、プレイルームで子どもを遊ばせながら、保護者同士の交流や情報交換ができる広場となっており、地域の子育て関連情報の提供や交換など、保護者コミュニティとして機能している。育児や発達などに関する相談を幼児教育や子育て支援を専門とする大学教員につなぐことも可能となっている。

開室は週3日（火曜、水曜、木曜）、午前10：00～12：30、午後13：00～16：00であり、12：30～13：00は昼休みとして一度部屋を閉めている。事前登録制であり、参加費用は無料である。基本的にはフリー参加で、開放されたプレイルームで子どもを自由に遊ばせながら、親同志が話をして過ごしている。見守りスタッフとして常に、保育士や幼稚園教諭の資格を持つ経験者のスタッフが2名いる。見守りスタッフは特に子どもや親に関わりは持たず、安全に配慮した見守りを主としている。その他に、全体の運営に責任を持つスタッフ（保育士資格有）が1名いる。スタッフの人件費は神戸市から支払われる。

火曜日の午前中と水曜日の午後は、大学院生が企画した特別プログラムが行われ、学部生や心理学部の教員が関わる。これは学部生の実習授業としても位置づけられている。特別プログラムはすべて事前申込制であり、人数制限を設けている。

特別プログラムには以下のようなものがある。

＜学生とあそぼう＞

発達心理学を学ぶ大学生（3年次生または大学院生）たちと一緒に、運動や工作など、さまざまな遊びを楽しむプログラム。

＜遠足＞

年2～3回、お芋ほりなどの体験ができる遠足を行っている。



図Ⅲ-11 プレイルーム1内部の様子



図Ⅲ-12 2つの部屋をつなぐ廊下とプレイルーム2

<アートで遊ぼう>

絵具などをつかひながら、大学院生が中心となつてフィンガーペインティングなどアートで遊ぶプログラム。

<お楽しみイベント>

講師を招いて、「親子リトミック」（身体と頭を通して、音楽を楽しむプログラム）や人形劇、コンサートなどを企画、他学部連携として、「えいごで遊ぼう」（グローバルコミュニケーション学部）、「ケーキ作り」（栄養学部）などを実施。

<「ほめ上手になろう！」ママ・トレ>

子どもの特徴を把握し、子どもをやる気にさせるほめ方を学ぶための、子育て中のお母さんを応援するプログラム。教員が中心となつて実施し大学院生、保育スタッフが運営。

以下に筆者らが見学した日の学生と遊ぼうプログラムを示す。

参加者：親子16組（子ども19人）

スタッフ：保育士：2名 担当：院生7名 学部生3名

内容：エプロンシアター「おおきな手袋」・作って遊ぼう「クリスマスケーキづくり」

①13：40～ お名前呼び（タンバリンを使って）

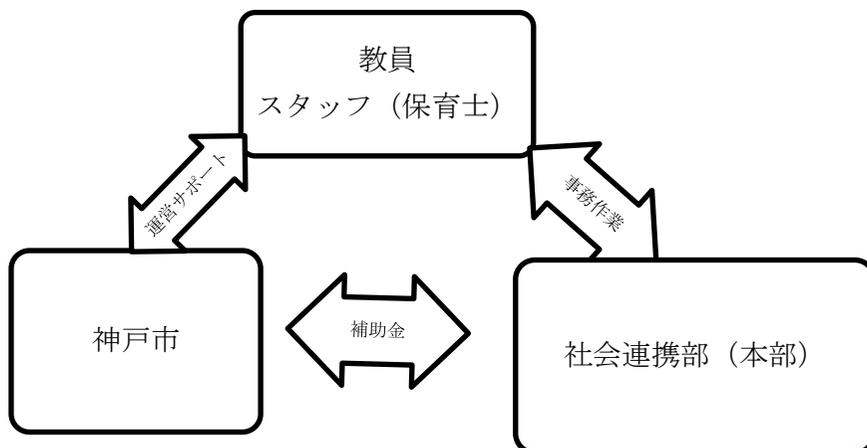
②13：50～ エプロンシアター「おおきな手袋」 作って遊ぼう「クリスマスケーキづくり」

③14：25～ 自由遊び

④14：45～ お帰りの手遊び。

院生2名が中心になつて「お名前呼び」や「エプロンシアター」などを運営する。子どもの興味を引き出し、参加しているすべての子どもがプログラムに参加していると感じられるような工夫をしていることが伺えた。親子参加であるが、少しずつ子どもが親から離れて前に出ていく様子が見られ、未就園児にとっては、親から徐々に離れて活動に参加できるようになっていくことは、幼稚園等の集団に入る前の母子分離の体験として意味を持っていると思われた。親の中に他の院生や学生スタッフが入っており、後方にいる子どもや、立ち歩く子どもに声をかけていた。

就園前の子どもたちが、親が側にいるという安心感を感じながら、興味のある遊びに没頭するこ



図Ⅲ-13 <まなび>運営体制

とは、子どもの発達にとって重要であることを Winnicott（1965／牛島、1977）は指摘しているが、就園に向けて子どもの発達を促進する活動となっていると思われた。

### 3. <まなび>の運営体制

神戸学院大学の子育て支援プログラム<まなび>の特徴は、神戸市の子育て支援事業として市から補助を受けて運営しているという点である。そのため、神戸市と大学との間で実務的な協働が必要となり、そのためのスタッフが大学に必要となる。見守りスタッフや運営に中心となって携わる保育スタッフの給与は神戸市から支払われるため大学の負担はないが、神戸市とのやり取りのための実務を行う部署は、大学の社会連携部が担っている（図Ⅲ-13）。

### 4. 地域の保育園との連携

もう一つの地域連携活動として、神戸学院大学では地域の保育園児（年長）と学生との交流を定期的に行っている。これは発達心理学の授業の一貫であり、発達心理学の3つのゼミの学生が計30名ほど活動に参加している。それぞれのゼミの教員も一緒に参加する。筆者らが見学をした日は、保育園児と学生とのサッカーゲーム（試合）を行っており、学生が真剣に子どもと勝負していた。子どもと直接関わりをもつことのできる貴重な体験となっており、継続的に関わることで子どもの発達を理解するための生きた教材となっているようである。この活動は、保育園からの要請で始まったとのことであり、保育園の子どもたちにとっては、親や保育士とは異なるおとなとの関わりのお機会となっていることが伺えた。特に、手加減せずに真剣に勝負する学生に対して、必死に戦う子どもたちの様子から、子どもの主体性が育つ関わりとなっていることが伺えた。このような学生と地域の子どもたちの関わりのお機会も子どもの主体的育ちにつながる可能性があることが示唆され、こうした活動を授業に組み込むことの意義が感じられた。

## 5. 子育て支援プログラムを大学で運営する上での課題

### (1) 自治体との連携・自治体からの支援（運営費）

〈まなびー〉のように自治体から委託されて行う「子育て支援事業」は、スタッフの人件費が自治体から支払われるなど、補助金を運営費に充てられるというメリットがある。しかし一方で、週3日以上開室するなどの制約も生じるため、関わる教員の負担が大きくなり、1学科の教員だけでは担いきれないことが予測される。神戸学院大学では、運営に関わる実習担当教員を2名ずつ1年ごとの交代制としており、負担の公平性と軽減を工夫しているが、2018年4月より心理学部となり、学部教員が22名という大所帯だからことできることともいえよう。

一方で、自治体からの補助金をもらわないで運営する場合には、運営費の問題が大きくなる。本学の心理学科が西生田キャンパス生涯学習センターにて行っていた子育て支援事業は、参加者から参加費を徴収して運営していたが、年々参加者が減少し活動を休止することとなった。その原因には、近隣の大学や子ども家庭支援センター等が行う無料の子育て支援事業が増えてきたことが影響していたと考えられる。参加者は無料で参加でき、かつ教員に過重な負担がかからないような運営方法を模索していく必要があるといえよう。

### (2) 事務を担う部署の必要性

神戸学院大学では、自治体との連携事業であることから、社会連携部が自治体とのやり取りをすべて担っている。加えて、運営にまつわる事務作業は、運営全体に責任を持つ保育士資格を持つスタッフとその年度の担当教員が協力しあって行っている。社会連携部は、〈まなびー〉のような地域連携活動の他に、教育連携、大学間連携など、様々な連携に関わる業務を統括して行っており、生涯学習センターもその中に位置づけられている。本学にも、地域貢献の活動や大学間連携活動がさまざまな学科で実践されており、今後本学がそのような活動を通して対外的にアピールしていくうえで、事務局とも協働して取り組んでいくことが必要ではないかと思われる。

### (3) 授業にどう位置付けるか

神戸学院大学の活動は、〈まなびー〉や保育園との連携など、実習の授業としてカリキュラム化されている。それによって、すべての学生に関わりを持つ機会が与えられているというメリットもあるが、興味のない学生も参加しなければならないため、教員の働きかけや教育的配慮が必要になることもあると思われる。

必修にしなければ、興味のある学生が実習の授業を履修することになるため、そのような問題はある程度軽減されるが、年度によって履修者が変動し、履修者が少ない年度は活動の運営が困難になることもあり得る。

このような活動は、うまく機能すれば、子どもや保護者と学生双方にとって有益な学びとなり得るが、そのためには、どのようなシステムで授業に組み込んでいくのか検討が必要となると思われる。

### (4) 学科連携、学部連携

また本学では、心理学や幼児教育、親子関係などを専門とする教員が心理学科、児童学科、教育学科等にそれぞれ複数いる。2021年のキャンパス統合後に、これらの学科が連携・協働して本学ならではの〈子どもの育ち〉支援を実践できるよう、工夫していくことが求められる。専門領域の異

なる教員がそれぞれの専門性を生かした支援の方向性を探り、他の大学や、公的施設では行うことのできない<子どもの育ち>支援になることをめざしたい。

さらに、建築学科の宮先生が本研究メンバーにおられたことで、《空間》の中で子どもがどのように育つのかを考えるきっかけとなったように、文学部、理学部、家政学部の教員との連携協働によってさらに広がりを持った支援活動となることを期待したい。

#### (5) 大学で行うことの意義

従来多くの子育て支援活動は、<まなび>と同様に、就園、就学に向けての母子分離や他児との関わりを目的として行われている。しかし、<子育て支援>であり、どちらかという子どもを育てる親の負担を軽減することに重きが置かれてきた。我々は、本研究を通して<子どもの育ち>支援の重要性に気づき、<子どもの主体性をどのように育てていくのか>を検討してきた。

子どもが主体的に育っていくこととはどのようなことなのかについて、それぞれの教員が専門的に検討し、科学的な研究の知見を活かした<子どもの育ち>支援を行うことこそが、大学で行う子どもの育ち支援の意義であると思われる。

もう1つの意義は、学生が支援活動に関わることで、子どもの体験の幅が広がり、また学生にとっても子どもと関わりを持つ貴重な経験となることである。大学生の時代に子どもと関わることは、学生の養護性の発達を促進することも指摘されている(伊藤・塚本、2015)。将来親となる可能性のある学生に子どもと関わりを通して体験的に学ぶ機会を提供できることは、日本の将来の<子どもの育ち支援>にもなると思われる。

#### 引用文献

伊藤 篤・塚本美由紀「子育て広場における青少年の養護性育成を目指した体験学習の意義—「0歳児ふれあい体験」と「赤ちゃん人形プログラムの比較」—」『神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要』第9巻1号、2015、57-71頁

Winnicott, D.W. “Maturational Processes and the Facilitating Environment.” London: Hogarth Press and the Inst., 1965 (牛島定信訳『情緒発達の精神分析理論—自我の芽ばえと母なるもの』(岩崎学術出版社、1977年)、21-31頁)

神戸学院大学ホームページ [https://www.kobegakuin.ac.jp/social\\_contribution/kosodate/](https://www.kobegakuin.ac.jp/social_contribution/kosodate/) (2019年6月26日取得)

### Ⅲ-4 関西学院大学子どもセンターの見学から

川崎 直樹・青木みのり・塩崎 尚美・金沢 創

関西学院子どもセンターは、2010年に関西学院大学、聖和短期大学を基盤として、「子どもの育ちと子育てへの社会貢献」と「両学の乳幼児保育・教育に関する教育活動に寄与すること」を目的として設立された（同センターHPより）。同子どもセンターにおいては、主に3つの事業が行われている。（1）地域の子ども・子育て支援事業、（2）発達支援事業、（3）おもちゃとえほんのへや事業である。今回は主に、（1）と（2）について見学を行ったため、これらを中心に報告する。

#### 1. 地域の子ども・子育て支援事業について

##### 1-1. 事業概要について（HPによる）

同事業はくさばさばという名称で実施されている。その目的は以下の3点である（同センターHPより）。

- （1）地域の子育て支援の拠点として：地域の子ども・子育て家庭の交流の場となり、子育て相談や情報の提供をおこなう。また子育て支援に関わる活動団体をサポートするための交流の場や活動の機会を提供する。
- （2）教育・研究の拠点として：学生や研究者、子育て支援者の教育・研究活動への協力をおこなう。また、実習やボランティアを通じて学生の学習の場を提供する。
- （3）拠点事業の促進のために：学院の各学部、付設の機関、学外の専門機関、NPO等との協働により、地域の子どもや子育て家庭を支援する取り組みを促進する。

この事業では、西宮市の補助金事業「地域子育て支援拠点事業」として、常設の「ひろば」が開設されている。0～2歳と、3歳（未就園）の子どもを持つ親と子をサポートする活動を展開している。

同事業に活用される部屋には、おもに1～2歳、3歳（未就園）の子どもとその保護者の利用を想定した「おやこのひろば」、主に0歳児とその保護者の利用を想定した「あかちゃんひろば」を設置している。「おやこのひろば」には、様々な遊具や絵本、マットが置かれ、見学当日も親子が自由にそれぞれのペースで遊んだり、保護者同士がおしゃべりをしている姿が見受けられた。「あかちゃんひろば」では、クッション性のある床の上に大型のシンプルな遊具（木製の低いすべりだいなど）が置かれ、一面にはベビーベッドや授乳室などのスペースが設置されている。2つの「ひろば」の間には、「カフェ」として自由に飲食ができるスペースが設置されている。

##### 1-2. 活動の特徴について

同事業の活動について、運営スタッフによる説明と見学などから見出された特徴を大きく「特色①：利用者目線に立った居やすさ」と「特色②：利用者主体のセンター運用」の2点にわけて、それぞれ述べていく。

特色①：利用者目線に立った居やすさ

(a) 適度に分割された空間配置：二つの「ひろば」は部屋としては大きなつくりであるが、低い棚やソファなどを用いて、小規模に区切られたスペースが複数設けられていた。家族ごとにまと



図Ⅲ-14 あかちゃんひろば



図Ⅲ-15 ソファで区切られたスペース

まって居ることができる一方で、スペースの区切り方はゆるやかであいまいであるため、部屋全体としての雰囲気も共有できるような開放性もあるつくりとなっていた(図Ⅲ-14、15)。

(b) 子育て以外の時間の提供：ソファ席の横には種々の本や雑誌が置かれているが、そこには子育て情報だけではなく、大人として読める趣味やファッションの雑誌が配架されていた。これは運営スタッフが意識的に選んでおり、親自身が自分の趣味趣向を楽しめるようにと配慮されたものであるとのことであった。

(c) 日常性に配慮した設備：「カフェ」ゾーンには、必要に応じて利用できる電子レンジ、冷蔵庫・キッチンなどが設置されていた。見学当日(土曜日)も、お昼時には持ち込みの食事を食べている家族や、父親が近隣の店舗で買ったであろう食事を子どもたちと食べている姿も見られた。くさばさばという呼称には、「さんぽ」のニュアンスが込められているが、大学が所有する閉鎖的・専門的な機関としてではなく、利用者が「自分たちの地域の施設」として気軽に使用している姿が印象的であった。

#### 特色②：利用者主体のセンター運用

(a) 利用者企画によるプログラム運営：同センターでは、運営スタッフ側が主導してプログラムを提供するスタイルをとっておらず、利用者が自らの得意なことでプログラムを提供する、という形がとられていた。これは“このゆびとまれプロジェクト”と呼ばれており、これは我々が訪問した12月の例であれば、リースづくり、アイシングクッキーやマカロンなどのお菓子づくり、美肌レッスン等のプログラムが提供されていた。それらは利用者によって企画されたものであった。各プログラムは、参加者5名程度の小規模開催となっており、センター内のカフェにある掲示等でアナウンスされていた。なお見学当日には、センター側の提供プログラムとして、年度末の「大掃除大作戦」が実施されていたが、それはスタッフが柔らかく声掛けをして、いつも利用しているセンターを自分たちできれいにする、と言うものであった。強制感のない雰囲気の中で、親や子どもがセンターの窓を拭くなどしており、この部屋が自分たちのものである、と言う感覚が育まれている印象を受けた。

(b) 利用者によるセンター内の情報・装飾の設置：センター内には、子育て世帯に向けた種々の情報が提供されていた。例えば地域の地図上に、遊びに行きやすい公園や施設などを印で示したり、その詳細について手作りのファイルで紹介されていた。その中には、引っ越してきた新家族

への情報提供や交流機会の紹介なども含まれており、子育ての当事者ならではの細やかで実用的な情報提供がなされていた。

### 1-3. 子育て支援事業における大学の役割

同事業が、特色①のように利用者が“居やすく”、特色②のように利用者が“主体”性を発揮できる場として構築できているのは、大学による専門的な指針やビジョンが提供されていたことによること、運営スタッフや創設に関わった大学教員らの話から、うかがい知ることができた。具体的な点を以下に記す。

#### 指針①：「ノン・プログラム」

同センター設立時の指針の一つに、「ノン・プログラム」という指針があったとのことである。これは、センター側からはプログラムを（あまり）提供しないというスタンスをとり、常駐スタッフもまた相談や援助を強く勧めるよりは、家族のありようをそのまま見守り、必要に応じた声かけをするスタンスをとる、ということであった。一般に、専門家が行う子育て支援においては、自らの専門性を発揮しようとする意気込みの強さから、知識や支援を一方的に提供する形をとろうとするケースは少なくないと思われる。しかし、子どもと家族が自ら成長し、またそれを包含する地域自体が成長することを促すためには、大学が主導権を握ることは必ずしも適切とは言えないであろう。

なおセンター開設時には、利用者主体のプログラムが当初から活発に動き出したわけではなく、初期はスタッフたちが一定の主導権のもとでプログラムを提供したりもしていたとのことである。指針に機械的に沿うというのではなく、現状を見極めながら、大学と地域がお互いに適度な主体性を発揮しながら活動を創出していくプロセスが重要と言えよう。

#### 指針②：「親としてではなく、人として」

これは、ソファ横の雑誌について運営スタッフと話しているときに話された言葉である。親は、数十年かけて自らのライフスタイルを構築してきたのちに、子の誕生によって、否応なくそのライフスタイルの変容を迫られる。それは、自己のありようを拡張する成長的な変化であると同時に、それまでの自己感覚が失われる混乱や喪失の感覚をももたらしうる。同センターでは、親に対して「親役割を求めない」ことを一つの指針としている。「子育て支援」の機関の雑誌棚に、子育てに関係のないファッションや趣味の雑誌が置かれているのを目にしたとき、自らが子どもの親である以前に一人の人間であり、子育て以外にも多面的な希望や欲求を持った主体であることを認めてくれるような感覚を覚える親もいるかもしれない。

また、「このゆびとまれプロジェクト」についても、その内容は「子ども」に焦点化されたものばかりではない。人として、趣味人として、女性としてなど多様な自己感覚を刺激されるものが多いのが特徴である。そして特に、親として子どもをケアするばかりの役割を離れ、自らの持つ能力を対等な大人同士の関係の中で発揮できることは、親の主体の感覚を力づけ、自尊心を呼び起すことにもつながるであろう。

#### 大学の役割：大学教員・支援専門職らによる指針の構想と運営支援

こうした指針①や指針②などは、大学側の検討によって構想され実現されたものである。教育／福祉／幼児教育などの多様な専門性を持った大学スタッフがかかわっており、その中には特に地域支援を専門とする教員もいたと聞いている。抽象度の高い理念を現実化し、コミュニティや組織を立ち上げていく際には、また異なる実践的な知恵が必要なのであろう。様々な資質を備えたスタッ

フの存在が、支援を円滑に進めるためには重要と思われる。

なお子育て支援事業においては、運営の開始後も種々の課題は日常的に生じるし、中長期的な活動の見直しなども求められる。同センターでは大学教員らによる継続的なスーパービジョンを実施しており、問題の共有や活動の振り返りなどを行う体制も構築されているとのことであった。持続可能な運営体制の構築もまた、不可欠であろう。

## 2. 発達支援事業<ういんぐ>

子どもセンターのもう一つの活動として、発達支援事業<ういんぐ>がある。同事業では発達上の配慮や支援を要する子どもに対し、アセスメントや発達支援プログラムの提供を行っている。“子どもたち一人ひとりに合わせた発達支援”を目的としている。

### 2-1. 事業の特徴

療育活動として、個別のプレイセッションや療育セッション、未就園から小学生までのグループセッションなどを実施している。そのほか、外来の精神科医師による診察、心理士による発達相談や発達検査などを実施している。いずれも専門家によって行われる活動であり、基本的には予約制の有料の活動である。見学の中で見ることができた主要な特徴を以下に述べる。

特色①：子どもの発達の特性に合わせた全体的な環境整備

室内の設備は、子どもの特性に合わせた配慮が随所になされていた。例えば遊具をしまう室内の棚などは、基本的には内容が見えないようにフタがされているが、開けるのにはコツがいる仕組みとなっていた。子どもの注意の転動や衝動的な接近を必要以上に誘発しない配慮がなされている。また、セッションの残り時間を測る時計が、針や数字ではなく扇形の面積で時間を示す時計となっていたり、何かを投げるゲームをするときの立ち位置がテーブルで明示されていたり、遊具をしまう棚や箱ごとにそこにしまうべきモノの写真が貼ってあったり、様々な配慮があった。いずれも、何かの課題にとりくむ上で、刺激や情報が整理されており、子どもが主体的に活動に取り組むことができるように配慮がなされていたものと言える。そうした設備・設計には、発達支援の経験・見識のあるスタッフによる意見が反映されているとのことであった（図Ⅲ-16）。

特色②：個々の子どもに合わせた環境整備の柔軟性

また、そうした全般的な配慮に加えて、個々の子どもに合わせた環境整備ができる工夫が随所に見られた。子どもの好みやニーズにあわせ、部屋を仕切れるように棚が移動式となっていたり、遊具や教材などは専用の教材庫の中に整理して配置されていた。特に教材などについては、必要なものを手作りしている場合も多かった。

特色③：開かれた運営・連携

そうした手作りの教材の一部は、同大学の卒業生らによるものであった。年長の年代の卒業生らが、学生にボランティアで手作りの仕方を教えたり、スタッフの要請を受けて教材を作成したりしているとのことであった（図Ⅲ-17）。また、活動の合間には、保護者にも教材づくりに協力してもらうなど、単なるサービスの提供をするわけではなく、ここでも利用者や関係者の主体性を自然に促進するような配慮がなされていた。

また活動は個別の領域だけに限定されておらず、多方面にわたっていた。例えば、発達障害に関する専門家の講演会の開催を定期的に行っていた。また、体育系の大学生と協働して、“バスケットをどうすればうまくできるか”についてのワークショップを開催したりしていた。その他、保護



図Ⅲ-16 プレイルーム



図Ⅲ-17 手作りの教材など

者の会を行い、相互交流の機会も設けていた。

さらに当事者間だけではなく、援助職者間の連携も試みられていた。保育園、幼稚園、小学校らの教員、援助職らとの事例検討会を開催し、児童の理解や援助法に関する議論が行われる機会もあるとのことであった。

### 3. 大学と子育て支援・発達支援事業のあり方

以下では、大学として事業を行うにあたり、重要と考えられる点について、見学から得られたことをもとに考察する。

#### 3-1. 自治体との協働

まず、これら事業は自治体との連携、そして補助の元で行われている点が重要である。くさばさぼは、西宮市の「地域子育て支援拠点事業」として補助金を受けて実施されており、それは施設の維持やスタッフの雇用など、活動の根幹をささえている。自治体側からすると、子育て支援と地域のニーズへの対応の仕方を模索しており、また大学側としては自らの専門性を現場で実現したいというニーズがある。そうした両者が地域内で出会い、連携していくことが基本となるであろう。

#### 3-2. 教育・研究の場として

ここまでは地域のニーズを中心に論じてきたが、大学は次世代の子育て支援や発達支援の担い手を育む場でもある。同センターは、キャンパスの入り口付近に設置されており、その目の前の広場には附属幼稚園や保育所の子どもたちも散歩に来たりする。大学生も日ごろから行き来しており、手を振りあう等の交流は日常的にあるようである。こうした日常的なふれあいや交流があることは、風土や文化を育む上では重要であろう。

また、同センターの活動は大学生のボランティアや実習の場としても機能している。同大学で保育や教育を学ぶ学生にとっては、実際に子どもや家族と接する経験を積める場であり、心理系の大学院生にとっても発達支援を実習的に学ぶことができる。

そうした活動は、大学院生や教員らの研究活動とも直結しており、様々な知見が地域を超えて活用可能なものとして創出され発信されていく可能性も秘めている。

#### 4. まとめ

以上、関西学院大学子どもセンターの見学調査の結果を報告してきた。こうした活動から見てくることは、大学の管轄する設備や機関であっても、それを地域の中の日常の中にある「場」として機能させることの重要性である。地域の子どもと親、家族が、主体的に往来し、滞在し、活動する場となるよう、大学は地域のニーズを見立て、自らの事業のあり方を考える必要性があると言えよう。

#### 引用・参考文献

関西学院大学子どもセンターホームページ [https://www.kwansei.ac.jp/c\\_child/](https://www.kwansei.ac.jp/c_child/)（参照2019年6月24日）

### Ⅲ-5 他大学見学についてのまとめ

金沢 創

本研究グループとしては、名古屋芸術大学、岐阜聖徳大学、神戸学院大学、関西学院大学の各大学における、それぞれの「子どもの育ちにかかわる取り組み」を見学した。各大学の取り組みに関する報告は、プロジェクトのメンバーが各自分担して行っているため、その具体的な内容については各研究員のご報告を一読されたい。ここでは全体を通じた印象と今後の展望を述べることで、本プロジェクトの報告全体のまとめとしたい。ただし、本まとめも、私自身が訪問した神戸学院大学と関西学院大学の取り組みを中心にしたものである点を一応付け加えておく。

まず、いずれの取り組みにおいても重要なのは、「地域」という視点だろう。どのような大学であろうと、なんらかの場所に立地しており、その場所の文脈というものを持っている。大学の周辺は住宅地であるのか、住宅地であればどのような家族が住んでいるのか。子育て支援に関係する以上、子どもとその養育者に来ていただかなくてはならない。いずれの大学においても、成功し継続されているプロジェクトは、自分たちの大学がどのような場所に立地し周辺地域にどのように認知されているのかを熟知しているように見えた。つまり「己を知っている」ように見えたのである。この点をまずは強調したい。

次に当然であるが、きていただく家族、養育者の方の視点である。子育て支援というと、どうしても中心である子どもに焦点が行きがちであるが、子どもが一人で施設を訪れるわけではない。親御さんたちが気軽に、それこそ楽しみに来るような施設の空気感が重要だろうし、楽しんできていただけるからこそ、そこに親どうしのネットワークが生まれコミュニティが発生する。そして一旦コミュニティができてしまうと、運営も多くの部分を親御さんたちが担うようになる。こうした理想的なサイクルが、例えば関西学院大学には見られた。

そして忘れてはならないのは学生たちの存在である。いずれのプロジェクトにおいても、主要なスタッフとしては、常勤・非常勤のスタッフが活躍はしていたが、その合間に、大学院生・学部生が、これも欠かせない存在として活躍していた。子どもがいれば、学生たちの眼は自然と輝き姿勢も大人びたものになる。配置はシンプルなボランティアという形ではなく、授業に組み込むなど、うまくシステム化されていたように思う。いかに学生たちを巻きこんで事業を展開していくかも、大学としては欠かせない視点であるように思う。

最後に「子どもの育ち」という本プロジェクトとして、「子どもたち」自身の存在にも言及しておきたい。当然であるが、すべての子育て支援の取り組みには、何らかの形で子どもたちが参加していた。そこでは、乳児の場合もあり、地域の小学生という場合もあった。また直接見学したわけではないが、いわゆる発達障害児に対する取り組みも行われているようである。いずれにせよ、対象となる子どもたちの発達段階を慎重に検討し、どのような場所と道具を用意していくのが、各施設の腕の見せ所となっていた。それを支えていたのは経験豊富なスタッフの存在であり、そうしたスタッフを選定した専任教員ということになる。子育て支援プログラムの成功のためには、発達に関する深い理解が必要ということになるだろう。

本学は本邦において、女子教育をリードしてきた歴史と伝統がある。その文脈の中で本学の特徴を考えてみるに、「子ども」を「地域」の中で「学生」たちの参加のもとその主体性を考えていく

ことは、本学の使命ともマッチするものだろう。「主体性」とは、環境と子どもたちが相互作用しあう、ある種の力学的な場において生じてくるものである。いかなる環境が、子どもたちの主体性を育むのか。この「環境の特性」を考えることに、本研究報告書が小さくともしかし確実に貢献できていることを信じて最後のまとめとしたい。

## 〔編集後記〕

「日本女子大学総合研究所紀要」第22号をお届けします。総合研究所では、専門領域の異なる本学の専任教職員が協同して、(1) 創立者成瀬仁蔵に関する研究、(2) 日本女子大学一貫教育に関する研究、(3) 女子教育に関する研究、(4) 日本女子大学を拠点とする学際的な研究を実施しています。今年度は、これらの中から、2018年度に研究を終了した以下の3件の研究成果を掲載しています。ご高覧の上、ご高評賜れば幸いです。

研究課題(63)「若年女性に対する効果的な健康栄養教育プログラムの開発」は、家政学部と附属中学校、附属高等学校の教職員による共同研究です。本学の大学生と生徒を対象に健康に関する実態調査を行い、自己実現や社会での役割を担うには早い時期に自分自身の健康を管理する能力を身につけることが重要であるとし、その対策として、効果的な健康栄養教育プログラムの開発を行っています。今後は、それを活用した実践が予定され、一貫教育ならではの取り組みとして意義のある研究です。研究課題(64)「ダンス史に残るマスターピース再現プロジェクトー「再現」を媒介したダンスの美学的研究の可能性ー」は、ダンサー、劇場空間の研究者、ダンスの研究者、衣装製作者、照明の専門家による本学を拠点とする学際的な共同研究です。舞台芸術としてのダンスの美学的研究ではダンスによる「再現」の意義とその課題を明らかにし、次に、「再現」という実践を通して作品に対する理解を深めることができることを明らかにしています。研究課題(65)「子どもの育ちの総合的研究と支援」は、「子どもの育ち」の研究は、いろいろな専門の視点の統合が重要であるとし、心理学・教育学・児童学・住居学の教員の連携による共同研究です。将来的には、本学独自の「子どもの育ち」を支援する研究拠点の形成を目指し、本研究ではその意義や課題を明らかにしています。いずれの研究も今後の発展が大いに期待される研究です。

引き続き、総合研究所の活動にご支援とご協力をお願いいたします。

多屋淑子、橋本のぞみ、古澤彩子、井田真理奈

## 日本女子大学総合研究所紀要 第22号

2019(令和元年)年11月1日 発行

発行人 多屋淑子

発行所 日本女子大学総合研究所

〒112-8681 東京都文京区目白台2丁目8番1号

電話 03 (5981) 3277 (直通・FAX)

印刷所 メディア・パック

〒178-0061 東京都練馬区大泉学園町6丁目13番20号

電話 03 (5947) 9135

