

# 子育てで大切なこと

～医師、研究者、教育者、親として40年の経験から～

小枝達也

鳥取県立総合療育センター  
2025年11月7日 中四国付属学校部

## Current position

どこにいてもベストを尽くす  
教授と医局の意のままに  
授を務める。診療では、  
子ども達の不思議さに魅

鳥取県に里帰り  
鳥取県立総合療育センター院長  
内閣府障害者政策委員会委員  
こども家庭庁こども家庭審議会保育専門委員  
会委員

を救うため教育学部教授に  
し、力及ばず。附属小学校  
これは楽しかった！  
者に戻りたくて国立成育医療  
ターへ異動。

国立成育医療研究センター  
統括部長と副院長。  
診療と病院の管理業務の毎日。  
日本小児保健協会会長として、保健の  
大切さを訴えている

卒業もぎりぎり！  
Neurologyが好きで、子どもが好き  
で、二つを足した診療科(脳神経小  
児科)に入局。

## Start

共通一次に変わる前の年に、  
合否ラインすれすれで医学部合格。  
落ちていたら農協(JA)の就職が  
待っていた。

# 医師として

- 小児科専門医
- 小児科指導医
- 小児神経専門医
- 子どものこころ専門医
- 子どものこころ指導医
- 鳥取県子どものこころ専門医研修基幹施設  
責任者

## 研究者として

- 脳性麻痺児の病巣/視覚認知に関する研究
- 5歳児健診の開発
- すくすくコホート研究(JST)
- エコチル調査(環境省)
- 自閉スペクトラム症の臨床研究
- ディスレクシア/ディスカリキュリアの診断と治療研究

⇒ 一般社団法人T式ひらがな音読支援協会

# 新しい音読指導アプリ

一般社団法人 T式ひらがな音読支援協会

ホーム

ごあいさつ

ご紹介

研修会

論文・業績

音読指導アプリ

本物はこちらにある  
可能性がこちらにある



<https://www.t-shiki.jp>

連絡先：[dyslexia@t-shiki.jp](mailto:dyslexia@t-shiki.jp)



# 教育者として

- 医学教育/医師の卒後教育
- 教員養成(特別支援教育)
- 保育士養成

## 親として

- 3人（長女、長男、次男）
- 3人の孫
- 連れ合いは1人
- 27年間単身赴任

- 愛着について
- 社会性の発達
- 発達の変曲点
- 子どもの視点

## 保育保健学会誌

小枝達也

日本小児保健協会会長

以前、教育学系の学部勤めていた時に、保育学や心理学の教授から、愛着形成が子育てには不可欠だと教えていただいた。では、どうやったら子どもに愛着が芽生える子育てができるかと尋ねると、基本的な信頼関係が大切だと言うことであった。その時は納得した気だったが、ではどうやったら基本的な信頼関係を築けるかという核心部分で疑問が残った。その後、脳の報酬系について知見を得ることで自分なりに納得の域に達したので、それについて記したい。

まず、情緒の源流は快と不快であるとする。保育とは不快を取り除き、快を与えることに他ならない。脳の視床という部位にある側坐核という生理的な報酬系を刺激するからである。快刺激を与えられると側坐核からドーパミンが出て、脳が喜ぶ。そして、またそうして欲しいという期待が生まれる。期待は重要である。

おしめが濡れて不快になる。それを乾いたおしめに替えて快を与えてくれる。ふと見上げるとそこに顔がある。お腹が空いて不快で泣く。おっぱいを飲ませて快を与えてくれる。そこにおしめを替えてくれた顔と同じ顔がある。こうした不快を取り除き、快を与えてくれる顔が同じであることが重要であり、そしてもう一つ重要なことは同じ基準で不快を取り除き、快を与えてくれることである。

それが繰り返されると期待が生まれる。期待が生じたところで、同じように不快が取り除かれ快が与えられると、期待してよかった、あるいは期待していいのだという信頼が生まれる。これが基本的信頼関係の原型となる。つまり、同じ顔の人が同じ基準で不快を取り除き、快を与えることの繰り返しで期待が生じ、期待を叶えることで裏切られることがないという基本的な信頼関係が形成される。これが愛着の原型となるのではないか？

私としては今のところ、この考えで納得している。

さらに言えば、養育する大人のぶれない基準が子どもの価値判断の軸となり、その子の為人を育てる。この基準が気分次第でぶれるのが虐待の本質であると思う。すべての養育者にぶれない保育を期待したい。

以前、教育学系の学部に勤めていた時に、保育学や心理学の教授から、愛着形成が子育てには不可欠だと教えていただいた。では、どうやったら子どもに愛着が芽生える子育てができるかと尋ねると、基本的な信頼関係が大切だということであった。その時は納得した気でいたが、ではどうやったら基本的な信頼関係を築けるかという核心部分で疑問が残った。その後、脳の報酬系について知見を得ることで自分なりに納得の域に達したので、それについて記したい。

まず、情緒の源流は快と不快であるとする。保育とは不快を取り除き、快を与えることに他ならない。脳の視床という部位にある側坐核という生理的な報酬系を刺激するからである。快刺激が与えられると側坐核からドーパミンが出て、脳が喜ぶ。そして、またそうして欲しいという期待が生まれる。期待は重要である。

おしめが濡れて不快になる。それを乾いたおしめに替えて快を与えてくれる。ふと見上げるとそこに顔がある。お腹が空いて不快で泣く。おっぱいを飲ませて快を与えてくれる。そこにおしめを替えてくれた顔と同じ顔がある。こうした不快を取り除き、快を与えてくれる顔が同じであることが重要であり、そしてもう一つ重要なことは同じ基準で不快を取り除き、快を与えてくれることである。

それが繰り返されると期待が生まれる。期待が生じたところで、同じように不快が取り除かれ快が与えられると、期待してよかった、あるいは期待していいのだという信頼が生まれる。これが基本的信頼関係の原型となる。つまり、同じ顔の人が同じ基準で不快を取り除き、快を与えることの繰り返して期待が生じ、期待を叶えることで裏切られることがないという基本的な信頼関係が形成される。これが愛着の原型となるのではないか？

私としては今のところ、この考えで納得している。

さらに言えば、養育する大人のぶれない基準が子どもの価値判断の軸となり、その子の為人を育てる。この基準が気分次第でぶれるのが虐待の本質であると思う。すべての養育者にぶれない保育を期待したい。

- 愛着について
- 社会性の発達
- 発達の変曲点
- 子どもの視点

# 社会性とは

## ① 報酬系；

幼い時には生理的報酬系・・・生存のため

次第に社会的報酬系・・・愛着の確立

## ② 要素；

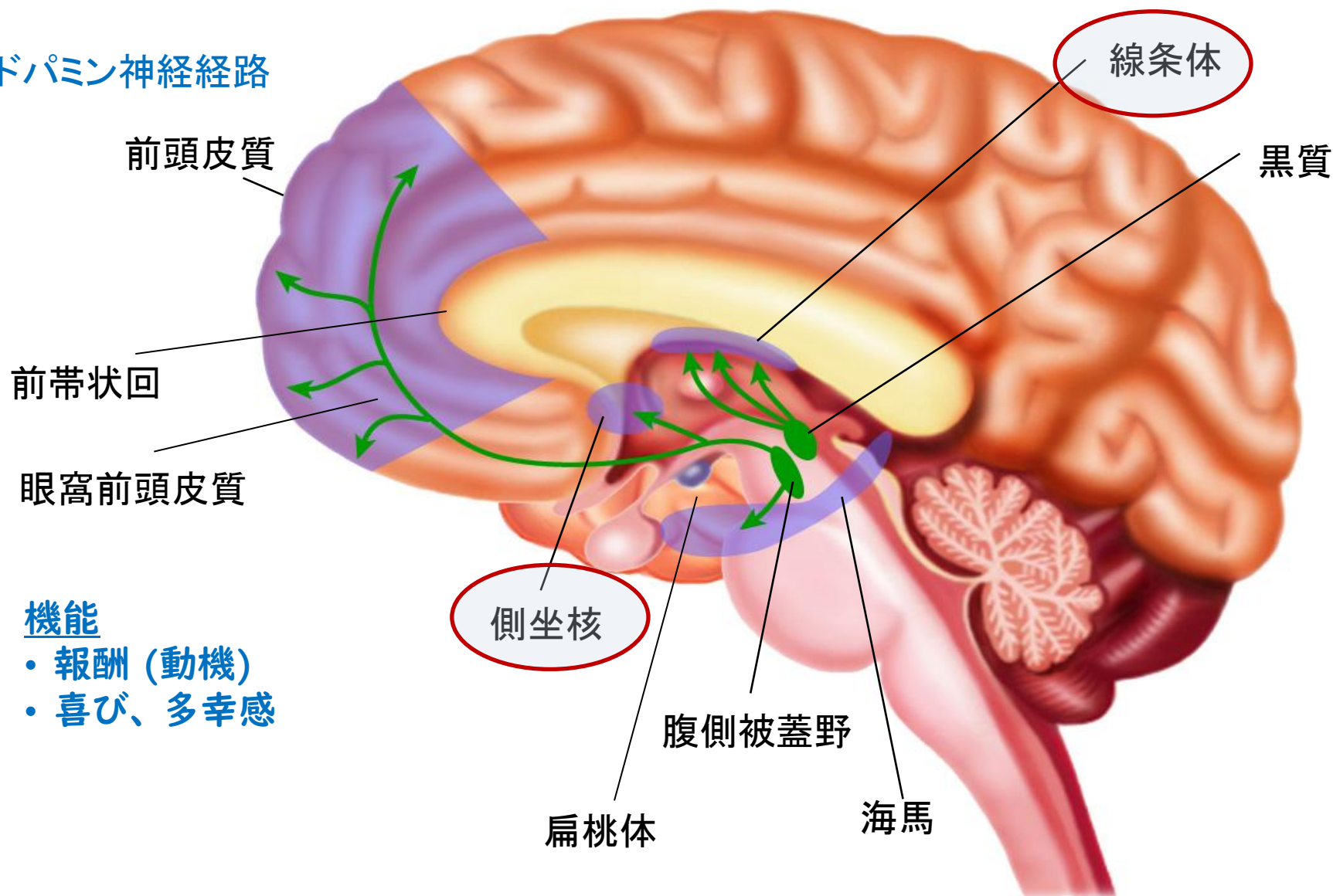
自己表現, 共感, 調整

# 報酬系

- 生理的報酬系  
快 vs 不快  
側座核
- 社会的報酬系  
利他的行動  
線条体

# 生理的報酬系

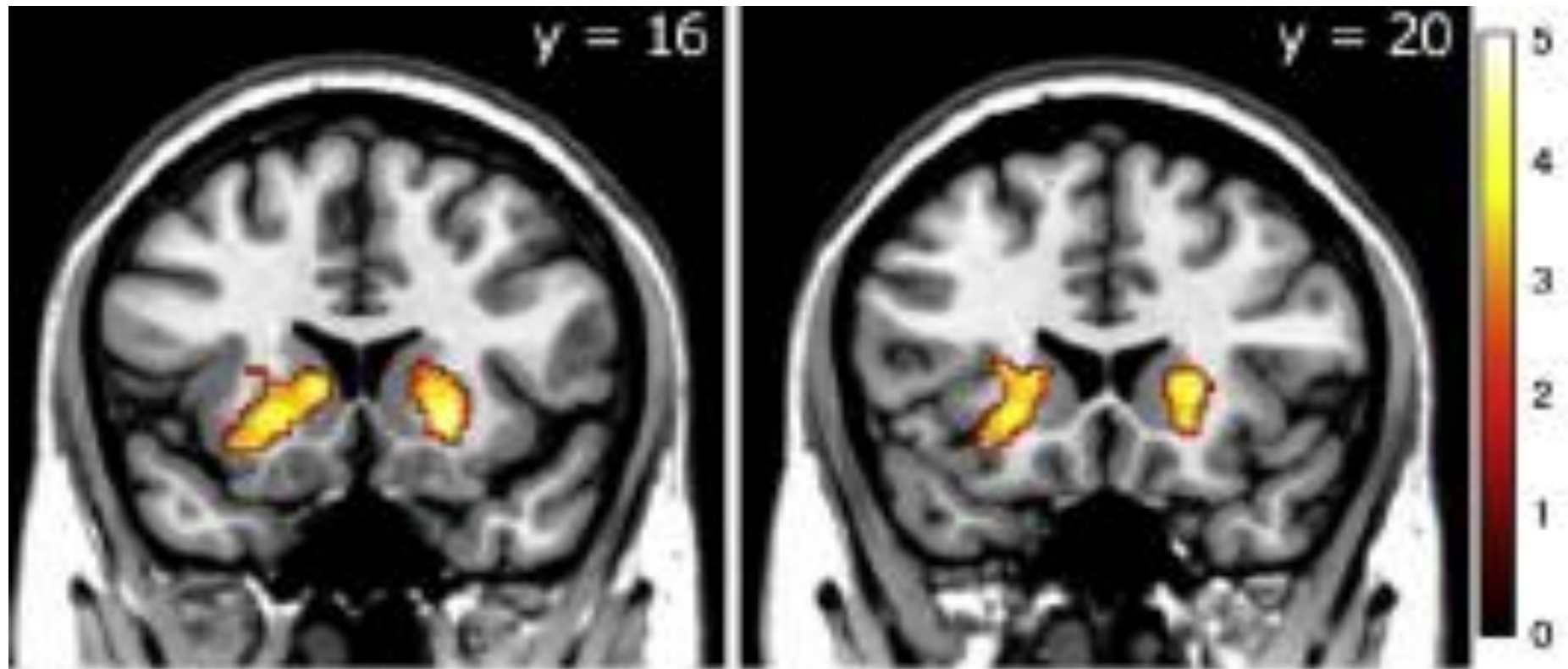
## ドーパミン神経経路



## 機能

- ・ 報酬 (動機)
- ・ 喜び、多幸感

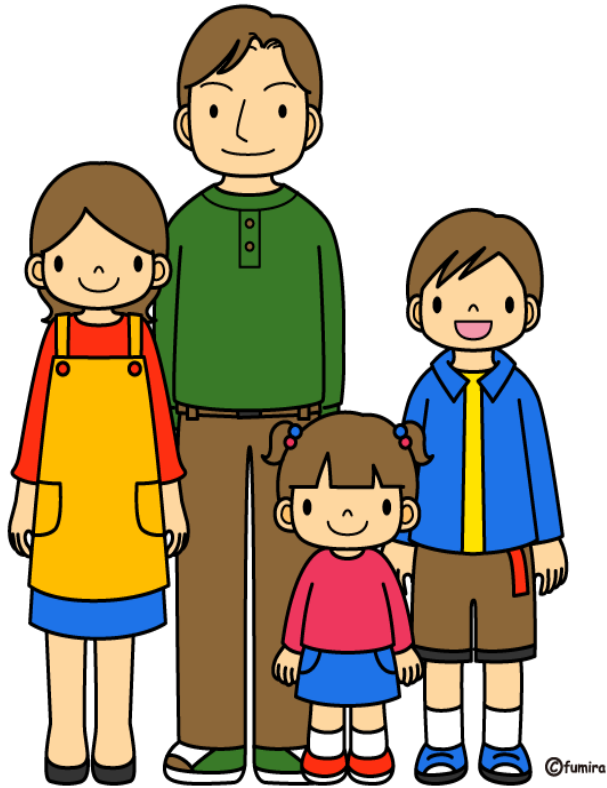
## 社会的報酬系・・線條体



Izuma, et al, 2006

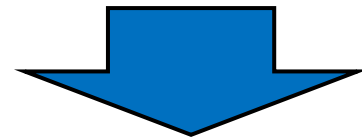
愛着成立

内化 & 参照



褒められる・・・規範意識

ほめられる・・・内的動機づけ



社会的報酬の原型

# 社会性とは

## ① 報酬系；

幼い時には生理的報酬系・・・生存のため  
次第に社会的報酬系・・・愛着の確立

「ほめて育てよ！」

できたら、褒める

頑張ったことを  
褒める

# 社会性とは

## ① 報酬系；

幼い時には生理的報酬系・・・生存のため  
次第に社会的報酬系・・・愛着の確立

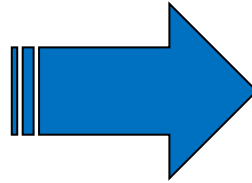
「ほめて育てよ！」

## ② 要素；

自己表現， 共感， 調整

# 思春期の発達課題

- 母親離れ
- 自分探し
- 自分作り



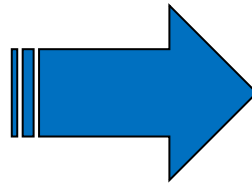
第二の個体化

“10～18歳”

いわゆる  
“つ離れ”

# 思春期の発達課題

- 母親離れ
- 自分探し
- 自分作り

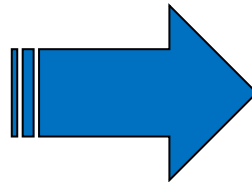


**拡散と収束**

自己表現, 共感, 調整

# 思春期の発達課題

- 母親離れ
- 自分探し
- 自分作り



自己愛の肥大化

- 愛着について
- 社会性の発達
- 発達の変曲点
- 子どもの視点

# 発達の変曲点

- 5歳半（年長組）・・・ 布置が身につく
- 10歳（小学4年生）・・・ 親を参照しなくなる
- 14歳（中学2年生）・・・ 夜、一人で過ごす

# 布置の力

- 言語では「文脈を理解する力」
- 行動では「見通しを持つ力」

# すくすくコホート研究 平成16年～25年

5歳児200名が「どんな中学生になるか」を観察しました

集団観察ではこんなことをしました



小学生になった子どもたちが駆け引きのゲームをしているところ

保育士といっしょに集団で遊んでいるところ

研究成果を伝える場として子どもフォーラムを開催しました



MR I 計測を行いました



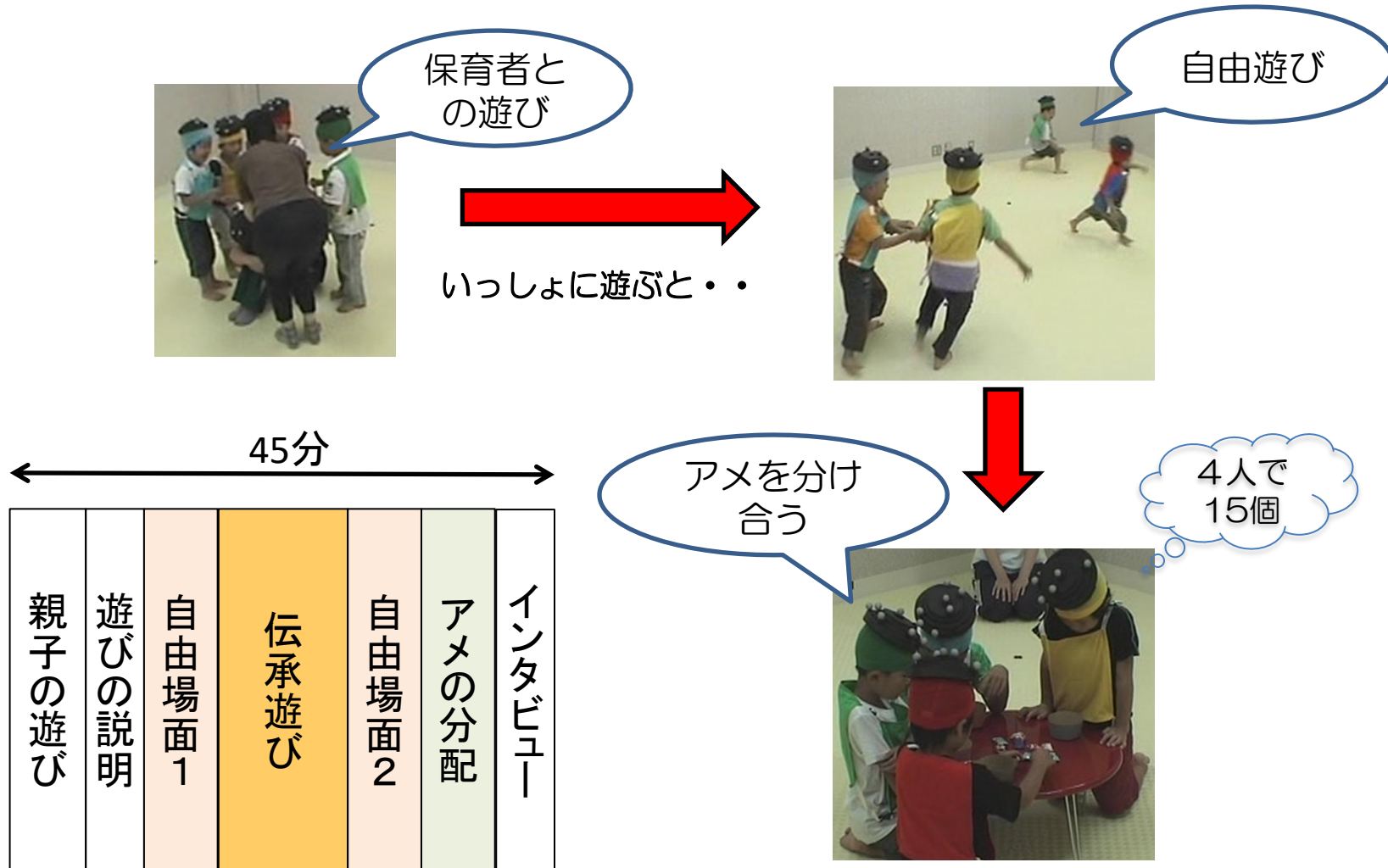
小児科医による個別観察を行いました



## 集団遊びの観察

お互いを知らない4人の子どもたちが、  
遊びを通して仲良くなっていく様子を観察しました。

# 保育的観察(5歳～6歳)



## 5歳はいっしょの動きで遊ぶ



5歳の子どもたちは、保育者との活動を通して仲良く遊ぶと、  
そのあとは同調的に動きながら、子どもたちだけでも  
仲良く遊ぶ力があることがわかりました。



保育士との遊び

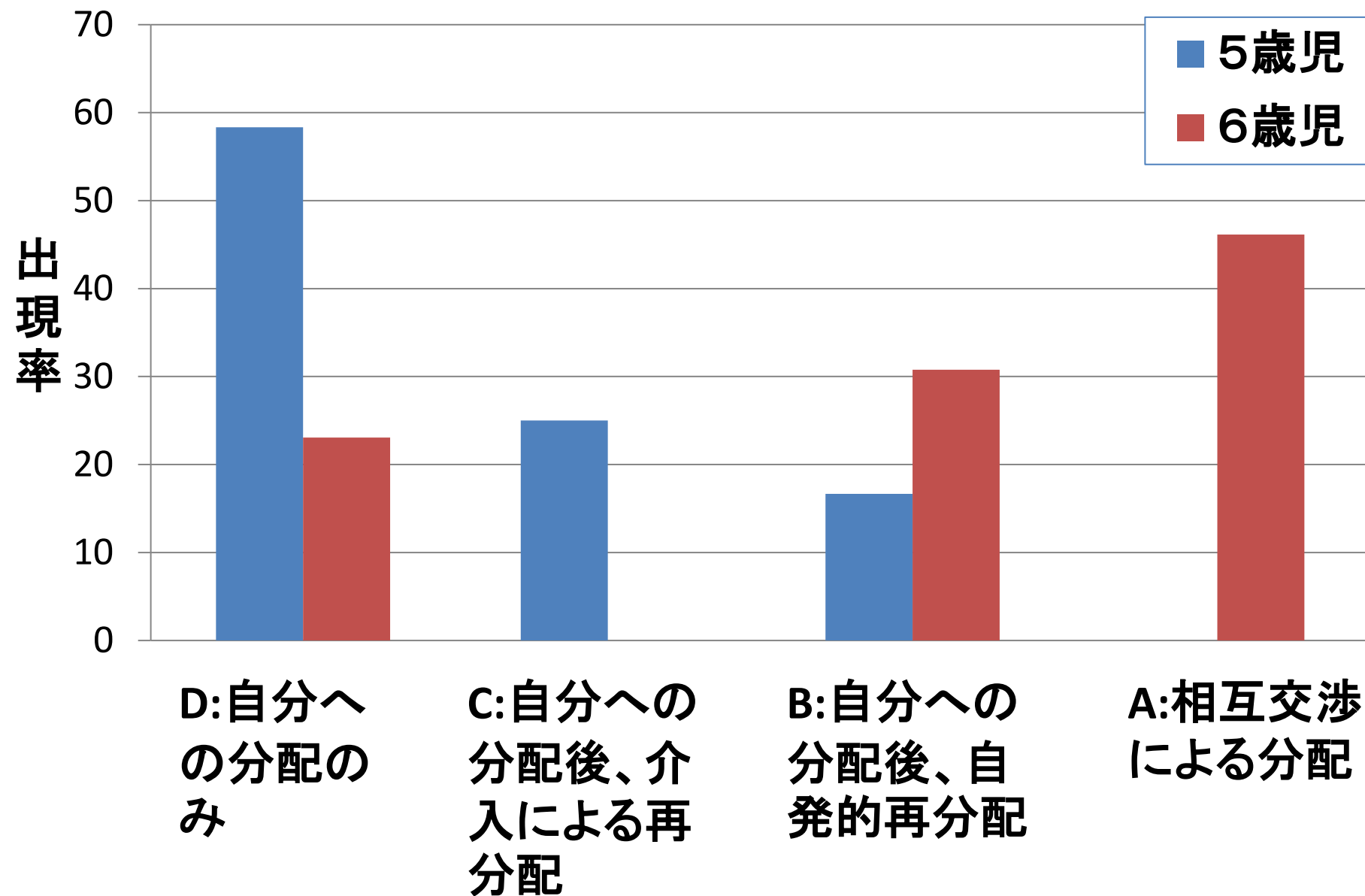
いっしょに遊ぶと...



5歳児も子ども達  
だけで遊べるよう  
になる

5歳では、はじめに  
大人が遊びの足場を  
作ることが効果的

# 15個の飴を4人で分配する方略



6歳児は、いっしょに  
遊んだ後、話し合いながら  
おやつを分け合える



## 6歳は言葉の やり取りで遊ぶ

6歳の子どもたちは、保育者との活動を通して仲良く遊ぶと、  
そのあとは、自分たちでルールのある遊びを展開し、  
おやつを分ける時も話し合いで問題を解決しようとします。

**6歳児は時間軸が身についている**

# 幼稚園教育要領解説本に掲載

## 序章 第2節

### 1. 幼児期の特性

また、幼稚園における生活の流れが把握できていないと、幼児は、今日の前で起きていることにとらわれ、やりたいことができないとなく、怒るなどの情緒的な反応を示すことがある。幼稚園生活の中で、活動の区切りに教師や友達と共に振り返りの経験を積むことや教師が適切な言葉掛けをすることなどにより、**幼児は徐々に過去と今、今と未来の関係に気付くようになり、活動の見通しや、期待が持てるようになっていく。**

**布置**

# 質問紙調査からみた こどもの社会性発達と親の関わり



## 家庭への質問調査からわかりました。

- ◇ 叱るよりもほめることを多くする
- ◇ 明日の準備は自分でさせる
- ◇ 少々のいたずらは大目に見る
- ◇ 着る服は自分で選ばせる
- ◇ 着替えはひとりでさせ、脱いだ服の始末をさせる
- ◇ お手伝いをさせる
- ◇ 動作が遅くてもせかさない
- ◇ やりたがることは少々心配でもさせる

などを大切にして子育てをしていると



- 
- 
- ◇ 他人の気持ちをよく気づかう
  - ◇ 他の子どもたちと、おもちゃなどをよく分け合う
  - ◇ 困っている子どもを進んで助ける
  - ◇ 年下の子どもにやさしい
  - ◇ 自分から進んで他人を手伝う

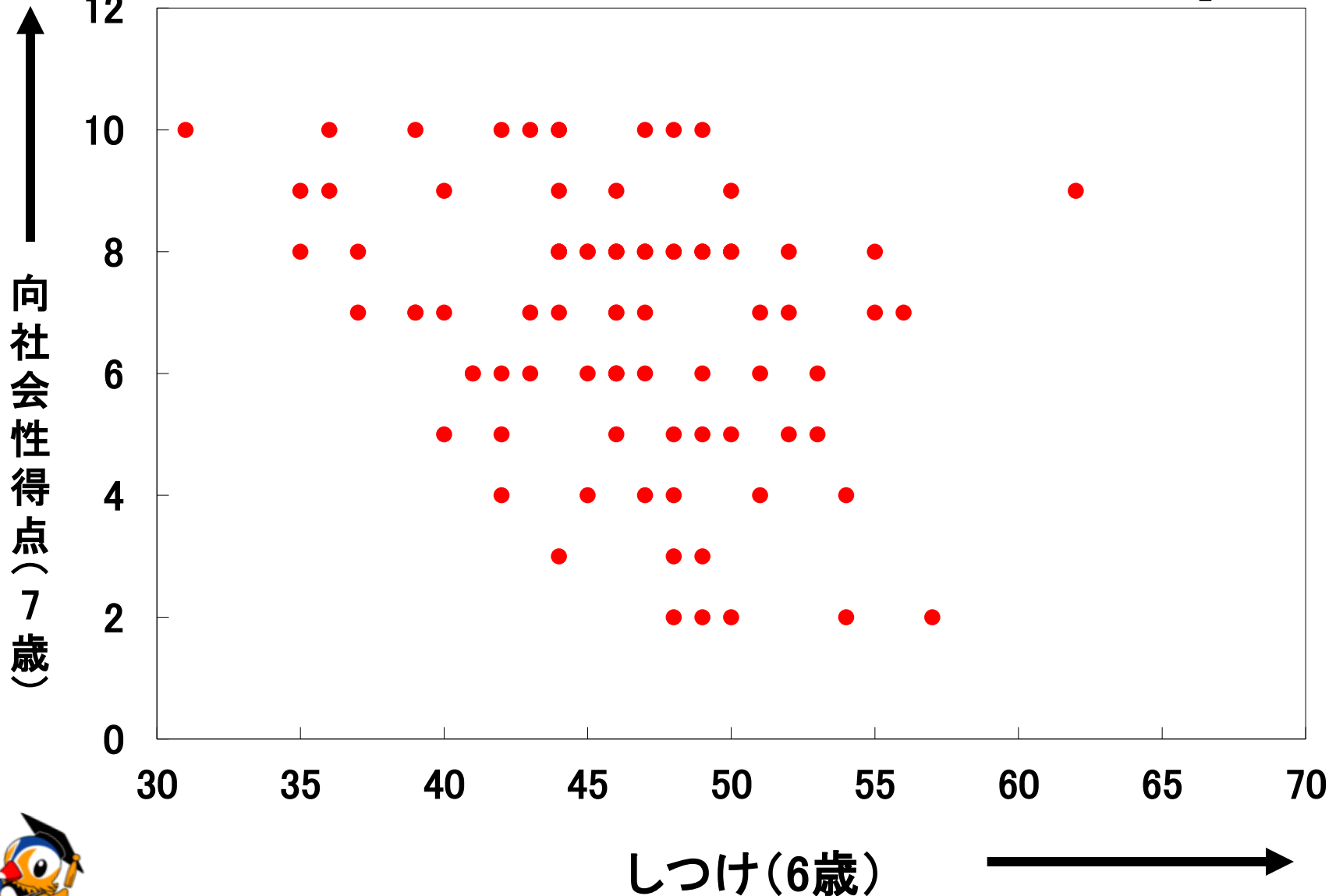
という

“社会性の豊かな子に育つ”

ことが分かりました

# 6-7歳 縦断的結果

$r = -0.32$  ( $p=0.003$ )



過保護・過干渉



# 8歳の社会性に関連する7歳の要因

(ロジスティック解析; オッズ比が高いほど向社会行動が少ない)

| 項目                    | オッズ比 | P    | 95%信頼区間      |
|-----------------------|------|------|--------------|
| しつけ(過保護)              | 1.21 | 0.02 | 1.02 - 1.43  |
| 性(女/男)                | 0.27 | 0.19 | 0.04 - 1.89  |
| 年収<br>(400万以上/400万以下) | 2.63 | 0.47 | 0.19 - 36.37 |
| テレビ視聴<br>(2時間↑/2時間↓)  | 0.17 | 0.17 | 0.01 - 2.08  |
| ゲーム(する/しない)           | 3.94 | 0.13 | 0.67 - 23.12 |
| 偏食(ある/ない)             | 0.97 | 0.97 | 0.18 - 5.35  |

# 発達の変曲点

- 5歳半（年長組）・・・ 布置が身につく
- 10歳（小学4年生）・・・ 親を参照しなくなる
- 14歳（中学2年生）・・・ 夜、一人で過ごす

# 男児と女児の差異

集団遊びの観察を通して浮かび上がったのは、  
男の子と女の子の違いでした。

## 幼児期

女の子は仲間とのやり取り遊びを好む

男の子はダイナミックな遊びを好む

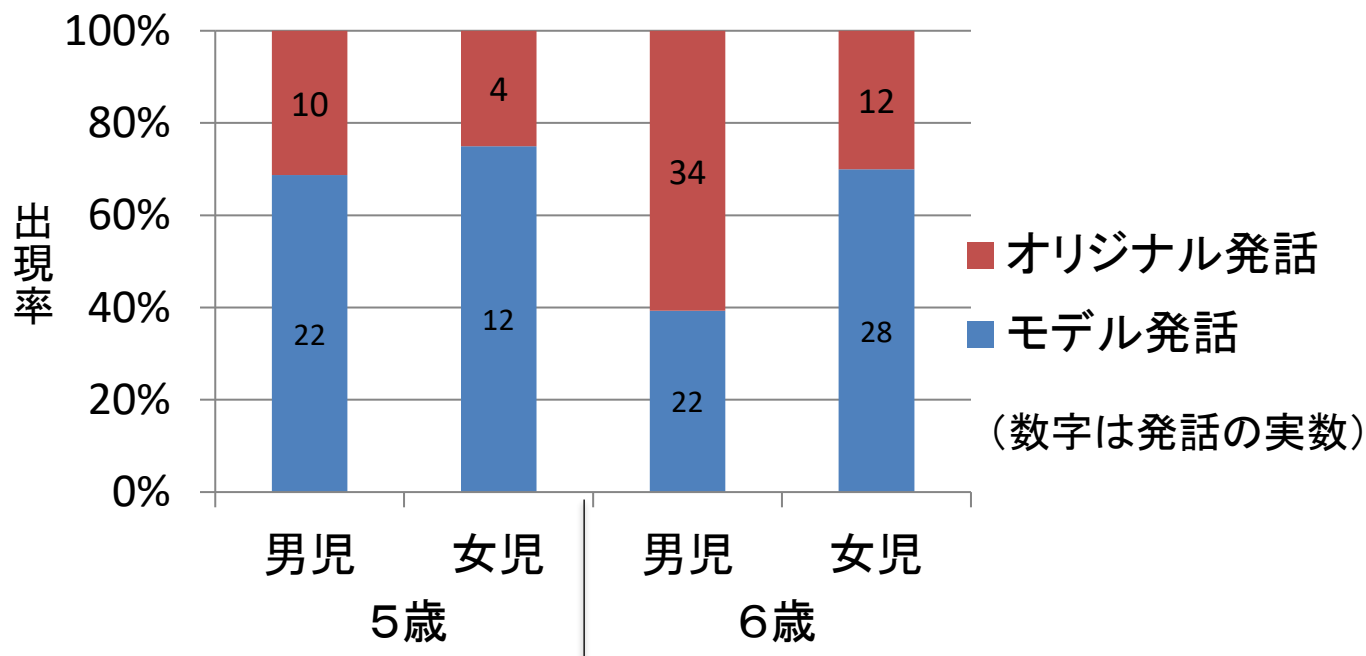
お母さん  
保育士さん  
この違いに注目！

傾向があることがわかりました



# オニになった時の言語分析

保育士の支援による発話(5歳18, 6歳1)を除く

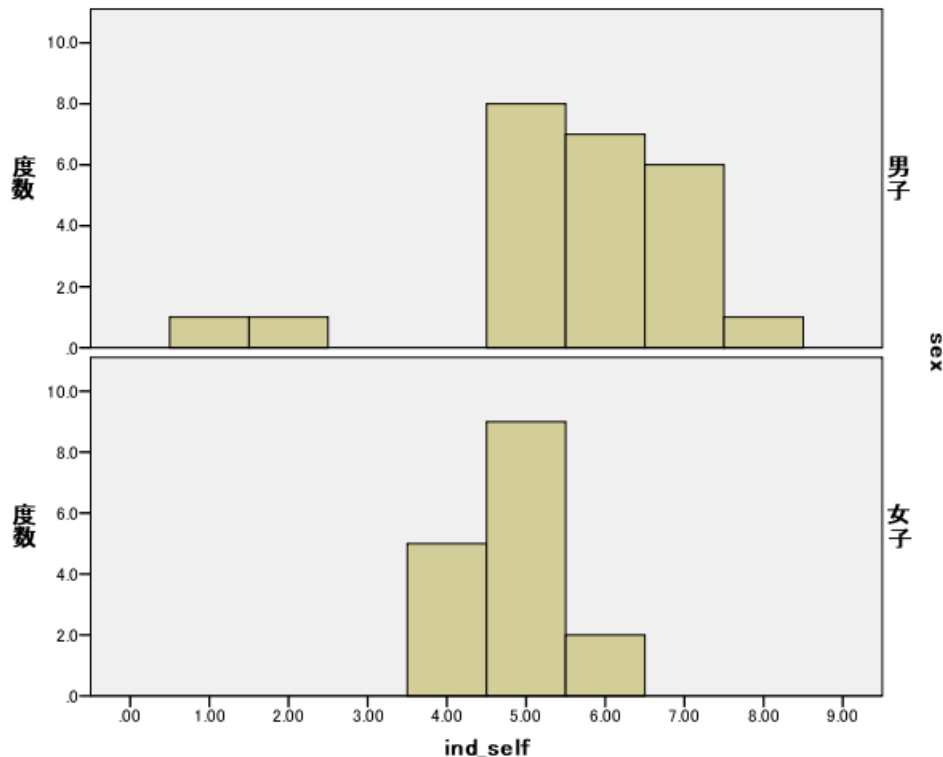


6歳児では5歳よりもオリジナル発話が有意に増加 ( $p<0.05$ )

6歳児は、男児がオリジナル発話を女児がモデル発話を用いる ( $p<0.05$ )

6歳より個人差や性差により社会性を表現する方法が異なってくる

# 個人phaseの自己配分



男子：平均5.64個

女子：平均4.88個

$t(35.65)=4.589, p<.001$

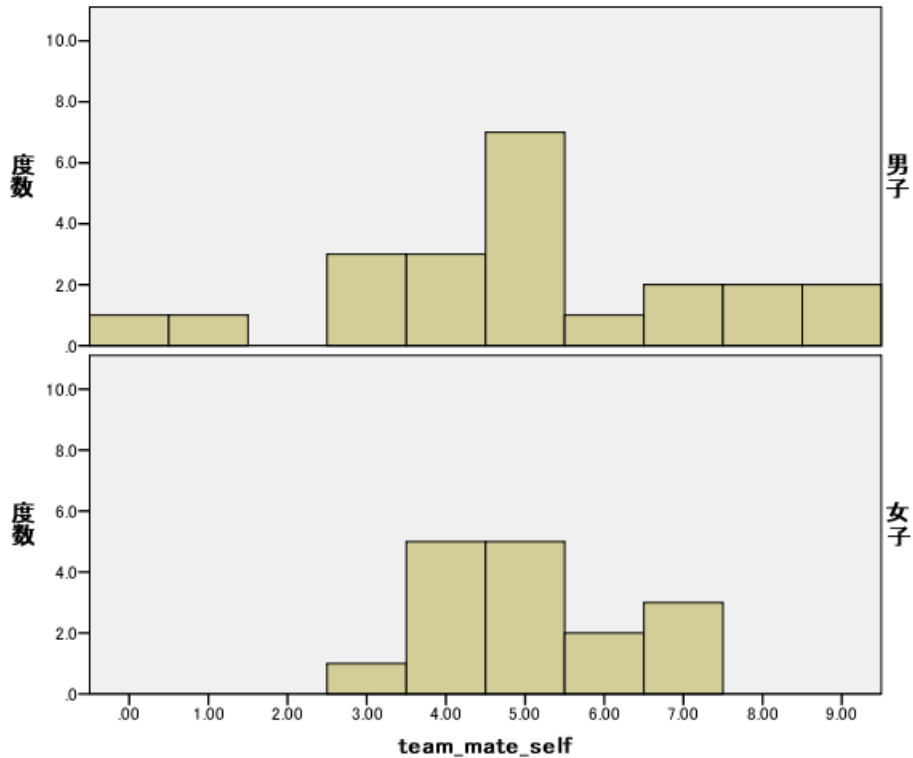
男子の方が、女子よりも自己分配が多い  
→女子の方が公平意識が高い

## ゲーム中の様子



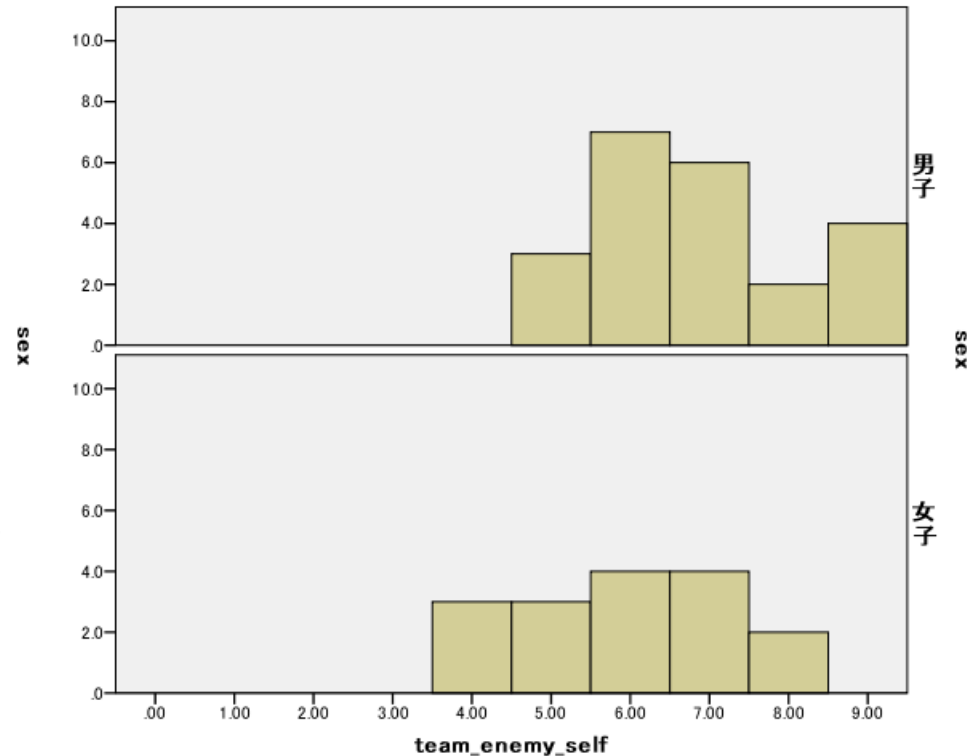
# 団体phaseの自己配分

- 対味方



男子: 平均4.80個  
女子: 平均4.84個

- 対敵



男子: 平均6.69個  
女子: 平均5.83個

男子の方が場面に応じて柔軟に行動を変化させている。  
「ゲームの枠組み」に合致した遊びをしている。

## 学童期

- ❖ 女の子は遊びであっても争いごとを好まないことが多い
- ❖ 男の子は勝負をして遊ぶのが好きらしい

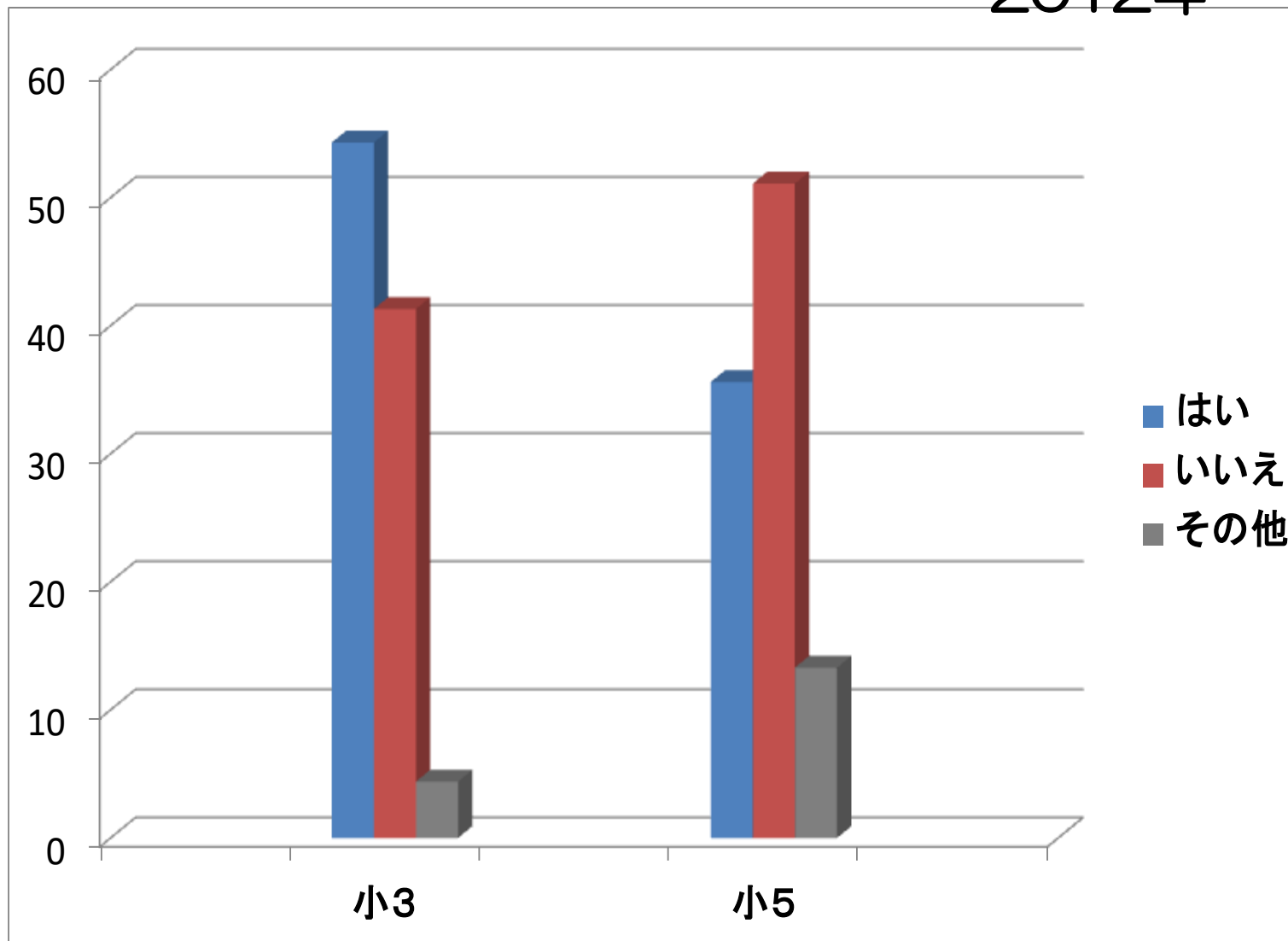
- 愛着について
- 社会性の発達
- 発達の変曲点
- 子どもの視点

# インタビューから知る 思春期のこどもの心



# 早く大人になりたいですか？

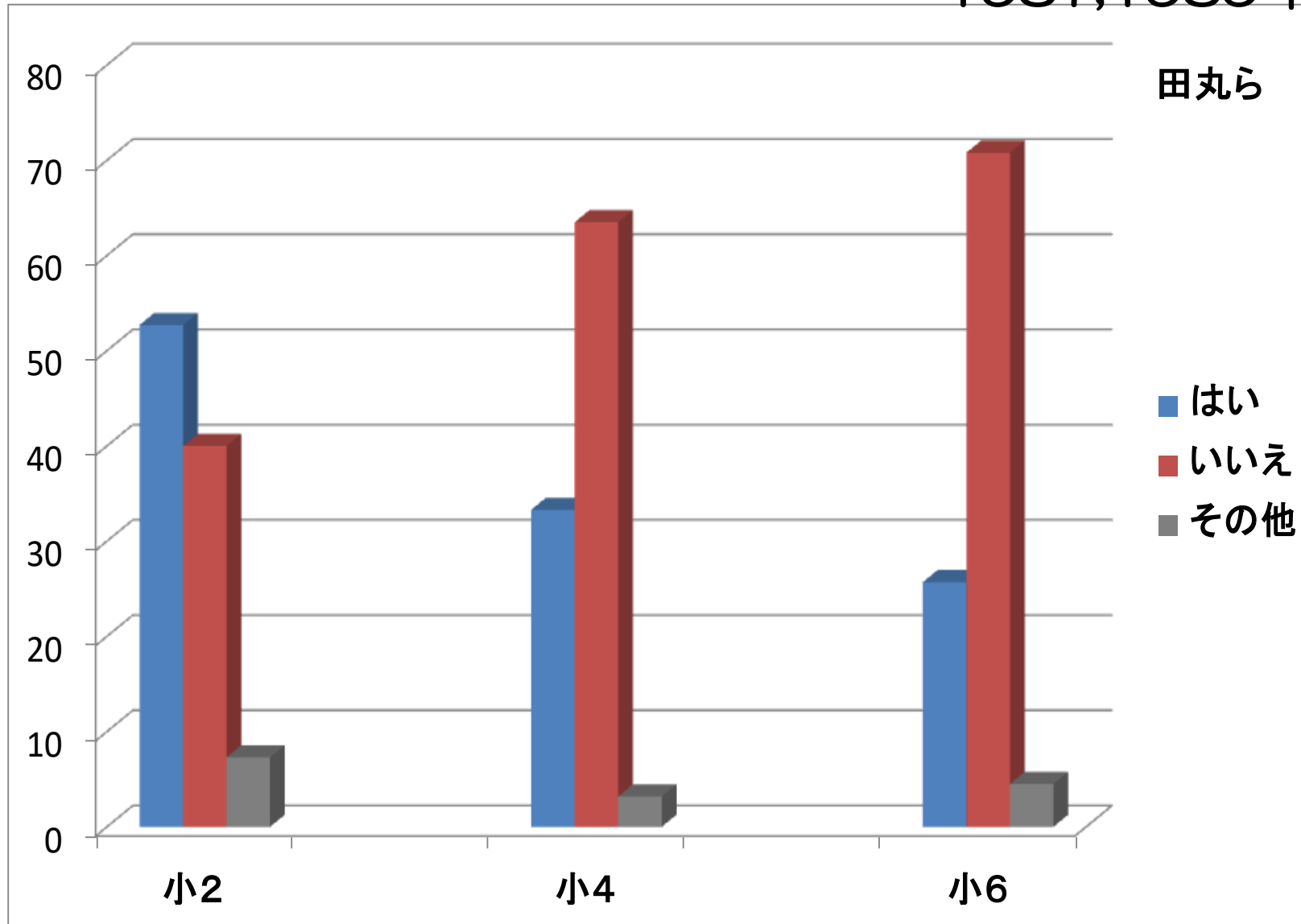
2012年



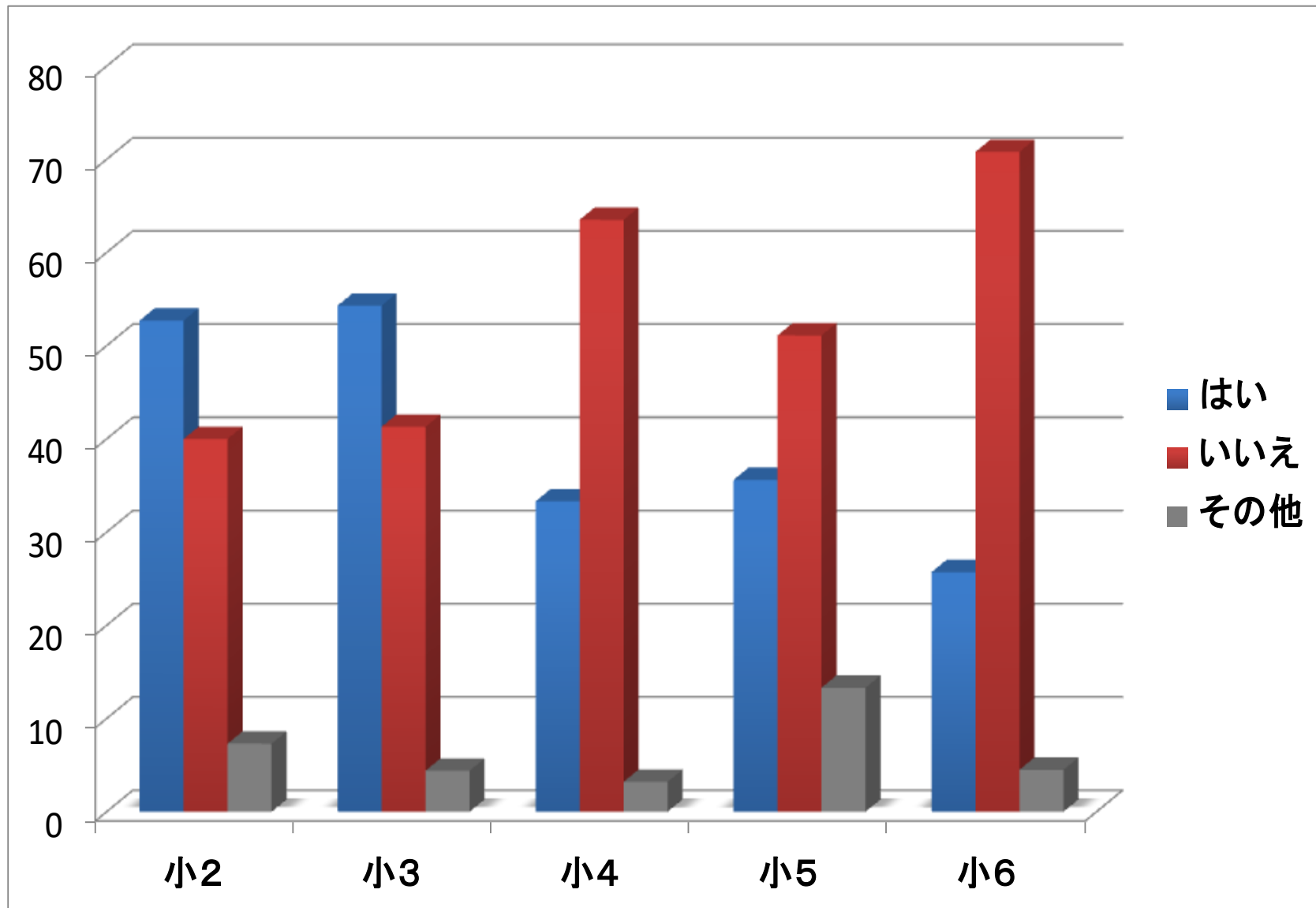
# 早く大人になりたいですか？

1987,1989年

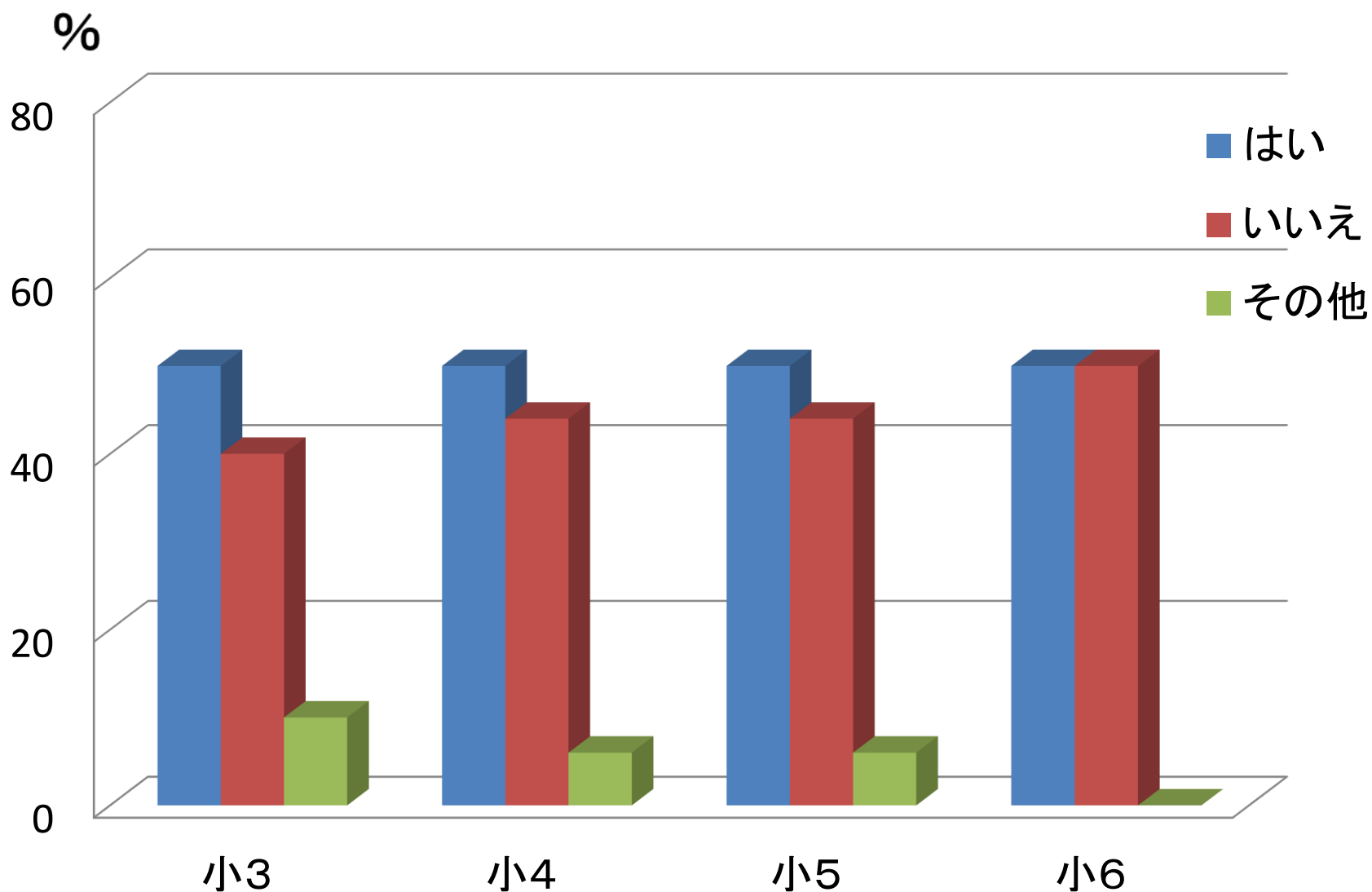
田丸ら



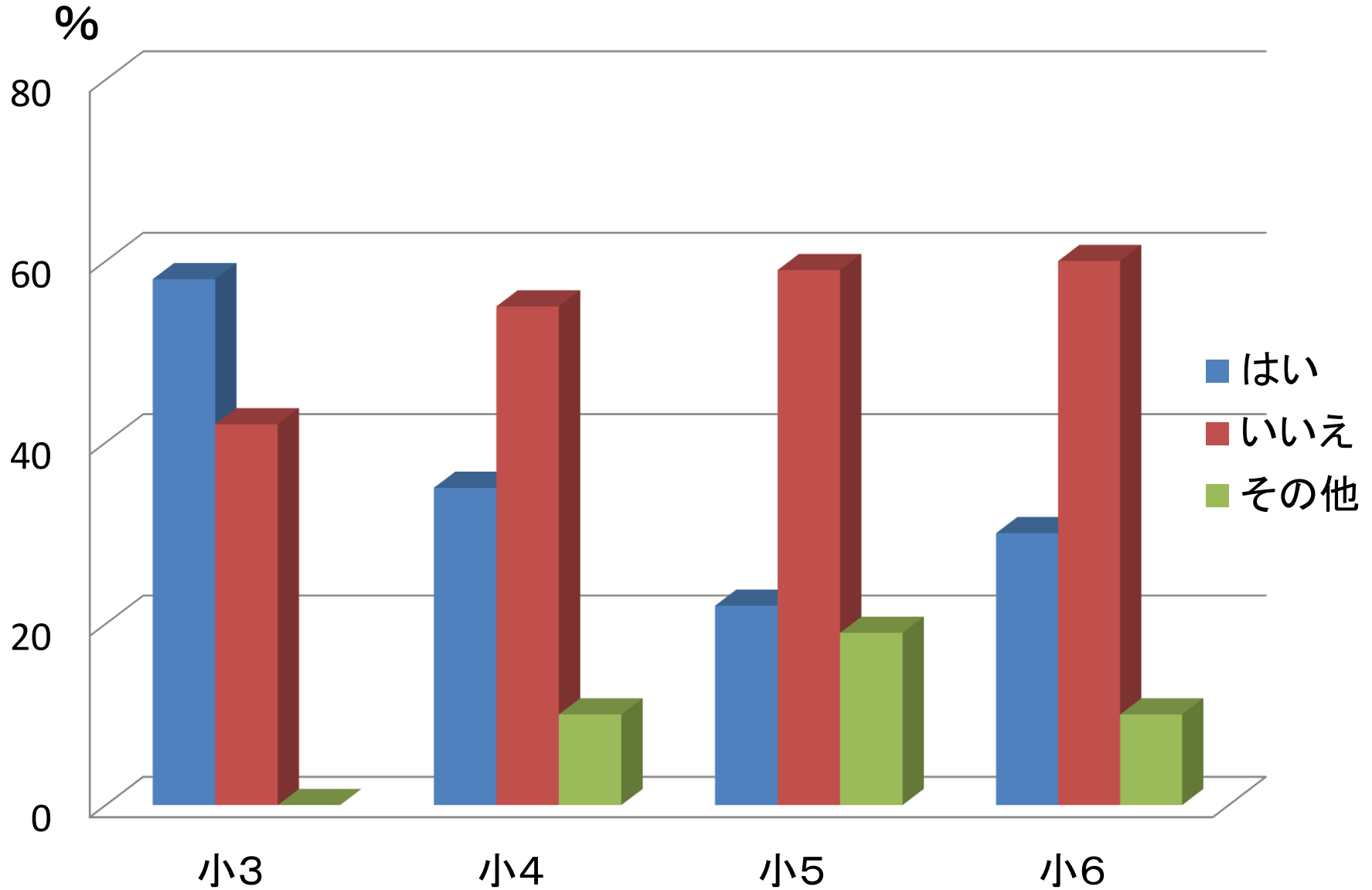
# 早く大人になりたいですか？



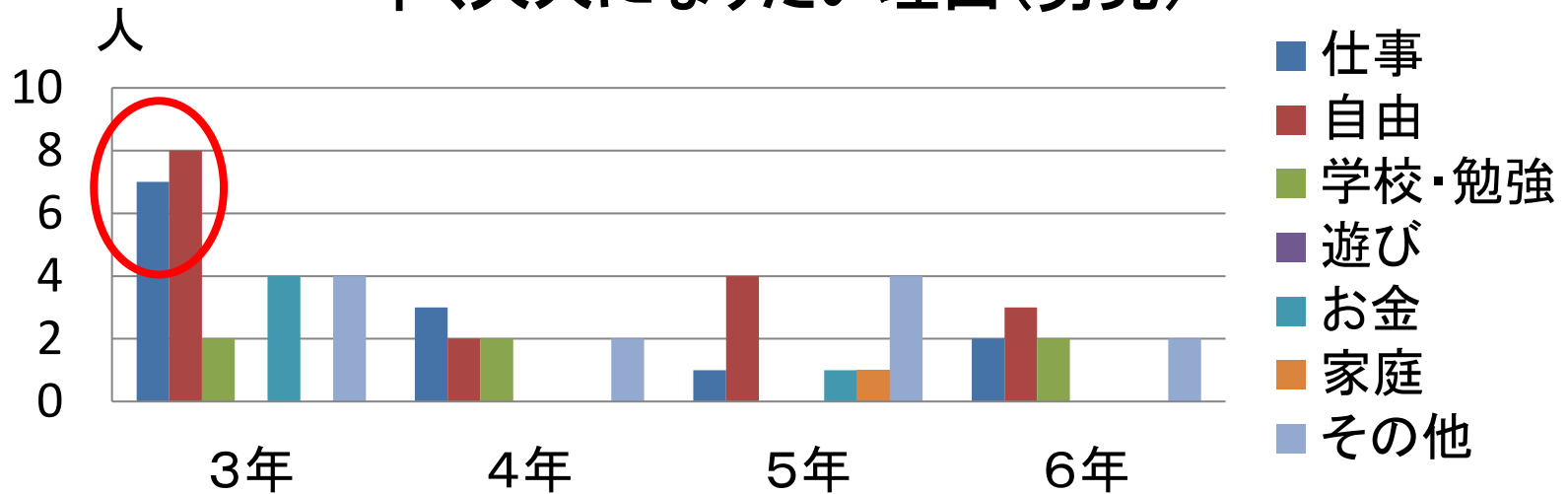
# 早く大人になりたいですか(女兒)



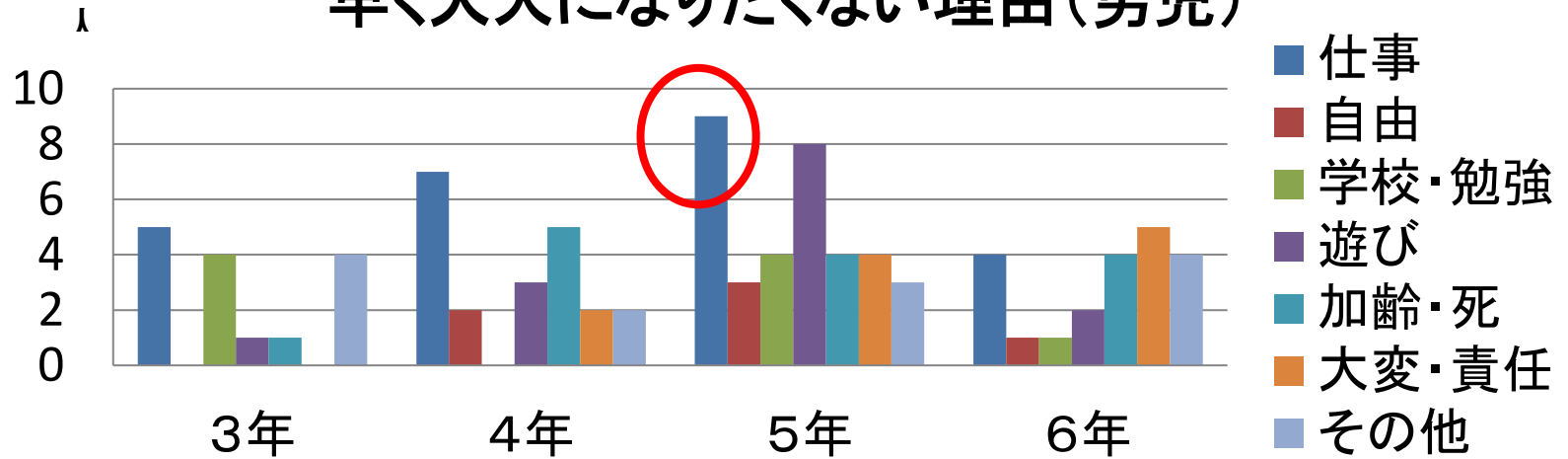
# 早く大人になりたいですか(男児)



## 早く大人になりたい理由(男児)



## 早く大人になりたくない理由(男児)



3年生と4年生以上では、仕事に関連する大人のとらえ方が変化  
あこがれ→仕事に関連する責任、大変さを認識

## 学童期

- ✚ 女の子は早く大人になりたい子と  
なりたくない子が半々くらい
- ✚ 高学年の男の子は、  
早く大人になりたいと思う子が少ない

小学生の生活満足度を  
本人と保護者に聞いてみました。



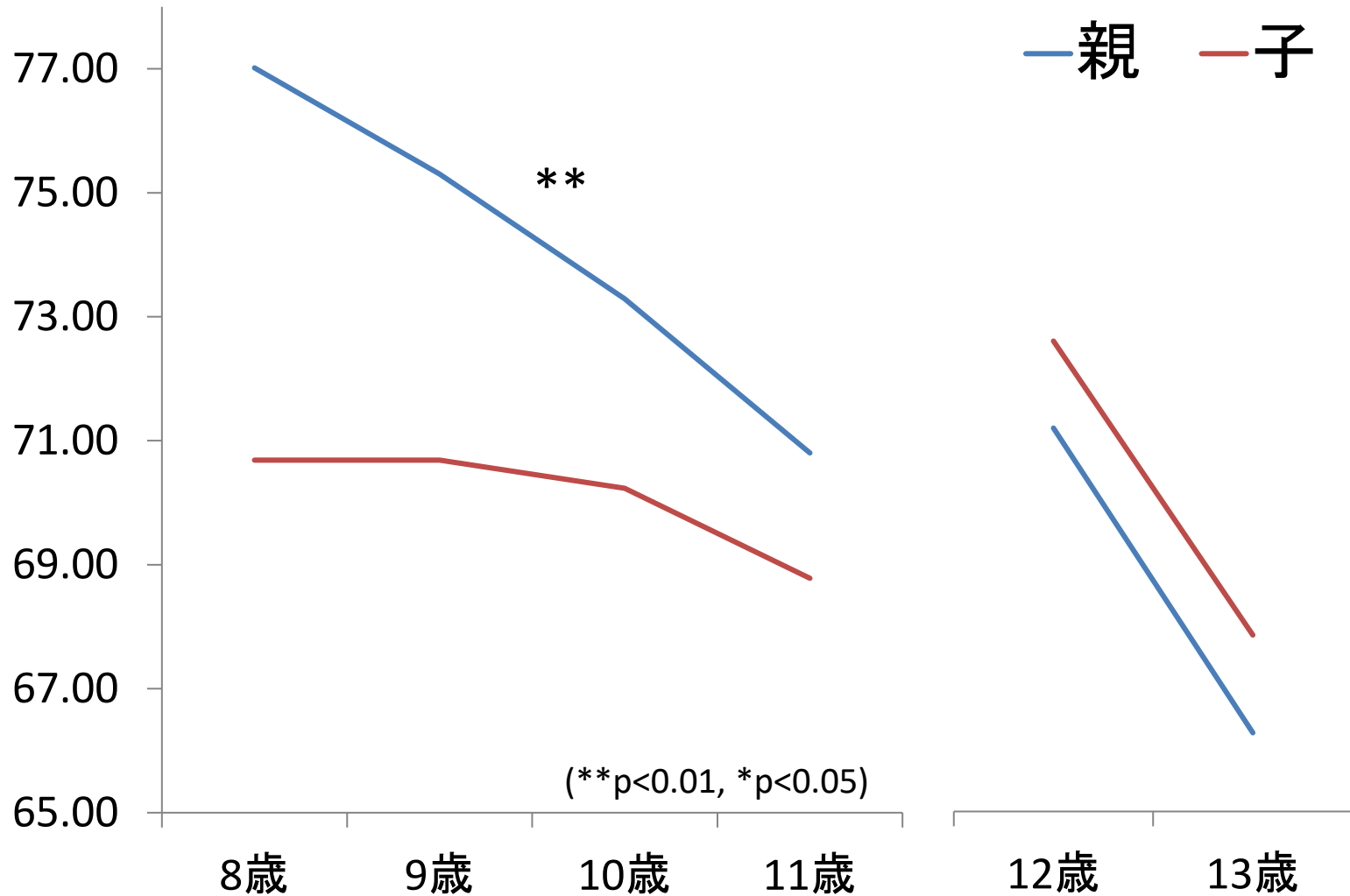
子どもの思いと親の答えには  
大きなズレがあります



親は心配していても、子ども自身はかなり満足して  
生活しています。

**“親の心配は、ほどほどがいいかもしれません”**

# QOLの経年変化（親と子）



子どものQOL得点は大きく変化しないが、  
親の得点は加齢につれて低下する。

# 学業不振と生活の質（8歳）

- 保護者評価：  
学業不振があると  
自尊心  
学校生活  
QOL全体  
の3つが低い
- 本人評価：  
学業不振があると**身体的健康**が低い

# 学業不振と生活の質(9歳)

- 保護者評定：  
学業不振があると  
自尊心  
家族  
学校生活  
QOL全体  
の4つが低い
- 本人評価：  
学業不振があるとすべて低い



## 学業不振があると



低学年の子どもでは、身体の不調を訴えやすいようです。9歳になると、生活全般に満足度が下がります。

**“もっと子どもの声に耳を傾けましょう”**  
**“もっと子どもと話をしましょう”**

# 学習基礎能力

## 学力の伸びを支えるもの



# 6年時の学力との関係

解析対象：小学6年生30人

(5歳児と6年3月の質問紙調査に参加)

|           | 国語     | 算数     |
|-----------|--------|--------|
| 収入(現在)    | 0.057  | 0.058  |
| 収入(5歳)    | 0.081  | 0.100  |
| 父の学歴      | 0.234  | 0.035  |
| 母の学歴      | -0.006 | -0.299 |
| 習い事の費用    | 0.202  | 0.362  |
| 本人の読書量    | 0.468  | 0.407  |
| 本人の漫画の読書量 | 0.421  | 0.127  |

(相関係数, 赤字は $p<0.01$ )

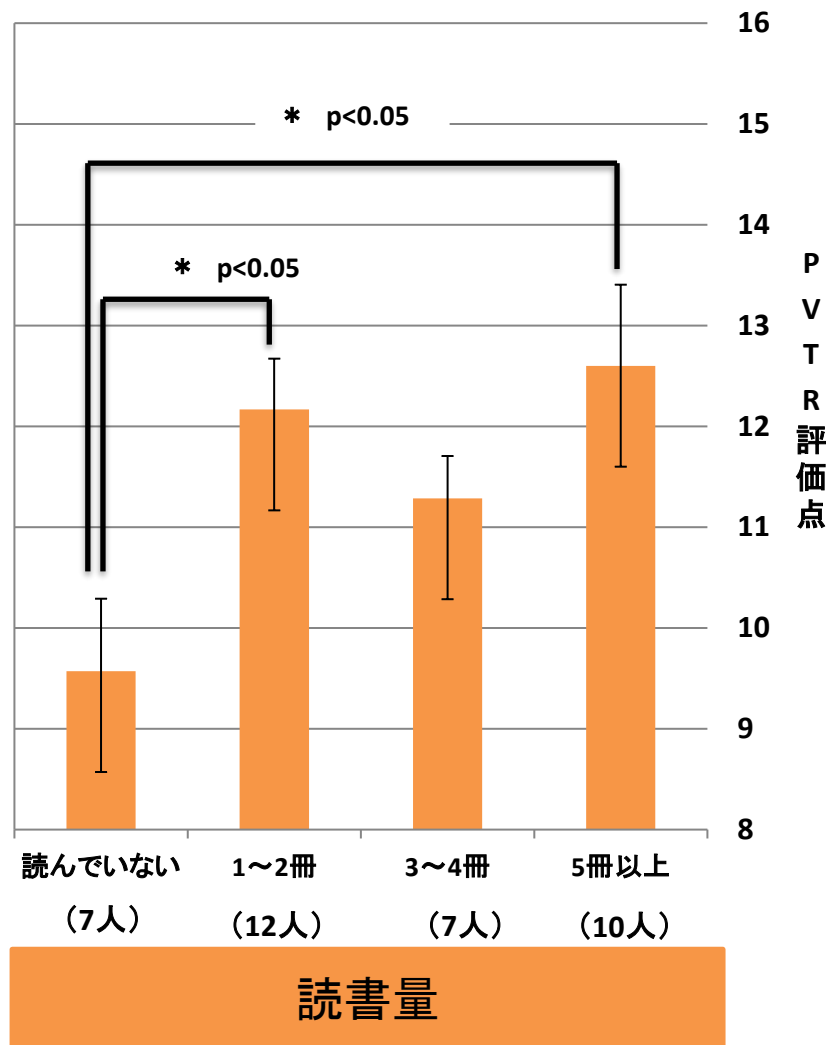
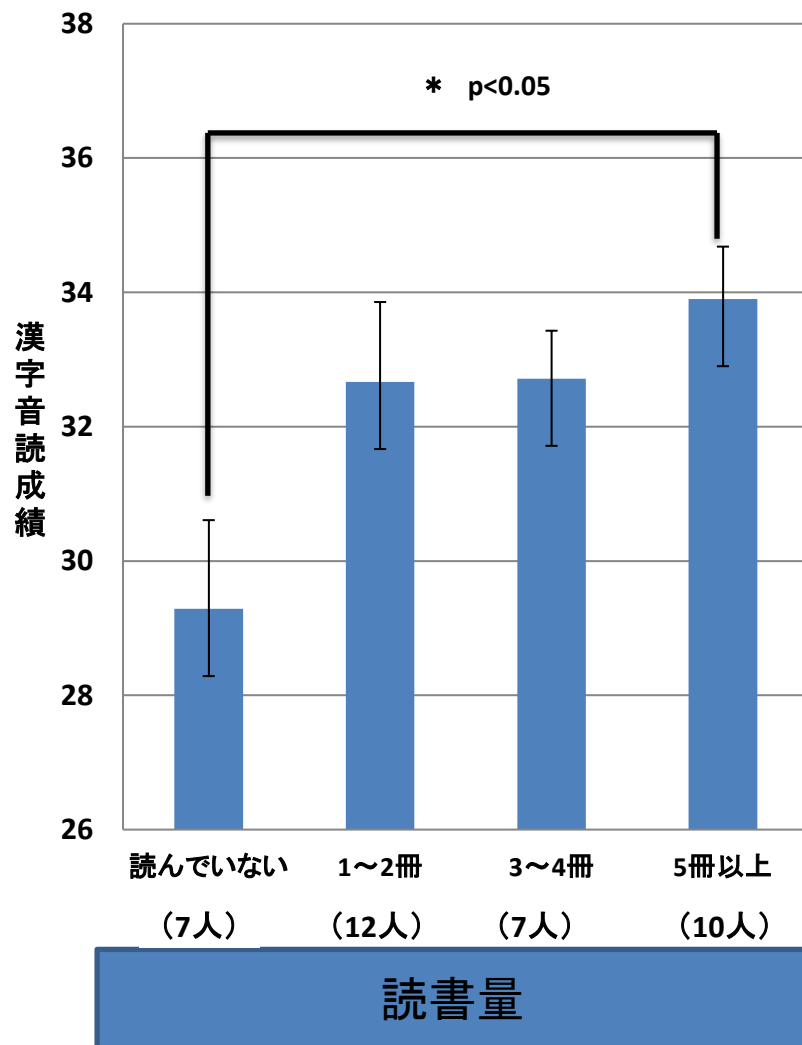
# 学習基礎能力

## 読書量と漢字音読成績、語彙能力

本人

漢字

語彙

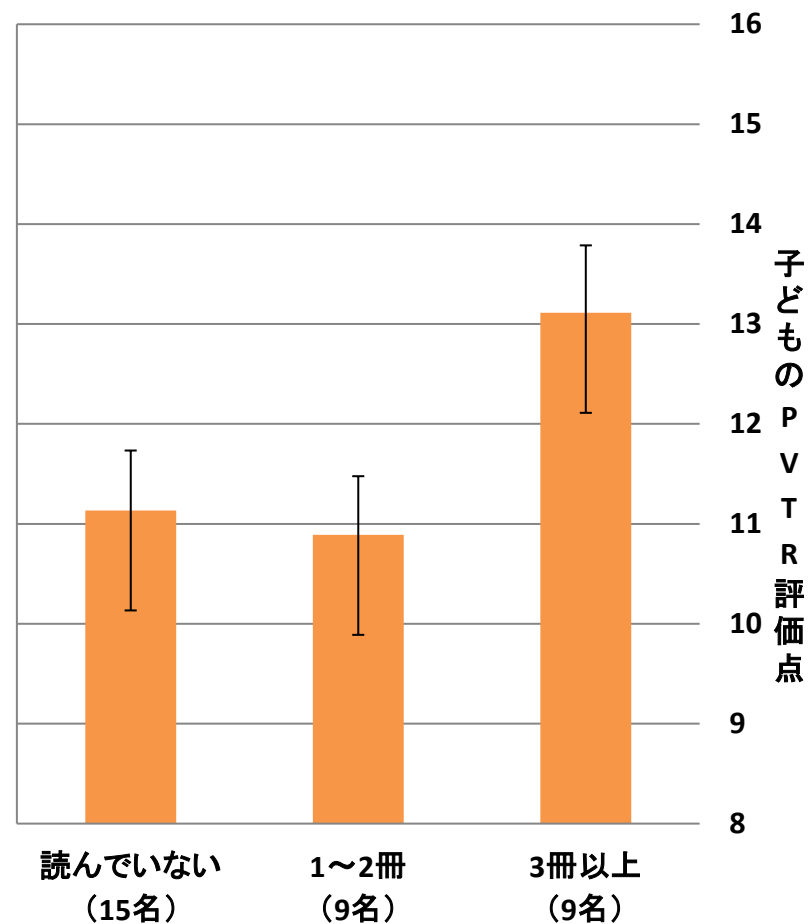
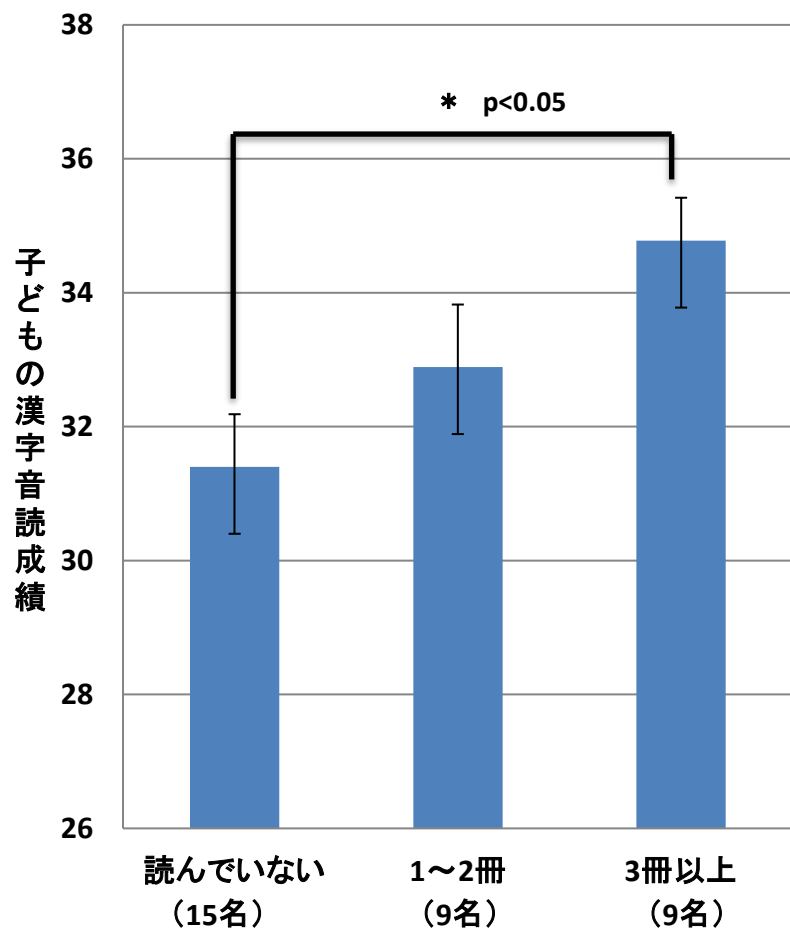


# 読書量と漢字音読成績、語彙能力

父親

漢字

語彙



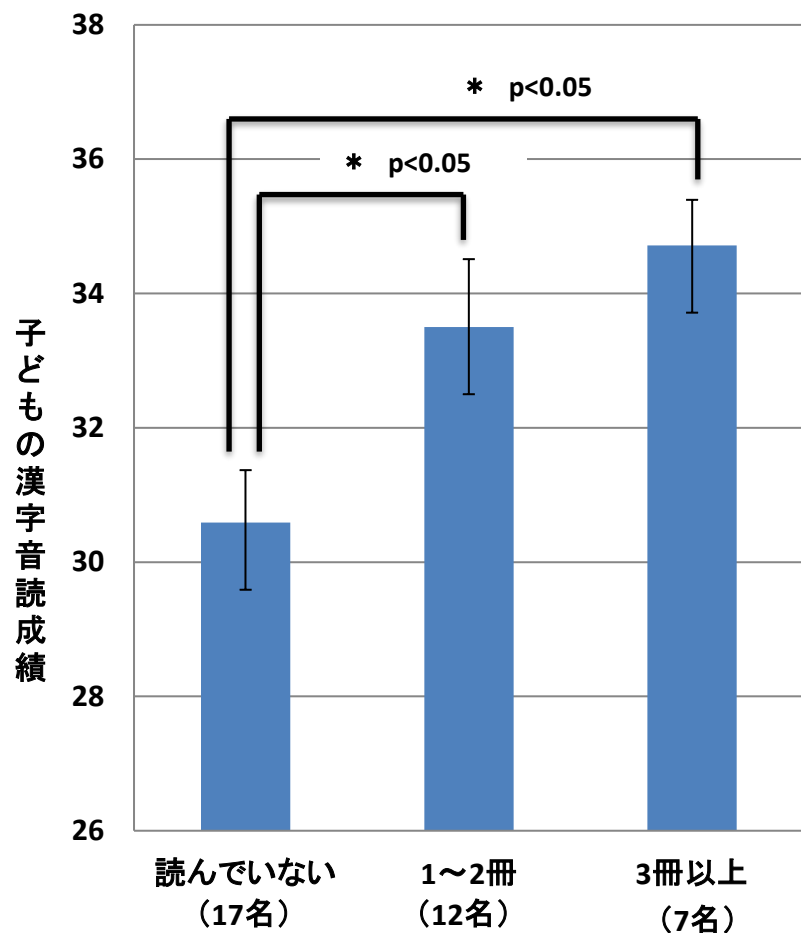
父親の読書量

父親の読書量

# 読書量と漢字音読成績、語彙能力

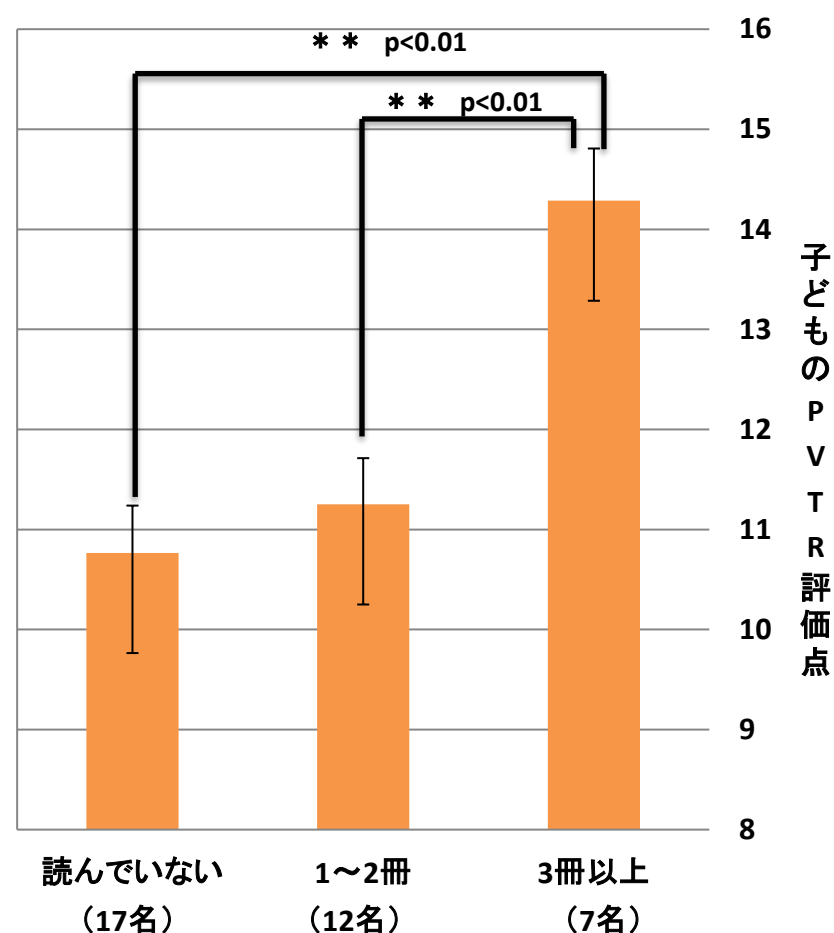
母親

漢字



母親の読書量

語彙



母親の読書量



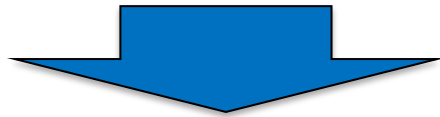
## 子どもの学力について

6年生の時点では、親の収入や学歴と関係するという結果は出ませんでした。

また、父、母が本をよく読むことと、子どもの読書量は関係しており、さらに子どもの漢字の読字や語彙力とも関係していました。

**“家族みんなで本に親しみましょう”**

本を読むこと



文字を読むこと

# 新しい音読指導アプリ

一般社団法人 T式ひらがな音読支援協会

ホーム

アプリ

本物はこちらにある  
可能性がこちらにある

11月29日午後  
ディスレクシア  
ワークショップ



<https://www.t-shiki.jp>

連絡先：[dyslexia@t-shiki.jp](mailto:dyslexia@t-shiki.jp)



## 練習設定

まず「音声再生までの時間」で「学習者ランク」を設定し、次に「コース選択」をしてください。

### 学習者ランク設定

学習者ランクは音声再生されるまでの時間によって自動的に設定されます。

音声再生までの時間が2.5秒以上は初心者（デフォルト）、2.5秒から1.7秒までは中級者、1.7秒以下は上級者となります。

最初は初心者から始め、慣れてきたら徐々に時間を短くして上級者を目指しましょう。

音声再生までの時間

2.5秒

+ 0.5 秒

+ 0.1 秒

学習者ランク

初心者

- 0.5 秒

- 0.1 秒

### コース選択

（今回は2024/6/29に「ひらがな単音」を練習しています）

ひらがな直音

ひらがな単音

カタカナ直音

カタカナ単音

一般的には「ひらがな直音」「ひらがな単音」「カタカナ直音」「カタカナ単音」の順に難易度が高くなります。よりやさしい「ひらがな直音」から始める事をお勧めします。

初心者 はる さん

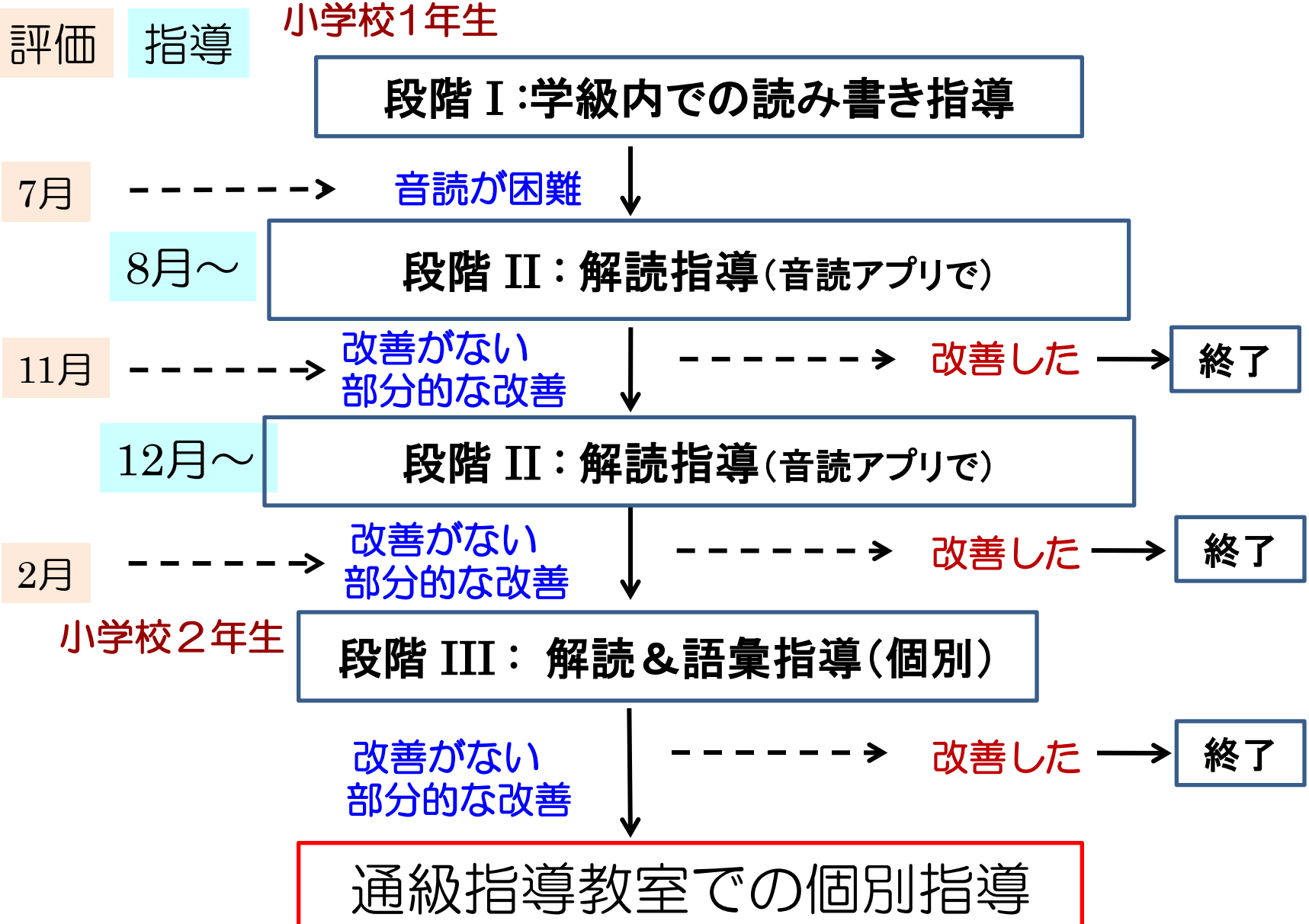
のこりじかん

もどる

ぎゅ



# RTIモデル



## 社会性の育成に大切なものは

- ◆ほめて育てると、幼児期前半の子どもが社会性豊かに育つことが示されています。<sup>#</sup> まずは、ほめて育てて保護者とよい関係を築くことが、将来の社会性の源流であるということです。
- ◆幼児期後半では、一緒に遊んでよい仲間関係を育むことが、お互いを気づかう関係の土台になります。また、5歳と6歳とでは仲間関係の在り様にも大きな違いがあり、それを知って子育てするとよいでしょう。
- ◆学童期前半では、保護者の過保護や過干渉があると、子どもの社会性の獲得にブレーキがかかります。自律に向けた見守りが大切です。
- ◆学童期後半では、子どもは自分なりの考えをアピールするようになります。まずはそれを尊重することが自立の始まりなのです。

<sup>#</sup>同じすくすくコホート研究グループの筑波大学安梅勅江教授の研究