

2022年、今年もまだまだ新型コロナウイルス感染症の影響が消えない年となりました。このような中でも、変わらず質問票による調査は滞りなく進めることができおります。すくすくコホート三重、武庫川チャイルドスタディのみなさまのご協力に感謝申し上げます。

すくすくコホート三重の高校3年生のみなさんには、先日質問票を送付いたしました。これから受験本番、という方もいらっしゃるかと思いますので、ご事情に合わせて、回答の時期をずらしていただいて構いません。お時間のある時に、あるいは、ちょっとした息抜きになるようでしたら、取り組んでいただければ幸いです。他の学年のみなさんには、3学期に入ってからお届けする予定です。よろしく願いいたします。

武庫川チャイルドスタディでは、今年度もZoomによるインタビュー調査を実施しました。今年度は、20組（お母さまのみ、お子さんのみも含む）のご協力をいただきました。もうすっかりお母さまより大きくなって、大人の顔になっているお子さん（でもお話しているうちに、昔の面影がちらっと見えると、なんだか安心いたします！）、パソコンやス

マートフォンの扱いは、お子さんの方が慣れていらっしゃるかな、と感じる会話もありました。青年期ということもあり、会話の中で、付き合っている人いるの？なんていう質問も挟んだりするのですが、即座に「ないです」という答えが返ってくることも、「えー！」と言いながらもこちらが照れてしまうほど、楽しそうな様子が見えることもありました。もう高校生ですから、聞かれたことについて、あえて答えないことももちろんあるでしょう。しかし、多くのお子さんが、こちらがどういう意図で聞きたいのだろうかとしっかり受け止めた上で、答えを返してくれているように感じました。

昨年度もご参加いただいた方の中には、前回よりも随分リラックスして対応していただいているように感じる方も多く、画面越しのコミュニケーションが日常の中に当たり前に入ってきているのかなと感じました。もちろん実際にお会いするということと同じではありませんが、お顔を見てコミュニケーションが取れる、というのは、やはり嬉しいことだなと思っております。お忙しい中お時間をいただき、ありがとうございました。

## 新しいメンバーを紹介します！

武庫川女子大学 **竹島克典**



2021年の4月より武庫川女子大学心理・社会福祉学科の講師として着任しました。それまでは、兵庫県の発達障害者支援センターで約11年間勤め、公認心理師として発達障害のあるご本人やご家族に対する支援を行ってきました。また、学校の先生や福祉施設の支援者の人々と協働し、一人ひとりの状況に合わせた支援環境を整えていくためのコンサルテーションなどにも携わってきました。これらの支援活動を通して、子どもから大人になるまでの発達の道筋とその多様性を理解することが、子どもたちへの効果的なサポートを考える上で欠かせないことを学びました。みな

さまにご協力いただいて集まってきている重要なデータをもとに、私たちは育ちの過程でどのようにすれば心の不調を未然に防ぎ、精神的な健康を保つことができるのか、といったテーマの解明を目指しています。どうぞよろしくお願い申し上げます。

## 今後の予定とお知らせ

### 2023年1月～12月までの研究スケジュール

『すくすくコホート三重』では、高校3年生はすでにご返送いただいた方もおられますが、2学期に質問票をお送りいたしました。引き続きご返送をお待ちしております。高校2年生は例年通り3学期に、郵送による質問票調査を予定しております。ご自宅へ質問票を送らせていただきますので、よろしくお願い申し上げます。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
高校3年生				(進級) 大学1年生・就職								
高校2年生	郵送によるアンケート			(進級) 高校3年生							郵送によるアンケート	

『武庫川チャイルドスタディ』では、中学校3年生はすでにご返送いただいた方もおられますが2学期に質問票をお送りいたしました。引き続きご返送をお待ちしております。高校1年生は例年通り3学期に、郵送による質問票調査を予定しております。

また、今年度もZoomでのインタビューを実施し、約半数の方々にご参加いただきました。2023年度の実施は未定ですので、決まり次第ご連絡させていただきます。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
高校1年生	郵送によるアンケート			(進級) 高校2年生								
中学3年生				(進級) 高校1年生・就職		進学後・郵送によるアンケート						

転居などでご住所や連絡先が変更になった方は、お手数ですが各研究グループへご連絡ください。遠方へ転居の場合も質問票のみでもご協力を継続していただけると幸いです。引き続きご協力くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

## 編集後記

今回のニュースレターでは、子どもたちから届いた質問へのご回答や、コホート研究の活動報告についてお届けしました。新しいメンバーも増え、ご協力いただいている皆さまにはもちろんのこと、社会全体にも研究成果を還元できるよう、より一層精進して参ります。

今後さらに充実した内容をお届けできるよう、皆さまからのご意見やご感想、ご質問などもお待ちしております。



【すくすくコホート三重】  
〒514-1101 三重県津市久居明神町 2158-5 三重中央医療センター 臨床研究部内  
TEL: 059-259-1211(代)

【武庫川チャイルドスタディ】  
〒663-8558 兵庫県西宮市池開町 6-46  
武庫川女子大学 教育研究所 子ども発達科学研究センター  
TEL/FAX: 0798-45-9880 Email: info@childstudy.jp

この研究は文部科学省の日本学術振興会 科学研究費補助金(課題番号 19H01759)から研究支援をいただいています。



# すくすくコホート

令和4年度号

# ニューズレター



すくすくコホート三重・武庫川チャイルドスタディ

## 研究統括からのご挨拶

ニューズレター令和4年度号よせて

研究統括 河合優年



研究統括：河合優年

皆様におかれましては、お変わりなくお過ごしのことと思います。新型コロナウイルスもなんとなく落ち着いてきているような感じがあり、少しですが出口が見えてきているように思います。

皆様にご協力いただいている、すくすくコホートも計画段階を含めると20年になり、先頭グループのみなさんは、18歳になります。成人年齢が引き下げられたことから、この研究は、乳児期から成人までのデータを有することになりました。赤ちゃんのときに、観察室でのお母さんとのやりとりの様子を記録させていただいたみなさんが、どのように成長されているのか、想像するだけでも楽しくなります。

研究としても、我が国において、乳児期から成人期までの追跡研究はこれまでほとんどなく、この研究の重要性がさらに高くなってきています。ようやくまとまった報告もできるようになってきています。学術雑誌ということで、それを協力者の皆様に、分かりやすく伝えるためにはどうすればよいか、考え始めています。いましばらくお待ちください。

この研究は、子どもの発達過程を解明する重要なものですが、この研究が持つ意義の一つに、親子の間で価値観などがどのように伝わっていくのかが明らかになるということがあります。SNSの普及により親子のコミュニケーションの希薄化などが叫ばれていますが、本当にそうなのでしょうか。みなさんの子育ては、お子さんたちに引き継がれないのでしょうか。私たちの研究グループは、今日のような情報化社会においても、家族関係は大きな機能を果たしていると考え、世代を超えた育ちがあるように思います。このような点も含めて、可能であればこの研究を、お子さんたちに引き継いでもらい、社会人として活躍されるまで追跡できればと思っています。

このようなこともあり、来年度の国の研究助成に応募して、研究の継続ができるように努力しています。研究費の切り替え時には、これまででもそうでありましたが、皆さんの協力確認をさせていただくことになります。これまでのデータは、我が国の発達研究の宝となっております。引き続きご協力いただけますように、研究スタッフ一同お願いを申し上げます。

受験に向かわれるお子様もおられるかと思いますが、体調などに気をつけて実力が発揮できますことを祈っております。

新しいスタッフ等につきましては、本文にて紹介させていただいております。新進気鋭の研究者で、さらに分かりやすいご説明ができるようになりますと期待しております。今後ともよろしくご協力申し上げます。

## 『すくすくコホート三重』から研究協力者のみなさまへ

三重中央医療センター 田中滋己

長期間にわたる本コホート研究への御参加、御協力に心から御礼申し上げます。

相変わらず世界は新型コロナウイルス感染症(COVID-19)パンデミックの渦中にあり、幾度となく押し寄せる感染流行の波に翻弄される日々が続いています。しかしながら、重症化率の低下やワクチン接種が浸透していることもあって多くの地域で行動制限が解除され人々のストレスは減少しているように見受けられます。前回も申し上げましたように治療法や予防法の確立までには長期間を要します。長期戦に備え、健康に万全を期してウィズコロナの生活様式を堅持して行くことが大切だと思っております。

さて本研究は20年目を迎えることとなりました。皆さんからいただくお便りを拝見しては移行行く時間の流れを実感している次第です。協力者の皆さんには定期的にアンケートをお願いし、継続して貴重なデータを頂くことが出来ております。お陰様で、本研究は長期間のデータを有する国内のコホート研究でも数少ない貴重なものとなっております。研究に参加いただいた方の多くが、高校を卒業して大学生、社会人となられる時期を迎えられていますが、これまでの研究期間において私たち研究担当者も、一部のメンバーが入れ替わって研究に従事してきました。今年度、『すくすくコホート三重』では小川昌宏先生が新しくメンバーの一員として加わります。(詳しくは小川先生のご挨拶をご覧ください。)

新メンバーを迎えて『すくすくコホート三重』は研究の遂行に一層、尽力して行く所存です。皆様には、これまで同様、御協力を賜りますようお願い申し上げます。



## 新しいメンバーを紹介します！ 三重中央医療センター 小川昌宏



2021年1月より三重中央医療センター臨床研究部長に就任いたしました。河合先生に初めてお会いしたのは、私がまだ20代後半で小児科医として5-6年目の頃、国立三重中央病院(現三重中央医療センター)が開設され、新生児の救命医療にNICU(新生児集中治療)で全力投球していた時期です。ついこの間のように感じますが、開設当時NICUに入院した赤ちゃんのバイタルサインをコンピュータへ集積して解析するという最先端の研究を河合先生が行われていました。私は日常診療で精一杯だったのですが、研究室に呼ばれると河合先生に、赤ちゃんのサーカディアンリズムが早産児と正期産児では異なることをリアルタイムにグラフにして教えていただき、赤ちゃんへの視野がとて広がったことを覚えています。7年目以降、三重県内の他の病院で勤務して臨床と小児がんの研究に取り組み、重症心身障害児や小児全般の診療を行って来ました。2017年7月より再び三重中央医療センターへ戻り現在に至ります。

当時、救命できなかった赤ちゃんもおられました。NICUで治療した赤ちゃんが、退院後に成長して医学生となり実習に来られて、「先生に助けてもらいました」と声をかけてもらえたり、看護師になって当院NICUで働いている方もいらっしゃいますので、一生懸命やってよかったと思っています。三重県における周産期医療の救命率は高くなりましたが、一方で医療的ケア児も増えており発達に問題があるお子様への支援も益々必要とされています。このような素晴らしい長期研究にご協力できることは私にとって心からの喜びです。どうぞよろしくご協力いたします。

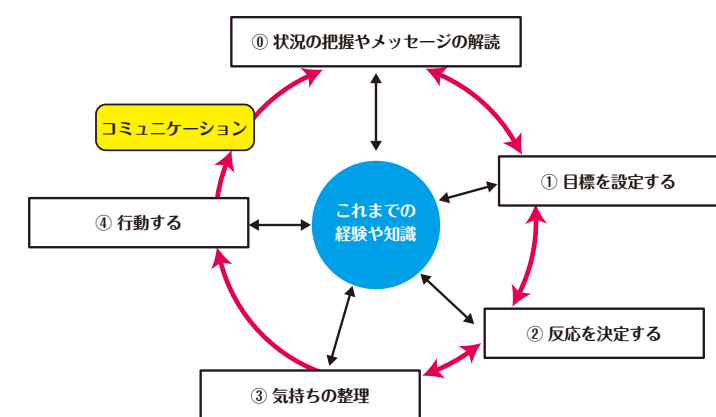
## Q&A こんな質問がありました

Q 部活動はバスケット部に入っていますが、最近、周囲の人へ思ったことを言いつらいことがあります。どうしたら良いのでしょうか。

部活動、がんばっているんですね！バスケットボールはチーム競技ですから、チームメイトとのコミュニケーションは必須となると思います。その中で、周囲の人(部活動の仲間、と思っていいるのかな?)へ思ったことが言いつらい、というのは困ったことですね。

社会的スキル、という考え方を紹介しましょう。これは、人づきあいの際に必要な技術、ということになります。もちろん、いつでも何にでも使える考え方ではありませんが、人とのやり取り場面を、分解して考えるには役立つかもしれません。

自分が何かを伝えようとする時、まず言いたいことのもとになる何かが起こっているわけですね。そこから、何かしらの情報が自分に入力されます。いったい、目の前で何が起きているのか、目の前にいる人は何がいいたいのか、どんなことがあったのか、など、状況を把握したり、発されたメッセージを解読しようとしたりします(①)。そしてその把握した内容に対して、あなたの中に思うところ、言いたいことが出てきます。次にそれを発信していくわけですが、いくつかの段階に分けてみましょう。①大きな目標を立てる、②どんな反応を返すか決める、③気持ちを整理する、④実際に行動する、という4つです(実際には、①、②、③は、この順で起こるとは限りませんし、何度も往復することもあります)。



①大きな目標を立てる、というのは、目の前の状況に対して、仲良くなりたいとか、文句を言ってスッキリしたいとか、今後自分がどのように状況を進めていきたいか、ということを決めることです。

次に、①の目標を達成するために、②具体的にどんな反応を返すかを決めます。質問をするのか、謝罪するのか、というやや抽象的なことから、それを表すためにどんな言葉を選ぶのか、どんな表情をするのかなどを決めます。そして、どんな反応をするかが決まると、次に、実際にその反応を相手の前で実行したら、どうなるだろう、と予測します。相手を傷つけたりしないかな、ということや、実際に自分はうまく言えるだろうか、ということも含ま

れます。この段階で、どうもうまくいかなさそうだと判断したら、違う反応を考えるか、目標を修正して考え直すこととなります。

自分が目指す状況に向けて、言いたいことをどのように伝えるかが決まりました。次は、その時の自分の気持ちに注意を払います。③気持ちを整理する、というのは、これはいい思い付き！という喜びであったり、うまくできるかな、という不安や緊張といった気持ちに目を向けることです。あまり気持ちが強く動いてしまうと、思うように行動できませんので、うまくコントロールする必要があります。こういうことを言おうとすると、緊張でぎくしゃくして変な人と思われるかもしれない、という不安に勝てないようなら、また戻って違う反応を検討した方がいいでしょう。

落ち着いて話せよう、ということになったら、いよいよ④実際に行動することになります。この時には、相手にとって不自然な印象にならないように、どんなことを言うか、というだけではなく、どんな表情で、あるいは、手や足がまるで違うメッセージを飛ばさないように気を付けないといけません。こういったことは、少し練習してみることで、避けられることもあります。

ではご質問の、思ったことが言いつらい、に戻ってみましょう。上の①から④までの段階の、どこかにスムーズにいかないことがあるのかもしれませんが、まず、①だとすると、例えば、練習態度が不真面目だ、と行動の間違いを指摘する目標を立てたとします。しかし、それでは責められているように感じさせるかもしれません(強くなるためには、もっとこういう練習の仕方してみたい、という提案にできるといいですね)。②だとすると、具体的な提案がうまく言えなかったり、思いつかなかったりするかもしれません。実践ばかりやってないで、基礎練習の時間を増やそうと提案しよう、と思っても、しんどいのは嫌とか、自分だけすればとか、拒否されるかもしれない、と思うかもしれません。その結果、チームの中でうまくやっていけない、という不安も出てくるかもしれません。③だとすると、真剣に話したいと思うのに、つい雰囲気にならされてうまく言えないと心配になるかもしれません。自分の言っていることが正しい、という気持ちが勝ちすぎてしまうかもしれません。④の実行段階だとすると、いつ言い出せばいいか、というタイミングがうまくつかめなかったりするかもしれません。

いかがでしょうか。ご質問からは、具体的な状況が分かりませんが、なぜ言いつらいと思うのか、どこを改善すれば言いやすくなるのかを考えるきっかけとなればと思います。

楽しく実りある部活動になりますように！