

子どもの吸啜・指しゃぶり

——女子大生の疑似体験をめぐる一考察——

奥 田 和 子

は じ め に

指しゃぶりは、すでに「胎児期」から始まるといわれる。胎児は妊娠 10 週頃、母親の胎内で手を吸う吸啜運動をしている。妊娠 24 週頃になると強い刺激や母親がショックを受けた場合などには、それにたいする不安反応として指しゃぶりを示すことが確かめられている。また、32 週を過ぎると自ら指を口に入れるという一種の意志行動としての手指の吸啜が認められている。そしてこの吸啜運動は、出産直後に自力で乳房に吸いつき母乳を飲み込み、栄養を摂取するための準備になっているという¹⁾。

こうした乳児の吸啜（乳を飲む）行動について講義した日、学生からさまざまな意見がでた。それは、本来乳を飲むための吸啜が乳を飲む目的以外の場合にもみうけられ、乳を飲みたいという意志表示であったりする。つまり「指しゃぶり」である。そこでこのテーマについて次回までに考えてもらうために宿題にした。指しゃぶりという行為は乳児期だけでなくそれ以降の子どももよくおこなう行為でもある。何気ないしぐさの一つのようにみえるが、どんな意味合いがあるのか、この行為のもつ意味を考える試みである。実際に自分で指しゃぶりの疑似体験の実験をしたうえで、発見したり感じたこと、考えたことを幼い頃の体験や見聞などと合わせて考察してもらうことにした。

以下、講義後（人間科学—子どもの食事・文学部前期・1 年生）に女子学生が指しゃぶりの実験をして提出したレポート（毎時間提出）をもとに若干

の考察を試みた。

指しゃぶり実験

実験条件－宿題を与えるに先だって、筆者は自らベッドに横たわり夜一人きりで指しゃぶりをし、その時の様子を学生に話した。そして実験条件はとくに決めないで各自自由に試みるように指示した。実験に参加した学生は103人で受講者のうちの80%にあたる。学生の一人は実験の時の様子を次のように書いている。「私は指しゃぶりの実験をするためにドアーを閉めカーテンも閉め部屋に一人きりになった。なんだか恥ずかしいような気持ちであつたが指をしゃぶってみた」もう一人の学生は次のように書いている。「おしゃぶりを人前でしたら恥ずかしいので誰もいない部屋で一人こっそりすることにした。誰かこないかと気にすることでスリル満点だった」とある学生はいう。「朝に比べて夜の方がいろいろのことがわかった。明るい時より部屋を暗くし布団に入って試した方が結果がよりはっきりした」別の学生は「寝るときに指をしゃぶる子どもが多いので、私も夜寝ころがってした」という。また別の学生は風呂に入ったときにしたという。さまざまな状況で指しゃぶりの実験をしたようである。また、この実験をしようとして指を口にくわえたあと、誰も見ていないか再度確かめた。誰も見ていないのになぜかどきどきして恥ずかしかったと述べている。おずおずとしかも興味深く実験した様子がかがえた。

どの指を吸って実験したか

実験を始めるにあたって、「さてどの指をくわえたらいいのだろう」と戸惑ったと書かれている。ある学生は「親指から小指まで順番にしゃぶってみたが、親指が一番自分の思いどおりになり具合がよかった」という。ある学生は「とりあえず親指をくわえてみたら、口のなかでぴたっとおさまった。まるで定位置のようにうまくおさまったのでびっくりした」という。ある学生は「親指以外ですと、なにかしっくりせず、変な感じがした」という。

このように、今回は実験なので5本の指を全部試した学生が多かった。そして親指が最もよかったという内容が多かった。「親指は太いのでしゃぶりがいがあるが小指は細すぎて頼りなかった」という。ある学生は「私は幼いときに右手の親指をしゃぶっていました。そうしないと寝れなかった」といい、だから親指を使って実験をしたという。ある学生は「昔自分が指をしゃぶっていたのは親指である。また今の子どもを見ていると多くの子どもが親指をしゃぶっている。そんなわけで親指を試したが今回の実験では人指し指の方がよかった」という。また「子どもの時にしゃぶっていたのは人指し指だった」という学生もいる。このように人指し指がよいという学生も何人かあった。

同じ親指でも「親指の第1関節までがよい。それ以上中に入れると、もどしそうになるし、それ以下だとなめているだけになる」と書いた学生もいる。また「指の爪側でなく反対側の肉の部分を舌にあててしゃぶるほうが吸引がうまくいってよかった」という記述もあった。指しゃぶりに親指が多いのは「一番太く安定感があるためだ」という学生もいる。

結 果 と 考 察

指しゃぶりをするとどんな気持ちになったか

指しゃぶりを始めると、最初指が乾いているので舌でなめにくかったが、次第に指が湿ってきて舌がなじみしゃぶりやすくなった。そして以下のようなさまざまな気持ちを味わったという。なんらかの感情を抱いた学生は91人、なにも感じなかった学生は12人である。まずなんらかの感情を抱いた学生の記述からみていこう。

表1に示したように、指しゃぶりをすることでさまざまなプラスの感情を抱いたことがわかる。なかでも一番多いのが「落ち着く」つぎに「安心する」「赤ん坊に戻った感じ」など17の内容があげられた。この結果から、指しゃぶりは子どもだけでなく18から19歳の大人でも同じ様な効果があるの

表1 指しゃぶりをして感じたことープラス感情

	人数
落ち着く	28
安心する・安心感がある	25
赤ん坊に戻った感じ・幼くなった感じ	9
人に甘えたくなる	8
懐かしい感じ	6
気持ちよい・心地よい	4
楽しい	4
止めたくなくなる	3
疲れが抜ける	2
いらいらがおさまる	2
不思議な感じ	2
眠くなる	1
母親に抱っこされているような	1
違和感を感じない	1
人恋しい気持ちが満たされる	1
寂しくなくなる	1
おいしい	1

表2 指しゃぶりをして感じたことーマイナス感情

	人数
気持ちが悪い・指がべとつく	7
しょっぱい	6
何も感じない	5
違和感がある	4
止めたくなる	3
異物感	2
手は汚い	1
怒られていじけた気持ちになる	1

かもしれないと推察された。口のなかに指を入れて吸うということが人に心地よさと安らぎを与えるというのは不思議なことである。

さて、表1に示すような結果とは違いなんら感じなかった学生も12人いた。

この学生のほとんどは自分は幼い頃指しゃぶりをした経験がないので、こ

のようなことをしても無意味だしなにも感じないと書かれていてかえって戸惑ったという。この12人の答えを以下に示した(表2)。これは、なにも感じないばかりかむしろマイナスの感情をもち気持ちが悪いという。なかには、幼い頃指しゃぶりをしていて親に怒られたのを思い出し、いじけた気持ちになったという学生がいて個人差があることがわかった。また、実験をおこなわずに具体性のない推論を書いた学生が5人いたがこれらは今回の結果から除外した。

なぜ子どもは指しゃぶりをするのだろう

学生たちの書いた理由を以下のように大まかに分類した。なお学生が書いたままをできるだけ忠実に書き移した(表3)。

1) 気持ちを落ち着かせるため

不安やいらいらをおさえる、気持ちをまぎらわせるためであろう。この背後には、さみしい、甘えたい、精神が不安定などがあるのではないか。指しゃぶりをすることで自分を慰めているような気がする。

2) 母親が恋しいから

母親に授乳してもらっている時の安心感、指を乳首にみたてて母親と一緒に

表3 子どもが指しゃぶりする理由

	人数
寂しさや不安の解消	23
母親恋しさ 乳首の代用	12
空腹時の食べものの代用	10
人にかまって欲しいという意志の表現 スキンシップ不足	14
欲求不満	2
落ちつく	7
なんでも口に入れたがる 一番身近な指をしゃぶる	5
眠るため	4
興奮状態からのがれるため 緊張のはけぐち	4
口さびしい	2
疲労解消	1
自己確認	1

にいるという安心感に浸るためであろう。ある学生は「今回私は指を吸っていると、しだいに指に口のぬくもりが移って生あたたかくなってきた。そうするとこの年でも一層母親のぬくもりを求めてしまう。母親の側にいたいという強い欲求のせいであろう。きっと母親に甘えたいのだろう」という。

3) 心地よい

ある学生は「指しゃぶりの実験を始めた時、安心感がひろがった。それからしばらくするとまわりのことにはあまり反応しなくなって、自分一人の世界ができあがる。こもっているというのではなくて、それはものすごく心地よい。小さい時私は爪かみのくせがあったが、そのときの感じはこの実験と同じ感じだった」という。「とても楽しいひとときだった」というのもある。

4) 孤独をまぎらわせる

愛情がうすく寂しいときに指しゃぶりをするのではないか。「小さいときに母親の愛情を受けずに育ったので私は指しゃぶりをしていた」と書いた学生もあった。心の寂しさや不安を口でいえないから指しゃぶりで示しているのだろう。

5) 口さびしいから

口さびしいからであろう。常に口の中になにか含んでいないと落ち着かないのではないか。おっぱいの代わりであろう。

6) 幼くなった気分になる

「自分が幼くなったような気がした」「童心にかえったような気がした」「あたたかい気持ちになった」「心がやさしくなった」などと書いた学生もあった。

7) 本能の名残り

「子どもはなんでも口に入れたがるから」「生まれつきもっているから」などであった。

8) お腹が空いても欲しい

「指しゃぶりをしている子どもはとてもいい顔をしていて表情に充実感を



図1 生後38日の女児の指しゃぶり（空腹時のお乳が欲しいときに指しゃぶりをする）

あると思う」という。だから、お腹が空いているのではないかという。

山内によると、指しゃぶりは新生児とそれ以降ではその意味合いが違うようである。新生児の吸啜反応（口のまわりや唇に触れたものに吸い付く）は把握反応（手の平に指などを押しつけると、それを握る）などと並ぶ原始反応の一つであるといわれている。しかし新生児以降については、行為の意味がかなり違う。すなわち、生後六ヶ月までの指しゃぶりは吸う本能を満足させるものであるが、それを過ぎると、不安を静めたり、あるいは母親と一体感をもっていた共生期を懐かしみ、そのころに戻りたいという気持ちの現れと考えられると述べられている²⁾。

学生のなかには指しゃぶりの理由として「空腹のため」があげられている。今泉らは、乳児院0～3歳児の指しゃぶりの出現状況は家庭児と比べて空腹児が多かったという。空腹が指しゃぶりと関連しているようである³⁾。

ちなみに、写真の乳児（生後38日）はお乳が欲しいときに指しゃぶりをする（図1）。

指しゃぶりをいつ頃までしていたか

「自分の小さい頃の写真を見返していると、指しゃぶりをしているものはいくつかある。しかし、指をしゃぶっていたという記憶は自分には全くない。多分無意識のうちにしていたのだろう」と学生の一人は書いている。このように、自分の記憶ははっきりしないので、弟や妹、あるいは親戚の子どもの指しゃぶりを書いた学生が多かった。

「私は三人兄弟の真ん中である。上の弟は指しゃぶりをしなかったが、下の弟は年子というせいもあってか親にあまりかまって貰えないようだった。それでいつまでも長い間指しゃぶりをしていた。いま思うとあれは寂しかったのではないかとある学生は述べている。またある学生は「小学校の頃、泣きながら指をくわえていた子どもが私のクラスにいました」という。ここには、妹や弟の指しゃぶりが多かったという記述があり、その理由は「多分親にかまってもらえなくてさびしかったのだろう」といった内容が多くみられ、妹や弟に同情や理解をよせる言葉がみられた。

むろん自分のことも書かれていた。「幼いころずっと指をしゃぶっていました。とくに寝るときにはもう癖になっていて指しゃぶりをしないと寝ることができませんでした。何年もこの癖は抜けませんでした」という学生もいた。

峯木らは、1990年保育所と幼稚園児を対象に指しゃぶりに関するアンケート調査をし、両方の幼児とも指しゃぶりする（いつも・ときどきの合計値）子どもは年齢と共に減少しているという。すなわち、指しゃぶりする子どもの比率を保育園児：幼稚園児で比較すると、3歳児では24%：35%であるが、4歳児では23%：16%で幼稚園児の方が少なくなり、5歳児ではそれぞれ21%：15%、6歳児では9%、12%である。5、6歳でも1ないし2割が指しゃぶりをしているという⁴。一方、上村は一般児を対象にしゃぶり癖の出現率を年齢別に調べたところ、幼児3～6歳男女と学童7～10歳男子は11～30%、女子は0～10%、11～12歳男女は0～10%で7～10歳までは男子の方が女子に比べて多いという⁵（表4）。また、今泉らは乳児院での指しゃ

表 4 一般児にみられる癖の出現率（年齢別）

神 経 性 習 癖 の 種 類		年 齢		学 童 (%)		
		幼 児 (%)		3 ~ 4 歳	5 ~ 6 歳	7 ~ 8 歳
食 事	食欲不振	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30	0 ~ 10
	拒食	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	偏食	11 ~ 30	11 ~ 30	31 ~ 50	$\frac{31 \sim 50}{11 \sim 30}$	11 ~ 30
	過食	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30	0 ~ 10
睡 眠	眠りが浅い	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	夜驚	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	0 ~ 10	11 ~ 30	0 ~ 10	0 ~ 10
	ベットと寝る	11 ~ 30	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	不眠・就寝拒否	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{0 \sim 10}{11 \sim 30}$
排 泄	頻尿	0 ~ 10	0 ~ 10	11 ~ 30	0 ~ 10	0 ~ 10
	遺尿	$\frac{0 \sim 10}{11 \sim 30}$	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	夜尿	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	遺糞	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
体 の 動 き (運動性)	しゃぶり癖	11 ~ 30	11 ~ 30	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	0 ~ 10
	いじり癖	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	0 ~ 10
	かむ癖	0 ~ 10	0 ~ 10	11 ~ 30	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	0 ~ 10
	チック	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	自慰	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
そ の 他	吃り	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	話し言葉	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	$\frac{11 \sim 30}{0 \sim 10}$	0 ~ 10	0 ~ 10	0 ~ 10
	乗り物酔い	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30	$\frac{11 \sim 30}{31 \sim 50}$
	朝起きが悪い	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30	11 ~ 30

(問題行動研究班)

1. 調査対象 1,740 名 (一般幼児・学童)
2. 出現率に性差があるものは、上下 2 段に表示。上段は男子、下段は女子
上村菊朗：小児内科 臨時増刊号 Vol. 23 p. 116 1991

ぶりの性差について、女児の方が男児に比べて多いといい⁶⁾、上村らの報告とは異なる。

学生が第1子の場合には、弟や妹が指しゃぶりをしていたという記述がみられたが、大森らによる3歳児の実態調査では、一人っ子または第一子の方が第二子よりも指しゃぶりが多いといい、学生の記述とは異なった。

よくない行為か

学生の答えた指しゃぶりの問題点をいくつか指摘した(表5)。

学生の一人は次のように書いている。「私は小学生一年頃まで指しゃぶりをしていた。振り返ると幼稚園の頃からずっと吸っていた。指を吸うのは“赤ちゃんだ”という風潮があって、自分でも吸ってはいけないということがわかってきた。そこでその頃から次第に親の前で吸うのを止めて親に隠れて吸っていた。小学校に入学してからは交友範囲も広がり急に忙しくなったのでだんだん隠れて吸うこともすくなくなりいつの間にか吸わなくなった」という。この例からは、指しゃぶりはよくないという考えが世間にあり、この風潮に従うほうがよいという考えが根底にある。またある学生は「小さな子どもが指しゃぶりをするのはいいにしても5,6歳までには止めるように親がしつけなければならない」と書いた学生もいる。「私の弟は小学校の四年生まで指しゃぶりをする癖があり、汚い指のまま吸うので父母がよく注意していたが、いくら怒ってもすぐ吸うので困っていた」という。これは、指が汚れているから不衛生であるという考えに基づくものであろう。

「指しゃぶりをずっとしていると口が開いたままになり出っ歯になるし、歯並びが悪くなるから、指しゃぶりを止めなさいと親にずっといわれました」と比較的多くの学生が書いている。「これは本当だろうか」と疑問をなげかけている学生もいる。指しゃぶりをしていてよく親に怒られたという

表5 指しゃぶりの問題点

出歯になる	歯並びが悪くなる
口が開いたままになる	
唾液が流出	唾液がなくなる
吸いだこができる	後が残る
吸いすぎによる内出血	
不衛生	

理由はこれが多い。この理由は顔の美形に関連しているようだが男の子どもの場合はどうなのだろうか。上村の調査結果では7～10歳までの学童では女子の方が男子よりもはるかに指しゃぶりが少ない理由は明らかでないが、女の子の方が男の子よりよく叱られているためであろうか。

ある学生は「吸いすぎて指先に血がたまって赤くなるいわゆる内出血状態になったり、吸いすぎて吸いだこができたしのでよくない」という。いづれにしても、よくないこととして捉えられていることがわかる（表4）。

指しゃぶりをすると「出っ歯になる、歯並びが悪くなる」というのはたんなる脅しではなく、本当のようである。指しゃぶりは歯の不正咬合の原因になると指摘され、習癖型要因の一つとされる。口の周囲の習癖で歯並びに影響を及ぼすものとして、指しゃぶり、口をあけて呼吸する口呼吸、唇を噛む咬唇癖、つばを飲み込むとき舌を上下の歯列の間に挟む嚥下癖（えんげへき）があげられている。指しゃぶりや咬唇癖があると開咬をともなった上顎前突になりやすいといわれる⁷⁾。

鈴木らは2～4.4ヶ月の子どもの対象に指しゃぶりの実態を調べ、指しゃぶりの癖をもつ子どもに咬合への影響のある子どもを観察したという⁸⁾。

止めさせるためにどんな方法が使われたか

子どもの頃指しゃぶりをしていて、親はそれを直そうとしていたことが以下の内容でわかる。「私は小学校五年生まで指をしゃぶっていた。小学校五年の時、五泊六日の修学旅行があり、出発までに死ぬ思いで止めた。それは、指にからしを塗ってそのうえから包帯を巻く。すると指がかぶれて痛くなるので吸えなくなるというものだった。それでやっと止めた」と述懐する。また「私は小さいとき指しゃぶりからなかなか卒業できなかった。指をしゃぶりすぎて指がただれてしまいそうになったので、母は指しゃぶりができないようにと指にからしを塗っていた思い出がある。さすがにそれからは指をしゃぶらなくなったが、それからはちょっともの寂しい気持ちになった記憶がある」という。「私の妹は小学生になっても指しゃぶりが直りません

でした。それで起きている間は注意して止めさせることができたのですが、寝ているときは無意識にしていました。そこで母は包帯を手にくるぐる巻きして寝かせました。しかし、いつの間にか取り外してしまい困っていました。次に強行手段にでて、妹がまだ食べられないわさびやからしを塗っておきました。それでもなかなか直らなかったのですが、いつの間にか自然に止めました。妹は親指がおいしいといっていました」と書いている。

上村は、発達の過程で一過性にみられる指しゃぶりなどの習癖の多くは心配いらないという。むしろ誤った対応をすることで二次的な問題をひきおこすようになるという⁵⁾。

市販の“おしゃぶり”はどうか

最近乳児用に販売されているいわゆる“おしゃぶり”についての学生の意見はこうである。すなわち、「母乳の時期が終わっているのに、まだおしゃぶりを口にくわえさせている母親がいて、そのような子どもを外出時によくみかける。しかし、これはよくないと思う。なぜなら、いつも口の中になにか入れておかなければ気がすまないという子どもになってしまうからである」という。そして、これはやがて大きくなっても、常に口にものが入った状態を維持しようとして口いやしくなったり、ガムを噛んだりする大人になるという。

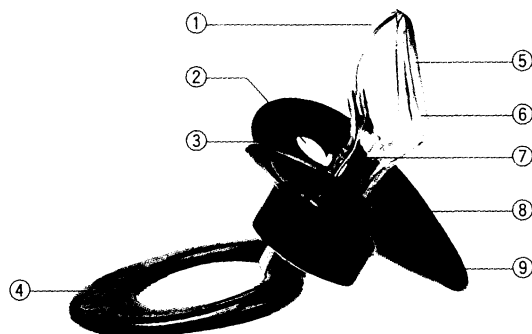
ちなみに、こうしたおしゃぶりを店頭で販売している販売業者にその効用を尋ねてみることにした。神戸市にある子ども専門店 F 社の店頭で販売員に尋ねると「よくわからない。科学的な根拠は知らない。おそらく、子どもがむずかかったり、お腹を空かせたりした時、これをくわえさせると静かになるということでしょう。泣く子も黙るということでしょうか。このヌーク製品の輸入元に聞いてみてください」と答えた。

F 社の店頭でおしゃぶり製品として市販されているのは、ヌーク製品（NUK 社、ドイツ）一社だけである。製品マニュアルにはつぎのようにその効能が説明されている。「おしゃぶりの必要性—乳首とおなじ考え方で、赤

ちゃんにとってとくに下顎を成長させるのは大切なことです。そのため、赤ちゃんは本能的に指しゃぶりをするのです。また、おしゃぶり行為は情緒を安定させるといわれています。日本では、おしゃぶり自体やおしゃぶり行為にたいして否定的な考え方が主流です。しかし、ドイツを初めとするヨーロッパやアメリカではおしゃぶりをほとんどの人が使用していて正しい育児法になっています。これは、哺乳行為だけでは下顎の正しい発達を助ける訓練としては不十分であると考えられているからです。指しゃぶりは上記のように本能的行為ですが、度を越すと歯のはえてくる場所に指と同じ穴があき、歯並びや顎の形状に悪影響を与えます。ですから、おしゃぶりを使用するときも、適当な形状のものを選択するべきです」という⁹⁾。

ちなみに、このヌーク乳首は1950年旧西ドイツで生まれた。当時人工哺乳で育った子どもの多くに下顎骨や歯列の異常があることが判明。歯科医のW. バルタース博士と産科医のA. ミューラー博士、小児科医のザルツバッハ博士を中心とした調査団は丸首の乳首に原因があることを解明し、形・機能とも授乳時のママに近い乳首が必要であると発表した。こうした医学的データをもとにつくられたのがヌーク乳首である。この乳首は、したがって赤ちゃんの下顎の発育に最も適した形をしているという。その形を図2に示した。

これは、赤ちゃんが母乳を飲んでいるとき、お母さんの乳首は赤ちゃんの口のなかでこんな形になっているという。この乳首はその形を再現したため、赤ちゃんの口にフィットするという。ミルクの出る穴は乳首の先端についているのではなく、少し下側についている。その穴を赤ちゃんの上顎の方にして飲ませると、ミルクが上顎を伝って出るので唾液の分泌がよく、消化を助ける。また直接食道にミルクがいかないで吐乳を防げるという。乳首の形がつぶれた扁平なのは、上下唇の当たる部分がつぶれているので、口をしっかりふさぐことができ、自然に鼻呼吸ができる。また舌のあたる部分が前に出ているので、自然に舌が前に出る運動ができる。指しゃぶりや丸い乳首では舌を奥に押し込み鼻呼吸がしにくいですが、この乳首は鼻呼吸を助ける



- ①赤ちゃんの上アゴの発育と形成のためにふっくらアーチ型にしました。
 - ②プレートにあげられた左右の穴は、空気を得るための安全設計です。
 - ③赤ちゃんが自然に鼻呼吸できるようにくぼみを付けました。
 - ④動かしやすく、つかみやすいようにリング状にしました。
 - ⑤赤ちゃんが噛むことを覚えるのに最適な弾力です。
 - ⑥乳首の下側を平らにし、赤ちゃんの舌を鍛えます。また上アゴの幅と下アゴの幅が広がるので、健康な歯が発育するための場所をつくります。
 - ⑦赤ちゃんがおしゃぶりすると中の空気が抜けて平らになり、口もとをびったりふさいで鼻呼吸を促します。
 - ⑧ゆるやかなカーブのプレートが、赤ちゃんの下アゴの正常な発達を助けます。
 - ⑨赤ちゃんの唇にフィットし、乳首が正しく口のなかにおさまるデザイン。
- ※煮沸等で乳頭部の内側に水が入った場合は清潔なガーゼでおさえて水分を出してください。

コンビ株式会社：COMBI PLAZA 1998 年版 p. 14 より抜粋

図2 ユーク社製のおしゃぶりとその効能

という。なお、おしゃぶりの特徴は図2に書き添えた。

そもそも赤ちゃんは、産道を通りやすいように、上顎に比べて下顎が後退した状態で生まれてくる。しかし、歯がはえてくる六ヶ月頃まではには下顎は上顎と同程度まで発育していなくてはならない。授乳には、この下顎を発育させるトレーニングの意味もあるという。ドイツでは、おしゃぶりのことを“訓練器”とよび、フランス、アメリカでは歯列矯正用具として推奨されているという。幼児の月例にあわせて二種類（0～3ヶ月、2・3ヶ月～、いずれもシリコンゴム製）とおやすみ用（2・3ヶ月用でつまみ部分が平らでリングが折り畳まれるようになっている）の全部で3種ある。

指しゃぶりと似た類似行為

指しゃぶりではないが、小さなタオルを口に含んだり、口もとに当てている子どもがいる。これも指しゃぶりと同じような効果があるのだろうと学生はいう。また、爪をかむ子どももいる。ある学生は「私は小さい時にタオルを持って寝ていました」という。「私は小さいときに爪をかむくせがありました。それを今回実験してみましたが、なんの郷愁もなく指しゃぶりで感じるような安心感もなにもありませんでした」という。「私は小さいとき爪をかむくせがあり、親に何度も注意されました。でもどうしても止めることができませんでした。爪がぼろぼろになっても止めませんでした。かんでないところか落ち着かない感じがし不安な時もありました。中学生になってもま

表6 乳幼児期にみられる癖（習癖）

-
- | | |
|-------------------------|--|
| 1. 成長・発達（日常生活動作）に関連するもの | 食事：異食，偏食，拒食，過食……
睡眠：夜泣き，夜驚，夢魘，夢中遊行，就寝拒否，過剰睡眠……
排泄：昼間遺尿，夜尿，（神経性）頻尿，遺糞……
言葉：吃り，幼児語（構音障害），早口，緘黙……
その他：両手利き，左利き…… |
| 2. 体の動きを伴うもの（運動性習癖） | いじり癖（玩弄癖）：指しゃぶり，爪かみ，鼻ほじり，抜毛，叩く，咬む，擦る，ひっかく，自慰（オナニー）……
律動性習癖（リズム運動）：頭打ち，体揺すり，貧乏揺すり，その他の常同性運動（チック，自傷行動……）……
多動（注意集中困難）
その他：指ならし，歯ぎしり…… |
| 3. 身体（生物学的）要因の関与するもの | 体質（素因）：反復性の腹痛・下痢・嘔吐・頭痛・咳嗽，憤怒痙攣（泣きいりひきつけ），立ちくらみ，乗り物酔い……
特異な疾患：自閉性障害と常同運動・固執・多動・自傷・プリン代謝異常（Lesch-Nyhan 症候群）と激しい自傷 |
| 4. 性格，行動に関するもの | 抱き癖，人見知り，内弁慶……
性の倒錯
嗜癖…… |
-

表 7 因子分析により抽出された行動群

因 子	項 目
1. 強迫性不安	気になる：勉強、手洗い、病気…… ぐず、愁訴が多い、遊べない、脳貧血、頻尿、不器用
2. 秩序ある環境	厳格、規制、関心、配慮、処罰、共同活動 (放任)
3. 過敏性体質	喘息、かぜを引きやすい、周期性嘔吐症、じんましん、湿疹、 しゃぶり癖
4. 社会性未熟	夜尿、オナニー、頻尿がち 金銭持ち出し
5. 発達促進	規制 発達、自立促進、共同活動 (食欲不振、偏食、許容)
6. 運動性習癖	吃り、しゃぶり癖、咬み癖、チック、不器用、ぐず、注意集中 困難、反抗
7. 発達未熟	泣き虫、湿疹、怖がり、注意集中困難、じんましん、不器用、 ぐず、なじまぬ、分離不安

因子分析は Thurstone の Centroid 法を用い、その結果につき Varimax 回転を実施した。
上村菊朗：小児内科 臨時増刊号 Vol. 23 p. 117 1991 より抜粋

だその癖はぬけず爪はがたがたになりました。今は直りましたが、あの頃は自分自身が何なのかよく理解できずころの奥に不安を感じていました。指しゃぶりが爪かみになったのだと思います」と述べていて、爪かみと指しゃぶりは同じものだといっている。

ある学生は「私はペンや鉛筆を口に入れる癖があります。なにか書きながら考え事を始めると知らず知らずの内にペンをかんでいる。19 歳なので指をしゃぶるのは恥ずかしいので、そのかわりにペンをしゃぶっているのかなと思った」という。

上村は、指しゃぶりを運動性習癖、過敏性体質としてあげ、爪かみを同列にあげている (表 6, 7)⁵⁾。

指しゃぶりへの対応

下村は「指しゃぶりは体のなかで手が一番自由になる部分であり、一番敏感な感覚器官の一つである唇を使っておこなわれる楽しみとしての行動の現れと理解することができる」といい、「十分なマザーリングを経験し、目覚めているとき刺激が多く、退屈を経験しないで育った子どもにはあまりみられない。指しゃぶりが持続的に離乳期を過ぎても見られる場合、親は気になるようである。指しゃぶりは遅くとも5~6歳には消失するし、他に悪影響をおよぼすわけではないので、あまり問題視されないことが多いであろう」と述べているが¹⁰⁾、学生たちの記述をみると、親が心配して止めさせようとしたり、また、子ども本人が苦しんでいることがわかる。

学生たちが指摘するように、寂しさの背後にあるものをみる必要があるだろう。下村は「この背後に母子関係、養育環境の問題が存在することが多く一つの信号としての意味をもつことが多いので軽視してはならない」と述べているからである¹⁰⁾。大澤らは乳児期にみられる生理的指なめの段階で気に病む母親は多くないが、幼児期に入っても継続しているケースでは非常に不安を感じているようだという。そして、母親の意識の中に無理にやめさせるべきではないと意識しているものの、習癖につながることを心配しているという¹¹⁾。下村は指しゃぶりを退行いわゆる“幼児がえり”としてとらえ、以下の2例をあげている¹⁰⁾。

3歳、5ヶ月・Y君の場合母親が下の子を妊娠した頃から指しゃぶりが目立つようになり心理相談に訪れた。母親は忙しく店で働いていてY君は周りの大人に世話をしてもらって甘えの経験が少なかった。母親がY君に愛情を注ぐようにすることで指しゃぶりは次第に直ったという。

4歳S子は3人兄弟の真ん中で、部屋の隅に座りこんで指しゃぶりをする。母親は下の子の子育てに手をとられて忙しく、かまってやれない。S子の愛情欲求は満たされていない。5歳7ヶ月K子の場合、手のかからない子であったが、弟の生まれた頃から、指しゃぶりを始めたという。この行為の背景には、祖父母、夫婦、姉弟たちを含めた家族関係の歪みが原因してい

るという¹⁰⁾。

フロイトはリビドー発達に関して、乳幼児期を口愛期、幼児期2～3歳頃を肛門サディズム期、それ以降の幼児期を男根期と称し、発達にともない快感の中心が口、肛門、性器周辺へと移行するという。また、エリクソンは発達段階を、口愛期－信頼感対不信感の時期、肛門期を自律性対疑惑・恥の時期、男根期を自発性対罪悪感の時期であるという。退行とはこうした低い次元に戻ることをさしていると述べられている¹⁰⁾。

まとめにかえて

学生たちが、このような指しゃぶりという疑似体験の実験に取り組んだことは決して無駄ではなかった。なぜなら、ある学生は「子どもが指しゃぶりをしているとき、「だめでしょ、やめなさい！」というか、「いつも指をすっているけどおいしそうだね」というかでは子どもの受け止め方が違う」という。「なぜ、こどもが指しゃぶりをし、それがどんな効用を子どもにもたらしているかを知ることで今後の子どもの接し方に違いがでてくると考える。

小林は、「子どものする行為には無意味なものはない。すべて意味がともなっている」という¹²⁾。子どもの行為や言葉を見無視したり、禁じたりするのではなく、それらをよく観察する態度、その持つ意味を考える態度、そのうえで実行に移す態度などが子どもをよりよく理解し、子どもと接するうえで大切ではないかと考える。

なお、レポートの集計は人間関係学科の学生、北のりこ、梨 和愛、戸倉多佳子、加藤裕子諸氏の協力をえた。ここにお礼を申し上げたい。

文 献

- 1) 伊藤隆二 橋口英俊 春日 喬編：乳幼児期の心理学 p. 5 駿河台出版
1994

- 2) 山内宏太郎編著：人間の発達を考える 1997 pp. 38～39 北樹出版
- 3) 今泉岳雄 坂田堯：小児保健研究 48 2 p. 164 1989
- 4) 峯木真智子 高木 瞳 脇田美佳：小児栄養 pp. 138～139 みらい 1998
- 5) 上村菊朗：小児内科 臨時増刊号 23 p. 116 1991
- 6) 大森まゆみ 鈴木摩里ら：小児保健研究 48 2 p. 165 1989
- 7) 大橋 靖 加藤 伊藤 学 砂川 元：かむこと，のむこと，たべること
p. 147 医歯薬出版 1996
- 8) 鈴木摩里 大森まゆみ：小児保健研究 48 2 p. 165 1989
- 9) コンビ株式会社：COMBI PLAZA 1998 年版 p. 115
- 10) 伊藤隆二ほか編：乳幼児期の臨床心理学 pp. 256～257 下村美香刈 第4
章 退行 1994
- 11) 大澤仁絵 鮎川篤江：小児保健研究 48 2 p. 164 1989
- 12) 小林 登：育つ育てるこれからの育児 PHP 文庫 1995