

「食べて、しゃべって、笑って」

愛知サマーセミナーに参加して CANレポーター 大村昌宏

「みんなが先生、みんなが生徒」なんて素敵なコンセプトなんだろう。今回CANとして申込んでいただき、「若き皆さんとの対話を」と意気込んで臨みました。結果ごめんなさい、持ち時間 90分が長く短く、中途半端なものとなってしまいました。おまけに「夏休みの自由研究」よろしくの発表、とても授業といえるものではありませんでした。反省！・・・受講者のみなさん、90分間も拘束してごめんなさい。

ここに改めて、お伝えしたかったと、なげかけたかったことを掲載します。そして性懲りもなくバージョンアップして来年もと意気込んでいます?!

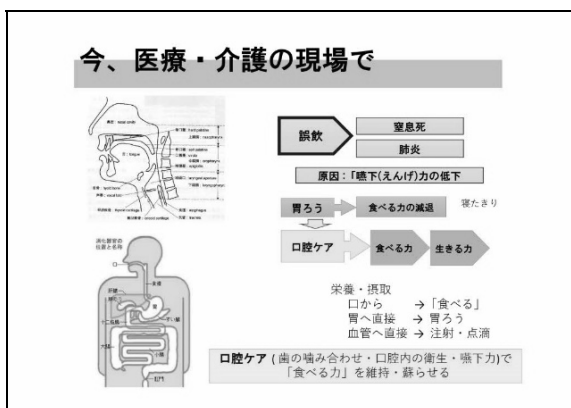
* 第4時限「女性天皇について考える」は次号にて掲載します。

「今、食べる力の意味が見直されている。食べる喜びは、生きる喜びにもつながる。食べる・しゃべる・笑うことの大切さを考えてみよう。」

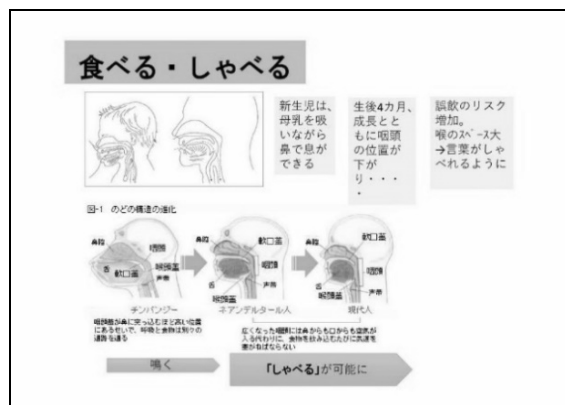
退させ、結果として「寝たきり老人」を増やすことになってしまう。

そこで注目されているのが「口腔ケア」だ。「歯の噛み合わせ」から始まり口腔内の衛生、嚥下力の強化を行う。口腔ケアにより「食べる力」を回復、「しゃべる」ことが楽しくなり「笑顔」がもどる。これが「生きる力」を強めることに繋がり、健康を取り戻す。

このことは人間らしく生きるうえで「食べる・しゃべる・笑う」ことの大切さを教えてくれる。



高齢者において「誤嚥（ごえん）」で食べ物を喉に詰まらせる「窒息」事故や「肺炎」の発病が多発している。この対策として、直接胃に栄養分をチューブで流し込む「胃ろう」や血管への点滴を行う。口から摂取しなければ事故は発生しない。しかしこれだと「命は維持」できるが、「食べる力」や「しゃべる力」を減

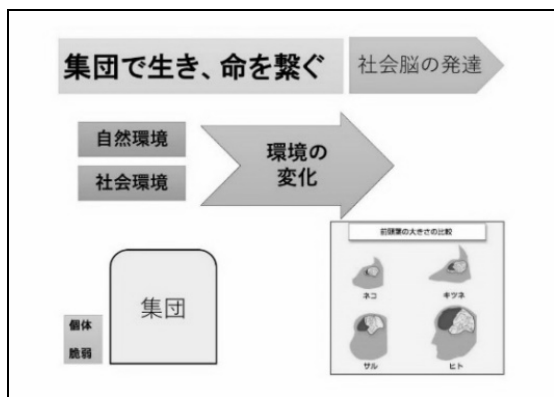


「しゃべる」「笑顔」は「他者と関わる」行為だ。これは、人間が「社会的動物」であるからだ。

人間が「言葉」を話すことができるようになったのは進化の過程で「喉の構造」が変化したことによる。四つ足の歩行から2足歩行へ、立ち上がったことにより「咽喉が下がった」。これで「鳴く」だけでなく「しゃべる」(言葉話す)ことが可能な喉の構造になった。しかし「誤嚥(ごえん)」のリスクを負うことになった。

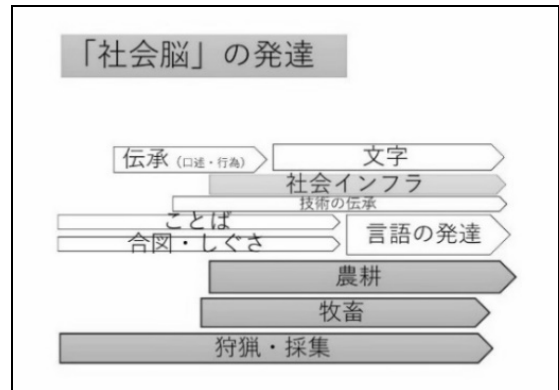


脳の地図「ペンフィールドのマップ」を見ると、食べるという行為にいかにか五感をフル動員しているかが分かる。「食べ物」を摂取することが、いかに大変だったか分かる。動物は、食べ続けなければ命を維持できない。初期の人類は、食べ物を確保するために大半の時間を労し、得られなければ餓死するしかなかった。



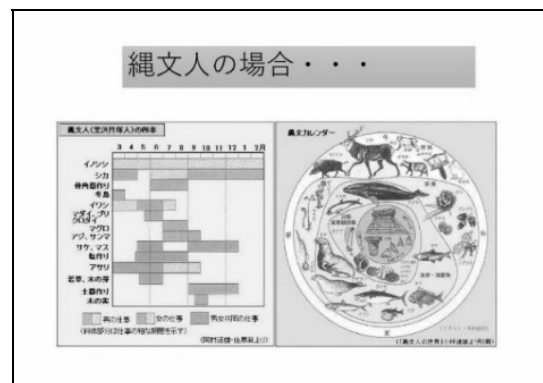
肉体的に弱い人間は、「群れ」「集団」で生きることで「食べ物を確保」し「身を守り」「命を繋ぐ」道を選んだ。集団で生活するためには、相互の意思疎通が必要だ。「しゃべる」「笑顔」は「集団」で生きるうえで大きな役割をはたす。この過程で「社会脳」が発達しこれを裏付けた。発達障害・

精神障害の研究の分野でこの「社会脳」について研究が進んでおり、これまで知られていなかった「脳の発達」と進化の過程とそのメカニズムが明らかにされてきている。



「言葉」は固体での経験を集団に伝え共有することを可能にした。経験と技術が蓄積された。集団も次第に大きなものとなっていった。食物を「蓄える」知恵も得た。

文字のない狩猟、採集の縄文時代であっても豊かな食生活が営まれていたようだ。



季節の変化により狩猟、採集できる動物や魚、木の実、イモは異なる。経験が口承され知識として蓄積されていった。言葉は、即物的な表現の他、「意味」をもつようになった。このことは抽象的な思考を可能とし、空想の世界を創ることになった。これまでの経験と現在を踏まえて未来を想像、予知することを可能にした。一方、凶ることのできない力は「カミ」として崇められ、恐れられるようになった。

しゃべる・笑う



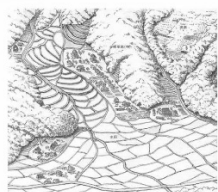
私たちの祖先、縄文人が作った土偶。その姿と表情はユーモラスだ。同時に生命力を感じさせる。日本列島は、みどり豊かであると同時に「あらゆる大地」火山列島でもある。風水害や地震、火山活動は、無慈悲に命を奪い、蓄えを奪う。土偶は、この列島に生きる人々の悲哀も秘めている。

農耕が始まると人間集団はさらに規模が大きくなり、そして人間関係は複雑化、高度化する。

余剰生産物をめぐっての人間集団どうしの争いが始まる。獲物を取る道具から人間同士が争い殺し合う「武器」が発明される。

水田と灌漑

ムラ社会の中で



「文字」の発明は、世代、空間を超えて知識・技術を伝えることを可能にした。集団毎「神話」「物語」が創作、記録されるようになる。

「可愛い」戦略 → 赤ちゃんの秘密

保育されなければ生まれない
誰が味方が見分ける→表情を読みとる
「かわいい」顔、しぐさ、には理由が
「ことば」を覚える、意味を覚える



赤ちゃんは可愛い。しかしそこには人間の赤ちゃんの戦略がある。未熟なまま生まれる人間の赤ちゃんは保護されなければ生存できない。丸くて可愛い、そしてあどけない笑顔。誰もが抱きたくなる保護したくなる。赤ちゃんの発達は、「生物としての進化」と「人間社会の歩み」を繰り返す。社会脳の発達、言葉を学び、「泣く」→「しゃべる」。他者との関係性を構築する。

「笑顔」は人を和ませる。集団の中で生きる私たちにとって表情は、素晴らしいコミュニケーションツールだ。顔の骨格は変えることができない。しかし「生き生きとした表情」は、誰もが素敵だ。素敵な笑顔をかわしあおう。

日々の営みこそ
かけがえないもの

食べることのできる喜び
家族や仲間とオシャベリできる楽しみ
笑顔で挨拶できること、大事にしたい。

