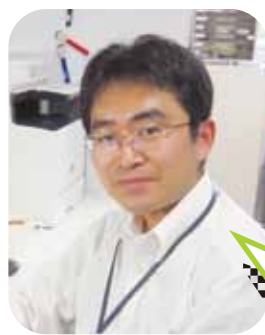


研究スタッフ紹介



山崎 修道

東京都医学総合研究所 研究員

私は、研究の傍ら、臨床心理士として、こころの不調で困っている若者の回復をサポートしています。その経験の中で、子どもから大人に成長するにあたって身近な人間関係の中でこころがどう育まれてきたかによって、その後の回復が左右されることを肌で感じてきました。思春期は、こころの回復力(レジリエンス)を育むとても大切な時期です。東京ティーンコホート調査から、思春期の何がこころの回復力につながるのかを明らかにしたいと考えています。私自身は、18歳の時に九州から東京に出てきて、一人暮らしを始め、もうそろそろ20年が経ちます。20年の間に、仕事をして、結婚し、幸運にも三児の父となることが出来ました。子供が生まれる前は、親に素直になれない自分でしたが、子育ての大変さを日々痛感して、改めて自分を育ててくれた親への感謝の気持ちが素直に出るようになりました。ヒトは、動物の中でも、子育てに大変な労力が必要な生き物です。親だけでは子供を一人前に育て上げることは難しく、祖父母・親戚・近所の大人・年長の子どもの手を借りなければ、子育てに無理が生じます。核家族化が進み、人のつながりが薄くなった現代の東京で、皆が元気に子育てをしていくためには、昔には無かった工夫や知恵が必要になります。東京ティーンコホートを、現代の子育ての知恵袋にしていきたいと思っています。

★ご住所が変更になるご家庭、ご住所が変更されたご家庭へのお願いです。

もうすぐ引越し!
 だいたい準備も終わったし、新しい生活が楽しみだわ!
 ちょっと遠い場所だけど...

あっ!
 そういえば...ティーンコホートはどうすればいいの!?

1 電話で連絡する
 こんど引越しするのですが...

2 ハガキを郵送する
 そういえば、ニュースレターと一緒にハガキが入っていたわね...

ご協力いただける方へは
遠方のご自宅まで研究スタッフがお伺いします!

ひきつづきご協力をお願いいたします

2通りの方法がありますので、ご連絡ください

TOKYO TEEN COHORT PROJECT

調査
お問い合わせ先

一般社団法人 輿論科学協会「青春期の健康・発達コホート研究」事務局
 〒151-8509 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-8-6
Tel 0120-551-327 (AM10:00~PM6:00) 担当: 島田・井田

研究実施
機関

東京大学
 公益財団法人 東京都医学総合研究所
 国立大学法人 総合研究大学院大学

協力
自治体
窓口

世田谷保健所健康推進課
 調布市教育委員会 教育部指導室
 三鷹市子ども政策部 児童青少年課



思春期のお子さんとの健康と発達の過程をアンケート調査などにより、科学的に検討するプロジェクトです。

東京ティーンコホートの詳しい情報はホームページでもご覧いただけます

<http://ttcp.umin.jp>

- ◆ 第1号～第7号ニュースレターを掲載しています。
- ◆ 現在の調査協力者数や東京ティーンコホートを紹介する動画も掲載しています。

東京ティーンコホート ニュースレター
 第8号(2017年1月発行)
 発行: 公益財団法人 東京都医学総合研究所

Contents

- 巻頭
 応援メッセージ: 熊谷 晋一郎
- 特集
 | 思春期から予測する老後の幸せ
 | コホートキッズ
 | 日本とイギリス国際比較シリーズ 第3回

研究者紹介

- 山崎 修道
- 巻末
 今後も引き続きご協力をお願いします

TOKYO TEEN COHORT NEWS LETTER

東京ティーンコホート
 ニュースレター

Vol.8

2017. JAN



あけましておめでとうございます。

昨年は、東京ティーンコホート調査にご協力いただきましてありがとうございました。みなさまのご協力に、スタッフ一同、心から御礼申し上げます。間もなく、第3期継続調査が始まります。今年も引き続きどうぞよろしくお願いたします。今回のニュースレターでは、イギリスの調査からわかった「思春期から予測する老後の幸せ」を掲載しました。また、前回に引き続き、イギリスとの国際比較シリーズとして、「日英 価値観の違い」を掲載しています。お楽しみいただければ幸いです。

応援 メッセージ



サポーター
 ファイル
 08

小児科医・東京大学
 先端科学研究センター
 准教授

熊谷 晋一郎

1977年山口県生まれ。新生児仮死の後遺症で、脳性まひに。以後車いすでの生活となる。東京大学医学部医学科卒業後、千葉西病院小児科、埼玉医科大学小児心臓科での勤務、東京大学大学院医学系研究科博士課程での研究生活を経て、現職。専門は小児科学、当事者研究。主な著作に、『リハビリの夜』(単著、医学書院、2009)、『発達障害当事者研究』(共著、医学書院、2008)、『つながりの作法』(共著、NHK出版、2010)、『痛み哲学』(共著、青土社、2013)など。

みんなでつくる思春期の航路図

生を一冊の物語にたとえたとしたら、思い返すと思春期は、想定外の急展開が次々に起きた一章でした。体や心の変化を持って余して、なんだか落ち着きませんし、背も視点も高くなって物事の仕組みがわかるようになるにつれ、様々な矛盾や、理不尽さに気がつくこともあります。人と自分の違いにコンプレックスを感じ、「どうせ誰も自分の気持ちを分かってくれない」と萎縮してしまうかもしれません。かくいう私も、思春期には歩むべき道を見失いかけていました。私は、生まれつき体が不自由で、車イスで生活をしています。周りの健全な同級生たちが、スポーツや恋愛にのめり込んでいる姿があまりに眩しくて、おいてけぼりにされる惨めさと焦りを、ヒリヒリと感じていました。小さい頃には気づかなかった、障害者に対する社会の理不尽さに怒りを感じたりもしました。でも、想像してみてください。数えきれないほどたくさんの先人たちが、この思春期という私たちの道を通ってきたということを。確かに、まったく同じ物語を生きた人は二人といません。しかし、たくさんの先行く仲間が歩んできた、星の数ほどある思春期の物語の中には、あなたの物語とも重なる共通項があるのです。その先人

の足跡は、思春期の道なき道に迷わないよう、足元を照らしてくれます。私は、同じ障害を持つ先輩から思春期の経験を聞いたときに、「私一人ではなかったんだ」と安堵し、体の力が抜けていくのを感じました。そして、未来に続く道(獣道?)が見えた気がしました。道を踏み外したかに思えた自分の航路にも、確かにそこを通ってきた先人がいたのだという発見は希望でした。確かに、先輩と私の物語には、たくさんの違いがありました。でもそれ以上に、多くの共通項があったのです。この思春期コホート研究は、多様な思春期の物語を、人類の共有財産として集め、その共通項をみつめる試みといえるでしょう。あなたの物語が、「どうせ誰もわかってくれない」と苦しんでいる誰かを、孤独から解放してくれるとしたら、なんと素晴らしいことでしょうか。あなたのかけがえのない物語を、思春期の航路図へと編み上げる壮大なプロジェクトに、ぜひご協力をお願いします。

過去の応援メッセージは
[ホームページ上でご覧いただけます](#)

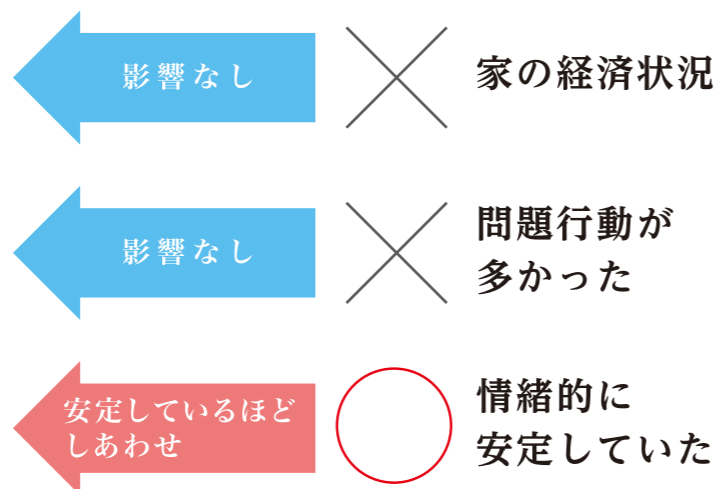
東京ティーンコホート

思春期から予測する 老後のしあわせ

東京ティーンコホートは、日本で初めて実施されている、思春期のお子さんを対象とした継続的な調査です。諸外国、特にイギリスでは、東京ティーンコホートと同様の調査が、かなり以前から長く行われています。イギリスで一番古い調査の参加者たちは、生まれたときから調査に参加し続け、もうすでに70歳を迎えています。

今回は、そのイギリスの調査を元に、老年期をしあわせに暮らしている人が、思春期をどのように過ごしていたのかを探っていきます。

60-64歳のときに
しあわせな人たちは
どんな思春期を
過ごしたのでしょうか？



思春期に裕福な家庭だったかどうかは、老年期のしあわせとは関係がありませんでした。また、問題行動(ヤンチャ)が多かったかどうかでも無関係でした。

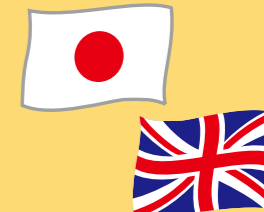
老年期になってしあわせを感じていることが多いのは、情緒的に安定した思春期を送っていた子どもたちです。思春期をどう過ごしたかが、老年期まで一生にわたって、影響しているんですね。

さて、思春期にIQが高かった子どもはどうでしょうか？実は、思春期にIQの高かった子ほど、老年期に「しあわせを感じていない」と答える傾向がありました。これは、(みなさんにとってもそうかもしれませんが)研究者にとっても意外な結果でした。

本研究は、東京ティーンコホートチームの一員である西田が、イギリスの研究チームと共同研究を行ったものです。今年、下記の通り、論文として発表されました。
Nishida, A., Richards, M., & Stafford, M. (2016) Prospective associations between adolescent mental health problems and positive mental wellbeing in early old age. Child Adolesc Psychiatry Ment Health, 10:12

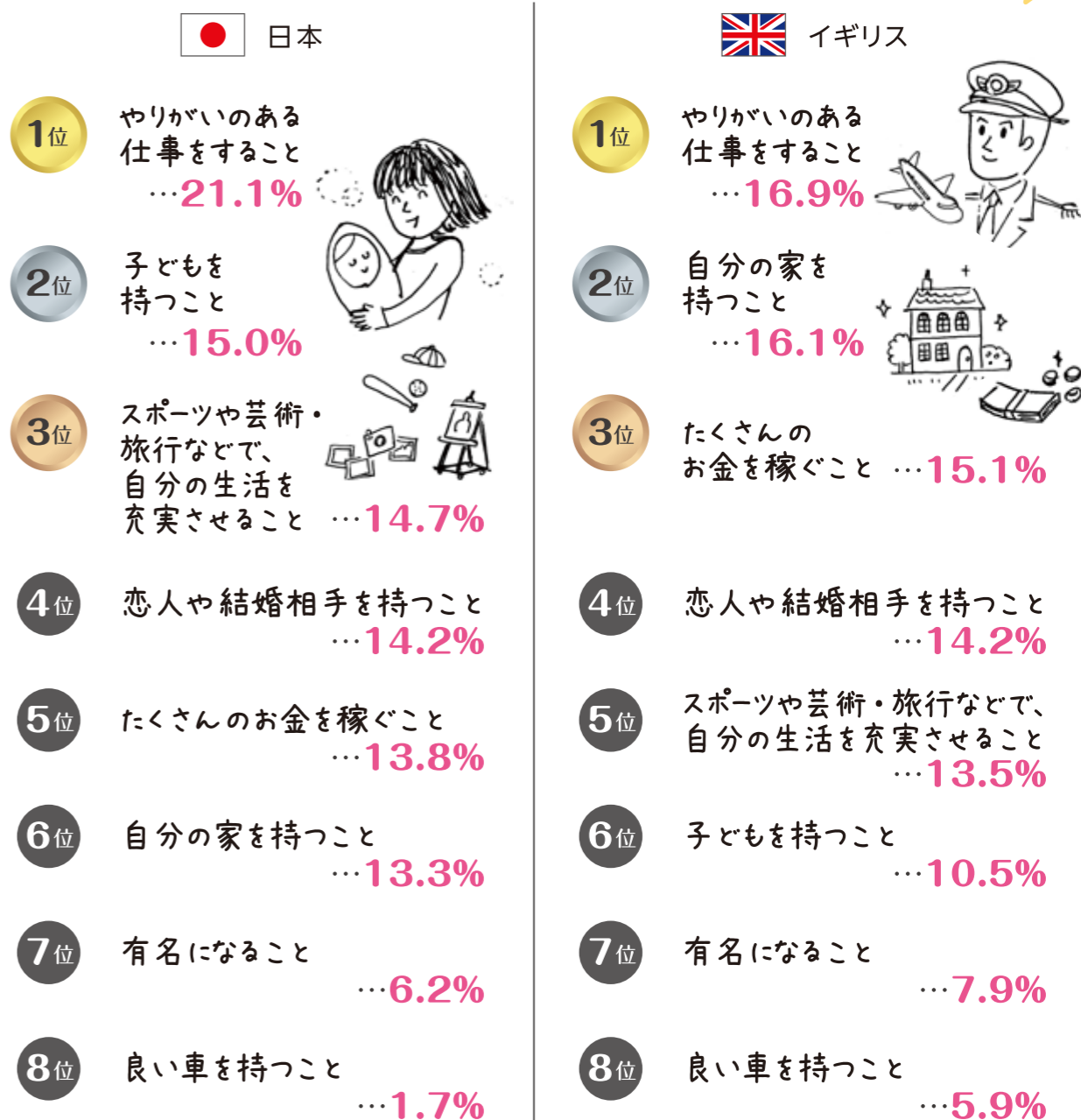
知りたい!
コホートキッズって
こんな子どもたち

コホートキッズとイギリスの子どもたちの違いを明らかにする国際比較シリーズの第3回では、お子さんの価値観を比べてみました。



Question

「30歳までに一番やっておきたいことはなんですか?」



コホートキッズは、30歳までに自分の生活や人生を充実させたいと考える子が多いようです。一方、イギリスの子ども達は成功することに高い関心が高いようです。