

研究スタッフ紹介



杉本 徳子

東京大学大学院
医学系研究科 脳神経医学

私 にとって思春期は人生の「なぜ？」を問い続けた時代でした。友人達とJPOPを聞きながら青臭い人生論を熱く語り合う楽しい毎日ではあっても、未来は漠然としていて、そこはかたない無力感を覚えていました。その後私は精神科医になり社会経験を積むうちに、思春期の頃の疑問にある程度の回答が出来るようになりました。思春期に比べれば、私はもう無力ではなく自分らしく生きています。しかし、あの頃に感じた世界の色鮮やかさや、喜怒哀楽が詰まった思い出が記された日記の甘酸っぱさは、もう戻ってきません。本研究に携わることは、医師としての社会貢献の一つであることに加え、思春期の科学的探究を通して、改めて自分の人生を見つめ直す機会となっています。思春期の私が最も知りたかった「自分とは一体何なのか？」という疑問の答えには未だに到達出来ていませんが、過去を想い、現在の環境に感謝しつつ、これからも我が道を模索していく所存です。

★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!
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します

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

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3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。

ティーンコホート TEEN COHORT とは?

思春期のお子さん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 ニュースレター
第4号(2014年11月発行)
発行: 公益財団法人 東京都医学総合研究所

TOKYO TEEN COHORT NEWS LETTER

東京ティーンコホート
ニュースレター

Vol.4

2014. NOV

ご協力世帯数が4,000を突破!

東京ティーンコホートプロジェクトは順調に進み、ご協力世帯数はすでに4,000を突破しました。ご協力いただいているご家庭の皆様、あらためて心より感謝申し上げます。2014年9月からは、12歳になられたお子様とご家族を対象とした第2回調査が開始されました。思春期研究においては、大変重要な時期の調査となります。引き続き、ご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

応援メッセージ



サポーターファイル
04
将棋棋士(九段)
井上 慶太

子どもたちをサポートできる世の中であり続けるよう、大人や社会は努力していかなければならない

私 は、小学2年生の時、父から将棋を教わった。父はアマチュアとしてはかなりの腕前だったが、いつも勝つのは私。父は「すごいな強いな」とほめてくれた。もちろん父が手加減して勝たせてくれていたのだが、小さかった私はそんなことは露ほども知らず、ただ勝つことがうれしくて、もっと父や母にほめてもらいたくて、どんどん将棋が好きになっていった。

父 は私にとって最高の指導者だった。現在私も教室を開いて子供達の指導に当たっているが、父を見習って初心者の子には良い手を発見する喜びと勝つ喜びを知ってもらえるように心がけている。

将 棋は世界に数あるボードゲームの中でも変化と激しさに富ん

だ奥深いものだと思う。将棋に取り組むことで、思考力、集中力、持続力が自然と養われる。それとともに日本古来の伝統文化でもあり、「礼に始まり礼に終わる」という礼儀作法が身に付くと、いう効用もあると思う。私自身、子供のころはずいぶんやんちゃで落ち着きがなかったが、将棋をやるようになって徐々に変わっていったそうだ。

子 供のころに好きなことに出会えたこと、何より自信をもたせてくれた指導者に出会えたことは私にとって幸運なことだったと思う。

様 々な個性があり可能性を秘めている子どもたち。社会や大人は、それを暖かく見守り、サポートできるような世の中であり続けるよう、努力していかなければならないと思う。

知りたい!

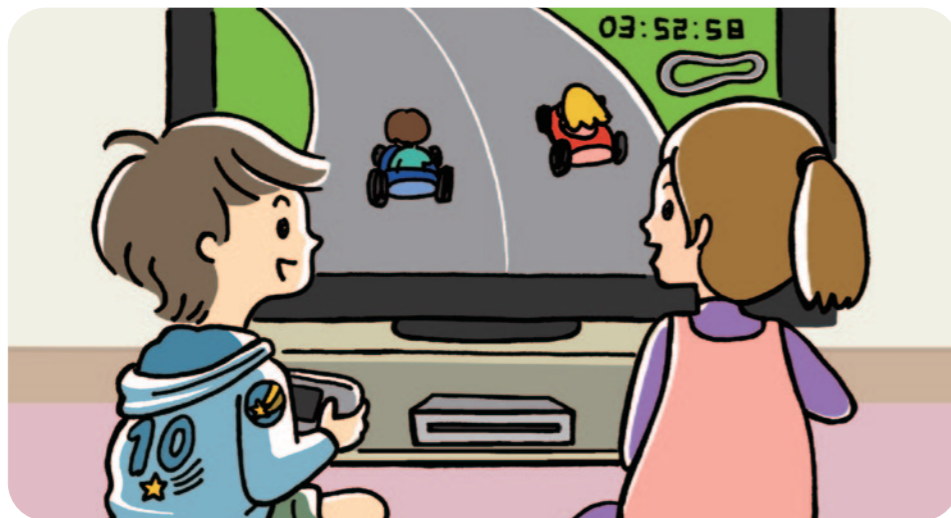
コホートキッズって こんな子どもたち

第3回

デジタル機器と コホートキッズ

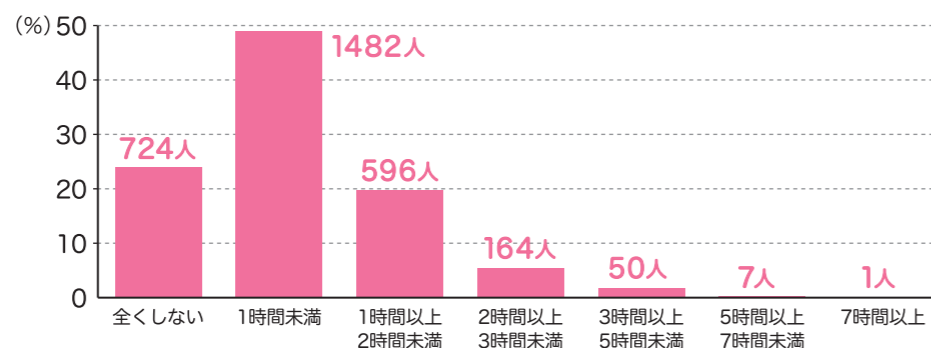
前回(ニュースレター第3号)でコホートキッズの携帯電話の使い方の方のデータをお伝えしました。自分専用の携帯電話を持っている子と持っていない子がおよそ半々でした。今回はさらに、コホートキッズが携帯電話やパソコンなどのように付き合っているか、第1回調査(2012年9月)〜2014年6月)で回答いただいた3065名分のデータをお伝えします。

コホートキッズとは? ... TOKYO TEEN COHORTにご協力いただいた世帯のお子さんのことです。



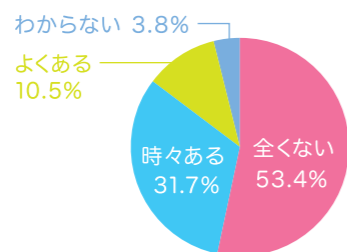
平日は1日にどのくらいゲームをする? *

* 学期の平日、PCや家庭用ゲーム機などでゲームをプレイする時間。

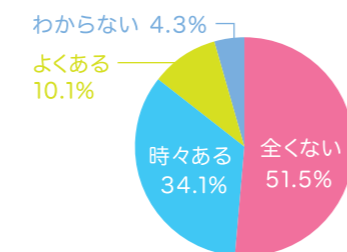


お子さまの生活について、養育者の方にも質問しました

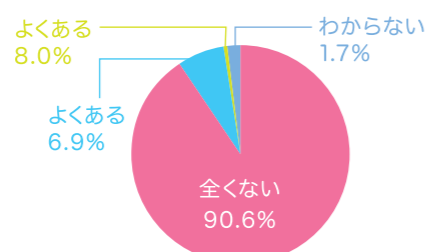
PCや携帯電話などを使う時間を減らした方が良いと思いますか?



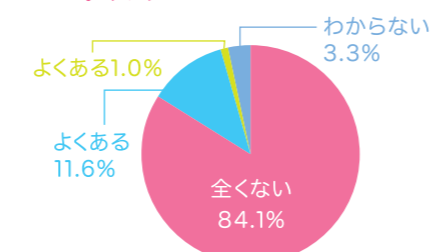
PCや携帯電話などを使い始めると止めるのが難しいですか?



PCや携帯電話などを夜遅くまで使用し、睡眠不足等の兆候がみられますか?



PCや携帯電話などを使えない時、落ちつかない、または、イライラしたりしていますか?



専門家の視点

全体の半数近くが、1時間以内と時間を決めてゲームをしている様です。ゲームに依存せず、勉強の息抜きや娯楽として上手に利用しているのかもしれませんが。通信機能のあるゲームや携帯電話を利用したゲームを利用する場合は、保護者も、きちんと内容を理解して、危機管理やメディアリテラシーについて家族で話し合う機会があるといいですね。冒頭の井上慶太氏のお話にもありましたが、家族でボードゲームをする機会を作るのも、また新たな発見がありそうです。上手に付き合っ、ルールやマナーを守れるのならば、家族のコミュニケーション手段のひとつにするのも、良いのかもしれない。



「～世界の子ども研究～今を知る」では、世界中で行なわれている子ども研究の最新情報をわかりやすく解説していきます。



幸せって 伝染するの?



喜んでる人を見るとなぜか自分も嬉しくなる、
喜 というように感情が伝染することは科学的にも証明されてきています。「幸せ」そのものが伝染する、といったことはあるのでしょうか?これを調べるため、米ハーバード大の研究チームは、約5000人を対象とし

た20年に渡る追跡調査を行いました。

その結果、幸せは伝染することが示されました。この効果は一時的なものだけでなく、周りの人、例えば家族や友達に幸せな人が多いと、将来幸せになる可能性が高い、ということがわかりました。興味深いことに、この「伝染」には物理的な距離の近さが重要なようで、遠く離れた友達よりもすぐ近くに住む友達、ご近所の人の中でも特に隣さん、で伝染の効果は強くみられました。

なぜ幸せが伝染するののメカニズムはまだはっきりとは解明されていません。幸せになるには?というのはとても重要なテーマで、これまでたくさんの研究が行われてきていますが、同時にまだまだわかっていないことも多いです。私達もこのコホートプロジェクトを通じて、これから思春期を迎え大人になっていくお子さん達や、彼らを支える家族の人たちがどうすれば毎日を幸せに暮らせるのか、少しでも明らかにしていけたらと思います。