

マザリーズと音楽

子育て支援講座「声でむすぶ親子の絆」に関連して

田原 淑子

マザリーズと音楽

子育て支援講座「声でむすぶ親子の絆」に関連して

Motherese and Music

In relation to a child rearing support lecture “The parent and child’s bonds tied with voice”

田原 淑子

Yoshiko Tahara

要 約

親と子の音声によるつながりは、すでに胎児のころから始まっていると言われる。さらに乳児期において、特に母親(養育者)の語りかけがその後の子どもの発達成長に大きく影響することが、これまでの多くの研究で明らかになっている。この語りかけの話し方は「マザリーズ」といわれ、現在の研究領域において、IDS (infant-directed speech) と呼ばれていることが多い。マザリーズは、親子のコミュニケーションの要と言ってよいものである。これまでの先行研究においても、母親の日々のマザリーズ実践は、音楽と深いつながりがあることが明らかにされてきている。本研究は本学が開設している子育て支援施設「ふれ愛ルーム木のおうち」で筆者が行った子育て支援講座や施設利用の保護者への質問紙調査等を基にマザリーズと音楽の関係について考察するものである。親が子どもに語りかけ、歌いかける行動や機会が多い人ほど、親自身の音楽や言葉に対する意識が高いという相関関係がみられた。

はじめに

2018年3月、京都女子大学において日本音楽教育学会近畿地区例会が開かれ、同志社大学赤ちゃん学研究センターの志村洋子氏の興味深い研究発表を拝聴した。それは母親の体内にいる胎児には母親の声はどの様に聞こえているかということ科学的に検証した研究内容であった。言葉そのものでなく、話す抑揚、つまりメロディーのような音として胎児は聞いているという。母親の語りかけには「あなたのことをとても大切に思っていますよ。」「いい子だね。」「元気に生まれてきてね。」など愛情に満ちあふれた気持ちが言葉の抑揚に表れる。胎児はその抑揚を聞き、そして母親の声を認識する学習もしているということを知りとても衝撃を受けた。聴覚が機能し発達する妊娠5～6ヶ月から胎児は母親の声や周りの環境の音を聞き成長していく。さらに乳幼児期には、特に母親の「あなた

を守る存在がここにいますよ。」という愛情が根底にある語りかけは、安心感や自己肯定感につながり、感情の基盤や認知能力の確立に深く関わっていくという。このことは、まさに子育てにおける親と子の絆の根本となる重要なポイントである。

本学では子育て支援施設「ふれ愛ルーム木のおうち」があり、子育て支援活動が行われ多くの親子が参加されている。その活動の1つに子育て支援講座が開かれている。その中で子育て中の母親の皆さんにも是非「語りかけ」の重要性を認識し、一緒に考えていただきたいと思い、「声でむすぶ親子の絆」という内容で講座を行った。

親子のコミュニケーションにおいて、「語りかけ」とともに「音楽」も重要で切り離せない要素である。木のおうちに参加された保護者の方に質問紙調査をし、日常の中での「語りかけ」・「歌いかけ」など声によるコミュニケーションの意識に関して考察した。

マザリーズとは

マザリーズとは、乳幼児に対して話すときに自然と口をついて出る話し方である。音響特徴としては①声のトーンが高く（音声の基本周波数平均値の上昇）、②ゆったりとして（発話速度の低下）、③抑揚が大きい（基本周波数の変化範囲の拡大）、④相手の反応を待つように間を取る、⑤同じ言葉を繰り返す（繰り返しの多様）、このような点が挙げられる。アメリカの言語学者チャールズ・ファーガソンが初めて用いた言葉である。大人向けの話し方であるADS（adult-directed speech）に対し、IDS（infant-directed speech）と呼ばれる。マザリーズで話すことは語り手つまり母親（母親以外の養育者も）と聞き手となる子どもの両方の脳の言葉をつかさどる言語野という領域が活性化するといわれる。子どもの注意を喚起し、言葉の習得の前に抑揚の形式でコミュニケーションが成り立ち、言葉への関心につながる。子どもは母親の音声から常に「自分を気にかけて、守ってくれている」という安心感を抱くと共に、「自分は大切にされている」という心の安定は感情のコントロールを学ぶきっかけとなる。また乳幼児期は模倣をとおして生きるために必要なことを獲得していくが、マザリーズで語りかけることにより、より一層模倣が促進されるといわれる。さらに加えて目線、表情、身振り、声質、声の抑揚等すべてその対話の雰囲気構築するため、これらの身体的表現も大切な意味があるといえる。

研究方法と内容

① 平成30年9月12日 子育て支援講座を行った。

テーマ：「声でむすぶ親子の絆」

場所：本学プレイルーム

参加者：14組の親子

レクチャー内容

- ・胎児の聴覚の発達
- ・胎児が聞いている母親の声とその聴こえ方
- ・子ども感情や知能の発達を促す声でのコミュニケーション
- ・マザリーズとスキンシップ

レクチャーのあと、親子で楽しめるようにという思いで、音楽を取り入れたミニマザリーズ教室的な活動を行った。筆者が弾き歌いをしてしながら曲を紹介し、次に模範歌唱をしながら動作の説明をした後、親子でふれあいながら活動する方法を進めた。

実践に使用した曲は以下のものである。

- ・ でこちゃん はなちゃん (わらべうた)
 - ・ ペンギンちゃんのやまのぼり (ほしやまあさぎ採譜)
 - ・ ゆらゆらだっこだっこ (ほしやまあさぎ作詞作曲)
 - ・ ちいさい秋みつけた (サトウハチロー作詞・中田喜直作曲)
- 「ちいさい秋みつけた」は歌詞プリントを配布し、お母さんたちに秋の季節感を感じてもらいながら一緒に歌った。

講座の様子



② 質問紙による調査

時期:平成30年9月19日・26日・29日の計3回
 対象者:ふれ愛ルーム木のおうちや子育て広場に参加
 の保護者(複数回参加の方は1回のみ)の回答)

質問内容

- ・お子様の性別・年齢
- ・お子様に歌ってあげたり、一緒に歌う頻度
- ・どんな時に歌ってあげるか(複数回答可)
- ・歌う歌はどこで知ったものか(複数回答可)
- ・自家用車で外出時に聴く音楽について
- ・保護者の好きな音楽ジャンル
- ・絵本をよんであげる頻度
- ・絵本を読む場面について(複数回答可)

結果及び考察

子育て支援講座について

1歳前後のお子様連れの方が多くレクチャーの時は子どもが動き回り、さすがにじっくり静かに聴いてもらうというわけにいかない状態ではあったが、耳は熱心に筆者の話しに傾けてくださっていた。頷きながら聴いてくださっている方もおり、関心の高さが伺えた。後半のふれあいタイムはお子さんと一緒に歌って遊んでくださった。あえてマザリーズという言葉は強調しなかったが、目を合わせ、身体を触れ合わせながら歌ったり、動作をしたりするのを見ると、母親たちのその声はやさしく、愛情に満ちたものであった。言葉だけではなかなか感情表現は難しく感じ、気恥ずかしく思う母親もあるかと思うが、みんなで歌を歌うという音楽を伴う活動では自然に顔も笑顔になり、明るい表情に変わった。子どもの方も「でこちゃんはおちゃん」では顔を、「ペンギンちゃんのやまのぼり」では体を母親からタッチしてもらい、はじめはきょとんとした感じであったが次第にうれしそうな表情になった。「ゆらゆらだっこだっこ」は立った母親に抱きかかえられて揺らされる少しダイナミックな動きをとまなうので、楽しい気分になっている事が感じとられた。母親が歌いスキンシップを伴う活動で、それまで少し騒がしかったり、ぐずっていた子供も静かになり母親との一体感を楽しんでいることが感じられた。

質問紙調査の結果

合計51名の保護者に回答をもらうことができた。子ど

もが男児1人の方25名、女児1人の方15名、11名が2児の保護者であった。子どもの年齢の内訳は次の通りである。

	0歳児	1歳児	2歳児	3歳児	5歳児
男1人	1名	12名	9名	2名	1名
女1人	1名	7名	6名	1名	0名

11組(子どもが2児場合)の子どもの年齢の内訳は下記のとおりとなっている。

男4歳児と男1歳児→1組、男3歳児と男1歳児→1組
 男3歳児と男0歳児→2組、男2歳児と女1歳児→2組
 女3歳児と男0歳児→2組、女2歳児と男0歳児→1組
 女3歳児と女0歳児→1組、女2歳児と女0歳児→1組
 まず、子どもにうたを歌ってあげるという親子の関わりなど音楽に関連した設問について以下の通り表1～表5に回答をまとめた。

表1

お子様にうたを歌ってあげたり、一緒に歌ったりしますか？

	女児の保護者	男児の保護者	2児の保護者	計
よく歌う	8名	6名	7名	21名
まあまあ歌う	5名	12名	2名	19名
たまに歌う	2名	6名	2名	10名
まったく歌わない	0名	1名	0名	1名
計	15名	25名	11名	51名

女児を持つ母親の方が、割合として若干歌を歌う機会が多い傾向である。全体的にもっと歌っていないのではないかと予想していたが、そうではなかった。頻度はさておき、ほとんどの方は「歌う」という音楽活動を行っていた。

「どういった時に歌うか」の質問結果は表2にまとめた。

表2

どんな時に歌いますか？ (表1で歌うと回答した方で複数回答あり)

	女児の保護者	男児の保護者	2児の保護者	計
一緒に遊んでいる時	14名	22名	11名	47名
寝かしつける時	4名	8名	4名	16名
お風呂に入る時	7名	9名	4名	20名
おむつ交換や着替えをする時	5名	3名	1名	9名
その他	3名	2名	3名	8名

やはり子どもと一緒に遊んでいる時に歌っていることが多いという結果が出ている。寝かしつける時やお風呂に入っ

ている時など、比較的リラックスしている時や落ち着いている時も歌いかけていることが分かる。おむつ交換の時などは子どもをあやしつづ歌っていると想像できる。それぞれの場面や環境により、声のトーンやテンポも自ずと変化させて歌っているであろう。そこがお母さんの生の声によるコミュニケーションの良さであると言える。ほんの短い時間や一つの歌のワンフレーズであっても、生活の中のあちらこちらでこのような歌いかけの行動がみられる瞬間は、母親にとって、子どもの笑顔に接し癒される時と同様に、子育ての醍醐味を感じられる幸せな時間である。又、このような状況であるという事は取りも直さず正常な精神状態での子育てができていく証拠であるといえる。

どんな歌を歌いますか？ (表1で歌うと回答した方で複数回答あり)				
	女児の保護者	男児の保護者	2児の保護者	計
自分が以前から知っている歌	12名	17名	6名	33名
木のおうちや子育て広場で知った歌	4名	8名	6名	18名
テレビ等で見聞きして知った歌	15名	14名	10名	39名
CD等で聴き知った歌	6名	5名	7名	18名

次にどのような歌を歌うかという質問では、表3にあるように、51人中39名がテレビ等で見聞きして知った曲を上げている。とてもテレビの影響が大きいことが分かる。日常生活でテレビの存在がいかに大きいかの証明でもある。母親自身が以前から知っている歌はすぐに口に出しやすいのは当然であるが、テレビから流れる曲は知らず知らずに覚えて子どもと一緒に歌うパターンであろう。歌う曲として具体的な曲名でなく「ドラえもん」などのアニメソングや、「お母さんといっしょ」で聞いた歌と記述されていた。「木のおうち」で知ったという曲では「どんな色が好き」「やさいのうた」「おばけなんてないさ」が挙げられていた。

自家用車で外出するとき、だれの好みの音楽を聴きますか？				
	女児の保護者	男児の保護者	2児の保護者	計
大人の好きな曲	3名	4名	0名	7名
子どもの好きな曲	7名	16名	9名	32名
大人と子どもの両方	4名	3名	1名	8名
聴かない	1名	2名	1名	4名

日常生活で音楽を聴く機会としてテレビ以外では、自家用車での移動中ではないかと考え、誰の好みの曲を聴いているかという設問を置き、表4はその結果である。小さい子どものいる家庭は、車の中ではやはり圧倒的に子ども向け、子どもの好きな曲を鳴らし聴いている。子どもが狭い車の中で退屈しないようにしているのだと考えられる。大人は聞き流している場合と子どもと一緒に楽しんでいる場合と両方考えられる。

さて、質問紙の回答者はほぼ母親であったが、自分自身の好きな音楽ジャンルを尋ねた。その結果が表5である。

保護者の好きな音楽のジャンル (複数回答あり)				
	女児の保護者	男児の保護者	2児の保護者	計
ジャズ	4名	2名	1名	7名
ポップス	10名	23名	10名	43名
演歌	0名	0名	0名	0名
クラシック	2名	1名	0名	3名
その他洋楽	1名	1名	0名	2名
童謡	1名	0名	0名	1名

乳幼児を持つ保護者ということで、年齢が若いいためかポップスが好みという回答が多く、演歌を好む人はいなかった。複数回答可にしていたが、ジャズやクラシックを好む人はとても少ない結果となっている。

音楽については以上のような質問紙結果である。続いて歌う行為と何か関連があるのではないかと仮定し、絵本の読み聞かせについて設問し、それに対する結果を表6と表7にまとめた。

表6は絵本を読んであげる頻度についての結果である。

お子様に絵本を読んであげますか？				
	女児の保護者	男児の保護者	2児の保護者	計
よく読む	5名	10名	5名	20名
まあまあ読む	7名	9名	3名	19名
たまに読む	3名	6名	3名	12名
まったく読まない	0名	0名	0名	0名
計	15名	25名	11名	51名

「歌をよく歌う」、「まあまあ歌う」と回答した合計人数は40名(表1より)、絵本を「よく読む」、「まあまあ読む」と回答した合計人数は39名とはほぼ同じ様な結果であった。表1と表6を比較してみると若干ではあるが男児を持つ母親の方が、歌を歌ってあげるより、絵本を読んであげる方が多くなっている。

最後に、どんな時絵本を読んであげるかという設問の回答について表7にまとめた。

どんな時絵本を読んであげますか？	(複数回答あり)			
	女児の保護者	男児の保護者	2児の保護者	計
一緒に遊んでいる時	13名	19名	7名	39名
子どもから読んでと頼まれた時	10名	18名	9名	37名
寝る前	7名	10名	5名	22名
病院や銀行などの待ち時間など	4名	7名	7名	18名
電車等の乗り物で移動中	0名	1名	1名	2名

表1と同様、やはり一緒に遊んでいる時が子どもと密接に関わっていることがわかる。そのほか家事等の合間などに子どもに頼まれた時や、寝る前、病院や銀行の順番待ちの時など日常の様々な場面で絵本を読んであげていることが見て取れる。

今回の質問紙調査に協力して下さった保護者の方々は、「うたを歌う」、「絵本を読む」といった活動をよく行っており、子育てにとっても関心があり、熱心であるということが明らかになった。日中、お子様を連れて木のおうちや子育て広場に参加されているという事は今現在、特に母親の場合フルタイムでの仕事はしていないと考えられ、子育てに専念されているケースが多い事も要因であろう。

今回は、対象となった保護者の子どもたちの年齢は前述したように、ほぼ1歳児以上であること、このように歌を歌う、絵本を読むといった何か決まったもの、もともとあるのに対するまとまった行動での調査内容となっている。しかしこのような目的が明確な行動以外の日常頻繁に行われるになにげない語りかけやちょっとした歌いかけが大切であり、その積み重ねが重要であると考えられる。

母親と子どものかかわりの大切さは1960年代以降の赤ちゃん研究の目覚ましい進展により、さまざまな角度からその重要性が明らかになってきている。

出生前の胎児は母親の話しかけの声、歌いかけの声を聴き、この聴覚経験が母親の声そのものの特徴や母語(赤ちゃんの育成環境にある原語)の音響特徴を聞き分けられる手立てにつながり、語りかけ歌いかけてくれる声を好む基本となっている(杉藤1992)。すでにお腹の中の胎児は音に関して着々と学習しているのである。はっきりとした言葉でなく抑揚のついたメロディーのような聞こえ方だと言われるが、この声

を聞くことで感情を受け止め、出生後の母親をはじめとするまわりの人々とのコミュニケーションの基礎を作っていると言われる。そして音楽的要素は基になっていると言える。胎児から乳児へと成長の段階で愛情ある大人のマザリーズによる語りかけ、歌いかけは脳の発達や感情の健全なコントロールなどを促しているという。乳幼児は色々な声の中から母親の声を聴き分け、反応し、母親とのコミュニケーションを基盤につまり相互のやりとりや同期して行う行為の繰り返しにより成長する。また母親をはじめとする養育者の育児への積極的な関わりや関心は赤ちゃんや子どもの社会性やコミュニケーション力を育てる助けになることは広く理解され、多くの研究で実証されている。その中でより楽しく育児にかかわっていくために音楽は役に立つ要素であると考えられる。

短時間であっても、子育て支援講座での音楽活動を行った時の親子の言動や態度、特に母親の表情の変化から子どもの成長や子育てへの音楽の有効性ははっきりと認められた。

まとめ

2012年に梶川らが行った1歳児の保護者245名を対象に行った調査において音楽を聞かせる手段としてテレビやラジオが80%を占めているという報告がある。聞かせるというより、テレビなど見ている時に流れてくる音楽を聞くということである。今回の質問紙調査でもテレビ等で知った歌を歌うという人数が51名中39名と76%であったということはテレビ等の影響という点で似た反応である。一方子どもの耳はプロ歌手でなく母親の直接の歌いかけに注意を引き、子どもをやすらかな気分にするといわれる(梶川)。乳幼児と一緒にいる時間が一番多い母親のマザリーズによる語りかけや歌いかけが、子どもの成長に欠かせないものである。0歳児から保育園で過ごす乳児が増加しつつある中、母親以外の養育者によるマザリーズによるコミュニケーションがより重要となってきている。親子のかかわりという点では時間的なことも大きな要素の1つであるが、短時間であっても濃密なかかわりをして絆を深めることも大切であると考えられる。言葉や音楽に関心があり、子育てについての意識の高い保護者が多い本学の子育て支援施設利用者の方々に、子どもの成長と音楽そして子育てと音楽の関係をもっと知ってもらいたいという思いである。その為にも筆者自身、「親子をむすぶ音楽」についての研究の必要性を感じている。

引用・参考文献

- 星山麻木 (2017) ユニバーサルデザインの音楽表現
萌文書林
http://www.yamaha-mf.or.jp/onkenscope/education/kajikawasachiyo1-chapter3/
- 内山伊知郎 (2015) マザリーズの理論と実践
北大路書房
- 今川恭子 (2017) 音楽を学ぶということ
教育芸術社
- スティーヴン・マロック、コルウィン・トレヴァーセン編
根ヶ山光一、今川恭子、蒲谷慎介、志村洋子、羽石英里、丸山晋 監訳
(2018) 絆の音楽性
音楽之友社
- 志村洋子 (2013) マザリーズが赤ちゃんに伝えるもの
ヤマハ音楽研究所「音研スコープ」
http://www.yamaha-mf.or.jp/onkenscope/education/shimurayouko1-chapter1/
- (2013) 赤ちゃんが聞いている音・ことば、そして音楽
ヤマハ音楽研究所「音研スコープ」
http://www.yamaha-mf.or.jp/onkenscope/education/shimurayouko1-chapter2/
- (2014) 赤ちゃんはいつごろから歌い始めるか
ヤマハ音楽研究所「音研スコープ」
http://www.yamaha-mf.or.jp/onkenscope/education/shimurayouko1-chapter3/
- 梶川祥世 (2013) 幼児～児童期の音楽経験が与えるもの
ヤマハ音楽研究所「音研スコープ」
http://www.yamaha-mf.or.jp/onkenscope/education/kajikawasachiyo1-chapter1/
- (2013) 赤ちゃんにとっての音楽経験
ヤマハ音楽研究所「音研スコープ」
http://www.yamaha-mf.or.jp/onkenscope/education/kajikawasachiyo1-chapter2/
- (2014) 赤ちゃんに聞かせる音楽
ヤマハ音楽研究所「音研スコープ」