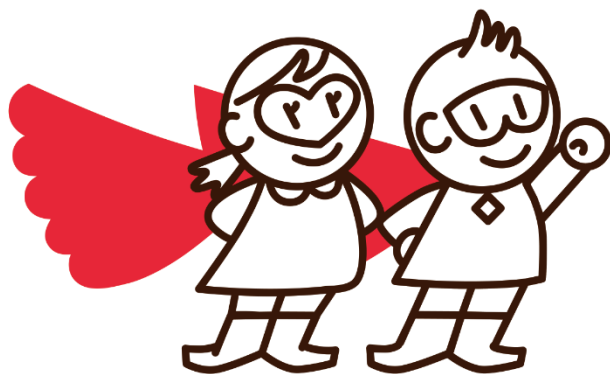




# みんな天親塾

解説書



みんな天才化機構  
All Geniuses Association

# はじめに

## 新しい命のために

### あかちゃんは完璧な存在です

あかちゃんは生まれてすぐに周囲の環境から、様々なものを猛スピードで吸収していきます。すぐにイメージ出来るのは言葉や知識を吸収していく様子かもしれませんね。スーパーコンピューターなど足元にも及ばない、素晴らしい存在なのです。

吸収するのは知識だけではありません。免疫など体を守る大切な機能も周囲の環境から吸収していきます。自然にしておけば、どんな病にも負けない強い体を手に入れます。

しかし現代はあかちゃんの健やかな成長を邪魔するものがいっぱいです。あかちゃんの未来は、ママとパパの手の中にあります。正しい知識を身につけて、愛する我が子を守ってください。

# 総論

ここでは若いママとパパに知っておいていただきたい全般的な知識についてお話をしています。

「食」「成長」「世の中」「生活」という4つのパートに分かれています。

## 生涯健康でいられる食事法

まずはあかちゃんや幼児の食という以前に、人間が健康でいられる食事についてお話をします。

### 人の食性

生き物はその食性にあった食べ方をしないと病気になってしまいます。人の食性とは、人はどんなものを食べるのが自然なのでしょうか。

ウシは草を食べます。ライオンやトラは肉を食べます。

牛に肉を食べさせ続ける、ライオンやトラに草を食べさせ続けたら、どうなるでしょうか。

ちょっと想像しただけで、無理な話だという事が理解できるでしょう。

では人間はどうでしょうか。現代の人間は、その主義主張によって食べ物が変わります。菜食主義や、もっと過激なビーガン食の方もいます。そこまで極端でなくても、欧米型の食事や日本型の食事というよう

に文化性によって食事も変わってきます。日本の厚労省が推進するのは穀類を中心として、肉や魚、野菜をバランスよく食べましょうというものです。それが当たり前で自然なことだというのが以前の私の認識でした。しかし人間も、ウシやライオンと同じ動物です。元々食べていたものが、本来人間が食べるものではないのでしょうか。



## 人は肉食を中心とした雑食の生き物

人の骨の化石から、太古の人々が何を食べていたのかを調べた人がいます。

太古の人々は肉食を中心とした雑食でした。動物の肉、魚介類、骨の髄、木の実等をたべていたようです。これが本来の人間の食性です。

石器時代、狩猟採集をしていた頃の人間の骨には病気の痕跡が少なく、米や麦など穀物をつくり農業を始めるようになってから、病気の痕跡が増えていきます。虫歯もこの頃から見られるようになっていきます。

人の身体の消化システムを調べてみると、やはりタンパク質と脂質は身体に負担が少なく、糖質を処理するのが最も体に負担をかけます。米や麦、そして砂糖が最も体に負担をかけます。厚労省が勧める穀物を中心とした栄養学には無理があります。

毎日の食事を、タンパク質を中心にした食事に変えていきましょう。



## バランスの良い食事という神話

人の身体は非常に精巧に出来ています。人が何かを食べたり飲んだりするたびに、身体の中にあるセンサーが、それがどういった種類のものかを瞬時に判断して、内臓のどの部分を動かし、どんな消化液を出すのかを決め、次々と消化作業にうつっていきます。

食べ物の種類が多ければ多いほど、身体は複雑な対応を強いられます。出来るだけ多くの栄養素を摂った方が良いというのも思い込みです。サプリメント業界の広告を信じてはいけません。いつ時期流行った「1日30品目」なんてもってのほかです。複雑な対応を強いられて、やがて身体はバグります。



体内に入ってきたものを  
センサーが感知して  
それぞれの食べ物に合った  
消化液を分泌するよ

牛やライオンは、人間がイメージするようなバランスの良い食事をしているでしょう。野生の動物は、その食性に合ったものを本能に従って食べています。一方人間に飼われている犬は、人間が考える「バランスのとれたドッグフード」を食べ、人間と同じような病気に悩まされています。昭和の時代はドッグフードなんて、わざわざ買って犬に与えている家庭などありませんでした。そして、どの家庭の犬も、癌や白内障になるなんてことはありませんでした。

動物はもちろん人間も、その食性にあった食べ方をすることが良いのです。

しかし人間は動物と違って、食事には楽しみという一面もあります。楽しみという面まで否定するつもりではないので、身体には良くないですが、たまには甘い物を食べて楽しむのも良いのです。



### サラダは健康に良い？

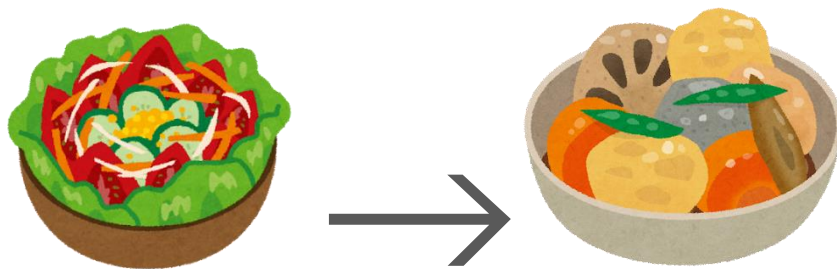
そもそも食べられる植物はそんなに多くありません。植物は動物と違って動けないので、体に毒をまとして自分を守っています。食べられる野草と食べられない野草があるように、基本的に植物には毒があり、人間にはそれを処理する体の仕組みはありません。

### 動物と植物の違い

動物の細胞にはなくて、植物の細胞にはあるのが細胞壁です。この細胞壁が消化の邪魔をします。つまり身体に負担をかけます。

サラダを食べる習慣は昭和中期から後期に始まりました。それ以前は、日本の人々には野菜を生で食べる習慣はありませんでした。野菜は煮たり茹でたり、塩もみをしたり、漬物にしたりしてたべていました。細胞壁を破壊して食べていたのです。

サラダやスムージーは一見身体に良さそうですが、身体に負担をかけます。野菜は火を通す、塩もみをする、漬物にするなど、ひと手間かけて食べましょう。



## 漬物について

昔の日本人はどうやって生きていたのだろう。以前、私はこの問題にとりつかれたことがあります。今と比べて、そんなにタンパク質を豊富にとっていたわけではないでしょうし、寒い冬に何を食べて生き延びていたのだろう。栄養不足にならなかったのか？と疑問でした。

北海道出身の方のお話を聞くと、毎年、冬まえに、大量の漬物をつけていたそうです。白菜漬けだったり大根漬けだったり、樽に大量につけて、冬はそれを食べて過ごしたのだそうです。

それにしても、野菜の漬物だけで長い冬を乗り切れるのか？と思ったのですが、日本の漬物はアミノ酸が豊富なのです。漬物のアミノ酸が人の命を支えていたのです。

人は何かを食べると、身体の中で消化をして、最終的にはアミノ酸に変えて吸収します。その最終形態のアミノ酸を漬物から摂取しているので、貧しい食事であっても健康を維持できていたのです。日本の米ぬかや糶を使った漬物には驚くべきパワーを持っていたのです。

これは積極的に取り入れない手はないですよ！

現在では、漬物はスーパーで買う家庭が増えていると思いますが、スーパーで買うものには保存料など添加物がてんこ盛りです。漬物くらいは家庭でつくるようにしましょう。



## 発酵食品

発酵食品には、腸内環境を改善するために役立つ有益な細菌や微生物（プロバイオティクス）が豊富に含まれています。これらの微生物は、腸内のバランスを保ち、免疫系の健康をサポートします。また発酵過程によって、食品中の栄養素が増加し、生物学的に利用可能な形に変換されます。例えば、ビタミンやミネラルの吸収が向上し、ビタミン B 群やキノコのような食品ではビタミン D が生成されます。

発酵食品には抗酸化物質が含まれていて、細胞を守る働きがあります。

日本の糀を使った発酵食品は、味噌、醤油、ぬか漬け等です。本物の材料を使った醤油や味噌を選ぶだけで、健康状態は改善していきますよ。糀を使って調味料を手作りすると料理の味がグンと良くなります。



## 本物の出汁は身体に最高に良い

普段の食事にだしの素を使っているなら、本物の昆布や鰹、煮干し、干し椎茸などで出汁をとるよ  
うに変えてみましょう。

本物の出汁はミネラルがたっぷり。風邪をひきやすい等、身体のどこかに不調がある方は本物の出  
汁にかえてみてください。

## 自然なものを食べよう！

食べ物の中に化学物質が入り込んできたのは、ここ数十年のことです。何万年も生きてきた人の身体は化学物質を処理するようには出来ていません。

戦後、アレルギーや癌、アトピー、発達障害などが増えています。これらは食べ物の中の化学物質が大きく関係しています。

食品添加物や遺伝子組み換え食品、農薬の問題については賛否両論ありますが、私たちみんな天才化機構の理事や会員さんの中には、食べ物と水を安全なものに変えることで、健康を取り戻し、病院と縁が切れた方が大勢います。

あなたも、食事を変えてみませんか？

無農薬や無添加の食べ物は高いと思うかもしれませんが、身体の調子が良くなるので、病院や薬局通いが必要なくなります。健康のためにと高価なサプリメントも必要なくなります。食を変えると家族全員が健康になります。家族全員が滅多に病院に行かなくなるのです。しかも歯医者もいかなくて済むようになるのです。こんなに安上がりなことはないのです！



## 塩について

世の中は減塩ブームです。医療関係者も減塩を勧めます。

しかし人は塩が無いと生きてゆけません。夏になると熱中症予防に塩分を摂ろうと言いますよね。

何か矛盾を感じませんか？

高血圧予防のために減塩を勧められるわけですが、慎重が 190 センチの人と 150 センチの人が同じ血圧で良いでしょうか。

今は血圧の基準は一定にされています。

## 呼吸には塩が必要

人は酸素を必要とします。血液中に酸素を取り込み全身に送る役割をしているのは赤血球です。赤血球の中心に座っているのが鉄です。鉄が酸素を取り込み（酸化）して全身に酸素を運び、酸素を放出（還元）することで全身に酸素を運んでいるのです。このサイクルには塩が必要なのです。ですから血液はしょっぱいのです。血液は 0.8～0.9%の塩分濃度です。母乳は血液から作られますから、良い塩を摂る必要があるのです。

## 塩とマグネシウム

### 良い塩とは

塩化ナトリウム 99%の精製塩は、元々は工業用に作られた物です。人の身体には合いません。

天然の塩を摂りましょう。日本人の身体には海塩が合っています。

岩塩は長い時間をかけて固まっていて他のミネラルが殆どありません。

ではミネラル豊富な海水をそのまま使用した塩が良いかというと、そうでもないのです。海塩そのままの塩はマグネシウム過多になります。昔、日本各地に塩田があった頃、海水に含まれるマグネシウムをどれくらい除去するのかということが競われていました。除去するマグネシウムの量により、身体への影響も、味も変わってくるからです。そこが職人たちの腕の見せ所でした。

マグネシウムが気になる方は、塩として摂るよりも葉緑素から摂ってください。

マグネシウムを摂るなら無機の状態で摂るよりも、有機の状態の方が良いということです。

## ワカメの味噌汁が最高

毎朝、出汁のきいたワカメの味噌汁を飲みましょう。塩分（ナトリウム）と葉緑素（マグネシウム）が両方効率よく摂れますよ。

また昆布や鰹節、煮干し等からとった出汁にはミネラル分が豊富です。

毎日の食事に、本物出汁のワカメの味噌汁を飲みましょう。



### ミニコラム

日本人以外にも朝鮮半島や中国東北部の人たちはワカメを食べます。

そして、その地域では、出産直後の女性にワカメスープを飲ませる風習があります。

しっかりと柔らかくなるまでワカメを煮たスープを飲むと、産後の回復が良いとか、お乳が良く出ると言われています。

# 危険な食べ物

日本のスーパーは危険な食べ物だらけです。

じわじわ殺されないために、危険な食べ物は避けましょうね。

## 遺伝子組み換え食品

遺伝子組み換え食品には賛否両論があります。アメリカでは 1994 年頃から遺伝子組み換え食品が出まわるようになりました。時を同じくして、急激にアレルギー、肝臓癌、自閉症患者が増加しています。

遺伝子組み換え食品は、常に除草剤（ラウンドアップ）とセットで栽培されます。というのも、遺伝子組み換え作物が開発されたのは、除草剤耐性を持たせるために開発されたからです。除草剤を撒いても枯れない麦が必要だったのです。ですから遺伝子組み換え作物には残留農薬がたっぷり残っています。

ラウンドアップを開発した当時の農薬メーカー（モンサント社）は食品に農薬の成分が残留していても健康に問題はないと主張していましたが、その主張は裁判で否定され、世界中でラウンドアップによる健康被害の賠償裁判が継続中です。現在では世界 30 か国以上でラウンドアップの販売は禁止されています。そんな中、日本では販売が継続されています。

ラウンドアップに含まれるグリホサートに強い発がん性があることが証明されています。これからご紹介する危険な食品（食品だけではないですが）の全てにグリホサートが残留し人の健康に害をおよぼしています。

## 子宮内膜症

残留農薬は食品からの摂取が問題になっているだけでなく、ワクチンを始めとする医薬品、化粧品、衣服、そして女性の生理用ナプキン、紙おむつからも検出されています。若い女性の子宮内膜症が増えているのは生理用ナプキンから残留農薬が吸収されることが原因ではないかと言われています。

## 食品添加物

日本は世界一の食品添加物大国です。認可されている食品添加物数は 1500 種以上にも上ります。2 位のアメリカが約 150 種なので、ダントツの世界一です。

一つひとつの添加物を調べてみると、広く使われている物の中にも劇薬指定されているものがあります。添加物が安全だという根拠に摂取量を挙げていますが、自分が毎日どれくらい添加物を摂取

しているのか、また、種類の異なる添加物が体内でどのように反応するかの調査結果は公表されていません。

### 精子奇形症・無精子症

ハンバーガーやジャンクフードをよく食べる男性の精子は奇形が多く、また精子の数も少ないという研究結果が公表されています。不妊治療に通うのではなく、まずは食を変えてみるのが先決です。

### 養殖魚

養殖魚にも注意が必要です。成長促進剤が使われているので、小さな子どもが養殖魚を食べ過ぎると生理や精通が早くなり過ぎます。まだまだ精神的に未熟で心の準備が出来ていない小学校2年生や3年生で生理になり、自傷行為を繰り返すようになる例が増加しています。

### 牛乳

牛乳はカルシウムが豊富で丈夫な歯や骨をつくるために学校でも毎日給食で飲まされます。しかし牛乳のカルシウムが粒が大きすぎて人間は吸収できません。

牛乳に含まれるたんぱく質（ $\alpha$ 型ガゼイン）は人間には消化できないので、未消化物質として腸内にたまり、便秘や下痢、アレルギー、副鼻腔炎、中耳炎、頭痛、慢性関節リウマチなどを引き起こすとされています。

牛乳にレモン汁を入れるとヨーグルトの塊のような物質が出来ますが、牛乳が胃酸と反応すると、もっと固い粘着質な蛋白質が生じます。これはカードと呼ばれ、栄養素の吸収を阻害します。ビタミン、ミネラル、特に鉄の吸収を妨げます。

### 骨折

牛乳を飲めば飲むほど栄養素の吸収は阻害されます。そして牛乳を飲んでもカルシウムは吸収できません。手や指を疲労骨折する小学生が増えています。日本人は昔からカルシウムを小魚等から摂取していました。牛乳からカルシウムを摂ろうとせず、小魚から摂取するようにしましょう。

### 女性化乳房

中国では男性の乳房が膨らむという症状が増えており、美容整形で乳房を切除することが流行しているそうです。牛乳は、子どもを出産した雌牛から生産されるわけですが、長く牛乳をださせるために、雌牛も女性ホルモンを投与します。投与された女性ホルモンは牛乳に残留しますから、牛乳や乳製品に残留した女性ホルモン剤が女性化乳房の原因と考えられます。

手術の前に牛乳を飲むのをやめたほうが良いです。

## 現代の小麦

パンや麺類など、小麦を使った食べ物は非常に人気があります。

しかし現代の小麦は遺伝子組み換えを繰り返した末、昔の小麦とは大きく異なったものになっていて、非常に消化しにくいものとなっています。

## グルテン

小麦は水を加えて練っていくと、強い粘り気ができます。この粘り気をつくっているのがグルテンというたんぱく質です。グルテンは腸の内壁にへばりつき、腸壁を傷つけて、リーキーガット症候群を引き起こします。（リーキーガット症候群については後述します）また未消化のグルテンは体内で異物とみなされ攻撃対象となります。小麦のグルテンの一種であるグリアジングリアジンは小脳の一部のアミノ酸配列と非常に似ており、人の体内で異物を排除するために出来る抗体が、自らの小脳を攻撃します。グルテンのアミノ酸配列に似た構造を持つのは、小脳だけでなく、甲状腺や卵巣、精巣、すい臓、胃、心臓、骨など多岐にわたります。

## 残留農薬

小麦の遺伝子組み換えは除草剤耐性をつけるために繰り返し行われました。そのため本来の小麦の遺伝子とは大きく異なるものとなっています。（しかし、そもそも小麦の遺伝子組み換えを始めたのは日本です。）そして常に除草剤を使って栽培されるので、特に輸入小麦は残留農薬が怖いのです。

## スナック菓子・おやつ

スーパーで売っているスナック菓子や、赤ちゃん用のおやつにも遺伝子組み換えの小麦が使われていることが多いです。あかちゃんのおやつは大きく切ったスルメイカが良いです。甘い物は食べさせないようにしましょう。

## 質の悪い油

人の細胞膜は脂質で出来ています。つまり私たちが毎日摂る油（脂）から出来ているのです。質の良い油（脂）を摂取することが大切です。

人の細胞にはミトコンドリアという別の生き物が住んでいます。ミトコンドリアの主な働きはエネルギー生産や細胞内カルシウムイオン濃度の調整など、人が生きていくために非常に重要な働きをしています。

私たちが質の悪い油を摂ると、細胞膜は固くなります。固い細胞膜の中ではミトコンドリアは呼吸できなくなります。呼吸できなくなったミトコンドリアが変化すると細胞は癌化します。

これが癌になるメカニズムです。

質の良い油（脂）を摂ることが重要です。

## 植物油

広く売られているキャノーラ油などの植物油は遺伝子組み換え作物が原料であることと、添加物を使った溶剤抽出法でつくられる場合が多いことから、使わない方が良いです。

無農薬栽培されたオリーブやごまを使い、圧搾抽出したものを選んでください。

## トランス脂肪酸

マーガリンやコーヒーフレッシュに使われているトランス脂肪酸は別名食べるプラスチックと呼ばれています。これは絶対に避けた方が良い脂で、ヨーロッパでは禁止されています。

## 油と脂

この二つの違いは常温で液体か固体化という点にあります。

人の身体に合っているのは脂のほうです。思春期でニキビがひどいお子さんは、油をバターやラードのような脂に変えるだけで改善されます。グラスフェッド牛のミルクや放牧豚が原料のラードだとより良いです。

## 甘い物

甘い物（精製糖や精製されていない甘味料も含む）を食べると急激に血糖値が上がり、その後に急激に血糖値が下がる反応性低血糖を引き起こします。甘い物の摂りすぎは肥満や糖尿病を引き起こすだけではありません。冷え性、ふるえ、神経過敏、キレやすい、忘れっぽい、絶えず悩む、精神混乱など、心身に影響を及ぼします。

荒れている中学校の生徒に甘い物を控えさせると、精神が安定し、成績向上が見られたという報告があります。甘い物は中毒となり、その人の精神を混乱させます。

# 子どもの成長

## 骨

幼児は大人と比べて軟骨の部分が大きく、骨の数も多いです。子どもの身体は軟らかく怪我をしにくいのはこのためです。成長するにしたがって、骨は強く太くなり、軟骨の部分が骨に変わっていきます。手の骨も4歳くらいではまだ出来上がっていない部分がありますから、重い物は持たせないでください。足の骨も同様です。最近は靴のメーカーが「足固め」等という言葉を使って、1歳児から靴を履かせるように勧めますがトンデモない話です。足の成長を妨げるどころか変形させてしまうかもしれません。

6歳くらいで踊りのバレエを習っている子どもの中には足が変形した子もいます。

小学生で少年野球の天才ピッチャーと呼ばれた子は中学生になるころには、利き腕の方が長くなっている子もいます。

小さな頃は動きが直線的で、同じ方向にばかり動かす運動は避けましょう。

できるだけ全身を使った運動をさせてあげましょう。

## 免疫システムも成長します

子どもが成長するにしたがって、免疫システムも同様に成長していきます。

最初はお母さんからもらった免疫で守られているのですが、様々なものに触れ、様々な菌やウイルスに接触することによって、免疫も鍛えられます。

免疫には5種類ありますが、皮膚や粘液に警官のようにパトロールしている1番目の免疫が、口や鼻、或いは目から入ってきた菌やウイルスと最初に闘います。そしてどんな戦い方をすれば良いのか情報を送り、その情報は蓄積されていきます。

1番目の免疫が敵をやっつけられなかった時は、2番目の免疫に、その情報が送られます。こうやって人の免疫は、様々なウイルスや菌と出会うことによって強く成長していくのです。

## 除菌・消毒

アルコール消毒などで常に皮膚を消毒したり除菌したり、気を付けている方は、自分の皮膚上にいる免疫細胞も殺菌しています。普通であれば、何かの菌やウイルスが皮膚に付着したとしても、自分の免疫細胞が退治してくれるのですが、アルコール消毒をしていると免疫細胞を失っているため、

外部からの菌やウイルスを退治することなく体内に入れることになってしまいます。  
神経質に手を洗ったり消毒をしたりしている人のほうが感染症にかかりやすいのはこのためです。

### 合成洗濯洗剤

合成洗剤で洗った衣服は、皮膚の上にいる免疫を殺してしまう事がわかっています。

### 界面活性剤

食器用洗剤やシャンプーなどに含まれている界面活性剤は、皮膚のバリアを破壊して体内に侵入します。これを皮下吸収といいます。皮下吸収された化学物質は鉄壁の要塞と呼ばれ、赤ちゃんを固くガードしている子宮内にも侵入します。

### 子どもはみんなリーキーガット

子どもの腸は未熟です。腸壁には沢山の穴が開いた状態です。穴がしっかりと塞ぐまでは異物の混入があってはなりません。未消化のたんぱく質が腸の穴から血液中に侵入すると、アレルギーを始め様々な疾患があらわれます。

何が言いたいのかというと、腸が発達していない状態で離乳食の開始は危険だということです。

詳しくは離乳食の解説を読んでください。

生き物はその食性にあった食べ方をしないと病気になってしまいます。人の食性とは、人はどんなものを食べるのが自然なのでしょう。



# 予防接種

予防接種は目的とするウイルスを弱めたものを、健康な体に注射などで摂取させることによって抗体を作ろうというものです。意図的に感染させるということです。

免疫のところでお話をしましたが、自然な感染では、ウイルスは粘液の部分から侵入してきます。そして人間の免疫が鍛えられるのは、ウイルスや菌と最初に闘った免疫の情報があるからです。

予防接種はいきなり皮膚を突き破って体内に侵入してきますから、2番目の免疫は何の情報もないウイルスといきなり戦う羽目になります。これではまともな闘いはできませんし、まともな抗体は創られません。

## ワクチンの添加物

予防接種の保存性を高め、また効果を高めるためという目的で、様々な物が添加されています。

- ウイルス
- 水銀
- アルミニウム
- 界面活性剤
- 抗生物質
- 動物の細胞

ワクチンを製造するために使用する動物由来のものにグリホサート（除草剤の成分）が含まれており、それが血液脳関門という脳を守る非常に強い関所を突破し、水銀やアルミニウムなどを脳に送り込みます。

人の身体は電気信号により動いています。脳内に水銀やアルミニウムのような金属の成分が入り込むと、電気信号はまともに送受信できなくなります。

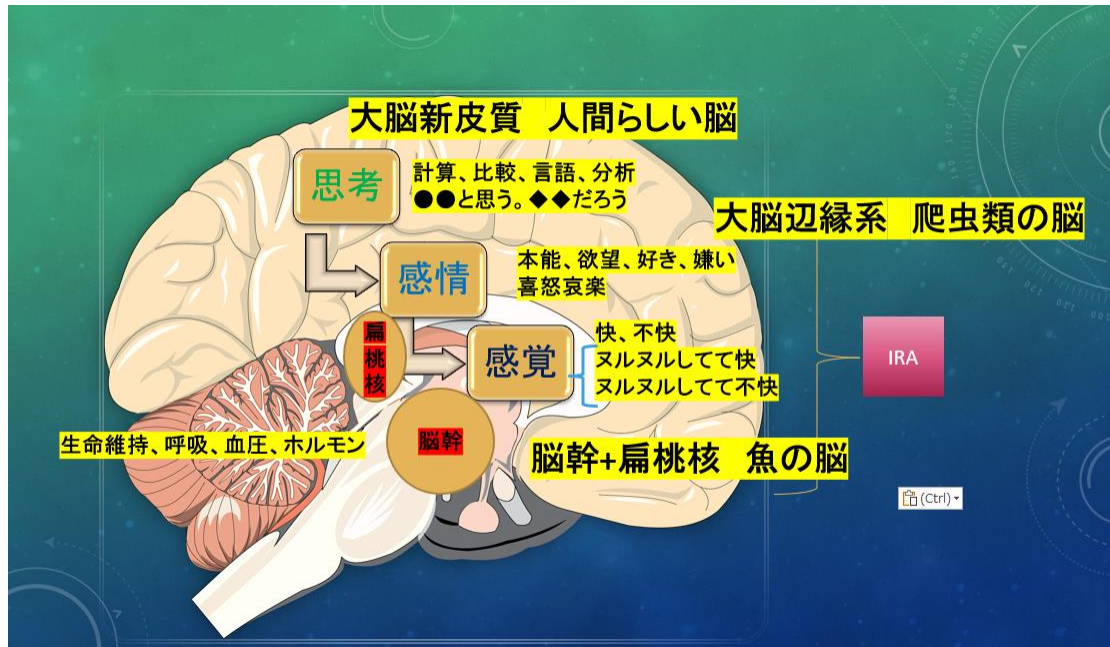
ワクチン被害者の方々の“身体が震えてしまう”“まともに歩けない”等という症状は、ここから考えると当たり前にかかる症状なのです。

また脳内で電気信号を妨害するということは、まともな思考が出来なくなるということでもあります。発達障害や自閉症などの増加は予防接種が一因ではないかと言われています。

予防接種は慎重に考えてください。

# 知性の発達

感覚→感情→思考の順に発達する



こちらは脳の断面図です。

脳の一番外側にあるのが大脳新皮質。

計算や言語を操る部分で、人間らしい脳と呼ばれています。

その内側にあるのが大脳辺縁系、本能や欲望、好き嫌いなど感情を司る部分で、爬虫類の脳と呼ばれています。

そして一番内側が脳幹+扁桃核。ここは生命維持の場所です。呼吸や血圧、ホルモンなどをコントロールする場所で、快・不快など感覚を司る部分です。

あかちゃんは感覚のみ、快・不快を訴えるだけの状態で生まれてきます。耳は聞こえていますが、目は見えていません。お母さんのおなかの中は暗くて暖かい場所だったのに、突然明るくて寒い場所に出て来て非常に不快な状態です。

段々と目が見えるようになり、ちょうど 30 センチくらいの距離が見えるようになります。お乳を飲ませているママの顔が見えるくらいの距離です。

いつも優しく微笑んでくれるママの顔を見て、“笑う”ことを覚えます。感情が育ってきたということです。

そして4か月くらいになると手を動かすようになります。

この時、あかちゃんは前頭葉の思考を司る部分で、どうやって手を動かそうかと考えています。その思考は運動野に送られ、手を動かすという事を覚えます。

あかちゃんの脳は、感覚→感情→思考の順で発達してゆきます。

つまり思考力は感覚と感情を土台としてその上に育つということです。

生まれたばかりの頃、感覚のみの世界で生きているあかちゃんは触れることが一番大切です。

ママのおなかの中にいた頃から、耳は聞こえていますから、語り掛けることも大切です。

2歳くらいになるまでは、テレビやパソコンから流れてくる人の声は、人の声だと認識できません。

ママやパパ、家族の語りかけが大切なのです。

紙おむつでは、おしっこが出た時の心地悪さが解りません。

今は小学校へ入学する直前まで、おむつが外せない子がいます。

これも感覚が育っていない証拠です。

忙しさに紛れて、子どもが自分でやれるまで待てないママが増えています。

可愛がり過ぎて、ママが全て先回りをしてやってしまい、子どもの感覚が育っていないことが目につきます。

### 発達障害の子を育てたママの共通点

発達障害と言われるお子さんを沢山見て来ました。

お母さんにお話を聞くと共通点がいくつかあります。

- 乳児期に誰かに預けていて、どんな風に育ったのか解らない。
- ベビーサークルや歩行器に入れていた。
- 本の読み聞かせをせず、テレビやタブレットに任せていた。
- 子どもが騒ぐ度に甘い物を与えていた。
- 一緒に数をかぞえた経験がない。
- 子どもにやらせず、何もかも自分が先回りしてやっていた。
- 5～6歳になるまでベビーカーに乗せていた

人の脳細胞は生まれた時が一番多く、その後は減少する一方です。ですが、五感から入ってくる刺激と、運動をすることで、脳内のシナプスが繋がり、何度も同じことをするたびに、その繋がりは太くなります。

子どもの成長に合わせて、親子で一緒に家事をしたり遊んだりして、熱い冷たい、重い軽い、速い遅い等の感覚や、楽しいこと悲しいこと怒ることなど喜怒哀楽を経験させること、運動を十分させることが子どもの脳の発達を助けます。

## 10 歳までが勝負です

10 歳までと厳密に区切るわけではないのですが、概ね 10 歳くらいで脳は切り替わっていきます。そして思春期に入ると、脳はそれまでと変わります。

何でも受け入れられる脳ではなくなります。

感覚と感情が豊かに育つ時期は終わってしまって、次のステージ入ります。

ということは、10 歳までに様々な経験をさせて、感覚と感情を育てなければダメということです。

感覚と感情の部分が小さいままになってしまいます。

思春期以降はそこを土台として思考力が育っていきます。

経験不足で小さな土台のままになってしまったら、その上には小さな思考力しか乗せられません。

頭の良い人悪い人、もちろん生まれ持ったものも大きいのですが、10 歳までの親の接し方が子どもの未来を左右します。

しかし気負う必要はないのです。

一緒に自然の中で遊びましょう！

川の水の冷たさや、春や秋の木々の美しさを共に楽しみましょう。

いろいろな場所に行って、一緒に身体を動かして、いろいろな感覚を経験し、感情を爆発させましょう！

楽しいことだけではダメなのですよ。悔しい思いもさせましょう。悲しくて泣くことがあるほうが良いのです。

薄っぺらい感情しか持たない人は思考も薄っぺらいのです。いろいろな経験をさせて、優しくて芯があり、誰からも頼られる素晴らしい大人に育てていきましょう。

# 世の中をみよう

幸せな大人になるためには、社会の仕組みを知ることが必要です。何故憎み合うのか、何故戦争が起こるのか。客観的に見る事ができるようにならないといけません。

社会を動かしている人たちの思惑に嵌らないためにも、インターネットの情報ではなく、読書をたくさんすることが必要です。

子どもを守るママやパパは、何か社会で問題が起きたときは、つぎの点に注意して自分で判断を下すようにしてください。

- その問題が何故始まったのか、歴史を調べる。
- 賛否両論を調べる
- お金の流れを見る
- その問題に出てくる人物について調べる
- 最後に自分で判断する。

これらをインターネットで調べようとしてはなりません。

インターネットは情報操作されています。

ひとつの問題について、複数の著者の本を読んでください。

インターネットは人物を調べる時に活用しましょう。

たとえば、アメリカでトヨタ車に対してリコールの嵐が吹き荒れた時、トヨタ車に不利な検証結果を提出した大学は、トヨタとはライバルの自動車メーカーとつながりがある大学だったのです。

大学教授や学生の卒業後の進路や活動などを調べると、それらが浮かび上がってくるのです。

お金の流れを見ることも大切です。

たとえ本当のことは解らないとしても、お金や物資がどう流れているのかを調べて、考えることが必要です。

ロシア・ウクライナ戦争が続いていますが、アメリカがウクライナへ供与した兵器をロシア側が使っていることが報道されました。

戦争をしている相手の国へ兵器が渡る…。

何かがオカシイですね。

戦争だけでなく、株価の変動、ファッション、今流行していること、そして新しく世の中に現れた概念、新しい言葉、これらは意図的に操作されているので、注意が必要です。

# 生活力

## お金の話

子どもに生活力を持ってもらうことは、とても大切です。  
しかし、生活力 = お金と思うと手痛い失敗を経験します。

物価が上がると生活しにくくなったと思いますよね。

そして必死でお金を稼ごうとします。

しかし少し発想を変えてみてください。

物価が上がるのではなくて、お金の価値が下がっているということなのです。

昨年、リンゴ1つが100円で、今年は120円になったとすると、リンゴ1つの価値は変わらない筈ですよね。リンゴはリンゴですから。しかし同じものを買うのに、よりたくさんお金が必要だとすると、お金の価値が下がったのです。

お金の性質として、年々、少しずつインフレ状態になるのが正常です。

つまり少しずつ物価が上がる = お金の価値が下がっていくのです。

ということは、何年間も貯金をしておくと、貯金をした当時と同じものは買えなくなるのです。

それならば、お金がある時に何か他に、価値を生み出すもの = 資産に変えておく方が良いのです。

例えば、田舎なら、梅の木や柿の木を植える。梅や柿は日本の気候に合っているので、殆ど世話をせず、毎年毎年新たな価値をうみだしてくれます。都会なら駐車場を買う、コインランドリーを設置するなどでしょうか。

「持てるものは更に与えられ、持たざるものは持っているものさえ全て奪われる」

これは聖書に書いてある言葉ですが、これは真理です。

お金を追いかけるのではなくて、新たな価値を創造するものにお金をかけることが正しいのです。