

「発達障がいをなくすのは夢じゃない」セミナーをレポート！

発達障がいを、毎日の食と農、通い合う心でなくすことができる可能性がある……。そんな夢と希望にあふれたセミナーが、去る7月21日(日)、東京医科歯科大学M&Dタワーで開催されました。当日は、医療や食などさまざまな分野のスペシャリストが登場。今回のテーマに関心を寄せる約100人が参加し、貴重な話の数々に熱心に聞き入り、大変意義のあるセミナーとなりました。

「多くの人にこの現実を知らせたい」との思いで本セミナーの開催へ

「私が今回のセミナーのいいだしついで」
とにこやかに話すのは、「医食同源米」の開発者である東京農業大学客員教授の雑賀慶二先生。以前、脳の研究者から「障がい児に一番よく効くのは食べるもの、特に米」といわれたことや、島根県出雲市で障がい児を支援する「古民家ゆめの森こども園」を運営する前島由美さんと出会い、「あらためて発達障がい児にとって大切なのは、食と暮らす環境だとわかった」と話しました。

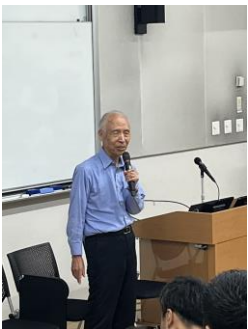
また「私は自分の目で確かめないと気がすまない現場主義者」と実際に現地へ赴き、子どもたちやスタッフが一緒にあって畑や鶏の世話をしながら暮らすのを見て「ここは縄文や」と感動したとも。さらに「ゆめの森こども園」での暮らしで発達障がいを克服した子どもたちから、ここに至るまでに苦労した話や未来への希望を聞き、「少しでも多くの人にこの現実を知ってもらいたい、話を聞いてもらうべきだと感じた」と今回の開催に至った思いを話しました。雑賀先生の熱意のこもった言葉に、参加者の中にはうなずきながら涙ぐむ人もいました。

体が元気になるだけではなく子どものイライラ、パニックまで変化があったことに驚きました。ミネラルが精神や神経に影響することはまだまだ知られていないと感じました」と話し、「ミネラルハートプロジェクト」を立ち上げて教育の現場などでミネラルの大切さを伝える活動を行っています。

ミネラルとは5大栄養素のひとつで、酵素の活性化を助けます。国光先生は「特にミネラルは、神経伝達物質であるセロトニンやドーパミンなどを作るのに必要な酵素の働きを助けます。その結果、体に必要な分だけこれらの神経伝達物質を作ります。この神経伝達物質が不足したり多すぎたりすると、発達障がいにつながります」と説明。「実際に、攻撃的な絵を描く発達障がいの子どもに煮干しやこんぶのだしなどミネラル豊富な食事を食べさせたところ、だんだんとパニックがおさまり、握力も出てきて、1年経った頃には幸福感が感じられる絵を描くようになりました」とも。わかりやすく実例を交えた話に参加者もうなずきながら、ミネラルの大切さを実感したようです。



ミネラルがもたらす影響についてイラストでわかりやすく解説



開催への思いを語る雑賀先生

食べるもので未病が予防できる！
医学的な研究成果に興味津々

医療の分野からは、東京医科歯科大学難治疾患研究所未病制御学部門准教授の安達貴弘先生が登場。安達先生は農業から医療まで一体となって持続的な長寿健康社会をめざす「超健康コンソーシアム」の代表も務めています。まずはコンソーシアムの6つの「超」に関するミッションについて触れた後、「超早期の微細な未病の状態であれば食品でも予防治療ができる」としてフードエイドプロジェクトを説明。食を起点とした感染症予防について、牛乳や卵など、身近な食材に感染症の中和抗体があるという話に、「ほお！」と思わず声を出して驚く人も。「未病を防ぐことで健康寿命を伸ばすことができ、その結果労働力が確保でき、

さらに埼玉県食品衛生協会検査センターで120品目のコンビニ弁当や冷凍食品、加工食品を調べたところ、ミネラルが不足していることが判明。「こぼろは生の状態で、100g中に320mg含まれているカリウムが、水煮したら8mgしか含まれていないのです」という話に参加者も驚きの表情です。「最初はふりかけのように魚のだしをかけたり、雑穀ごはんにするだけでいいから腸内環境を整えていきましょう」と国光先生は呼びかけました。

最後に、「古民家ゆめの森こども園」で出会い、毎日の食事で元気を取り戻した子から「まさか毎日の食事が自分の脳と腸に深い関係にあるとは思わなかった」と手紙をもらったことに触れ、「ぜひ心と体のつながりを、皆さんの中に落とし込んでください」と締めくくりました。



ミネラルの大切さを話す国光先生

縄文時代の暮らしを通して
心も体も豊かで健康に、幸福に。
発達障がい児を支援する
「古民家ゆめの森こども園」

次に、一般社団法人「グラントドマザー」代表である前島由美さんが「発達障がいとは環境で改善する」をテーマに講演。

農産物や水産物を利用することで農業や水産業を活性化するといういいことづくめの連鎖に、あらためて未病予防の大切さを実感しました。

また、安達先生は「世界の死因の大半はがんや糖尿病など、非感染性疾患・慢性炎症が原因による」と話し、「特に周産期に炎症を受けると流産や早産になり、発達障がいや自閉症、生活習慣病などが発症しやすくなる。早く発見し、食べ物で免疫をコントロールして予防すればリスクを下げられます」と説明。人の体内にあるIgA抗体は多くの疾患の原因となる炎症を抑えると話し、IgA抗体が欠損したマウスの実験例も発表しました。

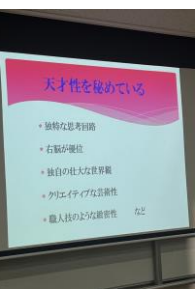
食については特に、昨今の高脂肪食は炎症性のサイトカインを放出することや、アレルギーを抑制する抗体が減少することを説明。味噌や味噌由来の乳酸菌は免疫対応力を向上させ、早産も予防し、未病効果もあることが科学的に証明されていることについても話しました。さらに「玄米にはビタミンやミネラルが多く、特に糠には免疫系機能を活性化させるものがたくさん入っています」とも。普段食べるもので自身の未病予防と健康寿命につながるだけでなく、後世にも大きな影響を与えることは新たな発見でした。

話の前に、まずは前島さんや「ゆめの森こども園」についてイラスト動画で紹介。「1人ひとりに寄り添う丁寧な保育がしたい」と療育アドバイザーとして発達障がい児のサポートを始めたことで知った子どもたちやその家族の苦悩、発達障がい児に処方される薬への疑問、またあるセミナーで「精神の問題は脳内アレルギーが原因」と聞いて「アレルギーなら食で改善できる」と直感し、国光先生とつながって食の改善に取り組んだことなどが紹介されました。さらに「ゆめの森こども園」の創立、どの子も我が子のように抱きしめて向き合うことで徐々に改善されていく子どもたちの模様、どんなに厳しい状況の中でも「子どもたちを支えたい」という気持ちと周囲の人の応援で再び立ち上がったことなどがダイジェストで紹介され、ハンカチで目を押さえながら見入る参加者の様子も見られました。



「ゆめの森こども園」の話にメモを取りながら聞き入る人も見られた

「ゆめの森こども園」は、全国八百万の神が集まる出雲大社の近くにあり、その建屋はすべて天然素材で作られ、土間や囲炉裏がある日本の昔ながらの住空間です。



発達障がいの子は天才性を秘めている

発達障がいの子どもたちはここで暮らし、耕作放棄地で野菜や自然栽培で綿花を育てています。「こうやって衣食住が自然とつながっている中で暮らしていくことで、人の心が豊かになることがよくわかりました」と前島さんは話します。また昨年設立された「医食同源米によって我が国の国難を解決するためのコンソーシアム」の発起人である雑賀先生が「ゆめの森こども園」を訪れたことに触れ、ここの暮らしを見て「ここは縄文や」と言われたことや、子どもたちに対して涙を流しながら「頑張つてな、頑張るんやで」と握手されたことについて、「大きな勇気をいただきました」と話しました。

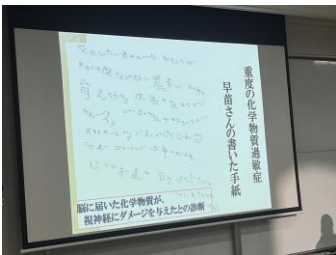
昨年、発達障がいは増加の一途をたどり、「自閉症スペクトラム症」と呼ばれています。「その子どもたちは、どの子も持って生まれた五感が研ぎ澄まされていることによって、いろんなことに敏感に反応してしまい、それを言葉や行動に出してしまうことが今の社会では受け入れられ難い。私たちがその子どもたちの特性を受け止めてあげた時に、子どもたちは大きな才能を発揮します」と前島さんは話し、子どもたちが描いたイラストや切り絵の作品、ギターの演奏動画も披露。その作品に感動し、スマホで写真を撮影する人の姿も見られました。



高脂肪食の危険性について話す安達先生



前島さんは、自ら命を絶つてしまった子どもたちの背景には、向精神薬の影響があったことについても触れ、「化学物質が脳の神経発達に影響を与えている」とも。実際に、薬の投与で化学物質過敏症になった人は特有の文字の見え方になり、書く文字も大きく歪むという特徴があります。「ミネラルをしつかりと吸収できる腸内環境を整えることが大切。それから胚芽米、発酵食、化学的なものを使わず自然農法で作った野菜を摂っていくと、子どもたちは薬も飲まずに元氣になれます」と前島さんは話しました。



化学物質過敏症によって、書く文字が歪んでしまう例

最後に、今後は発達障がいを持つ人たちが当たり前の給料をもらえる場所が必要であると話し、「ゆめの森こども園」にも事業所を立ち上げたことを発表。「大切なことは優しさでつながること。どんな人でも受け入れることができるようになるには、自分自身を受け入れることから始まります」という言葉にうなずく参加者も見られました。

反抗期だったといいます。「中1、2の時は犯行ばかりしていました。最近はやめの森で自分で好きなことをやったり、カラオケに行くこともあり、お金も自分で出すようになって、朝も起きられるようになったからお父さんともいい争うこともない。ご飯食べるときもお互い普通に楽しく話せています」と優羽さん。「お母さんが雑穀を食べさせてくれたんだよね？」という前島さんの問いかけに、「お母さんとお店に行つて、今日はどんな雑穀にする？と一緒に選ぶのが楽しくて、いっぱい食べていました」と話しました。それを受けて、前島さんも「優羽さんはとても腸内環境がよかったです。薬を断つまでの期間は短かったし、他の子に比べてずっと薬にやめられたと思います」と話します。

薬を飲んでいる時は、意識は起きているのに目が開かない、布団から起き上がれないというのが発達障がいの子の特徴。また「飯を食べられなくなって痩せていくとも。「でも優羽くんはよく食べるよね」という前島さんの問いに、「よく食べ…すぎ？」と優羽さん。「金芽米にしたらまずまず食べるようになった。農作業が終わった後、カレーだったらすごい食べちゃう」というユーモアあふれる言葉に、会場は温かい笑いに包まれました。



笑顔で話す加藤優羽さん



「どんなことも愛情を持って抱きしめて受け止めてあげることが大切」と話す前島さん

トークセッションで実感！ 発達障がいの過去・現在・未来

休憩の後は、「ゆめの森こども園」で実際に暮らす浦部志音さんと母親の里奈さん、加藤優羽さんが登場。リモートで「ゆめの森こども園」の仲間ともつなぎ、トークセッションを行いました。司会進行は「医食同源米によって我が国の国難を解決するためのコンソーシアム」の会員であり、前島さんとも親交のある半農半歌手のY a eさんです。

まずは、「ゆめの森こども園」の普段の暮らしを紹介した後、里奈さんが幼少の頃の志音さんについて「3歳の頃から発達障がいが見れ始め、ADHDの診断を受けました」と話し出しました。薬を飲み始めても一向によくなる気配はなく、毎日学校から電話があり、どうしたらいいかわからない日々を過ごしたと

その後、会場の皆さんとの質疑応答が行われました。高校でソーシヤルワーカーをしている方から断薬について「薬は少しずつ減らさないといけないという話を聞きます。夏休みに入ったから一気にやめようということではなく、少しずつ減らしていったのでしょうか？」と質問。前島さんは「夏休みに入る前に、担当医に聞いてもらいますが、どの先生も施設がそれでいいなら構いませんよといわれます。でもただ断薬するだけではダメです。ちゃんと食べなければならぬので、家族と連携を取りながら進めます。中・高校生で長年薬を飲んでいる子は、離脱症状が大きいので、少しずつ進めます」と回答。断薬中の離脱症状も、周囲がしっかりと受け止める大切さについて熱を込めて話しました。

みんなとの温かい関わりと 食生活で自分を取り戻す

最後に、リモートで「ゆめの森こども園」で働く大塚あやのさんが「高校生の時に学校に行けなくなって、保育園時代の先生だった前島さんに相談したところ薬をやめてミネラル補給をして元氣になったという」といわれました。皆さんの温かい関わりで自分を取り戻して、周りの人に感謝ができるようになって。前島さんがどんなときも受け止めてくださいました。今、スタッフとして働かせていただいて7年経ちましたが、これからも感謝の気持ちを忘れずに頑張りたい」と挨拶し、会場からは大きな拍手が送られ、トークセッションは終了しました。

いいです。旦那さんともケンカが絶えず、ついに離婚。里奈さんはシングルマザーで志音さんと弟を育てる決意をし、2人を食べさせるために夜の仕事につきました。下の子は保育園に預けて、志音さんは夜中までずっと1人。志音さんはさみしくて弟をいじめることもあったそうです。

そんな中、前島さんと出会い、志音さんと弟の3人で移住。里奈さん自身も「ゆめの森こども園」で働くことになりました。前島さんは「一番辛かったのは、お母さんが志音さんをかわいと思えない、と言ったことです。ゆめの森でお母さんと志音さんの時間を作ろう、とみんなが話しました」と涙声で話しました。里奈さんも「この子はこんな表情をするんやと思って、かわいいと思えるようになりました」といいます。志音さんも「1人で過ごすことはとてもさみしかったです。ゆめの森に入ったときはお母さんにくつついてばかりでしたが、そのうちみんなであるのも楽しいと思えるようになりました」と自分を振り返りました。

当時、志音さんは、小学校でスズメをいじめたりしていたそうで「小学校の先生は深刻に受け止めてすぐにお母さんへ連絡するけれど、その裏にある子どもの寂しさ、愛情を理解しないとイケません。お母さんと一緒に志音さんについて考えてあげることができる存在が先生たちにいるといいなあと 생각합니다」と前島さんはいいます。「志音さんは園でもうさぎ殺してもいい？」と言ったことがあります



ゆめの森こども園のみなさんがリモートで参加

未来の人々が幸せになる そんな文明に現代人が作り変える

セミナーの締めくくりは、保育界のスペシャリストである汐見稔幸先生がリモートで講演。「今日のような会話は、画的。はじめに安達先生の話があり、米で健康寿命を伸ばそうとしている雑誌さん、国光さんはミネラルの重要性を話し、前島さんたちは広い意味での福祉実践があつて、この4者が違うことをやりながら同じ方向を向いているのが画期的です。それが1つの川の流れのように合流しようとしている。そういう時代を迎えようとしていることを感じました」と最初に話しました。

また「最も大きいのは文明をもう一度作り直さなければいけないというところ。現代は人間ができるだけ楽に、できるだけ大量にできるだけ早く自分の欲求を満たしていく、機械を使っています。そのために膨大な資源を使い、環境を破壊して、大変なことになりつつある」と警笛を鳴らします。その一例として、超高層マンションに生活する現代の人々に触れ

したが、そのときは、いいわけないね！」と笑顔で面白がるように言っただけでした。そのうちにお母さんという時間が増えたおかげで気持ちが安定し、弟だけではなく、園で一番うさぎも猫も、かわいがるようになりました。志音さんの愛のエネルギーが回るようになってきましたね」と笑顔で話す前島さん。今では志音さんにも新しいお父さんができて、「休みの日にはお父さんが釣りに連れて行ってくれる」とうつつむきながらも嬉しそうに話す志音さんの言葉に、会場からはすすり泣く声も聞かれました。



当時の苦悩の日々を振り返る浦部りなさん

雑穀のおかげで腸内環境がよく 断薬もスムーズに乗り越えられた

加藤優羽さんのお母さん、徳子さんもリモートで現地から参加。「優は元気がよくて学校でも呼び出しがあつていろんなことがあつたけど、ゆめの森という場所があつてよかつたと感じています。皆さんによくしてもらつて、ここまでよく成長してくれました」と挨拶。優羽さんが中学生の頃お母さんが再婚し、その頃「高い階に住めば住むほど、異常出産の割合が増えたことがわかりました。人類は長い歴史の中で、土に触れて生きてきましたが、それがどんどん失われてきて、健康が維持できなくなっています」と話し、会場からは驚きの声があちこちから聞かれました。

さらに「障がいを抱えた子どもたちの幸せの見方が今、大きく変わつてあります。自立とは自分ですべてやることではない。人は依存しながら生きていけない。その依存先を身近なところで増やすことが自立です。社会が障がいを抱えた人をみんなで支える時に、その人の能力が発揮されます。こうした社会をもう一度作り直さなければいけない、それが文明の転換です。未来の人も幸せになる文明に変えていく、そのためには私たちが今、足元を見つめ直してやっていくことが大切」と締めくくり、会場からは絶え間ない拍手が送られました



リモート出演の汐見先生と登壇者の皆さんで記念撮影

【取材を終えて】
食と医療、発達障がい支援の最前線で活躍する方々の話を聞いて、食と心のつながりて未来は本当に変わる、幸せになると実感。自分ができることも始めていきたいと強く思いました！