

赤ちゃんのハイハイと動きのリズム

前号で、赤ちゃんのリズム感が身体の動きによってつくられるということを述べました。このことは、歩行の成り立ちだけではなく将来にも関係する大切な意味を持っているというのが今回のテーマです。運動の中でも最も基本となる、しかも早く獲得しなければならないのが歩行運動です。リズム感は音楽や言葉とともに、歩行にも関係するわけですが、リズム感がこのように広く人間の機能に関係する理由は、歩行が人間にとって最も基盤となる「移動運動」であるからです。

前回でも少し触れましたが、哺乳動物の本能としての移動運動は、かなり強力な欲求として発揮されます。それは、生きるために必要な本能であって、食べることや身の危険から逃れることなどに関係しているからです。もちろん、人間の赤ちゃんにとっては、こうした心配はいらなわけですが、多くの生命機序が遺伝的には他の動物と共通している以上、人間の本能も決して弱くはないといえます。逆に、これらが発揮されないと大変なことになることは想像できますよね。歩行は、単なる「動くこと」ではなく、「何かのために動くこと」が基本だからです。一つ補足させてもらうならば、人間の赤ちゃんにとっての歩行する一番の理由は「脳の発達を促す」ことであるともいえます（このことは、別の機会に触れることにします）。

その移動運動としての歩行に向かう運動発達では、いくつかの段階があることは誰もが感じていることでしょう。最初に思い浮かべるのはハイハイですね。このハイハイは、リズム感を歩行運動へと導く上で重要な動きを示します。赤ちゃんのハイハイの時期には興味深い現象が数多く見られますが、その一つがリズム感による運動形成です。ハイハイでの手と足のリズムはどうなっているのかというと、まず手と足の動きが同じタイミングで動かすことはないということです。両手どうし、両足どうし、そして手と足を動かすリズムに微妙なズレがあることが分か

ります。このズレはハイハイの前段階で、赤ちゃんが示す手足の「バタバタ」の様子からも既に見ることがができます。

大人が赤ちゃんをあやす時に、リズムカルな声を出し何かのリズムカルな動きを示しますが、その時に赤ちゃんは「模倣反射」を起こし、同じような動きをしようとします。そこで、基本的なリズムに合わせて、動こうとするわけですが、なかなかうまくいかず、バラついた感じになります。よく観察してみると、手や足の動きか、または「あー」とか「うー」といった声を出すリズムのズレに気がつくはず

です。それでも基本となるリズムは何となく身につけていても（これは特に手の動きに見られますが…）、そのリズムとは別の、いろいろな時間的にバラつく動きが複雑に絡み合いながら、混在して表れてきます。このような、基本のリズムをつかむだけではなく、ランダムに見えるようなリズムによる動きや声出しを含めながら、全体として学ぶことが将来の複雑な動きを覚えることに役立つこととなります。こうして、正確と不正確なリズム感の混ぜ合わせが、やがて高度な動き、つまり状況に適應できる動きの土台となり、この学習がハイハイと歩行で経験することになるわけです。ぎこちない動きは、未熟であるとともに、根本的には将来の運動発達の間では積極的な意味を持つこととなります。

