

にじくみだより

第26号 平成30年 6月 15日

においを嗅げ！ (園長)

みなさんこんにちは！不定期通信・にじくみだよりでございます。よろしくお願ひします！

嗅覚ってなんだろう？

みなさん、におい、嗅いでますか？

あさひこ幼稚園では、「五感による直接体験を大切に」と、繰り返し伝えていきます。

人間が何かを自分の体に頭に「入力」することは、「五感」以外ではできないからです。

※でも、補足すると、人間の感覚は、細かくもったくさんの種類があるとされています。「内臓感覚」「温度を感じる感覚」「平衡感覚」「空間を把握する感覚」などです。またいわゆる触覚も、もっと細かく分類する必要があるとされています。興味のある方は調べてみてください！五感という概念は、アリストテレスの時代に生まれた古いものですが、それこそざっくりとした概念で認識するためには、このくらいで間違いないかなと思いますので、その表現を使っています。

五感とは、視覚、聴覚、味覚、触覚、嗅覚ですね。

その中でも、視覚・聴覚はわかりやすいですね。

寝ているとき以外、大体「見て」いるし、「聴いて」いる。人間は言葉の生き物ですから、文字を読んだり話を聞いたり。たくさんしています。

味覚も、毎日ご飯を食べていますから、意識することは多いはず。

触覚もですね。服の着心地、子どもの肌。常々、「触れて」います。余談ですが、子育て中って子どもをいっぱい触りますよね。たぶん、人生でこんなに人間を触る時期、もう訪れないんだろうなあと思います。

ところが嗅覚となると。

普段、ほかの感覚と比べると、あまり意識されていない感覚じゃないですか？5つしかない感覚のひとつなのに。

実はこの嗅覚、「最も謎に包まれた人間の感覚」とも呼ばれており、いまだによくわかっていないことが多いのです。

そんな中でも、2004年には、嗅覚の仕組みを一部解明した科学者に、ノーベル医学生理学賞が贈られるなど、だんだんといろいろなことが解明しているのです。

たとえば、嗅覚は視覚や聴覚に比べると、記憶を呼び起こす作用が強いこと。嗅覚が脳の記憶や感情などをつかさどる部位を直接刺激することなどで。

なんとなく、それはわかる気がします。

嗅覚の果たす役割とは、例えば、食べ物が腐っていないか、そもそもそれが食べられるものかどうか口に入れる前に確かめるとか、あとは見えないものを感じたり、「雨が降りそうだな」「海が近いな」なんて予感したりするものです。

見えないものを感じることから、雰囲気を感じる、という表現にもつながりやすく、だから刑事ドラマやおしりたんていが「フォーム、においますね」なんて言ったり、マンガ「ジョジョの奇妙な冒険」第一部でスピードワゴンさんが「悪い人間と良い人間の区別は『におい』で分かる！こいつはくせえッー！」と名台詞を吐いたりすることになるわけです。

においは、経験や記憶と結びつき、近いにおいを嗅いだとき、「だからこれは食べないな」「あの時はひどい目にあつたな」「これは気をつけなきゃ」「このタバコにおい…(昔の彼氏を思い出す)」となるわけです。

人間で言うと、ガスがガスくさいのは、あれはあえてにおいがつけられているのです。本来ガスは無臭です。危険なものにおいをつけることで「危険っぽいにおい」を記憶させ、「ガスくさいぞ！」と認識させるためにそうしているのです。かっこいい人間。

おそらく、人間以外の生き物にとって、「嗅覚」は非常に重要なものであり、生き死にを分ける感覚でしょう。「野生下」にいるからです。でも、人間は

文明化するうちに、嗅覚をさほど必要としなくなったのかもしれませんが。ヘビやヤギ、ウマなどには「ヤコブソン器官」というにおい(正確にはにおいみたいなもの)を感じる器官があります。ヘビが舌を出し入れしたり、ウマが歯をむき出ししたりしているのは、ヤコブソン器官におい物質を運ぶためです。この器官、人間にもあるのですが胎児期に退化して、なくなってしまうのです。

しかし、五感のうちひとつである嗅覚が、不要のものであるとか、重要でないとか、僕は思うことができません。

昔、赤福とかいろいろなもの「賞味期限の偽装問題」がニュースになったときのことを覚えていますか？

僕はよく覚えています。なぜかという「なんてバカらしい！」と思ったからです。

もちろん偽装はいけないことです！それにしても、偽装に対する「信じて食べてたのに」みたいな反応に、すごく違和感があったのです。

僕は、賞味期限というものを、ほぼ参考にしません。「食べ物が食えるかどうか」の判断を、印字された「賞味期限 何日まで」という「文字の表記」に頼らねばいけなくて、なんて、なんて弱い生き物でしょう！そんなことまで視覚と伝達情報に頼らなければいけなくて！と思うのです。

賞味期限なんて気にするより、においを嗅げばいいのです。それで判断すればいいのです。そのほうが、ずっと、強くてしなやかで健やかな、生き物だと思います。

さて、みなさんと、みなさんのお子さんは、においを嗅いでいますか？

なぜかはわかりませんが、文明的な社会、文化的な暮らしの中では、「においを嗅ぐ」というのは、「はしたない」「下品」な行為だとされがちです。なぜかわかりませんが、レストランで、出てくるメニュー全部をくんかくんかと嗅いでいたら、「なにあいつ」って思われてしまうでしょう。

でも不思議ですよ。ワインなどは香りを楽しむものと言われ、ワインの種類によってグラスのふくらみまで変えて、その香りを楽しめるように作られているのに。

これは文化の違いってことになるのでしょうか。ただの固定概念だといえはその通りだと思うのですが。

ちなみに僕が宇宙一好きな食べ物はラーメンですが、ラーメンを食べる時の「麺をすする」という行為は、日本以外の大体の国で「文化的に下品な行為」とされています。音を立てるのは、特に。そんな影響か、最近は、麺をすすれない日本人も増えているそうです。ですが、ラーメンというのは、麺にスープを絡めて持ち上げ口に入れるとともに、スープから香るその強烈な芳香を楽しむものです。ラーメンを食べる際に麺をすする食べ方は「すする際に麺とスープからにおい成分が同時に持ち上がり、それが鼻腔に入りながら食べられる」ため、すすらずに食べたときよりずっとおいしく感じると言われています。ラーメンを食べる際、一度違いを試してみてください。

そんな風に、文化によって「においをどう扱うか」は変わってくるのですが、子どもの社会は、大人のように「文化」をベースにしなくてもいいんじゃないか、と僕は思っています。もっと、動物的で生物的で原始的であっていい。

僕は、子どもはもっとにおいを嗅ぐべきだと思っています。おりを見て、においを嗅いでほしい。五感のひとつ、嗅覚に、もっともっと豊かな入力があったほうがいい。それらがたくさんの記憶と結びついてほしい。土のにおい、山のにおい、木のにおい、泥のにおい。いろんな自然界のにおいと、そこで遊んだ楽しい記憶が結びついてくれたらいい。友だちと作ったカレーのにおい。先生と摘んだヨモギのにおい。みんなで植えたナスの苗のにおい。どれもこれも、いっぱい嗅いで、入力したことを、脳の記憶領域に刻み込んでおいてほしいな、と思います。(靴下のにおい等を嗅ぐことも含みます)

大きくなってから、いろんなにおいに対し、自然と、幸せな感情が呼び覚まされるんじゃないかな、と、期待しています。

※もっと言うと、本当は大人もおいを嗅いだほうが良いと思っています。嗅覚は20代がピークで、どんどん衰えていくなると言われています。嗅覚の衰えは、「食欲不振」「外出が面倒」「元気が出ない」「人づき合いがいやだ」という心身の不調につながるという指摘もあります。兵庫医科大学耳鼻咽喉科准教授の都築建三先生によると、嗅覚が衰えることで食欲不振が起り、筋肉量の低下や虚弱体質へとつながる、と言っています。さらに朝のにおい、夜のにおい、雨のにおいなどが感じられないことによって、時間・空間を認識する機能も低下。最終的にうつ状態になってしまう人もいます。そんな中、嗅覚の回復のためには、「犬になったつもりで、なんでも嗅いでみる」ことが、効果があるようです。日常生活の中で身の回りのにおいを「何のにおいか意識しながら嗅ぐ」ことで、嗅覚の回復につながるそうです。

偽物はいらない？

ところが、嗅覚には、悲しいこともあるんですよ。これは僕が若いころ、青春18きっぷで北海道を旅していたときのこと。有名な富良野のラベンダー畑を訪れました。目の前に広がる広大なラベンダー畑。美しい光景です。ところが、その香りを嗅いだとき、僕は直感してしまったのです。「トイレのにおいだ」

芳香剤として、僕が子どものころから、自宅で、お店で、学校で、いろいろなところのトイレで使われていた「ラベンダーの香り」。それは香料によって作られた、「偽物の香り」。しかし、僕は美しい本物のラベンダー畑を前にして、「これはトイレのにおいだ」と認識してしまったのです。

それはとてもショックでした。そこから、僕は「偽物のにおい」に意識が向くようになりました。本物ではない偽物を嗅覚で感じ記憶してしまうことは、美しいラベンダーをトイレと認識させる。それは不幸なことです。

その経験があったので、あさひこ幼稚園に自分が就職したあとも、トイレに芳香剤があるのが嫌で、「これこれこういう理由で、芳香剤はやめましょう！」と言っていました。まだ若造だったし、たぶん言い方が悪かったので、当時の先生たちには反感を買ったと思います。反省しています。移転前のあさひこのトイレは、今と比べ物にならないくらい、くさかったですし！くさいことで、トイレが苦手だと感じる子もいて、そのために芳香剤を置いていたという理由もありました。ですがそれでもやっぱり、「トイレはトイレのにおいがしているべき」だと思っています。だって、それが本物ですから。薔薇の木に薔薇の花が咲くように、トイレにはトイレのにおいがいちばん、ふさわしい。

なんでも、「消臭」することが文化的。においのすることは恥ずかしいこと、不快なこと。不快なおいは人工的な強いにおいで上書きする。中高生が、いや小学生すら、制汗スプレーを持ち歩く現状。それは、人間がどんどん自然から離れ、嗅覚がもたらす豊かさを失っていくことだと、僕は思っています。…まあ、くさいものはくさいけど。それはわかるけど！（これでも園長になってから、ラーメンのニンニクは控えめにするようにしました。努力努力）

だから、あさひこ幼稚園では「偽物のにおい」がするものはできるだけ避けています。芳香剤をやめ、洗剤は無香料のもの（それが一番安い）にしています。石鹸だけはちょっと香料が入っていますが…（でもそんな派手なおいではありません。大量に消費するゆえに、やはり香料がちょっと入っていても安価な物がよく…！そのうち変えます、いいのあったら教えてください）

しかし、たまにですが、ちょっと気になることがあります。それは、子どもから香るにおいです。

「香害」という言葉があります。個人的には、誰かを責めることになるような言葉はあまり好きではありませんが、端的に表した言葉ではあると思います。それは、香水・香りつき洗濯洗剤・柔軟剤などの香料に含まれる成分によって、頭痛やアレルギーなどの症状が起ることを指しています。それは、好みの問題であったり、心理的なものであったりもしますが、人によっては化学物質過敏症（という病気があるのかどうかはまだ不明です

ので、正しくは「化学物質過敏症といわれるような症状」の症状を引き起こしたり、喘息症状につながることもあるようです。実際は、単純においが不快に感じられ、体調不良になることが多いようですが、「神経質な人が気にしているだけ」とは言えない状況も生まれているようです。

そんな、人工的な香料の強いにおいが、子ども（の衣服）から感じられることがあるのです。おそらく、洗剤か、柔軟剤でしょうか。正直、これは、もったいないな、と思います。人工的なにおい、つまりは偽物のにおいは、子どもが、嗅覚を豊かに使い、本物のにおい（それは、「わずかににおう」くらいのものももちろん含みます）をたくさん感じている生活の中、強いにおいでそれを阻害してしまいます。トイレに置くラベンダーの芳香剤のように。

また、上記のように、少数ではあってもある特定の人に対しては、健康的な被害を生んでしまう場合もあります。園生活でのにおいもそうですし、例えば、子どもの荷物に紛れていた友達の衣服を、良かれと思って洗濯して返したら、健康的に悪影響を与えてしまった…となったら、悲しいですね。

だから僕は、こういったにおいのする、においの強い成分が入った洗剤・柔軟剤は、できるだけ避けたいのでは…と思っています。

嗅覚の難しいことのひとつに、「慣れが早い」という性質があります。記憶領域と結びついて残るけれど、日常的に嗅いでいるにおいについては、鈍感になるのです。あさひこ幼稚園に初めてきた人は、「木のにおいがいいですね！」と言います。しかし、僕らはもうそのにおいに気づくことができません。そのように、おそらく、強めのにおいの香水・香料を使っていると、本人や、同じようなものを使っている人は、それをさほど強くと感じなくなります。なので、上記のような「香害」と呼ばれるような状況が起ってしまうのでは、と思います。

好きなにおいがあることは、恥ずかしいことではありません。それは個人によって違うものです。なので、まったく否定はしませんが、上記のいくつかの理由で、幼稚園の子どもたちには、人工的なにおい成分は避けてあげたほうがいいんじゃないかなあ、と思います。

「香りという無限の組み合わせを感じる嗅覚というものは、動物をそれ自体で喜ばすものである」というのは、レオナルド・ダ・ヴィンチの言葉です。まだ科学的に嗅覚の仕組みがよくわかっていなかった時代に、実在的な言葉だなあと思います。さすがレオ様。そう、嗅覚は、実は人間という動物が生きていくうえで「生死を分ける重要なもの」ではなくなってしまったのかもしれませんが、ですが、しかし、「生きていることを、もっと豊かに楽しくする」感覚であることは、間違いないと思うのです。

そんな素敵な感覚である、嗅覚。ちょっと意識すると、そして本物ではないものを減らし、本物を増やしていくと、もっと人生が楽しく豊かになるかもしれません。ぜひ、子どもも、みなさんも、この世界の、本物のにおいを、たっぷり嗅いで、吸い込んで、楽しく生きていきましょう！