

分 か る と 快 感 ！

Z会ナビ

算数

理科

社会

お題

「虫嫌い」を なんとかしたい！



次のうち、最もリスクが高い（＝生き残りにくい）のはどれでしょうか。

- ①本当は危険な場面で危険と判断する
- ②本当は危険な場面で危険でない判断する
- ③本当は危険でない場面で危険と判断する
- ④本当は危険でない場面で危険でない判断する

みなさんは虫が好きですか？ 筆者は、小学校低学年の頃はセミを捕ったりカブトムシを飼ったりしたこともありましたが、いつの間にか苦手になってしまいました。今回は、この「虫嫌い」という感情がどこからきているのか、そして克服する方法がないかをみていきたいと思います。

生き残るための「恐怖」と「嫌悪」

感情は、脳とともに進化してきたと言われていいます。さまざまな場面で、その場面にふさわしい感情を抱いて行動できるほうが、生き残る確率が高くなります。

人間のマイナスな感情は、大きく「恐怖」と「嫌悪」に分けられます。「恐怖」は体に直接的に害を与えるものを避ける感情だと考えられています。虫ではハチ・ムカデ・マダニなどに対して、「刺されるかも」「かまれるかも」「そうされないために逃げたい」などと感じるように進化してきたということです。一方、「嫌悪」は目に見えない感染症や病原体を避ける感情だと考えられています。ゴキブリやハエなどに「汚い」「何か病気の原因になるものを持っている」「だから追い出したい」などと感じるように進化してきたということです。

「虫嫌い」の多くは、「恐怖」ではなく「嫌悪」の感情であると言われています。「恐怖」を感じるべき、害を与えるような虫は、私たちのまわりにいる虫のごく一部だからです。虫嫌いの感情は、世界中、特に先進国や都市部に多くみられ、その理由は次のような流れだと考えられています。

都市化が進むと、すみかを追われた外の虫が部屋（食事や休息などをする生活空間）の中に入ってきやすくなる。
→体に近づいて皮膚に接触したり口に入ったりしやすくなり、感染症のリスクが高まる。
→虫が外にいる場合よりも強く「嫌悪」する。



イラスト・瑞木匠

とりあえず「危険」と思っておけば安全

ここで最初の問題について考えます。本当は危険なのに危険でない間違った判断をしてしまっている②が最もリスクが高くなります（正解は②）。でも、自然界では、いつもいつも本当は危険かどうかはわかりませんよ

	本当	判断	リスク
①	危険	危険	中
②	危険	危険でない	高
③	危険でない	危険	低～中
④	危険でない	危険でない	低～中

ね。本当は危険かどうか分からないときには、とりあえず「危険」と判断しておいたほうが安全です。危険と判断した①③と危険でない判断した②④のリスクを比べるとわかりやすいですね。この考え方だと、危険かどうか分からない虫も、「とりあえず危険だ」「嫌だ」と思うようにしたほうが安全ということになります。この感情のかたよりが、先ほどの、外の虫より部屋の中の虫をより嫌悪することにつながっているのです。

また、「本当に危険かどうか分からない」というのも嫌悪感を強める原因だと考えられています。虫の種類を見分ける力が高い人は、例えばゴキブリには嫌悪を感じてもテントウムシにはあまり感じず、見分ける力が低い人は、テントウムシにさえ強い嫌悪を感じる傾向が強かったそうです。また、小さい頃に都市部に住んでいた人ほど、虫の種類を見分けられないという研究結果もあります。虫と触れ合う機会が少ない都市部の人、自然に関する知識が少ないために、嫌悪を

感じやすくなるのかもしれませんが。

虫嫌いでなくなるために

では、虫嫌いを克服するにはどうしたらいいでしょうか。まずは、虫の種類を見分ける力をアップさせるのがよさそうです。つまり、いろいろな虫の特徴を勉強して、触ってもよい安全な虫はどれかを自分で見分けられるようにするのです。とはいえ、凶鑑の写真や動画なんて見るのも嫌だという人もいますよね。そんなときは、虫好きな身近な人に手伝ってもらい、本物の虫を見にいきましょう。ある調査で、虫嫌いの人と虫好きの人で山に虫捕りに行った場合、虫嫌いの人も「誰かが触っていると安心して触ることができた」「虫好きの人が魅力を話しながら触っていると私も触ってみたいになった」など、虫に対する嫌悪感が薄れる効果があったそうです。（Z会・杉田真希）

！ 今回の教訓

「虫嫌い」は、虫の種類を見分けられないからとりあえず「危険」と判断してしまうせいということが見えてきました。仲良くなるにはまず相手を知る。それは人に対しても虫に対しても同じですね。



杉田真希さん 2011年Z会入社。小学生向けの理科の教材編集を担当。360度カメラやドローンなどのガジェットが好き。1983年、東京都板橋区生まれ。博士(理学)。