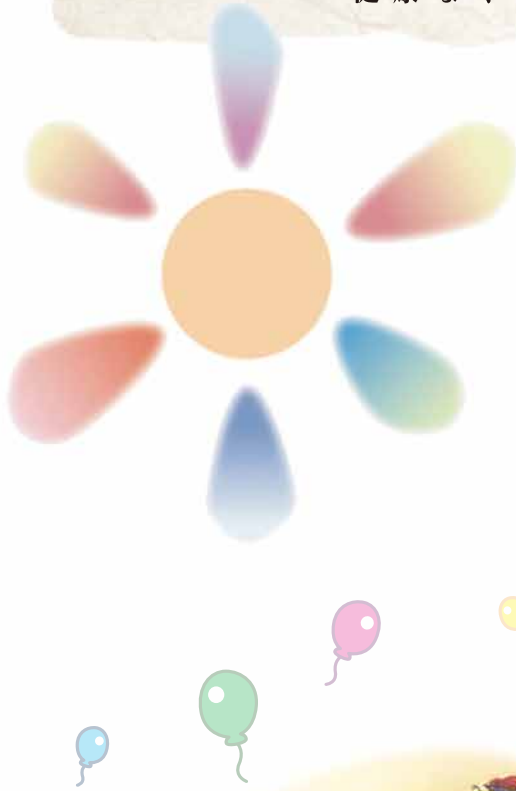


健康教育[®]

— 健康なくして教育はありえない —

◎ 子どもがぐんぐん伸びる …… 原田 綾子
『勇気づけ』の子育て

◎ やってはいけない絵本の …… 立石 美津子
読み聞かせ方・選び方



「健康教育」[®]

健康なくして教育はありえない

1911年、河合グループ創業者である薬学博士・河合亀太郎がかかげた企業理念です。



薬学博士・河合亀太郎

こどもたちのすこやかな成長を願い、より一層お役に立てる情報のご提供・ご提案を目指し、発刊致しております。これからも、創業者・河合亀太郎の理念「健康教育」を大切に伝え続けてまいります。今後ともご愛読のほどよろしくお願い致します。

目 次

3	子どもがぐんぐん伸びる『勇気づけ』の子育て
7	やってはいけない絵本の読み聞かせ方・選び方
15	あらし

子どもがぐんぐん伸びる 『勇気づけ』の子育て

株式会社 HeartySmile 代表
勇気づけの親子教育専門家

原田 綾子



近年、自分に自信をもてない子どもが増えて
いるといわれています。財団法人日本青少年研
究所の調査では、中高生の二人に一人が「自分
はダメな人間だと思う」と回答しているという結
果が出ているそうです。ここ数十年、「子どもを
ほめよう」「ほめると子どもが伸びる」などと、さ
かんに言われているにもかかわらず、自分に自
信のない子どもが増えていることに矛盾を感じ
ます。

たとえば、子どもが「百点を取った」とか「お留
守番ができた」とか、何か特別なことができた時
だけに注目し、ほめていると、ほめられるための
行動が増えていき、ほめ言葉という褒美を与
えることによって、子どもをコントロールしがち
になってしまいます。また、なにかができていな
い僕(私)はだめなんだと感じてしまう子どもも
いるのです。

(ここでは『結果だけを評価する』／『主語があなた』／『なにかができたから注目する』など、この
ような言葉がけを
することを「ほめ
る」と定義します。
えらいね、立派、いい子、おりこうさん、など)

ほめてばかりい
ると次のようなこ



とが起こる可能性があります。

1. ほめられるために行動するようになる
2. 褒美(ほめ言葉を含める)がだんだんエスカ
レートする
3. 自己肯定感が低くなる(自信がなくなる)
4. 失敗を怖れるようになる(チャレンジできな
くなる)
5. 指示待ち人間になる

もちろんほめてはいけないということではあり
ません。ほめられれば子どもは嬉しいですし、やる
気も出てくるでしょう。しかし、ほめるより子ども
がぐんぐん伸びていくのが「勇気づけ」なのです。

ほめの子育てから 勇気づけの子育てへ

子どもに自信を与え、子どものやる気を引き
出すには、評価的な「ほめ」よりも、「勇気づけ」を
おすすめします。

「勇気づけ」とは「困難を乗り越える活力を与
えること」です。親や教師が先回りをして必要以
上に手助けをしていると、子どもは学ぶ機会を
逃してしまいます。自信をつけるには、子ども自
身に様々な体験をさせる必要があります。自分
の課題を自分の力で乗り越える。このことを繰り返

返すことで心が成長していきます。

自信とは、必ずできる、失敗しないという思いではなく、失敗しても大丈夫、また挑戦しよう、という思いをもてるようにすることであると私は考えます。

勇気づけについてお話す前に、子どもを勇気づける上でとても大切な「子どもを信頼する」ということについて書きます。

私の行っている、アドラー心理学をベースとした勇気づけの子育て講座では、子どもを尊敬し信頼すること(相互尊敬・相互信頼)を重要視しています。

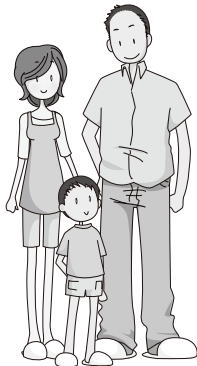
ここではまず「信用」と「信頼」の違いについて考えてみましょう。

「信用」というのは、相手に信じてよい根拠があるとただ信じることを言います。たとえば、上手にお手伝いできるから、一生懸命勉強しているから、努力しているから、言うことを聞かから、子どもをよい子と信じることです。つまり、「信用」とは子どものことを基本的には信じていないのですが、現実には「～をした」「～をしている」という条件がついたときに初めて子どもを信じることなのです。

それに対して、「信頼」とは、子どもがどんな行動をしていても信じ続けることを言います。たとえ困った行動をしていても、その子の人格を否定せず、子どもの可能性を信じ続けます。大切なことは「親や教師などの大人から信頼されて初めて子どもは他人を信頼する気持ちになる」ということです。

どうしても大人は人生経験の長さから子どもを「できない存在」と見てしまいがちです。「できない」ことがあるとしても「いつかきっとできる存在」また、その力を持っているとして見て、子どもを勇気づけることが大切です。

日頃から子どもとの間に相互尊敬・相互信頼があれ



ば、子どもは自己肯定感を持ち、自分自身をも勇気づけられるようになることでしょう。

あたりまえに注目する

私は小学校教師を退職し、今はカウンセラーとして多くのお母さんたちと接しています。そんな中、子育てが自分の思い通りにいかないことから、理想とギャップの狭間で苦しんでいるお母さんに多く出会います。そもそも子どもを思い通りにすることはできません。頭の中で自分の理想の子ども像を描いて、それに見合わないといライラしてしまいます。

理想の子ども像を百点とし、できないとそこから減点法でマイナスして子どもを見るのではなく、加点法の子育てをしてみるのはいかがでしょうか？今、子どもが存在すること、目の前にいること、子どものありのままの姿がすでに百点満点。そしてそこから加点して子どもを見ていきます。子どもを妊娠した時、「元気に生まれてきてくれればそれだけでいい」と思っていたはずなのに、子どもが成長するにつれ、「ああなって欲しい」「もっとこうして欲しい」などと、子どもの長所よりも欠点にばかり目が行ってしまうという話をよく聞きます。こんな場合、私はお母さんたちに次のようなことを話しています。

①原点に戻る

妊娠時や、出産したばかりの頃など、子どもがまだ幼い時のアルバムをめくりながら、当時どんな想いを胸に抱いていたか振り返ってみましょう。子育て中の母親が皆同じように口にする言葉は「忙しい」「自分の時間が持ちにくい」です。子どもが寝た後に自分の時間を少しでもいいから作って、自分を大切にするひとときを過ごすことを勧めています。ほんの僅かな時間だとしても、こういった時間を過ごすことによって生まれる母親の心の余裕が、子どもの「よさ」や「あたりまえ

のようなことの素晴らしさ」に気づくことに繋が
るからです。

実際にこれを行った方から、「幼い頃の子
どもの写真を見ていたら、私のところに生まれて
きてくれてありがとう」「元気に育ってくれてあ
りごとう」という気持ちが湧き上がってきたとい
う報告を多数受けています。

また、出産し、今日まで子どもを育ててきた
自分をたくさん勇気づけてください！お母さんが
毎日子育てをがんばっているから、子どもがすく
すくと元気に育っているのです。

(もちろん家事や仕事など、それ以外のことも
がんばっていますね!!)

こうやって自分を勇気づけることはとても
大切です。なぜなら、自分を大切にできる人
だけが、他の人を大切にできるからです。

②できないことより、 できていることに注目する

心理学的にも、人はどうやら欠点のあるところ
に目が行きやすいようです。だから意識して
プラスの面に注目するようにする必要があります。
そうすることで、それが習慣化していきます。

子どもの「できていないこと」よりも「でき
ていること」に目を向け、それを子どもに伝
えることで、子どものやる気が引き出されま
す。子どもの中には無限の可能性があるの
です。その子どもの無限の可能性を引き出す
ためには、子どもの「よさ」に注目すること
がとても大切です。なぜなら、人は注目され
た行動の頻度が増えると言われているから
です。それと共に、子どもの中で、自己肯定
感が高まり、自信が育まれていきます。

できていることは、何も特別なことでは
ありません。例えば、子どもが毎日幼稚園や
保育園、小学校に行く。暑い日も寒い日も
ランドセルを背負って登下校する。幼稚園、
保育園生だったら生まれてたった数年の小
さい子どもがお母さんと離れて何時間も過
ぎます。朝、おはようと言って起きてくる。
食事をします。学校から帰って宿題をする。
元気に遊ぶ。楽しそうに学校での出来事を

話してくれる。笑顔できょうだいと遊んで
いる。元気に成長している・・・。

このようなことはあたりまえのこととし
て見過ごされやすいことです。しかし、この
ようなことこそ注目していくことが大切なの
です。

子どもの困った行動はお母さん (先生)の注目を得たいから

私が専門としているアドラー心理学では、
子どもの困った行動には目的があり、その殆
どは親の注目を得るためだと考えています。

普通にしているでも親から認められない
と感じる子どもは、困った行動をして怒ら
れてでも親の注目を得ようとします。です
から、前述したように、日頃の当たり前
のような行動にこそ注目し、子どもを勇
気づけると、子どもはわざわざ困った行
動をして親の気を引く必要がなくなるの
です。

親や教師が子どもたちを勇気づけること
で、子どもたちは、

- ・自分には能力がある(I am O.K!)
- ・親や教師は仲間、味方だ

ということを感じることが出来ます。そし
てそれは、心の安心基地となり、様々な
ことに挑戦していく力につながっていく
のです。

「勇気づけ」の具体的な方法

■貢献や協力を注目する

- ・あなたのおかげでとても助かった
- ・協力してくれて嬉しい

(お皿を運んでくれた子に)

→お皿を運んでくれてありがとう。

(テーブルを拭いてくれた子に)

→きれいにしてくれて嬉しいな。

(新聞を取り込んでくれた子に)

→新聞を持ってきてくれてお母さん助かったよ。

■過程や努力を重視する

- ・努力したんだね
- ・失敗したけれど一生懸命やったんだね

(100点を取った子に対して)

→満点だったの?

努力したんだね。

(鉄棒がなかなか回れない子に対して)

→難しいけれどがんばっているね。



■すでに達成できている成果を指摘する

- ・この部分はとてもいいと思う
- ・成長したように思う

(嫌いな魚を一口食べた子に対して)

→苦手なのに、一口食べたんだね。

(片付けが苦手な子に対して)

→前よりもすこしずつ片付けが上手に出来るようになっていよ。

■失敗をも受け入れる

- ・失敗しても大丈夫だよ
- ・残念そうだよ
- ・この次はどうすればいいだろうか

(お皿を割ってしまったとき)

→大丈夫?ケガはない?

(ピアノの発表会で間違えてしまった子に)

→大勢の前で緊張したね。間違っても最後まで弾くことができたね。

(授業中挙手したが間違えてしまった子に)

→勇気を出して挙手できたね。

(テストの点数が悪かった子に対して)

→残念だったね。この次のテストに向けてできることを一緒に考えよう。



■他の子と比べるのではなく、個人の成長を重視する

- ・この前よりも進歩しているね

(できないことがあり落ち込んでいる子に)

→すこしずつできるようになっているからね。で

きることからやっていけば大丈夫。

→だんだんできるようになっていくよ。応援しているね。

これは、子育てのみならず、部下、夫婦、友人、自分など、様々なところで活用できます。勇気づけのコミュニケーションは、自分も相手も気持ちよいし、相手は自分を大切にしてくれていると感じて、お互いに尊敬信頼の念を生み出します。

決してむずかしいことではありません。「あなたのことを見ているよ。」「仲間だと思っているよ。」というメッセージと共に、評価的な「ほめ」ではなく、共感的な「勇気づけ」の言葉がけを続けることが、子どもの自信を育てていくのです。

親も子どもと一緒に成長していけばいい

講座や講演などで勇気づけのお話をすると、今まで子どもを怒ってばかりで私はダメな母親だと自分を責めるお母さんに出逢います。でも、だいじょうぶ、だいじょうぶ。勇気づけは上書き保存ができます。子どもを産んだその日から急にお母さんになれる人はいません。お母さんも子どもと一緒にゆっくり成長していけばよいのです。子どもが3歳ならママも3歳。子どもが10歳でもまだママは10歳、小学校四年生です。今できることから一步一步やっていけばOK!例え1ミリの成長でも自分を勇気づけて。

お母さんのココロのコップが勇気のエネルギーで満たされていないと、子どもに勇気のエネルギーを与えることはできません。(先生も同じです。)

お母さんや先生こそ、自分を勇気づけることが大事なのです。自分を勇気づけることができる人だけが、他の人を勇気づけることができるのです。今日から、自分へ、子どもへ、家族へ勇気づけを実践して今より更にHAPPYな子育てをしていきましょう!

やってはいけない絵本の 読み聞かせ方・選び方

子育て本作家・講演家

立石 美津子



プロローグ

“子どもに絵本を読んでやらないことは前頭葉を切り取る手術をしているようなもの”

こんなこと小耳に挟んだらやらざるを得ませんよね。仕事で疲れている目をこすりつつ、老体に鞭打って読み始めたけれど……

- 同じ本を繰り返し持ってくる。
- 読み終えた途端「もう1回読んで」としつこい
- 読み聞かせている最中、違うページをどんどんめくりたがる。
- おもちゃで遊び出す。
- 「これなあに」と毎回同じことを聞いてくる。

困った行動をする我が子。“読み聞かせ方”なんて学校でも教わったことないし、ママ友がそれぞれの家の中でやっている姿を見ることもないし、子育てサークルの先生のようなプロ並みのことも出来ないし。

そこで今回は『心と頭がすくすく育つ読み聞かせ』の著者の立石美津子がお困りのママ達に具体的な方法をお話したいと思います。



絵本の読み聞かせ方

子どもの態度編

■同じ本ばかり持ってくる

子どもは“繰り返し”が大好き。反対に大人はよほどの本でない限り、一度読んだ本を何度も読み返すことはまずありません。人の話でも「その話、前にも聞いたよ」とママ友が繰り返し話す自慢話に辟易することも。

同じ話を何度も聞くことははっきり言って苦痛ですよね。だから、同じ本をリクエストされるとうんざりします。

けれども、子どもは真逆。知っているからこそ同じ話を何度も聞きたい「反復好きな生き物」なのです。読み終えた途端「もう1回読んで」と言ってきます。好きなページが近づいてくると笑う準備までしています。「あなた、ひょっとしておバカさん？」と落胆しないでください。

「突然、犬が出てきてびっくりしちゃった」こんな言葉を話す子どもは「突然、鬼が出てきました（大工と鬼六の話）」を繰り返し読んでもらって

いた経験がある子ども。

子どもは繰り返し同じ言葉を聞くことにより、母国語としてマスターしていきます。

それには反復が欠かせません。読み終えた途端「もう、1回読んで」と言われたら、トコトン付き合ってやりましょう。

■つぎつぎにめくる

絵本を読み聞かせると次々にページをめくろうとする、ストーリーが途中で切れてしまい読み聞かせにならない。だから、絵本を高く掲げて読んでみたりとおかしな光景。悪戦苦闘。

次々めくるのは0歳～3歳くらい。4, 5歳になれば収まる行為。

まだ人生経験が短いので物語の起承転結、ストーリーに興味なんかないんです。

それよりも、ただお気に入りのページを見たいだけ。それが文章の言い回しだったり特定の絵だったり。子どもの興味の在りかに応じた対応をしましょう。

次々とめくったり、決まったページを指さして読んでほしいとせがんできた時は、そのページを読んであげましょう。話がつながらなくてもいいんです。

0～3歳の時代の読み聞かせは内容を理解させるのが目的ではありません。まず本自体に興味を持ってもらうこと。違うページを開けたらそこを読んであげるだけで十分です。

■絵本を読んでいる最中、どこかへ行ってしまう

「さあ、今日も絵本を読んであげるよ」張り切って読み聞かせを始めるママ。

しかし、途中でおもちゃで遊びだす子ども。「せっかく読んでいるんだから、ちゃんと最後まで座って聞いていなさい!」と叱るのはNG。反対に「これ以上、続けても無駄無駄」と切り上げて

しまうのもいけません。

何故かと言うと、きちんとした格好で座っているだけが子どもの聞く態度ではないから。違うことをしていてもちゃんと耳は傾けています。ママだって料理を作りながらテレビを見たり、寝っ転がってネットを見たりするでしょ。

学校のお勉強ではありません。“ストーリーを最後まできちんと聞かせよう”“最後までおりこうさんな態度でじっと座って聞いてほしい”なんて型にはめた聞き方を望まないこと。

そんな子どもでも幼稚園、保育園での集団生活の中では勝手な行動は許されず、紙芝居の最中、読み聞かせの最中、園庭に出て行ったりおもちゃを出して遊ぶことは許されません。「自分は興味がなくてもお友達が聞いているんだから我慢して座っていよう」「遊びたいけど今は絵本の時間だから」と動きたいという衝動を抑えて我慢しています。

子どもが「これ読んで～」と持ってきた本ならば興味がある証拠。途中で違うおもちゃで遊びだしても耳では聞いています。一旦、離れて行っても、興味のあるページで戻って来たりします。途中で読むのを止めると「読んで!」と言って来たりします。

家庭でのくつろいだ中での読み聞かせ、どんなスタイルの聞き方をしてもOKと思いましょ。

■読んでいる最中「これなあに?」といちいち聞いてくる

せっかく読んでいるのに、イチゴの絵を指して「これは?」。バナナを指して「これは?」。猿を指して「これは?」と聞いてくる子ども。「わかりきったことを何で一々質問してくるの!」とイラッとしてしまいますよね。

でも、この“いちいち質問”は答えを知りたいのではなくママと関わりたいだけ。赤ちゃんの時「いないいないばあ」を飽きもせず喜んだように反復好きの子どもは同じ反応が返ってくることを楽しんでいるだけです。親子のスキンシップの一つとして、子どもが満足するように「そうねイチゴね」とか「この間食べたね」と答えてやり、コミュニケーションのツールにしましょう。

“猿蟹合戦”読み聞かせ
く人の物を欲しがっては
ならない、意地悪をして
はならない、欲張りなこ
とをすると結局
は損をするとい
う教訓話>



そこんことを教えようと読んでいるのに
「何で柿が青いの？」
「猿さん動物園にいた～」
とストーリーに全く関係のないことを話しかけてきます。

そんな時「途中で質問してくると話が中断するじゃない」「最後までおとなしく聞いていなさい」と叱るのはやめましょう。興味があって質問しているのに拒否されると絵本自体がだんだん嫌いになってしまうリスクも・・・

「教訓を学んでもらおう」なんて最初から思っ
てはなりません。

それから、4歳、5歳と成長していくうちに文章やストーリーに関心を持つようになり“いちいち質問”も減ってきます。

■本棚からドンドン出してしまう

積み木を作っては壊し、作っては壊するのと同じ感覚で遊んでいるのでしょうか。目くじら立てて禁止することはありません。

ただ、絵本を放り投げて乱暴に扱っているようでしたら「絵本はおもちゃじゃないから、投げないで丁寧にしよう」と絵本の扱い方を教えましょう。ドンドン出しても頭ごなしに叱らないことです。丁寧に扱うことだけ教えましょう。

親の態度編

■毎日、読み聞かせるのは苦痛

忙しいママにとって「毎日読む」って大変なこと。

歯磨きしないと虫歯になる、風呂に入れないと不潔、食事を与えないと栄養失調になるのと同じ。「絵本の読み聞かせをしないと脳の栄養にならない」と思いましょう。

よほどストイックな人でない限り、人は楽に流れる怠け者の傾向があります。「忙しいから時間があつた時に読む」としてしまうと、「毎日→3日に一度→週に1度→月に2～3回→ほとんど読み聞かせしない」と坂を転がるように。そのうちやらなくなってしまいます。

忙しくても食事はさせます、歯磨きもさせます。絵本の読み聞かせも毎日のスケジュールに組み込んでしまいましょう。無意識の中で行われると面倒だと思わなくなるから不思議です。

■感想を聞かない

読んだら読みっぱなし。

理解しているかどうか試したいのはわかりませんが読み終えた後「どうだった？面白かった？」と感想を聞くのは止めましょう。興奮めしてしまいます。

但し、読んでいる最中、「これなあに？」と質問された場合は答えてやりましょう。けれども聞かれてもいないのに「これは何だった？」と絵や文

字を指すのは止めましょう。

NGな絵本の読み聞かせ方

× いちいち質問する

パンダの絵。子どもは次のページに行っ
てほしいのに「この動物はなあに?」といち
いち質問するママ。「くまさん」と答えると
ちょっと顔色が曇るママ、「これはパン・ダ
よ!」。

親子のコミュニケーションの一つとして
「これパンダだね。動物園にいたね」と楽し
い時間を共有することは素晴らしいこと。け
れども、子どもは読み聞かせしてほしいの
に絵や文字が出てくるたびに「この動物は
なあに?」「この文字わかる?」とテストされ
ると次第に絵本が嫌いになってしまいます。

× 感想を聞く、質問する

絵本を読み終えた途端、「どうだった、面
白かった?」「一番、悪いのは誰?」「どんな登
場人物が出てきた?」と矢継ぎ早に聞くマ
マ。物語を聞き終わった後、子どもの心は感
動で満ち満ちています。咀嚼中なのに理解
度をテストされているよう。

「面白かった」の答えを期待していたのに
「つまらなかった」の答え…ママの顔が途
端に曇ります。「つまらない」というのも立派
な感想。ここで自由な発想の芽を摘んでは
なりません。

「読んだら読みっぱなし」でいいんです。もし、
どうしても言葉にしたいのならば「怖かったね」
「面白かったね」とお母さんの感想を口に出すだ
けで十分です。

■ 教訓めいたことを付け加えない。一言多い

「狼少年」「北風と太陽」などのイソップ物語
「狼と七匹の子ヤギ」などのグリム童話
「泣いた赤鬼」「猿蟹合戦」などの日本昔話

後世にも残っていく名作。その都度、親の言葉
で解説を付け加えなくても文章だけで十分伝わ
ります。

それなのに…

[狼少年]→「この男の子のように普段嘘をつい
ていると誰からも信用されなくなるのよ!」

[北風と太陽]→「人に言うことを聞いてほしい
時は温かく接しなくてはならないのよ!」

[狼と七匹の子ヤギ]→「知恵を働かすことは大
事なのよ!時計に隠れた末っ子の山羊は偉いね」

[泣いた赤鬼]→「お友達には赤鬼のように優し
くしないとダメなのよ!」

[猿蟹合戦]→「猿のように他人のもの欲しがっ
てはダメよ!」と一言多い人がいます。

これらは必要ありません。

また、子ども社会の中でも嘘をつくこともあれ
ば、喧嘩し、ぶつかり合うこともあります。

まだまだ人生経験の短い子ども、友達のおも
ちゃを欲しくて欲しくてたまらない、奪い取っ
てもいいんです。そんな中で「今、使っているから
ダメ」「あと2回使ったら貸してあげる」と折り合
いをつける技を身に付けていきます。

お先走って教訓めいたことを加えると経験し
ないまま、頭でっかちになってしまうリスクも。
「ためになるかどうか」で絵本を選ぶのではなく
「楽しめるかどうか」の基準で選びましょう。

同じ昔ばなしでも様々な出版社から出ていま
す。どれを選んだらいいか迷いますよね。

選んではならないのは2つ

- ① あらすじだけが書いた物語を省略した
ような文章のもの。
- ② 昔のよさが伝わってこない漫画チック
な絵のもの

真意が伝わらない可能性があるからです。

■家にあるのは全部、図書館からの借り物

絵本って大人用の書籍より高いですよ。

1000円以上はします。おまけに読むのは乳幼児期の一時的だけ。だったら、エコ!図書館の借り物だけで済ませたいですね。

しかし、これはあまり良い方法とは言えません。

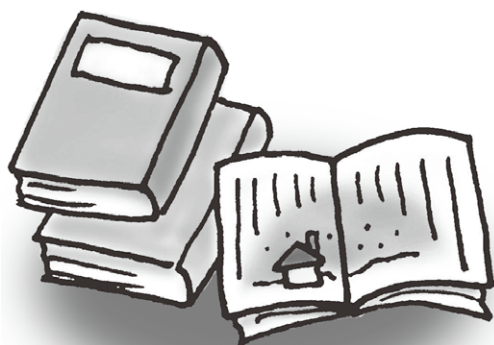
①興味があるものを探す場と考える

本屋さんに行って「これ喜びかも・・・」と大枚はたいて買って来ても、さっぱり興味なし。「せっかく買って来たんだから」と「ちゃんと聞いていなさい!」と叱りたくなります。でも、叱られながら読み聞かせされると本嫌いになってしまい本末転倒!

だったら子どもと一緒に図書館に行き、興味の在りかを探すのはいかがでしょうか。

②興味を持った本は図書館で繰り返し借りないで本屋で買う

さて、何冊か借りてきました。興味を持ち延長の貸し出しに再度、図書館に行くようだったら本屋やアマゾンで奮発して買しましょう。お気に入りの本が永遠に自分の物とはならず返却しなくてはならないなんて悲しいです。



絵本の選び方

■汚い絵、文章のものは選ばない

雑な文章、間違った日本語、わーぎゃー系の言葉のオンパレードのもの、お爺さんの顔なのに目がキラリン、肌の質感が若々しく綺麗なのはあまりお勧めしません。

絵本を通して母国語を学び、美的感覚も身に付きます。

正しい日本語、その時代にあった絵で描かれたものを選びましょう。

■あらすじだけのダイジェスト版は避ける

シリーズ化されたダイジェスト版、安価で手に取りたくなりますがちょっと待ってください。

どの話も定価を一定にするためかページ数が同じ。そこに無理が生じている文章になってしまっています。

例えば「ジャックと豆の木」

再話(昔話・伝説、世界の名作文学などを、子供向けにわかりやすく書き直したもの)と呼ばれるものは様々な出版社から出ています。簡単に書かれている絵本を読むと、ジャックが豆のツルを上まで登っていき大男の家から金の卵、ハーブなどを盗み最後は大男をやっつけます。まるで、ジャックが泥棒に見えてきてしまいます。

本当の話は大男がジャックの家からハーブを盗み、父親を食べてしまう。そのため貧乏になったジャックとお母さん。勇気を奮って大男の家に入り敵討ちをし父の形見を取り返すという話。

大男の悪い仕業がカットされていては伝わるものが伝わりません。

昔ばなしはきちんと描写されているものを選びましょう。

■曖昧な結末のものを選ばない

“狼と七匹の子ヤギ”子どもを食べられてしまったお母さんヤギは狼のお腹をハサミで切りました。子ヤギたちを救い出した後、石を詰めて縫い合わせました。そして、皆で狼を井戸に落としました。

なんという残酷な結末!容赦なく敵討ちします。こんな絵本を与えたら「子どもが将来、罪を犯す?残酷になるのでは?」と心配になってしまいますよね。

実際、昔話は結構、残酷なものが多いです。

[白雪姫]

毒りんごを食べさせて姫を殺そうとした魔女。白雪姫は王子との婚礼に招き、赤く焼けた靴を魔女に履かせ、死ぬまで躍らせたという結末。

[狼少年(=嘘をつく少年)]

「狼が来た!」と何度も嘘をついた少年。本当に狼が来た時、誰からも信用されず、最後は食べられてしまいましたという結末。

日本昔話、グリム童話、イソップ物語、怖いものが多くあります。でもプラスの効果が。絵本を通して「悪いことをしてはならない」勸善懲悪、因果応報を学ぶことが出来るからです。

でも、その時、結末が曖昧だったらどうでしょう?

狼と七匹の子ヤギ、「狼とヤギたちは仲直りしていつまでも幸せに暮らしました」となっていたらどうでしょうか?自分の子どもを殺されて許す親がどこにいるでしょうか?「悪いことをしても許される」と学習してしまう危険が。

人は生まれながらにして道徳心・良心は持って

いません。躰により養われます。昔ばなしはその教材としては最適。だったら、残酷な結末のものを選びましょう。

出版社によっては読者からのクレームがあったのか、仲直りさせている文章もありますがこれでは善悪を学ぶことが出来なくなってしまいます。

■付録つきの本はおもちゃだと割り切る

最近、本屋は雑貨屋のよう。付録つきの女性雑誌、ゲーム、DVDも置いてあります。絵本コーナーも同じ。おもちゃ売り場と見間違っただけ充実したラインナップ。電車の音がしたり、レジのバーコードリーダー付きだったり、ピアノの鍵盤がついていたり、磁石が付いていたり。

ボタン付きの電車の本。押すと「次は新橋、新橋、白線の後ろまでお下がりをください。」リアルな構内アナウンス。

色もカラフルで豪華。子どもの目を引きまします。欲しがるのは当然です。でも、文章がほとんどありません。

もちろん買うのはいいのですが、これらを絵本と捉え「これで読み聞かせした」と思わないことが大切。電車に興味を持っているのならば、電車を題材にした絵本など主語、述語、接続詞がきちんと使っている絵本も読み聞かせしましょう。

付録つきの絵本は本と言うより「おもちゃ」と割り切って買うのがよいでしょう。

絵本の読み聞かせで得られる メリットってなあに?

「なんとなく絵本の読み聞かせは子どもの心の発達にいい」「ママ友がみんなやっているから」そんな感じで意気込んでスタートしたけれど……

「忙しくて時間がない」と次第に後回しに。ダイ

エッただって「好きな人に振り向いてもらいたい」「医師から“痩せないと病気になる”と言われた」など強い動機がないと長続きしないもの。

絵本の読み聞かせもメリットを知っていればちょっと疲れていても俄然、やる気になります。絵本の読み聞かせで得られるものをまとめてみました。

■語彙が増える

生まれてから4歳くらいまでの間に母国語の基礎が出来ます。

でも、親の口から出る言葉は単なる日常会話。生活語と呼ばれ、だいたい500ワードの組み合わせ。(悲しいかな、だいたいこんな感じ。)

- 「早く」「早く寝なさい」「早く片付けなさい」「早く食べなさい」
- 「ちゃんと○○しなさい」「きちんと○○しなさい」「しっかり○○しなさい」

中には「まじ、やばい、超」を連呼しているママも。指示命令形、シンプルセンテンスが飛び交う貧弱な言語環境。

でも主語、述語、形容詞、副詞、接続詞をふんだんに盛り込んだ会話をするなんてハードルが高いですね。

絵本には「突然、鬼が出てきました」「美しいお姫様が眠っていました」など、沢山の言葉が使われています。

お喋りな親の子がお喋りになるのではありません。単に過干渉なだけ。でも、絵本の読み聞かせを沢山されている子どもは違います。語彙が豊富です。

人は頭の中にある言葉(=内言)で思考をします。内言が緻密であればあるほど深い思考をすることが出来ます。更に人の話を聞く時の理解力、

自分の思いを発信する表現力、それを文章に表す作文力も豊かな言葉があつてこそ。絵本で沢山の言葉を脳にインプットされている子どもは、相手の言わんとしていることを正しく理解したり、自分の思いを正しく相手に伝えることも出来るようになります。

■感性が豊かになる

窓の外は雨。

頭の中で単に「雨が降っている」と見ている子ども「雨がシトシト降っている」「雨がハラハラと降っている」「雨がザーザー降っている」「土砂降りだ」表現力が豊かな子どもとは感じ方が異なります。

マッチ売りの少女「雪が深々と降る中、凍えそうなかじかんだ手を……」の文章を読み聞かせされた子。同じ雪を見た時も感性が豊かなので深い感じ方をしています。

昔の話ですがアフリカからニカウさんが来日したことがあります。「湖」しか見たことないニカウさんは「海」を見て「大きな湖だ」と叫んだそうです。自分の言葉で捉える例です。



■高い学力が付く

「3人の子どもに一つずつ飴を配りました。まだ、2個余っています、飴は何個あったのでしょうか」

「 $3 \times 1 + 2$ 」などのかけ算を知らなくても、文章を読んでイメージ出来る子は5歳でも「1と1と1でまだ2個あるから5個あったんだ」と答えられます。

算数の力は計算力だけではなく「どうやって解くか」の立式力。文章を読みとる力。だから国語力のない子は3年生以降、学力低空飛行。

読書する子どもは高学力です。全ての教科は文章を読むところから始まるからです。幼い時期の読み聞かせはそのスタートです。幼い頃に沢山の本を読んでもらった子は本好きなり読書する子どもに育ちます。

■精神的に安定する

ママの肌の体温を感じながら、抱かれて読み聞かせ、日中、ママと離れていた子どもにとっては至福の時です。子どもの精神が安定します

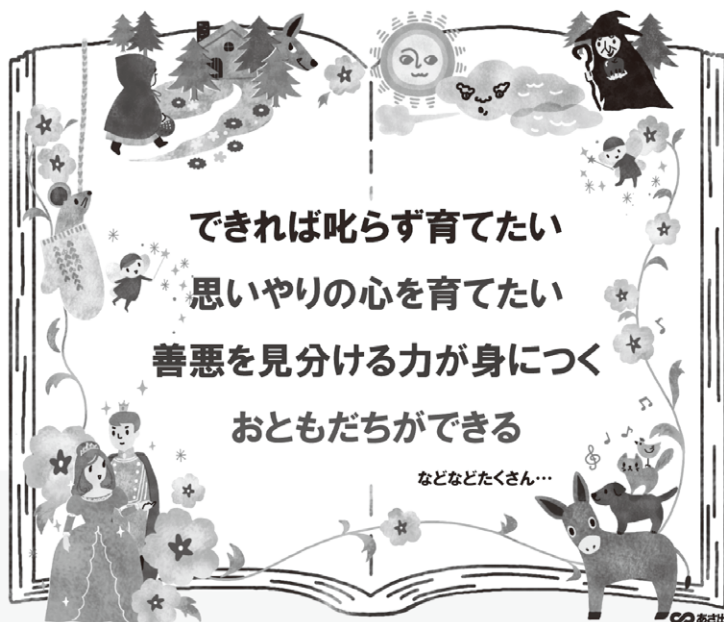
こんな大きなものが沢山得られるのです。それを知ったら「疲れているから後回し」「時間が出来たらやろう」なんて思わないですよ。是非、実践してみてください。

もっと詳しく知りたい方は“心と頭がすくすく育つ読み聞かせ(あさ出版)”に書きました参考にして下さいね。

読み聞かせで子育てのお悩み解決！



心と頭がすくすく育つ
読み聞かせ
やっていいこと・やってはいけないこと
立石美津子 著



■執筆紹介

原田 綾子 子どもがぐんぐん伸びる『勇気づけ』の育て

1974年埼玉県川越市生れ。小学校教員退職後、子育て講座、講演、教育コンサルティングなどを行うHeartySmileを設立し「勇気づけ」をベースとした子育て講座、講演活動を精力的に実施。『愛と勇気とユーモアを』をモットーに、親子へ勇気のバトンをつないでいる。2女の母。

<著書>「子どもの自信とやる気をぐんぐん引き出す本」(マイナビ)

<共著>「今日から始める 学級担任のためのアドラー心理学」(図書文化社)

■株式会社HeartySmileホームページ <http://heartysmile.jp/>

■勇気づけブログ <http://ameblo.jp/haraaya0731>

立石 美津子 やってはいけない絵本の読み聞かせ方・選び方

1961年大阪市生まれ。幼稚園・小学校・特別支援学校教諭免許を取得後、幼稚園・保育園に漢字教育を普及する。平成7年株式会社パワーキッズ(教室名エンピツらんど)を創業。現在は保育園、幼稚園で0歳～小学校低学年の子ども達と触れ合いながら執筆、講演活動に奔走。30年間の教育現場での経験を活かし、机上の空論ではない講演会が人気。“毒の向こうに愛がある”ブログが話題を呼んでいる。自らは自閉症児を育てる母親。

<著書>「小学校に入る前に親がやってはいけない115のこと」(中経出版)、『心と頭がすすくすすく読み聞かせ』(あさ出版)、『一人のできる子が育つ テキトーかあさんのすすめ』(日本実業出版)など

■立石美津子オフィシャルブログ <http://tateishi-mitsuko.com/index.html>

■協力園

至誠会保育園(東京都 新宿区)

■「健康教育」あらまし

こどもたちのすやかな成長を願って創刊された季刊誌「健康教育®」。

1956年の創刊以来、創業者・河合亀太郎の信念を伝え続けております。

読者対象/日本全国の小中学校・幼稚園・保育園の学校長や園長を始めとする先生方・保健主事・養護教諭・給食関係者など。

平素より「健康教育®」をご愛読頂きまして、誠にありがとうございます。

編集部では、皆様のお役に立つよりよい紙面づくりを目指しており、皆さまが実践されている健康教育の参考にして頂ければ幸いです。ご覧になりたい内容やテーマ、また各園・学校紹介(例:当園では、健康教育の一貫として、このようなことを行っています等)、そのほかご意見・ご感想がありましたら是非お聞かせください。

なお、お問い合わせは下記の連絡先までお願い致します。

お問い合わせ・ご連絡先

河合薬業株式会社 「健康教育®」編集部

〒164-0001 東京都中野区中野6丁目3番5号

TEL:03-3365-1156(代) FAX:03-3365-1180

E-mailアドレス: genkikko@kawai-kanyu.co.jp

ホームページアドレス: <http://www.kawai-kanyu.co.jp>

「肝油ドロップ」って、なんだろう。



それは「元気っ子ビタミン」。



ビタミンC肝油ドロップ

ビタミンA・D・Cが
入っています。



カルシウム肝油ドロップ

ビタミンA・D・カルシウムが
入っています。

肝油ドロップは「よみきかせ」「全国こども電話相談室・リアル!」を応援しています。

アポロン「よみきかせ」  *80. Love* **TOKYO FM** [FM80.0MHz (月曜日～木曜日14:38頃～)]



全国こども電話相談室
Re@!il



「全国こども電話相談室・リアル!」 **TBSラジオ** [AM954MHz(日曜日9:00～)]
954kHz

健康教育[®] No.173
2015年1月発行

発行:河合薬業株式会社
東京都中野区中野6丁目3番5号
TEL.03-3365-1156(代) FAX.03-3365-1180