

健康教育[®]

— 健康なくして教育はありえない —

◎ 片付け力が子どもを伸ばす／…… 上野 緑子
上手なほめ方・上手な叱り方

◎ 絵本育児のすすめ …………… 浜島 代志子
～子育ては絵本があれば大丈夫!～



「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	片付け力が子どもを伸ばす／上手なほめ方・上手な叱り方
9	絵本育児のすすめ ～子育ては絵本があれば大丈夫!～
15	あらまし

片付け力が子どもを伸ばす／上手な ほめ方・上手な叱り方

教育コンサルタント

上野 緑子



片付け力は生きる力

親は、片付けのできる子どもになって欲しいと願うものです。でも、みなさんもおわかりのように、片付けの好きな子どもはいないと言ってもいいでしょう。決して簡単な話ではありませんね。でも、だからと言って、あきらめなくてください。片付けは、部屋がきれいになるだけでなく、片付けから子どもは、たくさんのことを学び、生きる力を育みます。

■片付けから学ぶ大切な力

子どもは片付けを通じて、たくさんの大切な力を身につけます。

【責任感が強くなる】

自分のことは自分でしなければならないという責任感が芽生える

【人への優しさが芽生える】

家族に嫌な思いをさせない、相手を気遣う優しい心が育つ

【判断力がつく】

要る物と要らない物を判断する力や必要な物を仲間分けする力が養われる

【工夫する力が育つ】

使いやすく収納するために、何をどこにど

んな風に片付ければいいのかと工夫する力がつく

【物を大切にできる心が育つ】

物を出したままにせず、丁寧に片付ける習慣をつけることで、物を大切にできる心が育つ

■片付けで子どもが伸びる

片付けることによって、さまざまな力が身につくと、その結果、次のような効果も見られます。

【成績が上がる】

部屋が片付いたことにより、集中力が増し、勉強もはかどります。

【時間を有効に使える】

探し物をする時間が必要ないので、時間を有効に使うことができます。

【達成感を味わえる】

自分で部屋を片付け、きれいにすることで、達成感が味わえます。それは、勉強やできなかったことを努力してやり遂げる力に繋がります。

このように片付けという行為は、ただ単に、部屋がきれいになるというだけではなく、人間が生きていく上での大切な力を育みます。

では、片付けのできる子に育てるにはどう

すればいいのでしょうか。

片付けが好きな子どもなんて、いないと言ってもいいと思います。そんな子どもに対して、親はどのように導いて行けばいいのかをお話したいと思います。

■片付けられる子に育てるコツ

片付けないことで、困ることは何かを具体的に伝える

「片付けないとだめでしょ」と言うのではなく、例えば、「はさみを使ったら、元あったところに片付けておいてね。でないと、お母さん使うとき探すのよ。困るから、ちゃんと片付けてね。」「洗濯してたたんであげた物を床に置きっぱなしにしておくと、埃も被るし、崩れてしわになっちゃうよ。せっかくの洗濯が無駄になっちゃう。お母さん悲しいわ。」というように具体的に伝えます。

片付けができた時は、子どもをほめる

子どもが、ちゃんと片付けられた時は、嬉しい気持ちを伝え、頑張れたことをほめましょう。「床に何にも散らかってないの、掃除機をかけるのが楽だったわ。頑張って片付けたんだね。偉いなー。」と、声をかけるのを忘れてはいけません。



簡単に片付けられるように、物それぞれに最適の場所を決める

たとえば、毎日使うバッグをクローゼットを開けて入れるとか高い場所の棚に片付けるのでは、面倒でついつい億劫になってしまいます。そのような時は、ボールのフックなどワンアクションで片付けられるような場所を考えてあげましょう。

物が収納場所の7～8割程度に抑えられるように、量を加減するのを手伝う

収納場所にぎっしりを入れてしまうと、開け閉めも大変ですし、どこに何が入っているのかを、把握するのも大変です。ですから、新しく買って物が増えると、増えた分、古い物を処分するように心がけましょう。幼い子どもは判断が難しいので、一緒に考えてあげましょう。

使っている物を片付けてから、次の物を出すように促す

あれこれ出してしまうと、片付けるのも大変です。その都度、片付けるようにすると、短時間で片付けることができます。

片付けるための時間を設ける

子どもが例えば、4時から外で遊ぶと言っていた場合、4時まで部屋で遊んでいたのでは、片付ける時間がありません。いい加減な片付けになってしまいます。ですから、この場合、3時50分になったら、「遊ぶのは終わりだよ～」と声をかけ、遊びを終わらせ、片付ける時間を設けます。常に、早めに切り上げさせるよう心がけることがとても大切です。

リビングが散らからないようにする

リビングなどの共有スペースには必要な物、つまり、今使う物だけを持って来させるようにし、使い終わったら、次の物を出す前に片付けるよう促します。また、幼い子どもの場合は、リビングにも、子ども用の収納BOXを用意しておき、その場ですぐ片付けられるようにしておくのもいいでしょう。

「片付けないのなら、捨ててしまおうよ」という言葉は、慎重に

この言葉は、慎重に使わなければなりません。もし、親も本当に捨てることができないのなら、言うてはいけません。捨てられないこと

を見透かされてしまうので、効果はありません。片付けられないのなら使用禁止ということで、親がしばらく預かることは効果的かもしれませんが、そして、きちんと、片付けることができるようになってきたら、預かっていたものを出してあげる方法がいいでしょう。

最初は親も手伝う

子どもに任せてしまうのではなく、最初は、親子で一緒に考えながら片付けましょう。仲間分けにする方法など、片付けるノウハウを教えます。

実は、私も片付けが苦手ですので、うまく片付けることが簡単でないこと、また、子どもにしつけることがいかに難しいことかよくわかっています。また、片付いていないと、作業がしにくい、探し物をする時間が無駄であるなどのマイナス点も十分理解しています。

だからこそ、みなさんには、多くのことを学べ、貴重なことが得られる「片付けができる」子どもに導いてほしいと思います。

ほめられることが成長につながる ＜子どもを上手にほめる方法＞

「子どもはほめて育てよう」とよく言われますが、皆さんは普段お子さんをどのようにほめていますか？ どのような時、ほめていますか？ 大人でもほめてもらうと、嬉しくなって、やる気が出てきますよね。

例えば、大人でも、夕飯のおかずを「これ、おいしいね!」と家族にほめてもらうと、「よし、次も頑張るぞ!」という気持ちが湧いてくるのではないのでしょうか。子どもは素直ですから、ほめられたことを大人以上に素直に受け入れて、行動や態度が変わり、成長につながります。悪いところを注意するのではなく、良いと

ころを伸ばすことにより、悪いところも良い方向にもっていくことができるのです。

また、子どもはほめられることにより、頼られて嬉しい気持ちになり、人の役に立つのが嬉しいと感じ、自分の存在感を実感します。それが大きな成長へとつながります。

しかし日本では、ほめる文化が一般的ではないため、ほめて育てることに慣れていない親が多いようです。それは、自分自身ほめて育ててもらわなかったことで、「ほめることがいいとは分かっているけど、ほめ方が分からない。どのような時にほめればいいのか分からない。」という方もいらっしゃるようです。

では、どのような時に、どのようなことで、ほめればいいのかのでしょうか。

■子どもを上手にほめる方法

普段している当たり前のこともほめる

家事や育児に忙しく、ついつい子どもの良くないところばかりが目につき、叱ってしまい、ほめることが少なくなってしまうときもありますね。でも、よく考えてみると「できること」は当たり前で、「できないこと」にばかり目が行きがちになっていませんか？「朝、元気にご挨拶できたね。」「残さず、全部食べられたね」という風に、ときには子どもが普段していて「当たり前のこと」も取り上げてほめてください。

感謝の気持ちを伝えるだけでもかまわない

また、単に子どもが何かしてくれた時、例えば小さい弟や妹が泣いているのを教えてくれたり、頼みごとをしてくれた時などに「ありがとう。助かったわ。」と感謝の気持ちを伝えるだけで、子どもは、ほめられた、役に立てたという気持ちになり、次もほめられたい、役に立ちたいという前向きな気持ちになれるので

す。これだと今日からでも実践できるのではないのでしょうか。

■プロセスの逆転

子どもに対して「何やっても、下手ね」とか「泣いてばかりね」と否定的な言葉を使っていると、そのとおりになってしまいます。反対に「いつもお手伝いしてくれてありがとう。弟の面倒を見てくれてありがとう」プラスの言葉をかけると、お手伝いをしてくれて、弟の面倒をよく見る子になっていくのです。これは、プロセスの逆転とも言われています。

■上手なほめ方の5つのポイント

次にほめ方ですが、ほめ方にも工夫が必要です。心をこめずに口先だけでほめることは、かえって不信感を抱かせます。

- 1 子どもをよく見ていて、心を込めてタイミングよくほめる
- 2 何かをしながらでなく、子どもの目線まで下りて、しっかりと目を見てほめる
- 3 抱っこしたり、頭をなでたりして、スキンシップをとりながらほめる
- 4 結果のみをほめるのではなく、プロセスや努力をほめる
- 5 「○○ちゃんより上手だね」など他の子どもと比較しない



子どもを上手に叱る方法

ほめて育てることの大切さについてお話しましたが、やはりほめるだけでは、子育てはできませんよね。叱ることも大切な親子のコミュニケーションです。そこで、上手に叱る方法についてお話します。

私たちは、なぜ叱るのでしょうか？それは、「なぜ、したらいけないのか」「なぜ、しなければならないのか」を伝え、理解させるためです。ですから、親の感情をぶつけるのではなく、冷静に話さなければなりません。命にかかわることなどで急を要する時などは例外ですが、たいていの場合は、冷静に話した方がいいのです。しかし、それができていない親が多いようです。

■上手な叱り方の6つのポイント

ほめるときと同様に子どもと同じ目線で、子どもの目を見て、愛情を持って叱る

スキンシップを取りながらというのも大切です。あなたが好きだから叱っているのよということを伝えるためです。

理由をきちんと説明して叱る

「スーパーの中を走り回るのは、お店の人が怒るからダメ」ではなく、どうしていけないかを説明しましょう。たとえば、「他の人にぶつかって迷惑をかけるから」、「積んである商品にぶつかって、お店に迷惑をかけるから」、「ショーケースにぶつかってケガをすると危ないから」など、きちんと理由を説明することが大切です。

叱るタイミングも重要

やったあとで時間が経ち過ぎていたら、子どもはピンと来ません。やった後すぐに叱るの

が効果的です。けれども、子どもにも自尊心があるので、人前で叱って恥をかかせることは避けなければなりません。ですから、そんな場合はすぐにやめさせて、ひと気の少ないところへ移動するなどして叱るといいでしょう。

子ども自身の言葉で反省させる

子どもに「なぜ、したのか」、「なぜ、しなかったのか」を説明させ、それがなぜいけないのか、これからどうするのかを、子ども自身の言葉で語らせます。

また、子どもが自分なりの考えを示したときは、まずは、ほめてあげてください。「よく考えることができたね」と言葉をかけながら、しっかり抱きしめてあげてください。

たとえ、その考えが間違っていたとしても、最初から否定せず、その考えをまずは受け入れてください。「○○ちゃんは、そういう風に考えたんだね。もっと他の考え方はないかな?」というように、子どもが自分の考えを話しやすい雰囲気を作り、じっくり聞いてあげてください。この場合も、手を握って話を聞くなどのスキンシップは効果的です。

叱った後のフォローも重要

いつまでも、気まずいままではいけません。叱った後は気持ちを切り替えて、普通に接するようにしてください。

「お母さんが叱っているのは、あなたの行動に対してであって、あなたの全てを叱っているのではない」ということを伝えるためにも、叱ったことを引きずることなく、別の場面では普通に接することが大切です。

注意したことが改善されていたときは、ちゃんとほめましょう

「今日、一緒にお買い物に行ったとき、この前、お母さんが言ったことをちゃんと守れた

ね」と話すことによって、一度叱ったことが2倍3倍の効果になって現れます。

■叱るとき、やってはいけない10か条

叱るときに、やってはいけない重要なポイントがあります。場合によっては、取り返しのつかないことになるケースもあります。ここに、上手な叱り方のポイントを「べからず集」の形でまとめてみました。

感情的に叱るのはダメ

感情的に叱らないためには、一度深呼吸をして、気持ちを落ち着けてから叱るといいでしょう。感情的に叱ってばかりいると、情緒不安定な子どもになる場合もあります。

子どもの言い分を聞かずに、叱るのはダメ

例えば兄弟喧嘩では、喧嘩の理由も聞かずに、上の子どもを叱ってしまう親も多いのではないのでしょうか。これに限らず、子どもの話を聞かずに、頭ごなしに叱ってはいけません。

まず、冷静に、子どもの話を聞いてあげましょう。

くどくどといつまでも叱り続けてはダメ

くどくどといつまでも叱り続けていると、かえって親の意図が伝わりません。親の伝えたい内容は心に残らず、怒られているという印象だけが強く残ってしまいます。

自分の都合で叱ってはダメ

疲れているからといって、八つ当たりで叱ってしまうことはありませんか？ 後でお母さんが後悔するだけです。

両親が一緒になって叱るのはダメ

両親が一緒に叱ってしまうと、子どもの逃げ場がなくなってしまう。一方が叱れば、

一方がフォローするという形が理想的です。

誰かと比べて叱ってはダメ

「〇〇ちゃんは上手なのに」、「お姉ちゃんはおっと早くできていたのに」と、誰かと比較して叱ってはいけません。ひがみやすい子どもになってしまいます。また、いつも同じ子どもと比較していると、その子どものことが嫌いになってしまう場合もあるので気をつけましょう。それは兄弟間でも言えることです。

昨日と今日で言うことを変えてはダメ

一貫性を持って叱らないと、子どもは親に不信感を抱きます。また、父親と母親もしつけに関して話し合い、統一性を持たせましょう。人によって言うことが違うと、子どもは迷ってしまいます。

全人格を否定する言葉や子どもを突き放す言葉は、使ってはダメ

「生まれてこなければよかったのに」など全人格を否定する言葉や、「もう、知らない！ 勝手にすれば」、「出て行きなさい」など、子どもを突き放す言葉は子どもの心に深い傷となって残るので、絶対に使ってはけません。言った親の方は忘れてしまっても、言われた子どもの方は、いつまでも覚えているものです。

昔のことまで引っ張り出して叱るのはダメ

子どもを叱っていると、そのことに関連した過去の過ちも思い出し、つい昔のことまで叱ってしまう親は多いようです。終わってしまったことを言っても意味が無い上に、子どもが嫌な思いをするだけです。

愛情のない体罰はダメ

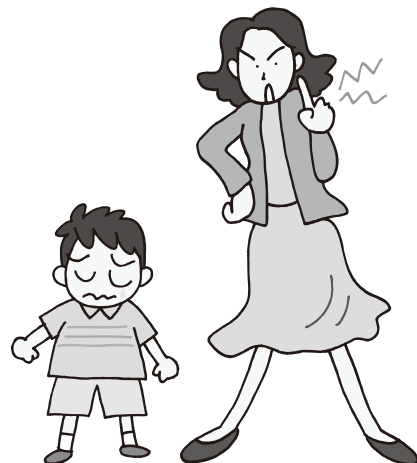
体罰を与えることによって、親の意図が伝わりにくいだけでなく、子どもの心に深い傷を残します。さらに、その恐怖から嘘や隠し事な

どで自分を守ろうとしたり、また、友達にも乱暴になる場合もあります。

いかがでしょうか。皆さんの叱り方で、思い当たる点はありませんか？「この10か条、全てを守ることなんてできない」と思っている人も多いと思います。それで当然だと思います。理屈ではわかっている、なかなかできないものです。

上手に叱ることは難しいことです。でも、だからといって、叱ることを避けないでください。溺愛され、我慢することを知らずに育った子どもは、自主性が育ちません。また本気で叱られないことに不満を感じる場合もあります。愛されていないと感じるのです。子どもは無意識に、叱られたいという思いから、非行に走る場合もあります。一番大切なのは愛情を持って叱るということです。

最初から理想的な叱り方ができる親はいません。一つでも、二つでもいいので、できそうだなと思うことからやってみてください。「親も子どもと一緒に成長していく」という気持ちで、少しずつ実行して行きましょう。



絵本育児のすすめ

～子育ては絵本があれば大丈夫!～

劇団天童・天童芸術学校代表
絵本読み語りアカデミー校長

浜島 代志子



子育ての極意は、なあに？

心とからだに良い食事をあげること。健全な心は健全な体に宿ります。だから、健全な子育てがとても大切なのです。

人は心と体で成り立っています。心の栄養、体の栄養、この両方があってこそ良い子育てができるというものです。5歳の孫との問答です。「人は何でできているの?」と私。「心とからだ」と孫。「ばあば、知ってるよ。心は絵本とおはなしでしょ?からだはちゃんとご飯食べることだよ。」孫は得意そうに言います。「当たり前!大当たり!」と私。こんなやりとりがあって絵本やおはなしタイムに入ってゆきます。

絵本で子育ては基本の「キ」

絵本無くして人は人にならない、と私はいつも言っています。保育園や幼稚園のお母さん方は、「えーっ?絵本ってそんなに大事なの?」と怪訝な顔。子育て中のお母さん方で、こどもの頃に絵本を読んでもらっていない方がぐんと増えました。テレビやゲームが主流になりかけていた頃にこども時代を過ごした人達のようにです。

絵本を読んでもらう時の心の喜び、わくわく、ドキドキ感、やさしい声のぬくもり、親への信頼感、保育園や幼稚園、学校で先生に読んでいただいた友達との共通感動体験が少ない人には「え?絵本って大事なの?子育てに必要なの?」と思うのも無理ありません。こどもの時に絵本を読んでもらったり、おはなしをしてもらった体験がない人って気の毒だなと思います。かけがえのない時期だったのにね……。

だから私は、お母さん方や先生方の為に絵本読み語りをしたり、語り芝居の実演をします。時には親子でおはなしや語り芝居、人形劇、ミュージカルの実演をします。おはなし劇場と呼んでいますけどね……。

それも対話式、参加型で行います。こどもの声を受け止め、物語の中にすうっと入り込ませ、物語のメッセージをきちんと汲み取れるようにするのです。



絵本は心の食事、その効用

絵本は心の食事、その訳を書きましょう。

①絵本で言葉が豊かになる

人は、心情や感情を言葉で表現します。こどもはどこで言葉を獲得するのでしょうか。それは、おとなの言葉を聞いて獲得してゆきます。お母さんがこどもにかけ言葉の数を考えてみてください。案外、少なく、貧しいものです。親子の朝から晩までの会話を再現してみましょ。

<朝>「早く起きなさい」「顔を洗いなさい」「歯は磨いたの?」「いつまでぐずぐずしているの!」「さっさとしなさい」「遅れるわよ」「何べん同じことを言わせるの」「ママだって忙しいのよ」「行ってらっしゃい」「車に気をつけて」

朝の親子はおおよそこんな感じでしょうか。この頃は働くお母さんが増えてきましたから、朝は戦場さながらでしょう。

<昼と夜> 子どもが帰ってきたら、「手を洗いなさい、うがいしなさい」「宿題は?」「塾の時間よ」。寝る前になると、「早く寝なさい」「明日の用意はできたの?」「さっさと寝なさい」。

「本、読んで」とこどもがねだったとしましう。「本なんか読んで暇ないわよ。ママだてすることたくさんあるのだから。早く寝てよ」お母さんもいっぱいいっぱいなのです。

時間がない、時間がないが口癖になっているお母さんに、こどもは、絵本読んでとはいにくい。時間が無いと言いながら、テレビはしている、ゲームはしている、メールのやりとり時間に費やしているということはないでしようか。

こどものまわりに豊かな言葉、豊かな心を持ったおとながいれば、自ずと子どもは豊かな心と言葉を心の中に貯めてゆきますが、そのような良い環境にいる方は少ないですね。

そこで、絵本が大きな役割を果たしてくれ

るのです。

絵本の中にある言葉はとても短いですね。簡単そうに見えますね。

そのとおりです。絵本の言葉を声に出して読んでみてください。味わいがあり深い言葉がたくさんあるのです。

こんなに短い言葉の中にこれほど深い意味が込められるのかと感心してしまいます。読み手のおとなが感心しているとこどもに伝わります。こどもはとても敏感ですから、お父さん、お母さん、先生が感心していると同じように感心します。感心・感動があるときに言葉は身についてくるものです。

おとなが感心・感動できなくても(忙しかったり、眠かったり、いらいらしたり、言葉に鈍感等の理由で)こどもは、おとなより感性が優れているので、ちゃんと言葉を身につけ心に貯めてゆくのです。それは、それは、見事なものです。人間は賢いのだな、こどもの感性のままおとなになればどれほど素晴らしい人生になるだろうと感じ入る場面に何度も出会います。

だから私は、こどもの現場(絵本読み語りやミュージカル、人形劇、語り芝居の実演、おはなし劇場等、言葉を大事にする)を離れる事は出来ません。私が一番恐れているのは評論家になってしまうことです。「生涯現役」と名刺に刷り込んでありますが、こどもと出会う現場人間でありたいと願っているのです。

日常の暮らしの中には無い言葉を身につけ、心に貯めることが出来るのが絵本の読み語りです。テレビ、ゲーム、メールでは豊かな感性は育ちにくいと思います。それは、豊かな言葉が少ないからです。今も私自身に戒めています。とにかく私は活字人間、活字中毒、文を読まないで一日を過ごすなんて出来ないのです。新聞無くして一日は始まりません。文を読むことで心が満たされてゆくのがわかります。

②想像力が育つ

人は想像力を持って生まれています。ライオンやイヌやネコが想像力を持っているという話は聞いたことがありません。想像力とは、見えないものを見る力、聞こえないものを聞く力、何も無いところから感じる力だと思います。人間って素晴らしいですね。

この素晴らしい力を育てるのが絵本の読み語りです。

絵本は絵と文で成り立っています。絵を見て想像し、言葉を聞いて想像します。目と耳が働き、見えないものを見る力、聞こえないものを聞く力、つまり、人間力を養うことが出来るのです。

絵本の中では、悲しいことや辛いこと、きびしいことに会う主人公がいます。そういう人に出会うことで人の痛み、喜びがわかることもに育ちます。冒険をする主人公、意地悪して嫌われる主人公、究極の愛の為に命を捧げる主人公、苦しい環境を切り抜ける主人公等に出会うことで、こどもは絵本の中に感情移入して感情体験することが出来るからです。

他人事(ひとごと)だと思わず、自分のこととして感じる力とはびきりすごいことなのです。このようなこどもが成長すれば、苦しんでいる人を見ても知らん顔、カンケイナイと通り過ぎるおとなにはならないでしょう。

冷たい世の中にしない為にも人の痛みや喜び、哀しみが想像できるこどもを育てなければなりません。それが絵本で出来るのです。

物語を体験できるこどもが羨ましいと思いませんか。こどもに接しているといつの間にかすりへっている我が想像力に愕然とすることがあります。

テレビでは、想像力が育たないのでしょうか。内容によりますが、絵本とテレビとどちらがこどもの想像力を育てるか、と問われれば、間違いなく絵本に軍配があがります。

一番の大きな原因は、絵本読みには人が介在する、テレビ観には人が介在しないということです。絵本を読んであげるということは、愛の証しです。生で声でこどもに向き合うことは、究極の教育です。こどもの反応をみながら、こどもの声をすくいあげながら、こどもの心の動きに気を配りながら読むのが絵本の極意です。

一方的につらつらと読むのが良い、感情を入れてはいけない、こどもの反応をすくいあげるのは良くないと言われて困っているお母さん方や保育者をたくさん知っています。

赤ちゃんの時からテレビ漬けのこどもに言葉が出ない、発音が遅れる、という問題があります。脳に障害があるのかと検査しても障害は無い、何が原因なのかというと赤ちゃんの時からテレビ漬けにしてきたのでテレビの音には反応しますが、人の声には反応しなくなったというのです。言葉が出ない、無表情になる例がとても多いそうです。

想像力は放っておいて育つものではありません。こどもに絵を見せ、文を読み、声をかけながら絵本を読むことでこどもの頭が回転するのです。心情が豊かに育ち、人と上手に関われるようになります。テレビを敵視しているではありません。良い番組もたくさんありますから…。

問題は、一人観(み)させないことです。親子で観る、おじいちゃん、おばあちゃんと観る、観ながらしゃべる…、これが大事です。

「すごいね」「あの人えらいね」「あんなことしちゃ良くないね」「これは良い話だ」等とおとなが感想を言うことが大事です。つまり、生きることの価値観をきっちり伝えることが大事です。一方的な垂れ流しテレビ観をさせないことが、おとなとしての責任だと思います。

「テレビ見せてればおとなしいから助かるのよ、ご飯の支度出来るし、洗濯物も取り入れられるし」という忙しいお母さんの気持ちも

わかりますが、その間に、こどもをテレビに奪われてしまい、想像力が乏しい、言葉の貧しいこどもになっているかもしれません。

言葉の力、声の力はすばらしいです。一番怖いのはコミュニケーション能力が落ちることです。

便利だ、楽だ…の裏にけっこうな落とし穴があるということです。

③思考力が育つ

「人間は考える葦である」と言われますが、ほんとうにそのとおりですね。考える力が無くなってしまったら、もはや人間とはいえないでしょう。

こどもの時から考える力、習慣をつけてあげなければなりません。こうなると、それ、塾だ!と走るのは間違いです。

考える頭、思考力を養う為には絵本を読んでもあげるのが一番なのです。

塾じゃないの？

いいえ、違います。始めに絵本です。

絵本の読み語り(私は読み聞かせという言葉がどうもしっくりこないのです)をしてあげると、こども達はじいっと深い目をして聞き入ります。頭の中が、心が動いているのがはっきりわかります。

想像力を刺激する豊かな絵と短い言葉で成り立っているのが絵本ですから、聞き手のこども達は、否応なく次はどうなるのかな、あのネコはどうなるのだろう、虎が腐った鎖をつかんだのもそれなりの理由があったからなのだ、手袋の中にあんなにたくさんの動物が入ってしまったのはどうしてだろう?等と想像の翼を羽ばたかせて聞かれています。

そして、考えます。考えるときは言葉で考えます。宝箱の中に入っているこれまで貯めてきた言葉が俄然、力を帯び光を放つのです。言葉の数が少ないこどもは、考える力も単純で、自分の思いが表現できないと乱暴な口を

きいたり蹴ったり叩いたりものを壊したりすることがあります。無い袖振れぬ…とはこのこと、いつも豊かな言葉の貯金をしておいてあげなければなりません。

思考力が育っていれば、孤島にいても災害に遭っても苦しい目に遭ってもなんとか考えて生き抜くものです。

絵本をたくさん読んでもらっていればたいへんな目に遭っても、「ああ、ロビンソンみたいだ」「やはり町のねずみより田舎のねずみがいいや」とか「マウイみたいに人の為に最後までがんばろう」「こわいものがきてもスイミーと赤いさかな達みたいにひとつになろう」等、絵本のシーンが鮮明に蘇ります。登場人物の行動がこどもの中にしっかりと根をおろしているの、判断の拠り所となるのです。絵本を読んでもあげることで判断の拠り所、人生の道しるべを知らず知らずのうちにこどもに教えてくれているのです。

ですから、絵本選びには気をつけなければなりません。こどもが喜ぶからといって毒になるような絵本を与えては悪い考えを身につけてしまいます。こどもの良い心情と人格を育てるために絵本は必須の教育ツールです。

良い絵本を読んでもらわずに大きくなったこどもが小学校中学年になって成績が伸びないことがあります。生まれもった頭は良いのにどうして?と焦る親は塾、塾と走るようですが、お門違いというものです。

思考力、想像力、言葉の力が不足しているこどもにはもう一度原点に戻って絵本読みから始めるといいのです。



絵本選びは食材選び

絵本は心の食事です。良い食事を与えて健康にするためには良い食材を選びますね。絵本は心の食事ですから、良い食材を選ばなければなりません。

食材選びは親の目、保育者の目が一番頼りになります。推薦本を参考にするのも良いのですが、なんといっても愛情たっぷりの親や保育者にかなうものはありません。

素直な気持ちで選ぶことが大切です。「ああ、おもしろい」「心が豊かになった」「元気が出る」「勇気をもらえる」「優しい気持ちになれる」「くじけそうな気持ちが治った」「めっちゃくちゃ笑える」(笑う内容には気をつけて。足の裏をくすぐれば笑う、人の欠点をあげつらって笑う等は論外)等、人として持っていたい心情と人格が育つ絵本が一番です。だからといって、お説教臭い絵本にはこどもは振り向きもしません。登場人物に感情移入する中でさりげなく人生で大切なことを感動の中で伝える絵本を選んでいただきたいと願います。

優れた絵、良い心情のある絵本選びが大切です。ご参考までに拙著「えほん育児学のすすめ」(偕成社刊)をお読みくださることをお勧めします。

この本は全部実演した絵本、絵本のメッセージ、こどもの反応と対応、本好きにするノウハウ、対話式絵本読み聞かせの利点等がたっぷり入っています。



対話式絵本読み聞かせが こどもを伸ばす

私は国語の中学教師で社会人をスタートしましたが、中学では遅すぎる、幼児と小学生がもっと重要だと思い、千葉県松戸市で図書館建設運動、図書館運営、おはなしキャラバン活動の中におはなし教育の真髄を見いだしました。人形劇、フィルム、紙芝居、絵巻物等、多彩な媒体を駆使してのおはなし教育ですが、特徴は「対話式」です。こどものお口にチャックをして静かに聞きなさい、何も言っちゃダメというスタイルはこどもの本性を伸ばさないどころか本嫌いにすることもあるということを知ったからです。

対話式だからといって無駄なおしゃべりをするわけではありません。本文を大切に伝えたいメッセージをきちんと伝える為の工夫をします。こどもの声をひろいあげ、物語に引きこみ、こどもの思考力、想像力を刺激し、本文に立ち戻りメッセージをしっかりと伝えます。

難しいことはありません。いくつかのポイントを押さえれば大丈夫です。まずは実践してみる、案ずるより産むが易しいものですからね。

昔話は栄養いっぱい、 人生の道しるべ

昔話には人生を導く素晴らしい力があります。ただ、ぼやあつとした昔の絵本が、こどもだましだと思わないでください。先人が残してくれた大いなる遺産です。なのに、価値を知らない人が勝手に書き換えてしまっている現状は哀しいばかりです。短い物語の中に偉大な教えや導きがあるのです。迷ったとき、これから歩む道がわからなくなったとき、昔話のお世話になっています。

長年培ってきた松戸のおはなしキャラバンは消えましたが、今は劇団天童活動の中でミュージカルという新たな媒体で古典をわかりやすく親しみやすく表現しています。

こどもさん向けには「うりこ姫とあまんじゃく」「みにくいあひるの子」おとな向けには「山椒太夫」「ナオミとルツ」「アマテラス」「アンデルセン物語」。家族で観られる作品は「人魚姫」「王妃エステル」「鶴女房」「太陽の子」等。

また、こどもとおとな育成事業として天童芸術学校でミュージカル、語り、バレエ、絵本読み語り等のレッスンをしています。

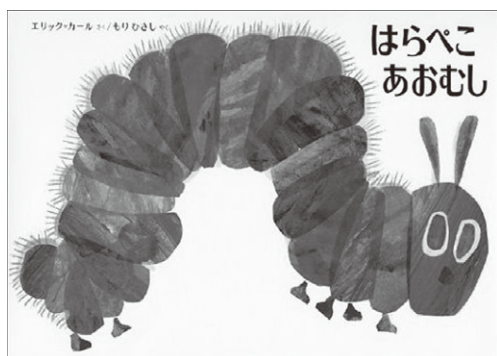
私は、生涯現役でいようと思います。持っているノウハウは全てお伝えしましょう。いつでも丁寧にお応えしますので気軽にご連絡ください。(連絡先は執筆者紹介に記載)

おすすめ絵本

拙著「えほん育児学のすすめ」を参考にいただければお役に立つでしょう。私が翻訳した絵本はこの本の中に入っていないので、是非、お読みください。



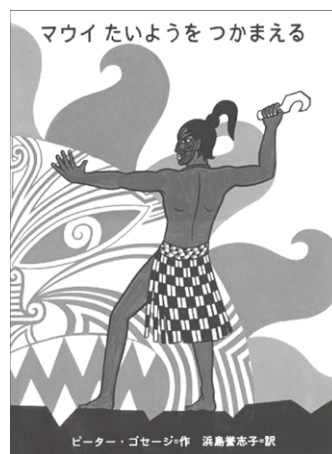
「タニファ 海と空と大地の宝物(ニュージーランド民話)」
ロビン カフキワ(著)、浜島 代志子(翻訳) コスモ21刊



「はらぺこあおむし」
エリック=カール(著)、もり ひさし(翻訳) 偕成社刊



「新・講談社の絵本 一寸法師 他」 講談社刊
古典絵本から、復刊希望の多い作品の復刻版。



「マウイ たいようをつかまえる(ニュージーランド民話)」
ピーター・ゴセージ(著)、浜島 代志子(翻訳) 偕成社刊

■執筆者紹介

上野 緑子 片付け力が子どもを伸ばす／上手なほめ方・上手な叱り方

神戸大学教育学部卒。幼児教室の教師や小学校受験の個人教師を経て、現在は、教育コンサルタントとして、原稿執筆、講演など教育・子育てをテーマに活動中。

All About「早期教育・幼児教育」「子供のしつけ」ガイド。一男一女の母親でもある。

「上野緑子オフィシャルブログ 幸せな教育☆子育てを応援!!」<http://ameblo.jp/mi-doriko-ueno/>

浜島 代志子 絵本育児のすすめ～子育ては絵本があれば大丈夫!～

インドネシア生まれ。神戸大学文学部国文学科卒。神戸市立中学教師の後、夫の転勤で松戸に住む。三人の子育て中にお母さん達と図書館建設運動、図書館運営しながら対話式おはなし会活動を行う。その後松戸おはなしキャラバン設立、図書館事業として位置づけられる。更に県認可の財団法人となる。脚本、演出、出演、年間250回の公演。おはなしキャラバン勇退後、劇団天童設立。プロ活動に転じる。ミュージカル、絵本語り、語り、パレエ、歌などの公演、講座、講演、執筆、天童芸術学校生徒指導等、喜びの中で三代劇団として活動。長女、次女、孫4人が劇団天童で活動。ご相談は遠慮なくどうぞ。

劇団天童 URL [http:// gekisantendou.com](http://gekisantendou.com)

Mail hamashima@gekisantendou.com

TEL/FAX 047-703-7932

〒270-2251 松戸市金ヶ作24-1 第五泉ビル201

■協力園

扇こころ保育園(東京都 足立区)

■「健康教育」あらまし

こどもたちのすこ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>

「かん・ゆ」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。



「よみかぜ」^{80. Love} TOKYO FM [FM80.0MHz (15:10頃～)]

「絵本の読み聞かせ」という手法で、小さなお子様から大人まで音から想像する楽しさをお届けしております。また、現在ラジオ内で流れる「肝油ドロップCM」でお名前を呼ばれたいお子様を募集しております。応募方法は弊社ホームページにてご確認ください。

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