

「健康教育」

-----沒有健康的身心就沒有健康的教育-----

這是 1911 年、河合集團創業者藥學博士・河合龜太郎提倡的企業理念

本刊是為了提供提倡更多的有用的育兒情報，祈願孩子們的健康成長，而發行的季期刊。我們壹直致力於傳承創業者・河合龜太郎的「健康教育」的理念。希望您今後也愛讀本刊。

目錄

- 3. 和祖父母的關係培養孩子心靈
- 9. 兒童和書
- 15. 概況

和祖父母的關係培養孩子心靈

NPO 法人育孫 日本代表

網站「孫子撫養技巧」

主編輯

棒田 明子

父親去世後教會我關於祖父母與孫子之間關係

這是大約十年前的事情了。有一天，我接到了母親的電話，她說："爸爸倒下了，情況可能不妙....." 當時我住在日本神奈川縣橫濱市，而父母住在千葉縣松戶市。我的長子上小學二年級，次子還只有四歲。我立刻趕往醫院，但未能及時趕到，父親獨自一人離開了人世。

長子和爺爺是非常親密的兩個人。他們一起散步、玩耍，有時還一起做些手工活。對於父親和我的兩個孩子來說，那段時間是幸福的時光。然而，這位親密的爺爺突然去世了。次子有些半信半疑，而長子則一直陷入困惑，不知道該如何接受爺爺的去世，他一直在呻吟不止。當從醫院把父親的遺體送回家時，他甚至無法離開父親的遺體，坐在搬運遺體的車上一同前行。回到家後，他還堅持說要和爺爺睡在一起！我至今都記得他說這句話的情景。看到兒子的這種表情，我感到雖然時間很短暫，但他們兩個人一起度過了美好的時光，我真的感到非常幸運。

父親和孩子們之間的關係，並不是特別特殊，我一直認為這只是普通的"祖父母和孫子"關係。然而，事實上我意識到"祖父母和孫子之間良好關係"的建立並不容易。在父親去世後，有一個和我同齡的媽媽說："我家的兒子在他爸爸去世時，說道：'少了一個給紅包和禮物的人呢~'。嗯，我和丈夫的父母相處得不好，幾乎不見面，所以也無可奈何。但是，看到小波家的哥哥，我有點後悔自己對兒子做了些不好的事情。"在那個時候，我第一次意識到"父母和祖父母的關係"會影響孫子所獲得的愛的不同。

由於代際差異而引起的問題

祖父母和父母的關係惡化的原因是什麼呢？通過自己的經驗和各種調查，我發現在照顧嬰兒和教育等方面的問題會導致關係惡化。而其中一個主要原因就是代際差異。

當祖父母一代聽到"有個寶寶出生了"這個消息時，他們會想起自己當時的育兒經驗。而父母這一代則會搜集最新的育兒信息。這之間已經過去了 30 多年的時間。育兒和教育等方面，有些東西可能不隨時代而改變，但隨著科學技術的進步，也有很多方面發生了很大的變化。

過去，祖父母那一代人認為哺乳比餵奶粉更有助於寶寶的智力和健康。而現代觀點認為，從免疫力和母體恢復等方面考慮，母乳對嬰兒更好。此外，母乳可以提供嬰兒所需的營養和水分，因此不需要白開水或果汁。由於父母一代不了解祖輩的育兒經驗，只了解現代的信息，他們會對父母的建議產生質疑，有時甚至產生反感。

祖父母可能會認為"孩子一點也不聽話"或者"現在的方法我完全不懂"，很多時候不願意聽父母的話。儘管雙方似乎在說不同的事情，但實際上，根本上都是出於同樣的願望："希望孩子健康快樂地成長！"儘管如此，卻會導致問題發生，甚至有些關係會中斷。

孫子有權獲得祖父母的愛

生命的誕生。有父親，有母親，還有雙方家庭的爺爺奶奶。這似乎是理所當然的，但如果其中任何一個人缺席，甚至是祖先中的任何一個人缺席，那麼嬰兒的誕生就是不可能的。而且，這個新生的小小而脆弱的生命有權從那些絕對不可或缺的人那裏獲得"愛"。這不應該受到父母和祖父母之間關係的影響。

然而，在現代家庭核心化的情況下，如果父母不自覺，與祖父母的交往可能只會成為金錢和禮物的交往。為了孩子，爸爸媽媽會讓他們參加各種課外活動，這種情況很常見，但在日常生活中，有意識地重視"與祖父母的交往對孩子的重要性"的父母並不多見。如果與祖父母的交往較少，孩子們從祖父母那裏獲得的愛也會減少。而且，如果關係惡化，幾乎不再見面，本來應該從四位祖父母那裏獲得愛的機會也將減半。

祖父母的角色

幾乎沒有動物會與祖父母一起育兒。儘管靈長類動物（如猴子）的群體中有祖父母存在，但他們很少參與育兒。實際上，在孫子出生之前，能夠活到那麼大的生物並不多。那麼，為什麼人類的壽命比其他動物長呢？

我對生物並不了解，但我聽說過這樣一種說法："沒有生存意義的生物會失去生命、失去功能。相反，如果有意義，生物會繼續生存，並為了生存而進化。"人類的壽命，特別是日本人的壽命延長，當然有醫療進步的原因，但是否因為有"活下去的意義"呢？

"祖父母的活下去的意義"，那就是"祖父母的角色"。祖父母的角色因各個家庭環境而有很大差異，但作為代表性的角色，我認為有"成為孫子心靈的綠洲"、"成為父母的支持者"、"傳承文化"、"向孫子們傳達生活、衰老和死亡"等。

成為孫子心靈的綠洲

在家庭核心化的現代社會中，最讓人擔心的是"孩子們沒有避風港"這一事實。在電視節目《波子家的日常》中，波子被波波教訓後，常常會去奶奶和爺爺那裏。但在核心家庭中，沒有逃避的地方。在家裏的話可能是去洗手間，如果不想見面了，他們可能會跑到外面。

祖父母的角色是在孩子們逃向外面之前的緩沖區。通過與祖父母講述被父母教訓的事情，心情得到平靜，感到滿足，因為有人接納了他們幼小的心靈，提供了一個場所，我認為這對孩子們是必需的。

如果不住在一起，那麼在那個時刻無法立即實現，但在暑假和新年等時候見面時，能夠對祖父母說："奶奶，剛才媽媽……"說出對父母的抱怨，說出對父母無法說的話，這將治愈孩子們的內心。成為父母的支持者

去年，"全職爸爸"這個詞在報紙上被提及，男性參與育兒與過去相比積極得多。甚至有國家鼓勵提高男性育兒假期使用率的動向。儘管如此，母親的育兒負擔仍然很重，許多母親都承受著壓力。此外，儘管產後繼續工作的女性增加了，但托兒所和學童保育中心等設施的建設進展緩慢，現實情況是並非所有人都能將孩子送入托兒所或學童保育中心。

育兒的壓力，想把孩子寄養出去但沒有地方可以寄養，對於這樣的父母來說，祖父母的支持真的非常可貴。此外，通過支持父母，不僅滿足了父母的期望，也實現了希望幫助祖父母一代人的願望。

傳承文化

現代生活變得非常便利，但也失去了許多東西。地區文化、家庭文化、飲食文化、孩子們的遊戲文化等，這些都是祖父母那個時代孩子們小時候留下的東西，在現代社會中已經失去或正在逐漸失去，我希望能夠傳遞給孩子們。

告知孫輩生活、老去、將死

然後，第四個祖父母的角色是傳遞「生活的美好」和「生活的樂趣」，通過自己的老去來傳遞生命的珍貴和重要性。我認為這是祖父母所獨有的、最重要的角色。

我曾在大約五年前收到一份報告，報告中說有個小學生在將來的夢想中寫道「想成為一只狗」。老師問：「為什麼想成為一只狗呢？」學生回答說：「狗不需要學習，不需要做家務。長大後也不需要工作。而且，它們不會被責備，每個人都會寵愛它們。」孩子們充滿夢想，他們滿懷希望地描繪著一些大人認為根本不可能實現的夢想，我一直這樣認為。但是，如今我們可以逐漸看到現實中的小學生發生了一些變化。那是為什麼呢？是因為孩子們無法對成為大人產生夢想，也就是說現在的大人們沒有成為孩子們憧憬的存在嗎？如果大人們能夠充滿活力和快樂地過每一天，當孩子們親眼見到這樣的場景時，他們肯定也會改變。對於孩子們的未來來說，大人們首先展示充滿活力和光彩的形象也非常重要。坦白說，爸爸媽媽每天都很忙，孩子們可能認為「長大變成大人很辛苦！」。因此，退休後有點余裕的祖父母一代人可以對孫子們說：「雖然有困難，但活著就會有像爺爺一樣的好事情發生。」這樣，孩子們對長大和年老的印象可能不會太負面。同時，展示「老去的樣子」也是祖父母的重要角色。近年來，社會福利環境得到改善，日本各地建立了許多養老設施。結果是，老人不再與家人一起生活在家裏，而是更多地在屬於老人特殊世界的養老設施中生活。在社區中，我們經常可以看到老年人專用的接送車，即使是與家人一起生活的老年人，白天也會在日間照料中心度過。社會發生了變化，城市中消失了一些景象，那就是扶著拐杖散步或購物的老年人的身影。

現今的孩子們中，有些孩子看到老年人就會說「臟！惡心！」然後逃走。難道他們沒有意識到自己也會變成老年人嗎？養老設施的建立是為了減輕家庭的負擔，讓老年人過上舒適的生活，但卻奪去了孩子們接觸老年人的機會。

喪葬地點也從家中變成了殯儀館。在家中舉行葬禮時，通過花圈和黑白幕布，每個人都能知道是誰去世了，孩子們也有機會參加葬禮。但現在葬禮在殯儀館舉行，孩子們不知道是誰去世了，也沒有機會參加葬禮，因為「會吵到周圍人」。參加葬禮的父母也減少了，孩子們接觸「死亡」的機會與過去相比大大減少。也很少能見到傳統的靈車，我小時候有玩「看到靈車就捏住拇指」的遊戲，現在也不存在了。

對於很難接受他人的「老去」和「死亡」的孩子們來說，他們卻能接受曾經給予他們愛的祖父母的

"老去"。與祖父母建立良好的關係，當祖父母年邁時，自然而然地有許多孫子能夠陪伴他們緩慢行走，例如在樓梯上攙扶等。有個媽媽曾經流淚說，看到自己的孩子友善地對待祖父母時，她不禁流淚，她說：「原來我的孩子們也有這麼溫柔的心靈。」對於接受他人的"老去"和"死亡"，孩子們需要首先經歷身邊人的"老去"和"死亡"經歷。

彼此相互扶持

如同「人」字所示，共同生活。獨自一個人是無法生存的。最初學習互相扶持的地方是「家庭」，而「祖父母和孫子」的關係可能是其中之一。互相扶持不僅是家庭的特質，而是在人與人之間產生愛與溫暖的時候形成的。在家庭中，「祖父母和孫子」的關係是產生愛最容易的地方。「孫子們可愛得讓人不禁喜歡」，對於祖父母來說，孫子是不可替代的存在。通過獲得充分的愛，孫子們的心中會逐漸滋生出善良和關懷的心。

在單一世代中成長的孩子們

現代兒童的一個特點是與同齡人之間的聯系非常緊密，而與其他世代的聯系較薄弱。從母親懷孕時期的父母教室開始，到嬰兒會、嬰兒圈、幼兒園、小學、中學、高中、大學，幾乎所有生活都以 1 學年為單位。但是一旦高中、大學畢業，他們必須與 18 歲到 65 歲，甚至 70 歲以上的人交流。日本的溝通能力低的問題也在新聞和報紙上成為話題，但現在兒童成長的環境使得溝通能力難以培養。

家庭和親屬結構也在戰後發生了巨大變化。團塊世代的出生率是 4.32，有四個或四個以上兄弟姐妹，但 2010 年出生率只有 1.39，尤其是獨生子女較多。團塊世代的親戚很多，有 10 個或更多的表兄弟姐妹，但現代兒童的表兄弟姐妹數量急劇減少。兩個獨生子女結婚後，沒有表兄弟姐妹，也沒有表兄弟姐妹的父母，即叔叔和阿姨。如今的兒童失去了在新年、盂蘭盆節、婚禮和喪事等場合與親戚一起聚會，結識各種人的機會。

「地區的祖父母」和「地區的孫子」

由於少子化，導致了與親屬之間的接觸和交流減少的兒童，是否有什麼好方法可以解決這個問題呢？另外，在少子化的背後，有一些希望成為祖父母卻不能如願的人，我們是否能夠讓他們體驗到生活的快樂和與孫子接觸的喜悅呢？為了思考這些問題，目前正在拓展活動範圍的是不僅僅涉及血緣關係的祖父母和孫子的關係，而是地區社區中的"育兒爺爺"和"育兒奶奶"（意為地區的祖父母和地區的孫子）。通過連接地區的祖父母和孫子，可以減輕因育兒壓力而苦惱的母親的壓力，減輕生活在遠離父母的家庭中的育兒負擔。正如俗語所說："比遠親還近的陌生人"，從現在開始，持有「地區的祖父母」和「地區的孫子」可能成為關鍵。

「地區的祖父母」和「地區的孫子」之間的聯系還可以有助於地區的防犯和防災。在 2011 年 3 月 11 日發生的東日本大地震中，有些父母和子女在避難所見面前要等待三天以上。在等待的期間，他們大多數時間都是與地區的祖父母世代的人在一起。隨著有工作母親的增加，留在

地區的人主要是嬰幼兒和他們的母親，小學生和中學生，以及祖父母的一代。如果有「地區的祖父母」和「地區的孫子」之間的聯系，孩子們可以安心地與熟人一起等待父母的到來，但如果沒有這種聯系，他們將孤單地等待。

要建立"地區的祖父母"和"地區的孫子"之間的聯系，最好由托兒所、幼兒園、小學、中學和社區組織等發起和推進。最近，在托兒所、幼兒園等地，也會舉辦祖父母參觀等活動，但除了自己的爺爺奶奶，也可以邀請附近的爺爺奶奶，讓孩子們向他們發出邀請函，這也可能成為建立聯系的契機。

寶寶是三重幸福的使者

我稱孫子（包括地區孫子）為"三重幸福的使者"。所謂三重幸福，是指兩個人的關係再加上一個人，幸福指數比兩個人單獨在一起時更高。在父母和孩子的關係中加入一個寶寶，就形成了三者之間的關係，從而帶來比以前更多的幸福。而且，當三者建立良好的關係時，每個人的幸福指數都會不斷提升。

我們成年人往往傾向於注重提高孩子的學習能力，但我認為培養關心共同生活的心是非常重要的。關心他人、溫柔的心、體貼的心並不是通過閱讀教科書或被父母告訴"要溫柔"就能培養出來的。我認為它們是在人與人之間的聯系中獲得的愛和溫柔所培養出來的。

借助孩子們的力量，在家庭和社區中發生三重幸福的化學反應，培養具有"關懷心"的孩子們。為此，首先需要重新審視家庭中與祖父母的聯系以及與社區中祖父母一代的聯系。

增加與祖父母見面的機會，如果無法見面就打電話、寫信，即使不住在附近，還有許多事情可以做。此外，在社區中與小孩子交流，參加居民自治會的活動，讓地區的祖父母一代幫助托兒所、幼兒園等活動，可以考慮多種方法來建立地區之間的聯系。

與祖父母和孫子之間的時光是有限的。讓我們從今天開始嘗試能做的事情吧。

孩子與書

兒童文學評論家

赤木 かん子

當我思考關於兒童和書籍的時候，我首先會根據年齡進行劃分。
與孩子們經常相處的各位應該都非常清楚，因為人類在小時候有很多事情是做不到或者理解不了的。不能做的事情就是不能做嘛。

針對大約 8 個月左右的孩子們

所以，首先從大約 8 個月開始...這裏有很大的個體差異...我會從以下的孩子開始思考。這樣說起來，總會有人說：「誒？這麼小的孩子，他們不會懂書吧？」但是我相信作為專業的育兒專家的各位都知道這並非如此。

人類是非常聰明的。從一開始，人類就知道如果感到不舒服就會哭。如果把討厭的東西放到嘴裏，他們會皺起眉頭吐出來。

向他們展示一本書的圖片（不一定要是繪本的形式，甚至只是一張傳單也可以），然後說：「看看這是貓咪。」雖然不是真正的貓，但他們可以認識到那是貓。嬰兒已經可以進行抽象思考。當然，並不代表他們能理解長篇故事，因此嬰兒繪本通常都是單頁完整的。

迄今為止，我見過的年齡最小的孩子是在 3 個月大時，對科學家廣誌的《達魯瑪先生》這本書開心地笑了起來。這本書是雙頁完整型的，每次翻開都有「達魯瑪先生 嘍」的對話。（達魯瑪系列共有 3 本，其中 2 本是大書）

然後是「嘍吡」——（這個也有手掌大小和大書兩種版本）

這是一部從不滿 1 歲的嬰兒到大約 7 歲左右的孩子都喜歡的不朽名作。

第一頁是「青蛙...」，第二頁就是「嘍吡！」地跳起來。如果你給他們讀大書，大多數孩子都會跳起來笑（笑）。即使是大約 7 歲左右的孩子！

這本書在大約 7 個月左右的孩子中就能獲得很好的反應。嬰兒在只有 7 個月的時間裏就能夠理解第一頁和第二頁是相互聯系的。

但是，我完全不知道在 7 個月之前的嬰兒眼中，什麼樣的東西，以及為什麼會喜歡。最準確簡單的方法就是詢問本人。帶他們到有很多書的地方，問問哪本好？這是最準確簡單的方法。儘管如此，人們總是會說：「這麼小的孩子怎麼可能選擇書呢？」但是，他們是可以選擇的！他們知道自己不喜歡的食物。他們也知道不喜歡的書。如何選擇兒童書籍

孩子選擇書本的方法

如果你問哪本好，他們會伸手去拿喜歡的書。但是這樣說的話，大多數書對普通的父母來說，他們會發出不滿的聲音，像「哎呀～，這些書都不行」，為什麼呢...大多數父母希望給孩子讀一本專家認為很棒的書。當然，書的好壞是有差異的。否則，文學評論就沒有存在的意義了。但是，作為藝術作品而言，好的書等於有趣的書嗎？等於想讀的書嗎？這樣看來，怎麼樣

呢？那時的心情也很重要。假設你每天都被告知這是一本很棒的書（我並不反對），比如《戰爭與和平》或者《罪與罰》，你會有什麼感受呢？

首先，到底為什麼要給嬰兒讀書呢？

因為我希望他們能夠「變得幸福」。每個人在嬰兒出生時，都會覺得他們很可愛，想要照顧他們。大人玩搖鈴並不是因為搖鈴本身有趣。大人之間很少互相搖鈴。但是如果你搖給嬰兒看，他們會開心地笑，因此大人希望看到他們的笑臉，所以大人會搖擺搖鈴。

如果在這個時候嬰兒開始哭泣，一個正常的大人會說：「對不起，對不起，嚇到你了嗎？」然後抱起他們，安撫他們。但如果有一個大人對嬰兒說：「我給了你這麼好的搖鈴，你居然不高興！」並生氣地責備他們，那就是大問題了。這種態度會阻礙嬰兒的健康成長。

書籍也是一樣的。他們可以自己選擇想要讀的東西，想要怎麼讀就怎麼讀。但是，孩子們還不能閱讀文字...那些小小的黑點，如果沒有以語言的形式給出，他們就讀不懂內容。所以需要有人來讀給他們聽...

一個成年人和 1 歲或 2 歲的孩子看同一本書應該不會有趣。因為他已經是成年人了。對於成年人來說，成年人覺得有趣的書更有趣。首先，讓我們停止嘗試在給孩子讀的書中找到自己的樂趣。從反面來說，讓我們停止希望「我想讀你覺得有趣的書」。孩子覺得有趣的地方和大人覺得有趣的地方是不同的。讓孩子們自己選擇他們自己感興趣的、讓他們感到有趣的書吧。

這樣一來，大多數成年人可能會不喜歡孩子選擇的書。但是為什麼不喜歡呢？因為「自己不覺得有趣」。大多數女性不喜歡戰隊題材。所以，如果孩子選擇這樣的書，她們會不願意。但是父親們...並不討厭戰隊題材。他們自己喜歡，覺得有趣。所以，他們會急著去買假面騎士的硬幣。

和孩子一起成長

人們常說，養育孩子也是自己成長的過程。但這是建立在尊重孩子作為一個獨立個體的基礎上的。只有當我們不再試圖按照自己的意願來控制他們時，他們才能成長。我們需要傾聽對方的意見，保持適當的距離，接受這個世界並不按照我們的喜好運轉。當我們能夠做到這一點時，我們才算成年人。你的喜好是正確的。但對方的喜好也是正確的。

因此，成年人就成為了無休止的朗讀機。如果不將那些小黑點轉化為聲音，我們就無法進入書中。所以讓我們享受孩子們的笑容，他們笑得合不攏嘴，而不只是關注書的內容。就像搖鈴一樣。

這些孩子們是幸福的。這種幸福感不是來自別人，而是來自你！你給了孩子們幸福。這不是件很棒的事情嗎？重要的不是在乎他們正在讀什麼，而是我們能讓他們深入地感受到多少樂趣。因為在童年時期感受到幸福的人，會成為堅強的成年人。

孩子們從不滿 1 歲開始就有自己的喜好，他們會明確表達自己想要看這個、不想看那個。只要周圍的大人能夠傾聽。同時，能夠有一些自由，能夠喜歡一些東西的人是幸福的。只要我們看著他們的過程，我們就能輕鬆地變得幸福。

對於已經過了 1 歲的孩子們

當孩子們過了 1 歲，他們會迅速地開始理解很多事情，並且他們的喜好也會變得更加明確。有些孩子喜歡火車的書，有些喜歡恐龍，有些喜歡昆蟲，有些喜歡戰隊題材。特別是對於 3 歲左右的孩子來說，他們會被吸引到不朽的名作《安波羅先生》。為什麼那個面包人這麼受歡迎呢？也許連作者柳原良平先生自己也不知道。我們只知道孩子們非常喜歡安波羅先生，並且看到安波羅先生會感到幸福。所以，讓我們感激地讓他們保持幸福吧。

那麼，《安波羅先生》有什麼不好呢？如果說它在繪畫方面不如畢加索那樣出色，我認為是不可比較的，因為繪本這種媒介並不等於「繪畫得好就一定有趣的繪本」。漫畫也不等於「畫得好就一定有趣的漫畫」。即使繪畫水平不高，也有很多有魅力的繪本。

《安波羅先生》的缺點可能是它在孩子中擁有巨大的人氣。大多數成年人會擔心自己覺得不有趣。他們會擔心自己與孩子生活在一個自己無法理解的世界中。但我們不能將孩子限制在大人已知世界、自己的喜好之中。因為每個人都有不同的喜好。不同的興趣愛好，如何閱讀。請朗讀給他們聽。在他們還沒有聽過之前，他們不會知道這本書是否有趣。如果你讀給他們，他們覺得無聊，那麼就一起失望吧。如果他們覺得有趣，那就一起高興。如果一切都是大餐，就會感到厭倦。如果沒有偶爾的無聊的書，他們就不會懂得什麼是有趣的書。

孩子們有足夠的時間來失敗（成年人已經沒有那麼多時間了）。準備各種各樣的書（借助圖書館的力量是個好主意），讓孩子們有選擇的權利。無論是戰隊題材、假面騎士、迪士尼還是吉蔔力，都可以。媽媽和老師都支持他們喜歡的東西，這不僅僅是支持他們自己，也是對他們的尊重。在這個階段，培養自信比讀優秀的書更重要。

我曾經在書店看到過一個名為《頑皮小姐》的書。當時她大約 3 歲左右，她迷上了灰姑娘...她陪伴的父親說：「你已經有好幾本灰姑娘了。」這是一個合理的觀點。但她堅持說：「但是，我沒有這本。」在那個邏輯的正確性面前，她最終得到了那本書。嗯，她當時的笑臉真是開心極了！

讓他們自己選擇，他們會自豪地做出選擇。這是自由、獨力和人的尊嚴的第一步，或者說是自己的選擇被承認吧。

送給過了 3 歲的孩子們

過了 3 歲，孩子們就能理解大多數故事類的書籍了。從 3 歲到大約 8 歲，大約有 80% 的書都可以使用，所以這個階段就會有成千上萬本的書可供選擇。

在這個階段，孩子們會一遍又一遍地重復讀同一本書，這會給陪伴他們的大人帶來很大的壓力。但這是一個必經階段。想象一下你正在給煤油爐加煤油，感覺就會好一些。隨著時間的推移，你會發現，如果再讀 5 次，他們就能滿足了。那麼，請將這個過程想象成煤油泵，再按 5 次「嘭嘭嘭」地加上煤油。這樣你就不會感到煩躁了。

問自己為什麼會喜歡這本書是沒有意義的。因為孩子自己也不知道原因。當他們長大後，你可能會說：「你以前很喜歡這本書，對吧？」他們可能會回答：「是的，好懷念啊。」但孩子自己可能會想：「我為什麼會迷上這本書呢？」這樣的情況並不少見。重要的是，他們能夠迷上

一本書，並且能夠讀到滿意為止。至於書是什麼樣的，實際上並不重要，這就是奇妙之處。

現實類和幻想類

還有一點，我希望在這裏讓大家明白...書籍分為「現實類」和「幻想類」。真實世界中發生的事情屬於「現實類」，而某人的幻想、謊言和故事屬於「幻想類」。

因此，現在想和孩子們一起閱讀書籍的人們，大多數都希望閱讀那些充滿情感的「幻想類」故事。但是，男孩大約有 80%喜歡「現實類」的故事。真實世界中的事物，如火車、昆蟲、恐龍，以及戰隊和假面騎士等，實際上並不存在，但要到 3 年級才能區分這個世界上真實和虛構的事情。對他們來說，聖誕老人和假面騎士真的存在！這就是他們對現實類書籍的熱愛。

因此，在低年級時，孩子們會喜歡聽很多繪本，但是一旦過了 4 年級，他們就突然不再喜歡閱讀，有些人就會抱怨說，孩子們討厭書了...其實並不是討厭書...而是因為他們能夠區分真實和虛構的事情了（也就是說他們成長了），不喜歡虛構故事的人只是因為個人口味不同而遠離文學。這些人通常無法理解幻想類的事情，覺得無聊，對它們沒有興趣。但這並不意味著他們愚蠢。那些獲得諾貝爾化學獎的人幾乎都喜歡現實類的事情。科學家，或者說學者，

幾乎都屬於現實類。科學和經濟學，歷史，學者們幾乎都是現實類的，對吧。女孩子們（雖然我沒有統計過）大約有 60%左右的人喜歡現實類的事情。所以，喜歡現實類的人會讀現實類的書。目前最受歡迎的是《元素圖鑒》。裏面有銻、鈾等元素的解釋。可能有點跑題了。

然而，同樣，大部分 3 歲的孩子們也是現實類的。雖然他們還不能區分現實發生的事情和虛構的事情，但他們可以享受那種奇妙感覺的超現實幻想系作品。請給孩子們展示現實類的書籍吧。比如昆蟲圖鑒、宇宙書籍，視覺效果越美，越能吸引 5 歲左右的孩子們。像《David Malin 的驚人大宇宙》這樣的書，雖然是一本價值 18000 日元的成人書，但如果放在公共圖書館的兒童區，借回家的往往是幼兒園的孩子們。

還有二見書房的《海牛》。Marlent 的超級攝影集《蝴蝶》和《熱帶雨林》，還有綠書房的《巨蛇圖鑒》等，視覺系的書籍通常與美麗和價格幾乎成正比。只要理解了其中一點，年長的孩子們就會迫不及待地借回家。雖然書很重。

《David Malin 的驚人大宇宙》 David Malin 著 Newton Place

孩子們的感性

和小學 2 年級左右的孩子們具有一種驚人的共情能力，他們可以通過觀察別人的行為來產生自己也在參與其中的錯覺。正因為有這種能力，給 3、4、5、6 歲的孩子讀書是一件有趣的事情。

曾經有一次，有人給幼兒園的年長孩子們讀了巴頓的《我想成為宇航員》。讀完後，當問到他們是否有一天也想去太空時，他們一起合唱說：「誒？我們已經去過了啊！」我只好笑著說：「我輸了」，然後他們開心地回家了。

在繪本《蒂莫西和莎拉的冬天禮物》中，畫著一個巨大的聖誕樹。我想，如果將其放大，孩子們可能會坐在這棵樹下。因此，我製作了一本大號書，果然，孩子們和蒂莫西、莎拉一起坐

在樹下。在那個時候，大人們也可以一起參與（笑）。這種共情能力在過了三年級後迅速消失。在 8 岁之前，孩子们的感知与成年人相当不同，这对成年人来说既是奇怪的，又是有趣的。关键是，孩子们非常认真，所以当成年人笑时，他们会感到不愉快。

给孩子们读书是一件快乐的事情。他们的反应与成年人不同，真的，这本书可以这样阅读，这是一种新的发现，成年人很难找到的许多发现，让世界变得更加丰富，更加广阔。

我列了一些适合年幼孩子的书单。请享受孩子们的反应，享受幸福感，而不仅仅是书本本身。

在 8 歲之前，孩子們的感知與成年人相當不同，這對成年人來說既是奇怪的，又是有趣的。關鍵是，孩子們非常認真，所以當成年人笑時，他們會感到不愉快。

給孩子們讀書是一件快樂的事情。他們的反應與成年人不同，真的，這本書可以這樣閱讀，這是一種新的發現，成年人很難找到的許多發現，讓世界變得更加豐富，更加廣闊。

我列了一些適合年幼孩子的書單。請享受孩子們的反應，享受幸福感，而不僅僅是書本本身。

■執筆者介紹

棒田明子（和祖父母的關係培養孩子心靈）

NPO 法人育孫 日本代表，育兒網站「ユウ chan」和「孫育て上手」的主編。也是非營利組織「ファザーリング・ジャパン」的工作人員。玩具館和玩具顧問。NHK ラジオビタミン、子育てインフォレギュラー的成員。著有《將孩子托付給祖父母的 100 種聰明方法》（巖崎書店）、《おまごブック》（社）以及日本助產師會的作品等。在雜誌、報紙上撰寫文章，並在全國各地進行演講。現在，不僅關注孫育，還致力於將育兒從"個別撫養"轉變為"多元撫養"，與各種組織合作推進項目。

赤木壽子（孩子與書）

兒童文學評論家。出生於長野縣松本市，成長於千葉縣。法政大學英文學科畢業。在 1984 年為尋找兒時閱讀過但忘記標題和作者的書籍成為"尋找書籍偵探"在書本的世界亮相，此後，她積極參與兒童圖書和文化介紹，以及推介和評論懸疑小說，書評等活動。著有《調查學習的基礎的基礎》（Poplar 社）《一定成功的讀給孩子的書》（自由國民社）等多部作品。她經常在圖書館等地進行演講（演講主題：希望孩子讀、想讀給孩子、和孩子一起閱讀的書）等。

■協助園

封面：峰岡幼稚園（神奈川県 横浜市）

■「健康教育」概要

季期刊「健康教育」是祈願孩子們的健康成長而創刊的。1956 年創刊以來壹直傳承創業者・河合龜太郎的信念。

讀者對象/日本全國中小學校・幼稚園・保育園的學校長，園長和老師，保健主事，醫務室老師，學校飲食相關人員等。

真誠感謝平日愛讀「健康教育」編輯部致力於做更好的期刊，如果能對大家的健康教育的實踐有所幫助。想看的內容和主題，以及各園各學校的介紹（比如我們園在健康教育上有這方面的實踐），以及其他的意見感想請壹定告知我們。咨詢請聯系下面地址

河合藥業株式會社「健康教育」編輯部

〒164 - 0001 東京都中野區中野 6 丁目 3 番 5 號

TEL：03 - 3365 - 1156（代）

FAX：03 - 3365 - 1180

E - mail：genkikko@kawai-kanyu.co.jp

網址：http://www.kawai-kanyu.co.jp