

研究センター年報 第4号

2014



宇都宮共和大学 子育て支援研究センター
宇都宮短期大学 地域福祉開発センター

研究センター年報 第4号 2014

目 次

子育て支援研究センターの取り組み

I. 子育て支援研究センター平成25年度公開講座報告	1
序 公開講座の概要	1
I-1. 第1回公開講座 支援を必要とする子どもに寄り添うということ	
	畠山 由美 5
I-2. 第2回公開講座 思春期の子どもたちの悩みと子どもを伸ばす力	
	汐見 稔幸 23
I-3. 第3回公開講座 家族のこれから—受験、就活、婚活、保活—	
	山田 昌弘 55
I-4. 第4回公開講座 発達障害児の支援活動をしたい人のために	
	堀江まゆみ 73
I-5. 第5回公開講座 いまどきの子育て・保育に大切なこと	
	大豆生田啓友 89
II. Tiny (障がいのある子どもと家族の支援) 実践報告	
	土沢 薫 121
III. 地域の幼稚園との交流を取り入れた保育者養成プロジェクト実践報告	
	高柳 恭子 131
IV. 平成25年度「子育てネットワークプロジェクト」	
	加藤 邦子 143

地域福祉開発センターの取り組み

I. 「地域福祉勉強会」報告	古川 和稔	151
II. 平成25年度市民大学（前期）講座専門学習プログラムを終了して		
	天野 マキ・山本久美子・崎谷 直	
	平賀 紀章・大出 里香・勝浦美智恵	163
III. 社会福祉士国家試験対策について	平賀 紀章	201
IV. 平成25年度栃木県食生活改善推進団体連絡協議会総会研修会 高齢期における食事のポイントと低栄養予防について	大出 理香	203
V. 高齢者の食事に対する自主研究グループ活動報告	大出 理香	207

巻末資料

I. 子育て支援研究センター活動報告（平成25年度）		211
II. 地域福祉開発センター活動報告（平成25年度）		215
III. 教員の社会貢献活動の記録（平成25年度）		217
IV. 宇都宮共和大学子育て支援研究センター規定		225
V. 宇都宮短期大学地域福祉開発センター規定		229

子育て支援研究センターの 取り組み

I. 子育て支援研究センター平成25年度公開講座報告

序 公開講座の概要

1. テーマ 幼児期から青年期までの子どもの発達と教育のために
2. 期間 6月～12月の土曜日13:00～16:00（5回シリーズ）
3. 場所 宇都宮共和大学・宇都宮短期大学 長坂キャンパス 5号館
4. 対象 幼稚園教諭、保育士、小・中・高等学校教職員、一般市民、学生
5. ねらい もっとも発達と教育の難しい時期である思春期や青年期の子どもたちまでに視点を伸ばし、公開講座を開講する。幼児期の保育の課題に加えて、思春期講座として中学生・高校生の生活、人間関係、学力、進路のこと、発達上の課題などについて取り上げる。
保育者や乳幼児の保護者に加えて、中学・高校生を持つ保護者の参加も期待する。

6. 日程と講座内容

6月29日(土)	第1部 研修会 13:10～14:10	第2部 講演会 14:30～16:00
	開講式 挨拶 子どもの育つ力を信じよう 宇都宮共和大学子ども生活学部准教授 高柳 恭子	学長 須賀 英之 支援を必要とする子どもに寄り添うということ 特定非営利活動法人だいじょうぶ 理事長 畠山 由美先生
7月20日(土)	思春期の子どもたちの悩みと子どもを伸ばす力 白梅学園大学学長 汐見 稔幸先生	
9月21日(土)	家族のこれから -受験、就活、婚活、保活- 中央大学文学部教授 山田 昌弘先生	
10月12日(土)	第1部 研修会 13:00～14:10	第2部 講演会 14:30～16:00
	心、頭、体を育てる音楽 宇都宮共和大学子ども生活学部准教授 山口 晶子	発達障害児の支援活動をしたい人のために -私たちができること- 白梅学園大学子ども学部教授 堀江まゆみ先生
11月30日(土)	第1部 研修会 13:00～14:10	第2部 講演会 14:30～16:00
	昔話や昔の遊びを 今楽しく 宇都宮共和大学子ども生活学部 非常勤講師 田所 順子	いまどきの子育てに大切なこと 玉川大学教育学部准教授 大豆生田 啓友先生
	修了式 挨拶	学長 須賀 英之

7. 講師紹介

<講演会>

山田 由美先生（特定非営利活動法人だいじょうぶ理事長）

専門学校卒業後、児童養護施設に勤務。結婚後三つ子を出産。その後、自然の中での暮らしを求め、日光市に転入。高齢者介護ケアマネジャーを経て、2005年児童虐待防止を目指すNPO法人「だいじょうぶ」を設立。法人設立の年に里親となり、2010年、ファミリーホーム虹の家を開所し、現在、家庭で生活できない子どもの養育にあたっている。

汐見 稔幸先生（白梅学園大学学長）

東大教育学部助教授、教育学研究科教授を経て、2007年4月より白梅学園大学教授、同年10月より学長。専門は教育学、教育人間学、育児学。親や保育者向けにわかりやすい言葉で語りかける講演が人気。主な著書：『幼児教育産業と子育て』（岩波書店）、『心も身体もほんとうにかしこい子に育てる 汐見流育児法』（主婦の友社）、『学力を伸ばす家庭のルール 賢い子どもの親が習慣にしていること』（小学館）、『親だから伸ばせる中高生の「学力」と「生きる力」』（主婦の友社）、『「格差社会」を乗り越える子どもの育て方』（主婦の友社）、『子どもの自尊心と家族 親と子のゆっくりライフ』（金子書房）など、多数。

山田 昌弘先生（中央大学文学部教授）

専門は家族社会学。これまでに内閣府 男女共同参画会議・民間議員、文部科学省 子どもの徳育に関する懇談会・委員、経済企画庁 国民生活審議会・特別委員、内閣府 国民生活審議会・委員などを歴任。「婚活」の流行語を創作したり、テレビ朝日「報道ステーション」のコメンテーターとして出演するなど、現代社会を鋭く分析することで活躍中。主な著書：『パラサイト・シングルの時代』（ちくま新書）、『希望格差社会』（筑摩書房）、『迷走する家族』（有斐閣）、『少子社会日本』（岩波書店）、『ワーキングプア時代』（文藝春秋）、『なぜ若者は保守化するのか』（東洋経済新報社）など多数。

堀江まゆみ先生（白梅学園大学子ども学部教授）

東京学芸大学大学院教育学研究科修了。教育学修士。専門分野は特別支援教育、発達障害学。主な著書：『知的障害児の発達と認知・学習』田研出版社、『もう施設には帰らない知的障害のある21人の声』（中央法規出版社）、『みんなで考えよう障がい者の気持ちー知的障がい』（学習研究社）など。障がいのある人のためのNPO法人「P and A-J」の運営に関わり、知的障がい・発達障がいの理解・啓発と地域のセーフティネット構築のために、絵カードやリーフレットを作成し、医療機関、警察、コンビニなど様々な働きかけをしている。現在は発達障がいのある若者の就労支援にも取り組んでいる。

大豆生田 啓友先生（玉川大学教育学部准教授）

青山学院大学大学院文学研究科教育学専攻修了後、青山学院幼稚園教諭、関東学院大学准教授を経て現職。分野は、幼児教育学・保育学・子育て支援。NPO法人びーのびーの（親子のひろば）理事、日本保育学会理事、横浜市の各種委員会委員を務める。NHK Eテレ「すくすく子育て」に出演中。主な著書：『これですっきり！子育ての悩み解決100のメッセージ』（すばる舎）、『よくわかる子育て支援・家族援助論』『保育者論』『保育方法・指導法』（ミネルヴァ書房）、『幼稚園教師になるためには』（ペリかん社）など、多数。

<研修会>

高柳 恭子（本学子ども生活学部准教授）

2012年3月まで宇都宮大学教育学部附属幼稚園に36年間勤務。その間、幼稚園や保育所の現職教員のための研修の企画や運営、宇都宮大学教育学部教員養成実地指導講師、保護者のための子育てサロン等に携わる。本学では、保育内容（健康・言語・人間関係）、保育指導法、教育実習指導、保育・教育実践演習を担当。保育実践の経験を活かし、保育現場で見られる様々な子どもの姿を題材に子どもの発達に必要な経験やそのための保育環境について研究。主な著書：『幼稚園の「暮らしづくり」と教育課程』（明治図書）、『指導計画法』（北大路書房）など多数。

山口 晶子（本学子ども生活学部准教授）

国立音楽大学教育音楽学科幼児教育専攻卒業後、主に千葉県内の音楽教室、幼稚園、保育園などで子どもたちの音楽指導を行う。また特定非営利活動法人リトミック研究センター理事、千葉第一支局支局長およびチーフ指導者として、リトミック教育の研究、普及に努め、日本全国で講習活動を行う。現在、リトミック研究センター非常勤研究員も兼ねる。本学では、リトミック、音楽、保育内容（音楽表現）を担当。

田所 順子（本学子ども生活学部非常勤講師）

私立幼稚園、那須郡小川町（現那珂川町）の町立幼稚園・児童館・保育所などに30年間勤務。平成13年より美寿々会『まほろばがたり』に属し、昔話の伝承・イベント参加・保育所やデイサービスセンター等での語り部ボランティアを行う。本学では、保育内容（言語）、言語表現技術、実習指導を担当。

I-1. 第1回公開講座

『支援を必要とする子どもに寄り添うということ』

特定非営利活動法人だいじょうぶ理事長 畠山 由美先生

はじめに

日光市から参りました、畠山由美と申します。よろしくお願いいたします。

私は日ごろ、虐待を受けた子どもたちの声を聞き、子どもたちの背後にあるお母さんたちの声を聞きながら、その家庭に寄り添っていき、家庭に入っていきような支援をしています。子どもたちとの出会いから様々なことを教わっているところです。時間に限りはありますが、私の出会った子どもたちの声も皆様に紹介しながら、話を進めていきたいと思っております。



最初に、私の団体の説明からさせていただきます。NPO法人だいじょうぶは、平成17年に団体を設立いたしました。虐待やいじめで傷付いた子どもたちに、もう大丈夫だよ、一緒に考えよう、あなたは大切な人だからねと、声を掛けてあげたいと思い、この名前の団体になりました。当時の設立メンバーが、「大丈夫って声掛けてあげたいよねと、虐待でご飯食べられなかったり、表に出されちゃったりする子どもたちに、あったかいご飯用意してあげたいよねって、そんな当たり前の生活ができていない子どもたちに寄り添いたいよね」という思いから、この団体を立ち上げました。

支援を必要とする子どもたち～子育て支援は家庭支援～

これは当時の、ほとんどが市の委託事業になっておりまして、入口が全部、相談業務なんです。この24時間、年中無休の相談業務を窓口として、市内で苦しんでいる子どもや、お母さんたちの声を、まず拾おうと。虐待の問題は、やはり早期に発見して、早期に介入するという事で、子どもたちが受けていく様々なその障害ですね。

虐待はなぜだめなのかと言うと、その子どもの人生に、かなり深く、また、悪い影響を与えてしまう。それは心身ともにです。一生取り去ることのできないようなダメージを与え得る問題なので、これは、やはり一個人や一団体の問題ではなくて、社会の問題として取り組まなければならない、というふうに考えておりますので、そういう意味では、早い

うちにキャッチできる。虐待って、家庭のなかのことなので、なかなか外には出てこないんですけども、匿名の電話相談でも可能なので、とにかく電話をして欲しいという思いで、当時は保育園や学校に、小さな電話番号を書いたカードを配りまして、お母さん宛、また子どもたち宛のものを作って、とにかく困ったら、いつでも電話くださいということを投げかけました。

これが入口の部分です。そして、相談を受けてから、そのあと私たちは支援事業として、家事や育児や、同行支援っていうことを今、行っているのですが、結局ヘルパーさんのような活動になっていきますが、家庭支援になっています。子育て支援は家庭支援と言われるように、子育てを1人で抱え込んでいて。子育てって本当に大変なんです。それを、誰も頼れる身内がいなかったり、兄弟がいなかったり、友だちがいないなかで、子どもを育てなければならない。そして、いろんな経済的困窮やストレス、また精神疾患を抱えながら子どもを育てていくって、本当に大変なんですけど、今の世のなかは世間の、母親に対する子育て能力の、こういう比重って、すごく重たいんです。

昔は隣近所っていう、両隣じゃなくて、その近所中、コミュニティーがまだ少し力があつたので、お母さん1人の子育てではなくて、近所のおじさんおばさんが介入して、「あ、何？ お宅の何ちゃん見とくよ」とか、そういう声が上がって、地域でもって子どもを育てるという力って、あつたと思うんですね。私自身も育ちのなかでは、隣のおじさんおばさんに育ててもらった記憶のほうが強いんですよ。自営業を両親がしてましたので、気が付くと、隣の家でご飯を食べていたり、お風呂に入っていたり。朝も母が、「あれ？ 由美がいないねえ。いや、隣のうちじゃない？」って、朝、幼稚園のバスが迎えに来るまで、隣の家で朝ご飯を食べて、テレビを見て待っていたと。そういうのが当たり前でした。

東京の下町でしたけれども、当たり前にあった時代に生きてましたから、今の母親に対する育児負担の大きさっていうのは、いや、これは大変だなって、ほんとにつくづく思うところです。それを、「がんばりなさい、やりなさい」というのではなくて、「私たち地域のなかで、こういう団体が子育てのお手伝いをしますよ」ということで、いろいろ支援に入っています。具体的には、子どものお風呂入れから買い物支援だったり、虐待リスクの高いお母さんたちのなかで、乳幼児健診が未受診だったり、予防接種受けてないっていう情報が役所から入るんですね。そうすると、うちのほうで訪問しまして、「どうしました？」と声をかけます。車の免許でもない限りは、なかなかそういう医療機関に行くことができない。それで、やらなきゃいけないと思っていても、未受診になってしまうというご家庭もあるなかで、一緒に寄り添って、「車出すよ、一緒に病院行こう」、とかね。声かけあっています。

それから、ショートステイと言いまして、やっぱり育児負担がこうピークになってね、ストレス溜まってしまって、1人で育児をしていると、ストレス溜まるんですね。「じゃあ、お母さん週末ゆっくり休んでいいよ、私たち、子どもお泊りで預かるからね」ということで、虐待通報とかいろいろな形で、私たちの相談窓口には、親からだけではなくて、近所や、

また学校、保育園からも通報が入りますので、家庭訪問して、何がこのお母さんが今、必要としている助けなのかをキャッチしまして、それに基づいた支援を入れていっています。そして、それは全部、委託事業なので、お母さんたち無料でサービスを受けることができます。

母子の居場所づくりを

そのあと、その母子の居場所ということで、平成22年にYour Place ひだまりというところを開所しましたが、これは、いろんな虐待の通報が私たちの相談窓口に入ってきます。唯一、関われなかったお母さんたちです。いろいろな相談が、保育園の先生や幼稚園の先生、学校の先生から寄せられます。あるご家庭では、洗濯がされてない、ごみ屋敷のようなところで生活してるなかで、お母さんに言っても、「やっています」、「ご飯食べさせてください」って言うと、「作るんだけど、子どもが食べて行かないんですよ」って言うんです。だけど、実際に、ほんとにやってるかどうか、定かでなくて。でも、そういう子どもたちのいる学校では、夏のプールはもうお風呂と一緒になので、ここぞとばかりにシャワーを浴びせてあげる。それから、「先生、頭痒い」って言ったら、ある学校の先生は、お水だけで頭を洗ってあげる。だけどね、学校にお風呂がないんです。「お風呂だけでも入れさせてあげたいんです」って言う先生方、みんな熱心に、本当に子どもに親身になってかかわってくださっています。ある先生は、自分ちにある、子どものお下がりの服を持ってきてくれて。学校でジャージを洗濯機に、かけてあげてね、帰るときまでに乾かしてあげて、着させて帰るっていう先生もいました。ある小学校の先生は、この子のために学校で菜園を作って、もう朝から野菜、何でも食べてねと。そうやって、みんな健気に先生方ががんばるんですよ。そして、私たちの相談室に相談が入ってくるんですけど、そういう親御さんに限って、会ってくれない。うち、ケース全部ファイルにしてあるんですけど、ケース簿だけは、どんどん学校とのやり取りはぶ厚くなるんです。その間、相談員が保護者に会おうとしてね、必死になるんですけども、なかなか会えないんです。

子どもたちに「あたりまえ」の生活の保障を

普通の当たり前の生活を体験させたいなあってというのが、このひだまりの原点です。古い民家をスタッフでリフォームしまして、ここにそういう子どもたちが来ています。スタッフが対象のお子さんの学校に行き、お迎えにあがります。そして帰宅させて、ここで宿題をやったりお風呂に入れたり、そして夕食を食べさせて、家まで送っていきます。そういう支援を平成22年からこれを立ち上げて、フル稼働になったのが23年の4月です。それまで親御さんに、私たちやはり日光市の事業ではありますけれども、親御さんの同意を得ないと、こうした事業はできないんです。勝手に放課後行って、連れてきて、お風呂に入れるなんてことは、できないんですね。ですから、親の同意を得なければならないというこ

とで、何とかそういった子どもたちの親御さんに繋がりたいって言って、先生方も必死でしたよね。

子どもが来てみると、ここに来れば、ご飯が食べれる。お風呂も入れる。みんな優しくしてくれる。そして何より、私の話を聞いてくれるっていうね。いろんなお手紙を撒いて、また学校の先生方も協力してくれてね。「ここは自立のためのホームです、子どもに自立を教えましょう」と。

特に、要保護と言われる家庭の子どもたちって、発達障害に似たような症状の出てくる子どもたちも、落ち着きのない子どもたちもいます。支援学級に通級しているお子さんには、学校のお勉強だけではなく自立のための学びの場っていうね、お手紙を先生が作ってくれて。「無料です。ここで、ご飯作りを覚えましょう。ごみの分別を覚えて、子どもたちに自立を促しましょう。」と。あと、「親だけではなくって、他人と繋がるということは、これから社会に出てくうえで、とても大事なことなので、ここでいろんな人との繋がり方を覚えて、そして、自立できる子どもを育てましょうよ」っていうような文章を作ってくれて、親御さんに届けてくれていました。

やはりそういうお母さんたちって、負い目はあるんです。子どもを憎いとか思ってない、可愛がってはいるんです。でも、いろんな諸事情がありまして、できない。学校の先生から毎回、「週明けにはちゃんと食べさせてください、ちゃんと洗濯してきてください」、もう怒られるばかりでしょ。でも、うちではできないけど、ここでやってもらえるのであれば、怒られなくて済むんですよ、お母さん。お母さんたちって、すごく自尊心低くて、傷付いているんです。もう、注意ごとは沢山なんです。今まで、家庭相談員が来れば、「お母さん、ちゃんと食べさせてください」、「お母さん、ちゃんとね、忘れ物なく学校に、きれいなもの着せて行かせてください」、「清潔な衣類を着せて行かせてください」っていうふうに言われちゃうんですね。そういった注意や怒られることはもう沢山なので、「やります」、もう意地になって言う。だけど本当は、「ちゃんとやれたらいいな」と思っている。でも蓋を開けてみれば、水道が止まっている。そういうふうに、ちょっと生活困窮世帯は、すぐにやはり〇〇っていうふうに、言われちゃいます。だけど、好きでこうなってるわけではなくって、お母さんもどうしていいか分からない、いっぱいいっぱい。好きでゴミ屋敷に住んでるわけではない、でもノウハウが分からない。そういう意味では、ここで子どもたちの衣類を洗濯し、帰るまでに乾燥機にかけて、帰るときに着せてまた、きれいな服を着せて帰してるんですね。そうすると子どもたちって、こういう環境の子どもたちって、家に帰って寝るときはパジャマ、なんておしゃれなこと言ってない。もう、着たままですから。まったくここで洗って洗濯して着たものを、着て帰れば、次の日それで学校に行く、という循環なんです。最初の頃は、ひだまりにいろんな支援でもらった子ども服を置いといて、好きに着せてたんです。でも、どんどん、なくなっちゃうんですね。持ったら最後、もう絶対戻ってこない。どんどん、なくなるので結果的には、その日のうちに、

乾かして着せて帰るっていうふうに、今はなっております。

そんな感じで、居場所のほうはもう1箇所、日光市内でもう1つ。少し手狭になってきたのと、日光市も5市町村が合併して1つの市になってますから、非常に送迎が大変なので、市内にもう1箇所、今、整備中です。

虐待予防のための取り組み

そんなのが私たちの団体でやってることは、あとは教育の部分ですね。私が担当して、団体でやっている子育て応援セミナーというのがありまして、これは、予防の部分です。子育てって、意外と一般的には母親になれば誰でもできるっていうふうに錯覚されるんですけど、学ばなきゃ分からない。実際に自分たちの経験上、育てられたようにしか、子育てできないんです。だから、育ちしか見てなければ、また、身近にそういう赤ちゃんがいる家庭環境がいっぱいあれば、そういうのを見て覚えることはできるんですけど、今、少子化で、自分の子どもを産むまで赤ちゃんに触ったことがないまま母親になってる人が、非常に多いですね。そのなかで、やはり保健師さんは、「お母さんなんだから、がんばろうよ。このぐらいできるでしょ」って、わりと要求してきます。でも、いくら、産んで手元に抱いたらば、その日から、周りからは、「あなたお母さんでしょ」って言われる。いや、でも今すごい赤ちゃん抱っこするのも下手ですよ。やったことないんだもんね。だから、そこから本来は支援していかなければならない部分だと思います。

子どもって、親から言われたこと、まったく真似していきますよね。ですから私たちも、これがすべてだと思ってた子育てが、いや、実は他のうち行ってみたら、「こんなのもあった。ええ？こういう関わりもあった」って、意外と分からない。だから、こういう応援セミナーなどで、予防の部分です。「子どもとのパイプ、ちゃんと子どもと母親を繋ぐパイプ、目詰まりしてませんか」っていうところから始めています。いくら親として愛情があって、可愛いって思っている、もし、子どもさんがあなたの愛情をストレートにキャッチしてなかったら、どうですか？そうすると子どもは、いくら親が愛していると思っている、子どもの側が、ちっとも愛されてると感じてなかったら、歪みがくるんです。あとで言う自尊心に歪みがきて、気が付いたときには、お手上げになっていくんです。親子だけの関係では修復できなくなってくる。学校や専門の機関にかからなければ、ならない状況になる。それに陥る前に、こうしたセミナー出てくださってという話をしたりしています。

母親のための回復プログラム「MY TREEペアレンツ・プログラム」と啓発活動

MY TREEペアレンツ・プログラムは、栃木県で第1回目を去年、宇都宮市のほうでやりましたが、これは虐待をしている母親のための回復プログラムです。これに関しては、本当に私は団体を立ち上げた当初から、これをしたかったんですね。やはり虐待の連鎖を断つ。母子分離して虐待だって言われて、母子分離、児童相談所が子どもを保護したとし

ても、結果的に戻るのは家庭ですよ。家庭に戻っていく。そのときに親が変わってなければ、また繰り返す。

全国的なニュースのなかで、一度保護したものの、またいいと思って、いろんなトレーニングをして親元に帰しても、そこでまた繰り返されてしまって、死に至ってしまったという死亡事例、かなり報告されております。そういう意味では、やはりどこかで親に、教育回復のプログラムをしなければいけない、これは必須だと思っています。これは兵庫県でエンパワメント・センターを主催している、森田ゆりさんという方が開発したプログラムです。もう10年以上、関西のほうではやっております、実績がありまして、親の虐待行動を止めるということに効果があるということで、やっているんですが、まだ全国的にそんなに広まっていませんけれども、有効です。あまりこういったプログラムはないんですけどね。でもこれは有効だと思っています。

あとは団体としては啓発。児童虐待のことをやっぱり広く市民に知ってもらおうと。そして理解してもらおう。その背後にある、そこには、だめなお母さんなのか。鬼母ってね、よく新聞に書かれますけど、虐待するお母さんは果たして、鬼母なのかと。

私はいろんなお母さんに出会ってきていますが、鬼のような母親なんて1人もいないです。みんな苦しんでました。実際には子どもはかわいいんです。愛情もあるんです。だけど、たった1度叩いたら、叩く手が止められないんです。怒鳴り始めたら、本当に言っちゃいけない言葉を、言っちゃうんです。あるお母さんは電話してきて、こう言いました。「私はもう死んだほうがいいです。こんなに子どもを傷付けるぐらいだったら、私はいなくなっちゃったほうがいいんです」って言ってきました。「いなくなっちゃ、あなたの子どもさんにとって母親は1人でしょう？あなたに代わる人は1人もいないんですよ。あなたがなくなったら、この子どうするんですか。だったら今から、その虐待行動を止めることを一緒に考えませんか」って言って、こういうプログラムを紹介したりしていきます。みんな必死です。でも、止めたくても止められない。そこには深い虐待のメカニズムっていうか、「なんで自分でお腹を痛めて産んだ子に手が出せるのか」って、一般では言われますよね？でも、それは憎くて手を出すのではない。それは虐待の理論っていうかな。虐待の定義って言いますかね？そのお母さん自身、母親がそれまで人として尊重されてこなかった、痛みや苦しみや悲しみを、子どもに怒りという形で爆発させている行動だと、虐待に対して言ってます。

もう一度、言いますね。その人のそれまでの人生のなかで尊重されてこなかった、悲しみ、痛み、深い苦しさ。そういったものを怒りという形で子どもに、弱いところに爆発させてしまう行動を虐待と言う。これはすごくフィットします。先ほどの自尊感情とかです。子どもの自尊心を育てるとか、そういうのが出てきます。私たちは虐待を受けた子どもたちのケアにあたっているんですけども、その虐待をしてしまうお母さんも、やはり子ども時代に誰からも尊重されてこなかった。特に親からも褒められてこなかった。そして、いつも否定されてきた。誰も自分のそのことを分かってくれなかったっていう、その深い悲し

みを持っているんですね。ですから、そのお母さん自身も、「大人であったとしても、今からでも間に合うよ、今からでもその傷を回復していこうよ」というのが、このプログラムです。

子どもも地域で暮らし続ける ～里親となって～

先ほどの、三つ子の親だということと、平成17年にNPO法人だいじょうぶを設立しまして、平成17年、同じ年に里親になりました。私たちはもともと、この団体を立ち上げたときに、行政からの申し出で、24時間の相談窓口をまずやって欲しいということと、子どもだけを預かれる、ショートステイ事業や一時保護を担って欲しいというふうに依頼がありましたので、そのために里親になりました。つまり里親登録をして、児童相談所とパイプを作ることで、私と主人とその家庭は里親登録をされました。

栃木県内の児童相談所は3箇所ありますが、一時保護できるのは1箇所です。そこに子どもたち、普通ならば一時保護されますと、学校や保育園に行けないですね。で、その間、家族調整をしまして、家庭に戻すか、もしくは児童養護施設や里親委託をされるんですけども、その結果が出るまでの数週間、長い子で数ヶ月。学校も保育園も行かれないんですね。私たちは、うちで保護した場合には市内のどの小学校でも保育園でも幼稚園でも、送迎は毎日、一時保護委託の期間が切れるまでは、うちでやりますということで、保護期間に唯一うちだけは、今、保護したとしても幼稚園や保育園に通っています。つまり、子どもが被害者なのに、住み慣れた地域を離れて、知らないおじさんお婆さんの家に来るだけでも、びっくり。もう大変でしょう？ だけど日中、行き慣れた保育園に同じように通えれば、こんなに子どもにとって安心なことはないんですね。

そういう意味で、私たち夫婦が里親になって、まずそのベースというか、そのショートステイとか一時保護のできる基盤を作りました。里親登録、養育里親として登録しましたので、すぐに平成17年12月には、ある女の子が我が家の里子に第1号としてきました。日本って里親って言うと、犬猫の里親を思い浮かぶ方、多いですよ。本来は、人間のための里親事業なんです。あれ、犬猫が先じゃなくて、人間が先なんですね。それで、これは本来は、大人の福祉でした。子どもさんのいないご夫婦が、やはり子どもが欲しい、子どもを育てたいということで里親という制度ができました。でも今は、虐待で、家庭で育てられない子どもたちが増えているなかで、児童養護施設も満杯状態。特に虐待を受けて、心に深い傷を負っている子どもたちに必要なのは、家庭養護なんですね。

家庭的な雰囲気の中で子どもを育てる

今、ほとんど県内の児童養護施設は、増改築をしまして、ユニットを組んでいます。高齢者施設で詳しい方も分かるでしょうけれど、だいたい6名ぐらいのユニットを組んで、1つのユニットで家庭のような、一定の保育士さんのもとで6名の子どもたちが、家族のよう

に養育を受けています。それが重視されるようになってきました。大舎制ではなくて、1人1人を大事にした、家庭のあり方を少しでも体験させたい。特に児童養護施設から出た子どもは、アパート暮らしして電子レンジ買ったものの、使い方も分からない。それじゃ困るでしょう？ということで、今、ほとんどの児童養護施設ではユニットになって、そのユニットに、調理場があって、担当の保育士さんと一緒に調理をするっていう場面も出てくるようになりました。ただ、本当は里親さんのところで、1対1の関係のなかで、地域のなかで家庭、そこから学校に通ったり、幼稚園に通うのが望ましい姿だと思います。そういう意味では、小さい、やはり家庭をベースにした養育のあり方が望ましいというふうにされていて、今、大きな施設を作る動きはストップされています。

里親制度のいま

里親についてですが、養育里親と親族里親と養子縁組里親というふうに分けて、ほとんどの里親さんは養子縁組、希望です。そういう現状ですけど、社会的養護を担う意味で、家庭のなかで育つことのできない子どもたちを引き受けて、やはり自立まで育てあげようというのが養育里親です。あともう1つ、家族の、親族里親というのは、親族であるおじさんおばさんであったり、おじいちゃんおばあちゃんだったり、何らかの事情で、娘さんや息子さんの子どもさんを引き取るようになって、養育をしなければならない状態になったときって、養育費用って結構かかりますよね？教育って。そういう意味では、親族里親になると、きちんと子どもにかかる教育費が出るんですね。これ知らない方、結構多いんです。知らないで、お子さんの子ども、お孫さん育ててらっしゃる養育者、非常に多いんですけど、もしそういう方がいましたら、「親族里親っていう制度もあるんだって、児童相談所に聞いてみたら？」って言うてみてください。

県内初のファミリーホーム設立の経緯

私の場合は里子を引き受けることになって、その最初に来た子、非常に苦労しました。いろんなことをしながら、本当にこの子の自尊心を、「あなたは大事な人なんだよ」っていうことを教えたいということで、未来を描けるようにかかわっていきました。崩れてしまっている、そのベースのない子どもに何とかベースを作ろうとして、やってきたんですね。そんななか、子どもが1人増え、2人増え、次々といろんな子が来ました。子どもたちが4人になったときに、現在、里親の定員って4人なんです。それなので、私は今やってる子どもたちの関わりの仕事をしてますので、寄り添って、寄り添って、何とか家庭支援を入れても、やっぱり分離しなければならない家庭が出てきちゃったときに、5人にはできないんですよ。ここで、平成22年に「ファミリーホームしようか？ここで、ファミリーホームにする」という決意をしました。ファミリーホームは、里親型のファミリーホームで6名定員なんです。ということで、6名定員のファミリーホームを22年の10月に開所しました。

ファミリーホームのメリット

ファミリーホームのメリットは1つあります。1つは里親型ということで、夫婦が条件なんですけれど、そこに1人補助員を置くことができるんですね。栃木県で、まだ1箇所だけです。本当はこういったファミリーホームを国は増やしたい。全国にはいくつもあります。もうだいぶできましたけれども、栃木県内では今、ファミリーホームを増やそうという動きがありますので、里親さんにアプローチしているところです。数箇所、ここ今年度1つ、できるかなと思っています。

もう1人補助員を置けるということで、補助員さんを探しましたが、なかなか家庭のなかに入ることなので、見付からない。そのうち、市内にアパートを借りて住んでいたうちの息子の1人が、唯一、そういった心のケアをしたい、自分も、心理を勉強したいということで、仕事を辞めて、ファミリーホームの補助員になることを決めてくれて、研修に出てくれました。今は息子と夫婦で3人。親子3人で、ファミリーホームの運営をしています。

地域で家族と一緒にケアすること

支援を必要とする子どもたちは、もちろん虐待やいじめを受けている子どもです。そして、様々な問題行動を出してくる子どもたちもまた、支援を要する子どもなんですね。

学校や保育園や、そういうところから、うちの相談室に電話が入ってくる内容では、一番学校から多いのは不登校のことで、「学校もいろんな手を尽くしたけれども、やっぱり困り、もう職員の力では足りない、できない、助けて欲しい。家庭に関わって欲しい」っていう申し出があったり、また特に家庭内暴力でね、もうお母さんらも「必死、もう大変なんです」っていう家庭からだったり、非行だったり依存症だったり、いろいろ様々な問題行動が出ますよね。これらは、子どもたちのサインなんです。何の？まず1つはね、この症状が出てるっていうことは、家庭のなかだけで解決できる問題では、もはやなくなってるんですね。で、援助者を外部から第三者を入れないと、解決できないです、これ、全部。親だけで必死になって、涙、涙して。そしたら、もうどんどん親が、疲れちゃうんですね。そうじゃなくて、やっぱり突破口は第三者を入れること。こういった様々なサインを出してくる子どもたちに対して、やはり援助者は、適切な関わりを持って家族に、家族に関わる。不登校の子どもだけじゃだめなんです。家庭内暴力している子どもだけでもだめなんですね。非行に走ってる子どもだけでも、だめなの。やはり家族と一緒にケアしていく、支援していく姿勢が必要なんです。虐待や、こういったいじめを受けますと、もちろん自尊感情がどんどん傷付いてくる。そうすると、自立していく力が削がれてしまうんですね。だからやはり、虐待の早期発見、早期介入って言いましたけれども、こういった症状を出してる子どもたちにも援助者が必要なんですね。

ある子がぽつんと言ったんです。私のこと、マミーって呼ぶんですね。マミーは里親であっ

でも、里子じゃないよね？だから里子の気持ちなんて分かんないよねって言ったんですよ。なんて理不尽なね、大人の都合で、結果的に里親委託にはなりましたが子ども、本当に住み慣れた地域を離れ、結果的に転校させて、どこの誰だか分かんないところに連れてこられたと。私はうちの里子たちに対して、里親として、養育の助けはできるんですね。衣食住はできるんですけども、母親にはなれないんですよ。いくらうちの、私のことを親だっけと周りに言って、一応、通称名として島山の姓を名乗らせても、母親には誰も代われない。そこで、私は本当にこの子に対して、もう言葉、かける言葉が見付からなくて。いやあ、こういう子どもを作っちゃいけない。本当にこれはもう3年前に言われた言葉ですけども、それで一層なんとか親子セットで育てられないかなって、家庭支援に力を入れるようになりました。「子どもたちをこんな思いをさせてまでして、とにかく、いくらできない親であっても、100%を母親に求めなくてもいいでしょう？」って。

あるお母さんが病弱でね、この子を児童養護施設でも、どこでも預けて欲しいって言ったお母さんがいました。そのお母さんに対して、私は言いました。「お母さん。お母さんは世界で1人しかいない。だから、そこにいてくれるだけでいいから、それだけで十分ですよ。その他のことは私たち、みんなでカバーできます。20%しか力が出せないんだったら、20%でいいじゃない。その他の子育てに必要な80%を他人がやったって、おかしくないでしょう？だから、そこにいて欲しいんです。帰ってきた子どもに笑顔で、迎え入れてくれば、それでいいじゃない。家事ができない、育児ができないなんていうのは、その2の次、3の次であって、お母さんは、そこにいてくれればいいんですよ」っていう言葉をかけるようにして、育児支援や家事支援に取り組んでいます。

「あなたは大切な存在であるというメッセージを送る」～育つ上での土台を作る～

そういったなかで、私が先ほど砂の上に建てた家と、石の上にね、頑丈な土台な上に建てた家の図を描いたんですけど、先ほどベースのない子どもたちって言いました。土台が、砂の家は、砂の家ってきれいでしょ？砂の家に、はじめは積み木でも建つかも知れない。でも、建ったように見えても、雨が降り、風が吹いてくると、嵐がくると、すぐに立ち行かなくなっちゃう。倒れちゃうんですよ、砂の家って。で、この表現を私はしたかったのは、子どもたちや家庭、そういう、その傷付いた体験で、自尊感情を失った子どもたちは、まるで砂のような、ベースのない子どもたち。自分で年齢がくれば、15、16で立ってるように見えても、何かが起こってくると、すぐにだめになっちゃう。つまり、最初に言った子ども、今うちにいる子どもそうなんですけど、学校でいじめを受けた。誰かにこう言われた。そうすると、せっかく作り上げたものをその一瞬時に壊していくんです。

ある女の子は、せっかく仲良くなった友だちとの関係を、ことごとく壊していきます。自分から。関係を壊しちゃうんですね。そのぐらい何かがあると、すぐにその関係を継続できないで、壊してしまって人と繋がれなかったり、あとは最初に来た子なんか、「やっ

といい仕事、就いたね」って言って、ハードルを下げて仕事に就かせても、「鬱になった」って言うんです。夕方ごろ遊びには行くんですよ。夜。あのね、本当の鬱だったら、寝てて起きれない。いまだに、その子はやっぱり、ちょっと何かあると、すぐ鬱症状が出てきて。「何もできない」って、やりますけども、いずれにしましても、ここの砂の、自分でここのところを埋めていくことをするんですね。

自尊感情を育てる ～無条件に子どもを愛することの大切さ～

次に愛着なんですけど、本来ならば乳幼児期に、おぎゃあと産まれて、乳幼児期に無条件で愛される、親からの愛情を受けて、私は素晴らしい存在だというね、私は私でいいっていうことをきちんと実感して、この土台が、ベースが育つんです。でも、うちに来る子どもたちは、今、相談室で会う子どもたちは、これがなかなか信じられない。なかなか立てないんで、今、この土台を作る作業をしています。私は、自分でいろんな子どもたちに関わっていて、遅すぎることはないと思ってるんです。

本来は生まれてきて、そこで与えられるべきもの。でも、何らかのことで与えられなかったとしても、第三者がここで関わることで、これをまた育てなおすことができるよということは今、実感してるんです。それは何かって言うと、あなたは大切な存在だというメッセージを送ることなんです。大切な存在だということ、その子が体感するまで送るのです。今、私は血の繋がりのない親子関係を、里親として築くなかで、子どもたちとの、ここの部分を作るお手伝いをしているんですね。たぶん皆様方も、先ほどの資料にあった先生方、幼稚園の先生、保育園の先生方も、子どものこの部分を認めてあげて、あなたは素晴らしいよって尊重して、ここを作るお手伝いをしているんだと思います。でも、それを、誰からしてもらえてないと、自分でちゃんと地に足の立っていない、おぼつかない地面を、自分でそこを埋めようとするんです。何を持ってきたら、この自分のおぼつかない土台が埋まるかな？って、みんな必死で、無意識のうちに考えるんです。依存症はそれの典型なんですね。アルコール依存だって、薬物依存で。これは妄想なんですね。妄想で自分がそこで強くなれたような気持ちになったり、自分が何かこう自尊感情を得たような気になるんですけど、それは偽りの土台であって、またすぐに碎けてしまう。そういう部分で本当に、この第三者からの、こういう自尊感情を取り戻すという、回復させるっていうのは大事なことだと思っています。

支援者が知っておくこと ～エンパワメントの考え方、怒りの裏側に気づく～

ここで2点、私とその兵庫県の、エンパワメント・センターでお勉強してきたことで、ここに書いてある、エンパワメントの考え方と、怒りの仮面の裏側に気付くということをご皆さんにご紹介します。たぶんこれは、どんな現場であっても有効で、また相談、援助者としては知っておくべきことかなあと思いましたので、ここでご紹介します。

エンパワメントという考え方は、日本では、特にDV被害に遭った女性を助ける団体、NPOなんかで使われる言葉だったりもするんですけど、私が信じている、このエンパワメントの考え方っていうのは、人は誰でも、もう生まれ出たとき、生まれながらにして、そのなかに、内側に素晴らしいパワーを持っているっていう考え方なんです。これは、人間観でもあると思います。生まれながらに、1人1人の子どもたちに未知なる可能性、生きる力。人と繋がる、社会と繋がるっていう、社会と繋がっていく力をちゃんと持っているっていう考え方なんです。

これハートを描きました。これ、生まれたばかりの赤ちゃん。オギャアと生まれて、みんなから、ああ、生まれた。やあ、良かったねって声かけられる。親から、もうオギャアと泣けば、「ミルク？」とミルクをもらえて、おむつが濡れれば、おむつを替えてもらって。とにかくオギャアって、もう無条件の愛情でしょ？そこで、世のなかに出てきた子どもたち、生まれた赤ちゃんは本能的に、言葉の理解でなくて、やあ、世界、世のなかで捨てたもんじゃないなあと思うんですよ。自分って、大した人間だなんて思うんです。だって、泣けば何でもやってもらえる。人間だけが、ね。生まれて、まだ1年以上も親の手を借りずには、生きていくことができないんですよ。それは1年以上。もう2、3歳の、とにかく保護者、ある大人の保護のもとなしには、生きていくことができない存在。でもその2、3年をかけて徹底的に、あなたは大切な存在であるということ、体得する時期なんですよ。

自尊感情、これを本来は、自分は大した人間だ、素晴らしい、自分の力でいっぱい満ちた、力が満ちてるよっていうのが人間なんですけれども、たちまち、これを脅かす、このまま大人にはなれないんだよね、ということがおこってきます。それは何かって言うと、一番分かりやすく言うと、次、外的抑圧って言うんですけど、一番最初にくるのが、だいたい比較ですよ。比較であったり、差別であったり、偏見、虐待、いじめ、体罰と続きます。私たちは生まれてから、「わあ、なんて生き心地がいいんだ」、と思うのも束の間、すぐに親からも、「お姉ちゃんはどうだったけど」と。保育園に行くようになれば、「隣のお姉ちゃんはね…。」どんどん、どんどん、外的抑圧を私たちは受けて、小学校に行って、受験戦争のなかで就職しても、誰かと比べられるなかで、自分はだめだなあっていうことを経験します。「ああ、私って、なんてだめなんだろう」ということを、自分で自分に今度、内的抑圧をかけていくんです。外からの抑圧で、「あんたってのろまね」とって、私ずっと言われてきたんですけど、「あんたってのろまね」とって言われて、嘘もね、10回言われれば、ほんとになるんです。「ああ、私って、のろまなんだよね。」「あんたってこう、何回言ったら分かるの。何度言っても、同じ失敗の繰り返しばかりして」とってね、何度言っても分からない。「ああ、私は何度言われても分からない。なんて私はだめなんだろう」というふうには。本来は可能性に満ちて、素晴らしい存在であるはずの私たち1人1人が、いろいろな外からの外的抑圧によって、しかも外的抑圧だけではなくて、これでもかっていう、今度は自分で自分を苦しめている。自分で自分を小さくしていくんです。

あなたは悪くない

ある日、男の子と面接をしました。面接をしたときに、「A君、お母さんから聞いたよ、お父さんから〇〇されたんだって？って。うん。そっか、そのときの気持ち、教えて？お話ししてもらえるかな？」って言いました。そしたらその子が、じいっと下を向いて泣きながら、「だって僕が悪いんだから、仕方ないじゃないか」って言ったんですよ。「僕が悪いんだから」って。私は「あなたのそのときの気持ちが知りたいんだよ」って言いました。「そのときに、悔しくなかった？悲しくなかった？つらくなかった？怖くなかった？その気持ちを知りたい」と。そしたらその子が、やはりもう1回言ったんです。「僕が悪いんだもん。当然だよ」って言ったんですよ。それで、「ふうん。でもね、あなた今、小学校6年生でしょ。そんなに悪いことしたの？でもそのときの気持ちって、悔しいとか何か、なかったかな？その気持ち知りたいんだよね」って言ったら、その子は、いきなり泣き始めて、「〇〇されて悔しくない子なんか、いませんよ」って言ったんですよ。「そうだよねえ、よく言ってくれたね。悔しかったんだよね。その気持ちが、私が知りたかったんだよ」と。そこで初めてその子は、「ああ、自分はこういう気持ちだ」って、我慢して、押し殺してた気持ちを話してくれたんです。「あなたが悪かったんじゃないよ。大人のほうが悪いんだよ」って、そのときに話をしました。

子どもへの心のケア～レジリアンシーの考え方～

だから1つ1つ、私たち援助者が、この外的抑圧を取って行ってあげるっていうのが援助者の務めです。まず外的抑圧を取ってあげて、「いや、あなたが悪いんじゃないよと。殴る大人の側に、いろんな問題があるんだよ。それはこれから私たちが、そっちもケアするけど、まずあなたの傷付いた心をケアしようね。まずあなたは悪いんじゃない」っていうことを言ったんですね。そんなことで、自分で自分を悪いと思いつまんでいる子どもに対して、「あなたは悪くないよ」って。で、具体的に、その殴られた事項が分かれば、「自分なりの理由があったでしょう？」ということ言葉を、会話のなかで、ここを癒していくんです。そして、その内側に内的抑圧として向いてる、自分の内側に向いてる矢印を、逆側に向けるのが援助者の務めなんです。これ弾力性レジリアンシーと言います。ゴムボールをギュウって押して、手をパッと離すと、バーンとまた戻るでしょ。風船もそうですけど、戻りますよね。これって、子どもがもともと持つてる力なんです。援助者は、その力を信じて待つ。信じるんです。援助者が無理やり、ゴムボールがしぼんでしまった、あと風船がしぼんでしまったところに、ストローで空気を入れるとか、フウってやるとか、そういう外側から引っ張り上げて、元の通りの回復をさせるんじゃないんです。私たち1人1人は、みんな素晴らしい力を持っている。その力を信じてあげて、私たちは、ただただ外的抑圧を取り除いてあげる。そして、自分がふと立ち止まって、自分の傷付いたことを言えたりして、「ああ自分って素晴らしい、もしかしたら、まんざらでもないかも」と、自信を取り戻していつ

たときに、このしぼんでいたボールが弾くように、自分自身を回復させるんです。

自分が持っている力に自ら気づくよう働きかける

私は今、MY TREEペアレンツ・プログラムのなかで、それをお母さんたちにやってるんですね。お母さんたちの持つてる力を信じて、私たちが、援助者は何もしないんです。語り合いのなかで、お母さんたちに語らせるなかで、自分自身のなかにある新しい、本来持つてるもの、力に気付いていく。本来は、私たち人間はどの人も、自分を自分で癒す力を持つてるんです。そして、回復させる力も持つてる。人と繋がる力も。人と繋がるっていうことは、自分が助けを求めて、それを得てもいいんですよ。人に助けを求めることも、問題を解決していくうえでの方法の1つなので、なにも自分でがんばって、1人でがんばって問題を解決していなくても、いいんです。「人に助けを求める、繋がることで問題を解決していく方法もあるよ。それは、あなたの持つてる力」だよって言っています。そんなことをやっていきます。援助者としては、この、子どもたちが持つてる力を信じて、待つっていうことはすごい、さっきのビデオにもあったように自尊感情で、ちゃんと先生がそれぞれを尊重させてあげて、そして、自分で言葉を発せたり、意見を言えたり、自分の気持ちを伝えられるっていうことが大事なのかなと思います。

怒りの仮面に気づき、気持ちを言葉で表現する

それで、怒りの仮面っていうのを書きました。怒っている人たちに対して、問題行動がある子どもたちの裏側の、実は怒っているその顔は、仮面なんだよっていうことを皆さんに知っていただきたくって。これは、どの場面でも使えますので、ご紹介したいと思います。怒りには2種類あってね。ブンブン怒ってる、健全な怒りっていうのもあって。怒りって、負の私たちが持つ感情だけではなくて、いい感情でもあるんですね。やはり、何か誰かにぶたれた。ぶった相手に、「やだ、痛い、止めてよね」って怒るのも、これは正常な、健康な怒りであります。だけど、屈折した怒りっていうのもあるんです。うちに来る子どもたちって、結構いろんな怒りをため込んでます。で、その怒りを私たちに向けてくるんです。ある子は、ある時期、高校生がすごく増えた時期がありまして、そのなかの1人は朝、私が、起きてこないんで、起こしにいったりするんですね、トントンと。「ほら、もう朝、何時だよ」って。そうすると、ドア開けた途端に、すごいあたってくる子がいて。「何？」とかって言うんですよ。あのね、朝からね、気持ちこっちは傷むんですね。朝、だからもう、この子を起こすの、嫌だなあって。「朝だよ」って、なるべく気持ち良く起きてもらいたいとは思っているのに、そこで、「何？」とか言われちゃうと、こっちはね。やっぱり生身の人間なんで、そこは大変なんですけども、やはり朝から苛立ってる子ども、特に高校生多かったですね。

怒りの仮面の奥にある子どもたちの「傷つき体験からくる不安」

子どもたちは、いろんなストレスを抱えていて、うちに来て、すごい怒ってあたってくる子って、怒りの仮面をずらすと、いろんな不安があるんです。だいたい、うちに来て、出ていく自立の前に、必ずバトルがありますね。それは、出ていくことに対する不安なんです。親に頼れない。これから出ていく。そうすると、ものすごい反撃が始まりまして。やっぱり不安なんです。そのなかには、ここにも書いた、恐れや、いろんな身体的苦痛、悔しさ、悲しさ。もう傷付き体験から、不安で不安で、どうしようもない恐れで、絶望や喪失感で、もう渦巻いてるものを、自分でも自分で処理できないんですよ。それなので、あたってくるんです。怒りの仮面となって。そこをちゃんと言葉で話させてあげて、ちょっと待って。深呼吸しようか。落ちついたら、あなたのその、ここにある気持ち聞くよって。じゃあ今日帰ってきたら、これからのこと聞こうね。また話そうね。そして今一番、心配してることは何なのかな？っていうことについて話しをしよう。ちゃんと言語化して、出してきたほうが、本人のなかの混乱が整理ついてくるので、やっぱり言葉に出していくことが必要なんです。

「自分の怒りの仮面に気づく」～MY TREEペアレンツ・プログラム～

この怒りの仮面については、MY TREEペアレンツ・プログラムのなかでは、「虐待しているお母さんたちが子どもに手をあげるときって、実際、あなたの気持ちって、どういう気持ち？」っていうことで整理します。自分の怒りの意味が分かったことで、ずいぶん救いになっている。つまり怒りの意味が分かると、ストレスを軽減できる。なんで今こんなに苛立っているか、落ちつけないでいるのかっていう意味が分かるから、少しずつ人の手を借りながら、また然るべき、まあ精神的なものであれば、お薬の力を借りながら、ストレスになってることを、少しでもストレスがやわらげるように。経済的なものだったり、病気だったり、子どもの障害だったり、夫の帰りが遅いことだったり、いろんなストレスがかかっている、結果的にそれを子どもたちに、ぶつけているんだってことが分かれば、ストレスを減らしていけるよねっていうお話をして、軽減させていきます。

子どもへの心のケア～安心の保障と次の自分への信頼の回復～

もしね、皆さんの周りで問題児、保育園や幼稚園で問題児と言われて、怒っている子がいたら、ぜひその裏側の気持ちに寄り添ってあげて、その気持ちを聞いてあげるっていう作業は非常に、その子自身を取り戻すのに効果があると思います。

子どもの心のケアとして、最後にレジメに書きましたけど、安心の保障と、次の自分への信頼の回復と書いたんですが、ある相談に呼ばれて私たちは行ったんですが、だいたい私が関わってる不登校の子どもって、相談員さんが来るよってお母さんが声をかけると、学校に戻すための相談員だと勘違いするんですね。そうではないよと。とにかく、そこは

安心安全を保障、私はするんです。どこの誰か分からない人に、はい、会いますっていう子はいないんです、なかなか。最初に訪問したときから、私はあなたを苦しめるために来たんじゃないよ、ということのアピールするために、まず部屋から出てこない、その子の部屋の扉の外から声をかけました。「こういう目的で来てるよって。あなたもつらいよね。家のなかにももっていて、しかも、いろんな思いがあって、それを吐き出せないで、憂鬱だよ」っていうところから始まって、次の日には手紙を入れました。「急に行っちゃってごめんね」って。でも、「こういうことで来たんだよ。ぜひあなたの顔を見たいし、話したい」と。そうやって安心の保障をきちんとしていって、そして信頼関係を作っていく。1週間も経たないうちに、その子は部屋から出てきてくれるようになって、面接をしました。で、結果的には、「あなたはあなたで、今とってる態度は、あなたは必死な思いで、選んでいる行動はOKだよ」ということで、「あなたはあなたで、いいんだ」というメッセージを送りまして。

で、これからどうやっていこうっていう話をしていきます。どうしても苛立ちや、親に向けて爆発しちゃう怒りの感情を、どうコントロールしようかっていうことを、呼吸法やいろいろなことを、本人にいろいろな方法があるよっていうことで、そういうときは外へ出たい、家のなかだと苛立つからっていうことで、「じゃあ、外に連れだすよ」と。「うち来て、ご飯食べるか」って言うと、「うん」。「じゃ、誘いに来るね」って、連れだして、うちでご飯を食べさせたりっていうことをしました。ほんとに、みんなが関わると、「自分は大切にされてるんだな、自分はまんざらでもないんだな」って、思っていくんですよ。それが思えることが回復に繋がっていると、いうふうに思っています。「あなたを見捨てないよという、あなたを守るよ」っていうね、諦めない姿勢が、援助者の姿勢ではないかなと思います。

今日はありがとうございました。

司会者

島山先生、ありがとうございました。重く心にしみるお話が沢山ありました。具体的な例も出していただいて、いろいろ質問したい方がおありだと思います。時間短いのですが、どうぞお手を上げてください。

質問A

ありがとうございました。ちょっと立ち入ったことをお尋ねしたいんですが、先生がされておられるお仕事は、ほんとに素晴らしいと思うんですが、ご主人の協力なくしては今までやってこれなかったと思うんですよ。で、同じようなお気持ちとか、それから積み重ねがなければ、絶対できないんじゃないかなって感じたんですが、そのあたり、ご夫婦の間での、このお仕事に関わるお気持ちっていうのは、どういうふうに積み重ねてきたのか、ちょっとお尋ねできたらと思ったんですが。

島山先生

自分のことですけど。まさにね、こういう仕事は夫婦一緒に、やはり助け合っていないと、やっていけないです。だから、主人あつての今なんです。結婚する前に主人は、「福祉の仕事に自分は就きたいと思ってる」、みたいなことをチラッと行ったんです。結婚したら、する前からですけど、映像の仕事どんどん入って行って、私、三つ子の子育ても、ほとんど主人不在のまま。でもね、やはりこういうのって面白いもんでね、主人、映像の仕事しながら、仕事のなかで、そういう里親さんを取材をしたり、そういうこう、出会うんですよ。そうすると、やっぱりいろんな、そのまた取材をした対象に会って、本をね、読むと、その東京の里親さんの話だったりね。

そうすると、やっぱりまんざら、心が動くじゃないですか。で、最終的には私たち、田舎暮らしがしたいって、子どもを自然のなかで育てたいと思って、こちらに来たときに、栃木県に来て、ほんとに子どもたち、のびのびと育てたんです。

主人は栃木県に来るときに3本の柱を立てたんです。1つは、家族が愛し合って暮らすっていうのが1本目。2本目がクリエイティブに生活するって言って、畑仕事だったり、東京に通いながらですけど、家も実は、小屋を建てたりしたんです。すごいとこで、周りからは、こんなところによく住めるねって言われたんですけど本当に自分で大工さんをやったこともないのに、一所懸命作ったりしてね、やった。本当にクリエイティブに生きましたね。それで3本目の柱は何かって言うと、福祉なんです。人のために生きると。主人曰く、実は主人が50歳になったときに、この里親になったんですが、もう半生、まあ50歳まで自分は順風、すごく楽しく過ごせたと。

子どもたちとも楽しい時間を過ごしてる自分は幸せだと。で、やはり残された人生は、あとは人のためじゃないかって思ったって言うんです。それで、そこが合致したんです。

私は里親っていうのを、独身のときに一度、養護施設にいましたから。勤めていたときに、やはり子どもは家庭で育てたいっていうのがあって。里親になりたいという思いも持っていました。でも、子ども3人与えられて、三つ子育てたときは、いつも頭の隅に、いつか里親になりたいってあったんです。うちの子たちはいいよねって。ディズニーランドに行ったり、絵本を寝る前に読んだり、私が母親と一緒にいられるからいいけど、そうでない子どもがいるっていうのを知っていましたから。だから、どこかで里子に、里親になりたい。でも学校行事忙しくって、もう中学生、高校生ぐらいになると、そのことを忘れてたんです。

この団体立ち上げるときに、「里親になったほうがいいよ」っていうアドバイスを受けて、やっとそれを思い出しました。それで、主人がそういう思いになったとき、「私が里親になろうか」っていう、この仕事を始めるにあたって、思ったことがちょうど一致したんです。「今まで散々お母さんに苦勞かけてたけど、いいよ」って言うてくれて、今では本当に、私よりももう何倍も苦勞しながら、子どもたちといい関係を築いていますので、もう今、主人は満足してるかどうかは分からないんですが、でも自分が言った、その3本目の柱の1つ、

最後の柱を生きています。

I-2. 第2回公開講座

『思春期の子どもたちの悩みと子どもを伸ばす力』

白梅学園大学学長 汐見 稔幸先生

生まれつきの子どもの難しさと思春期

子どもを育てる親が、赤ちゃんのときに3割ぐらいはディフィカルトチャイルド（難しい子ども）と感じる赤ちゃんがいます。タイプがあって、医学的に分類されてるんですけども、たとえば日本では昔、何かあるとすぐ泣くとか、抗議するという、『かんしゃく持ちの子』って言いましたけど、かんの虫が強いってということなんですね。そういう子どもに対してかんの虫を追い出さなくちゃいけない。ちょっと姿勢変えただけで泣くとかね、おっぱいをこっちからしか絶対飲まないとかね、夜中は必ず夜泣きをするとか、ちょっと扱いにくいタイプの子どもがいて、英語なんかではディフィカルトチャイルドといいます。日本語では手のかかる子っていう翻訳しています。それといつもにこにこ機嫌がいいっていう、泣いてもすぐにおっぱい与えらるともう泣きやんじやうという、非常に扱いが楽な子、これはイージーチャイルドとありますが、手のかからない子っていわれてます。だいたい日本で調べたら、手のかかる子っていうのは30%ちょっといるんですね、ディフィカルトチャイルド。それは親の育て方とかは関係なく、ある割合で出てきてしまうんですね。脳の配線がきれいに理想的に出来て産まれてくるんじゃないで、ここのつながりはいいんだけど、こっちの配線がちょっと具合悪いとか、人間にはあるんですね、個性があって同じ親の子どもでも、やっぱり皆違います。

私3人子どもいますけど、3番目がやっぱりディフィカルトチャイルドですね。大変苦労しました。2歳2ヵ月まで、毎晩夜泣きしてくれました。でも、こういうタイプの子もってというのは、あとで面白くなるっていいですね。苦労した分ね。そのことを信じて育てた



んですけども、とにかくかんしゃく持ちで、ちょっと機嫌悪くなると、もう半日くらい機嫌悪くなって。あいつに今日は疲れたな、疲れたななんて言ってましたけど。

そういう子育ての、小さいときの苦労っていうのは、みんなあるんです。小学校のときは、まあまあ元気よく学校行ってくれましたが、ときどき不登校になって困ったこともあるんです。何とか乗り切るんですが、

そのあとちょっとまた困るのがいわゆる思春期でした。思春期も早くなっていて、従来ならば14歳辺りが1つの目安だったというんですけど、女の人の初潮が来るのは、昔は14歳くらいでした。今もう小学生で来るっていうのが当たり前になっています。だいたい体重が40キロになったら初潮が来ると言いますが、どんどん早くなっているってことでね。

小学校の高学年からもう思春期めいたものが始まっていて、それが中学生、場合によっては高校生まで続く、そういうちょっと難しい時期があって、このときになんでうちの子がっていうふうになったり、親子関係がすごくとげとげしくなったりとか、いろんなことが起こります。あるいはお母さんにとって一番わからない存在は男の子なんですよ。男の子の思春期、性的な成熟がいろいろ出てきて、何をどうやって悩んでるんだらうということが、お母さんはさっぱりわからないのです。お父さん、ちょっと何とか言ってよって、お父さんのほうも仕事で忙しくてね、普段から関わってないと、そのときだけお前なあなんて言ってもかみ合わず、なかなかお父さんもうまく役割を果たせないということがあるんです。ともかく思春期っていうのは、子育てをやっている人間にとっては、1つの難関みたいになっている、そういうキーワードみたいなものです。

現代の思春期と親の対応

あるところで読んでいましたら、なるほどなと思ったので引用しますが、お母さんの言葉です。「いつも不機嫌でいららして。ちょっとしたことですぐ切れちゃう。また反抗する。反抗的な態度、口答え、反発、無視、にらみつける。」

これは実際の自分の娘さんのことを書いてあるんです。人によってさまざまです。そういう反抗は全然なかったっていうケースもたくさんありますよね。逆に言うと心配なケースもあります。以前、自分の子どもが通っていた中学校の、PTAに呼ばれて、子育ての話をしに行きました。基本的に皆思春期ですよ。質問ありませんかって言ったら、あるお母さんがね、先生、どうしたら子離れできるんですか。もううちの息子、かわいくって、かわいくって。私、この子から絶対離れられない。息子にはね、いい？私よりいい女なんていないのよって。そうやって息子が私から逃げて行くのを何とか防ごうとしていてって、こんなのっておかしいですか。隣のお母さんが、「あなたもそう？かわいいわね」なんて2人で盛り上がってましたけども。

そうやって一生懸命育ててしまう。つまり、昔と違ってね、地域の人いろいろな手を借りて育てていくとか、ちょっとあんた、外行って遊んできてって放り出したら、その辺で群れて遊んで、知らないうちにいろんな遊びを覚えていくわ、友達を作ってくるわ、ちょっと悪いことをしてくるわ、親がごめんなさいって謝りに行ったりするとか、そういうふうにしていつの間にかドラマを作りながらたくましく育っていったって時代には、ちょっと引いて見れるんですよ、子どものこともね。うちの子はどうしてあんなのかしら、とかね。ところが今はね、外で遊んできてって出したら、みんなが群れて遊んでる場所まっ

たくありませんしね。隣近所の人に、ちょっと今日見てくれるって頼んで育てられること、ほとんどなくなりましたよね。

昔はね、もう1つあった。子どもにいろいろ用事を頼んだり、仕事を手伝わせたんです。ちょっと悪いけどこれ買い物してきてとかね。農家だったらともかく野良仕事、順番にさせていったわけですよ。家事も、電化製品がそんなにない時代ですから、家事の時間がすごくかかるんですよ。あんた、ちょっと悪いけどちょっと火をおこしておいてとかね。洗濯物たたむのちょっと手伝ってとか、雨降ってきたからとりこんでよなんとかって言って、子どもにはいろんな仕事があったんですね。

子どもを育てるということは、そういう仕事がだんだん上手にできて、親の手を借りなくてもできるようにしてやる、ご飯も作れるようにしてやる、これを「一人前にする」って言っていたんです。農家の仕事もできる。お祭りのこともやれる。一人前ってというのは抽象的な意味じゃなくて、これとこれとこれとこれができたら一人前ってというのが、村のなかでちゃんとルールがあったんです。男の子には、昔はだいたい思春期、14、5歳になったら、家を出て共同生活をさせたんです。村には若者宿、若衆宿とか、女の子は娘宿とかね、そういうところが多かったんですけど、そこにはあんちゃん、兄ちゃんがいっぱいいて、いろんなこと、農業の仕事も教えてくれるし、お祭りのときのいろんなしきたりも教えてくれる。ついでに今日は盛り上がって一杯飲んで、夜這い行こうかって夜這い行って、そういうこと教えてくれるっていうことがあったわけね。

昔はそういうようなことがあって、ともかく親が全部やらなくてもよかったんです。その1つが、一人前にするというのは、たとえば若者宿の前に大きな石が置いてあって、これを頭の上まで持ち上げることができなかつたら一人前とは言えないとか、そういうカリキュラムがちゃんとあって、1日にどれぐらい藁を運べるかどうか。そういうことをちゃんとできるようにしたために、順番にいろんなものを教えていくわけです。仕事をさせていくんです。そういう農家の人間形成のカリキュラムっていうのがあったんですね。でも、今はそういうのもまったくありません。

一人前に育つとは・・・『危機管理』と『臨機応変力』

買い物でも、僕らが子どものとき、僕のお袋は、親父は東京勤務の単身赴任でしたから、いろんな仕事は全部子どもがやるんです。買い物に行っても、スーパーとかコンビニじゃないわけですよ。そんなものありませんから。スーパーとかコンビニとか、たとえば八百屋さんとか肉屋さんに行くと、何が違うか。スーパーとかコンビニってというのは、基本的に無言で買い物するところなんです。八百屋さんに行ったとき黙ってばっこうやって入れたら、八百屋のおばさんに叱られる、あんたそれ買うのとかって言われますよね。つまり、八百屋さんに行くとか魚屋さんに行くっていうときは、子どもなりに用件をちゃんと伝えて、親に言われたものを間違いなく買って、おつりも間違いなくもらってきて、

ということをやらなきゃいけない。そのときは、ちっちゃな背伸びの練習をするわけですからね。おばさん、何とか何本と、何とか100グラムある？とか聞いて、今日何とか作るのね、あるよって。これ、ほら、今日いいの入ってるから1本負けてあげるわとかってやってくれるのが、コミュニケーションなんですけどね。あればいいんですよ。でもね、親から言われたものを、「おばさん〇〇3本ある？」って言ったら、「ああ、ごめんね。もうさっき全部売り切れちゃったのよ、今日はもうそれないの」なんて言われたら、この子はどうするか。子どもっていうのは、お使いに行かせられるときっていうのは、スムーズにいけばいいんだけど、そうじゃなかったときっていうのは、その子が独自に判断しなきゃいけないわけ。「あ、ないの」ってすごすごと帰ったら、お母さんに、「あんた、今日のおかず何かわかってるでしょ？何とかなかったら代わりに何か買ってくるくらいの気使いなさいよ」って、「もういっぺん行っといで」なんて行かされるかもしれない。そんなことまた言われるかもしれないと思って、「おばさん、今日おかず何なんだけどさ、これなかったら何か代わりになるものない」って聞いて、「じゃあこれ、ちょっとお母さんに電話してあげるわ」ってね、「あんた、これでもいい？」とかって言ったら、「ああ、それでもいい」って言ってね。ちゃんと気を利かせて買ってくる。

こういうのを最近の用語では『危機管理』っていうわけです。要するに、小さな危機管理。予期せぬことが起こったときに、どうやったら上手に切り抜けていけるのかっていうことね。これを英語でクライシスマネジメントなんていうんですけども、わかりやすく言うと、『臨機応変力』です。『臨機応変力』っていうのは、生きる力の1つのベースになりますね。人生というものは、そんな予定通り行くわけじゃないよね。好きになった女の子に振られてしまってどうするかとか、そんなことしょっちゅうある。入るはずの学校に落っこってしまったとか、そういうときにどうやって切り抜けていくかによって、その人の人生が決まってくるわけです。だから『危機管理』は、しょっちゅうやっておく必要があって、上手にそれを乗り切っていかなきゃいけないんだけど、こればかりは机上では勉強できないんです。体験しなきゃいけない。子どもに用事を手伝わせるとかっていうことは、日常的にそうした臨機応変の対応を子どもに要求していくわけですから、知らないうちにある種の社会性も育つんですね。

そういうのも今はないわけ。長い人類の歴史を眺めてみたら、子どもを育てていくのは、別に学校とかそんなのない時代のほうがずっと長いですから、それでもちゃんと育ててきたわけですよ。なんで育ててきたかという、1つはそうやって、親がやってる仕事を手伝わせながら、やがて自分で1人で、その世界で生きていけるための能力を身につけてやる、つまり一人前にしてやるってこと。あとは、ケンちゃんとか行ってくるねとかなんとかって言いながら、子どもの集団のなかで切磋琢磨して、そして、いろんな遊びを覚えたり、ルールを覚えたり、社会性を覚えたり、何々ちゃん足怪我したから今日代わりにやってやったんだとかっていう、人間関係の機微を覚えたり、そういう子どもの社会集団のなかで切磋

琢磨する。

共同体感覚

昔は夕方になるとお父さんが帰ってきて、夜はテレビなかったから、家のなかで団らんを楽しまなきゃいけない。おばあちゃん、昔話してとか言いながらね。そこで自分たちはこの家族の一員なんだという絆を深めていくわけです。僕はこれを『共同体感覚を高める』という言い方をしているんですけど。仕事と子どもの遊び集団、社会集団、小さな子が上の子に憧れて、上の子が小さな子を配慮してっていう形で社会性が育つわけですね。それと、団らん、家庭のね。この3つの場所ですべて子どもを育ててきたんです。これは卑弥呼の時代も縄文人も、皆そうなんです。

現代社会っていうのは、そういう意味で見たらとても特殊で、初めてまず子どもの社会集団がほとんどなくなった。子どもが群れて遊んで育つということがなくなった。そして、子どもに手伝わせる仕事も、ほとんどない。ちょっとそれ温めて、チン、このぐらいしかないんです、子どもの仕事。昔のチンのほうがもっと豊かだったんですよ。お仏壇にこれ、チンやっておいてというほうがまだいろんな仕事になったけど、今の子どもたちっていうのは、ほとんど仕事がない。僕は「子どもが失業している」なんて言ってますけど。

要するに子どもは当てにされて、少し背伸びして責任あることをさせられることによって育つんですけども、そこがなくなった。だからものすごく、はっきり言って今の時代の子育てっていうのは難しいんです。外へ放り出せないでしょ。家のなかで仕事手伝わせるわけじゃないでしょ。それでいて、育てなきゃいけないものは育てなきゃいけない。体をしっかり育ててやる。考える力を育ててやる。道徳性の基本、社会性の基本、心も育てなきゃいけない。頭も心も体も育てなきゃいけないものは育てなきゃいけない。でも外に放り出せない、仕事を与えられない、どうやってやるか。それをさせられてるのが、今のお母さんです。お母さん、あんたが頑張らなきゃ駄目なんだよって言われてるんです。

群れて遊ばせて社会性育てるのは簡単です。群れさせないで社会性を育てなさい、お母さん、となっちゃうわけです。そういう大変な難しさというものを背負うから、どうしても、私が頑張らなきゃっていうふうになるわけですね。頑張らなきゃっていうところが、こうしてごらん、〇〇、あらすごいわ、さすがね、なんて一生懸命やることなすこと全部やっていると、子どもが悩んでいたら、私の心が苦しくなるとかね。過剰に同一化してしまう、お互いに。そうやって育てた子どもが思春期になると、少しずつ親から離れていこうとするわけです。子どもを育てることに必死になってきて、学校でいじめられないようにとか、ちゃんとしていけるようにとか、体があまり育たない環境だからスイミング行かせないといけないかしらとか、公文もそろそろ入れなきゃいけないとか、いろんなことを考えてお金もかけて一生懸命やってきて、やっどここまできたら、ある意味で母親の作品みたいなものです、これは。

そういう子ども、作品が、知らない女の人に関心持ちちゃって、私から離れていこうなんてするって許せないなんて、大げさに言うとそういうようなことになってしまうっていうのが、今の親の大変さかもしれない。だからそうやって思春期になってね、私から離れていくのが寂しくてしょうがないというお母さんもいらっしゃるんです。

親への反抗

同じ思春期といっても、本当に時代によって随分変わるんだっていうことも感じさせられますけど、こういう反抗期がよくあるっていうのが一般的です。

それから不登校になったり、言葉がすごく乱暴になる。典型的なのが、うるせえな、このくそばあ、っていうやつですね。僕の息子も、かなりやりましたね。あんたらみたいになって、僕らに対して言うわけですね。「親に向かってあんたらとは何だ、こら」ってなっちゃうわけですね。そのあと夫婦で、今日言ったよね、あの子。あんたらみたいになって。やっと言えたねっていう感じだね。やっぱり、ちょっとね、そうやって親を突き放すっていうかな。この子の場合はね、不良仲間に入っちゃって、煙草はやるは飲酒はやるは、はては無断外泊するはでね。3番目の子どもは渋谷のなかにあった、繁華街の渋谷っていうところにあった高校ですが、試験が終わるとみんなでつるんで飲みに行くわけですね。で、量を知らないからしょっちゅう救急車が迎えに来てね、病院に運んでる。そういうことで先生にわかってしまって、親呼び出してありましたけど、でもそれぐらい羽目を外すっていうことをやるのもまた思春期でね、それから青年期の1つの特徴ですね。

まったく羽目を外さないでおとなしく粹に入る子ども、逆に心配です。その辺のバランスが大変難しい。こういうふうになってしまった子どもっていうのが、とても親としては困るんですけども、よくこういうことが思春期っていう時期の子どもの様子として語られます。これで非常に苦労しながらこの子との関係を作り変えていくんですけどね。『サモアの思春期』っていう面白い本があって、ヨーロッパ社会の人たちが子どもが大人になっていく途中で、びゅんと大人の、いわゆる世間に入る前の、ちょっと反抗したり、ちょっと後ろに戻ってしまったりっていうね、そこにすごい葛藤があって、スムーズに行かなくて親に反抗したりとかっていうふうなことをやるっていうのは、ヨーロッパ社会ではもう普遍的にあるんだけど、民族によっては、そんなの全然ないよっていう民族もあるというんです。だから、育て方によって、そうなるのかもしれない。

父親殺し

パトリサイドという言葉をご存じですかね？サイドって、スーサイドというのは自殺、サイドっていうのは殺すという意味なんだけど、パトリというのはお父さんですね。パトリサイドっていう言葉は、父親殺しと翻訳されてますけどね。子どもが自立していくときには、父親を殺さなきゃいけないっていう言い方をされるんですよ、ヨーロッパなんかで

はね。どういうことかと言うと、これはあとでまた出てきますけど、子どもに対して幼児期から世の中ではこんなことしちゃいけないんだよとか、人間なんだからこれはちゃんとやりなさいとかあってね、何こそしなければいけないか、何はしてはいけないのかということ、ちゃんと子どもに伝えていかなきゃいけないわけですね。今そういうのはすごく増えました、赤信号は渡ってはいけないから始まって、人の物は黙って取っちゃいけないんだとか、順番はちゃんと守んなきゃいけないだとかって言う、そういう社会的なルールいっぱいありますよね。

でも子どもは、なんでそれを守らなきゃいけないのか、深くわかって実践してるとは限らないわけです。本当は、僕らも子どものころやりましたが、柿がなったら1つぐらいもらってもわからないじゃん、というカタチで、昔よくやりましたが、その程度の気持ちはあって、それでも人が丹精込めて育てたものを勝手に取ってしちゃいけないよということを知るまでは、本当はだいぶ時間かかるわけです。だから子どもには、しつけるってよく言いますよね。しつけるっていうのはどういう意味かと言うと、しつけにはいろんな意味があるんですけども、着物を縫うときの、日本の和服を縫うときの縫い方で、細かく縫う前に一応大まかに縫っておく、これをしつけ糸というわけですね。要するに、本縫いをしていったら、しつけ糸は抜いていくわけです。だから、大まかに型を作っておくための縫い方がしつけなんですね。だから子どもも同じで、本当にこういうことしなければいけない、これをやっちゃいけないということがわかるのは、もっと年がかかる。だけどその前に子どもたちも社会生活をしなきゃいけないんだから、ある程度ルールは守らないといけない。だからこうやってしつけておいて、あとで自分で本当にそうだなってわかって、それがその子の本当のモラルになっていく。

だけどその前に、ある程度親がこれはしなきゃいけないんだ、これはしなきゃいけないんだということをいってやる。これをしつけというわけです。だから子どものころに、こういうことやっちゃいけないよとか、これはちゃんとしなさいとか、そうやったらいい子なんだよとか、いろんなことを教えていくっていうのは親の役割なんですけども、子どもが心からそうだなと思ってやってるわけじゃなくて、やらないとお父ちゃんに叱られるからとかね、学校で叱られるからって言う、そういうことでやってる子が多いわけです。

それでヨーロッパの場合は、これをしなさい、これはしっちゃいけませんっていうことを教える役は、基本的には父親です。社会のルールを子どもに伝えていくのは父親。そして子どもを慈しんでいくっていうかな、ケアしていくっていうかな、それがお母さんの大事な役割っていう、ある種の分業体制をやってきた。ですから、さっき言った思春期になると、少しずつそのしつけ糸を抜かなきゃいけない。自分で世の中こんなことやっちゃいけないとか、人のためにこういうことをすることが大事なんだってなことを、自分で葛藤しながら見つけていきなさい。そのためには、たとえばわかりやすく言うと、小学校のときは学校から6時までには絶対帰ってこないよと駄目ってお母さんに言われた。日本の場合、お父さん

よりお母さんが全部やっちゃいますけどね。

ところが中学校入ったら、6時までに帰って来いと言われても部活がある、今日は何とかのミーティングがあったということで、6時半とか7時になることがしょっちゅう出てくる。そうすると帰ってくると、何時だと思ってるのよ、あんたは、なんで連絡しないのよって、わあわあ言われる、理由も聞かないでね。だって今日は部活が長引いたのでしょうがないじゃないのって言って、最初はむかっとしながらも我慢してたんだけど、とうとうある日、また帰ってきて、なんで7時に帰ってくるのよなんて怒鳴られたときに、うるさいわね、私悪いことしてるわけじゃないじゃないのって、わっと反抗し始める。こういうことが起こるわけです。

そのとき、何が子どもの心のなかに起こってるかといいますと、小学校のときまで、あるいは小学校のあるときまでは、自分のルールは親が決めてそれを守ってたから、それでいいんだ、そういうものだと思ってたわけ。ところが、なんで6時までに帰ってこなきゃいけないんだ。私悪いことしているわけじゃないんだから、自分の帰る時間を全部親に決められたらたまらない。こっちの事情もあるんだから。別に私は10時、11時に帰ろうなんて思ってないのに、でも、ときどきは7時になってもしょうがないじゃない、私の帰る時間を全部親が決めないでちょうだい。そういうふうな気持ちがわいてくるわけです。

つまり、自分の人生のルールは、自分で決めたい。そういうことがわいてくると、そういうふうにしようとしたときに、女の子が7時に帰って、何事ですかってこうなっちゃって、ぶつかっちゃうんですね。だけど、自分は自分のルールを自分で決めてなんで悪いのって気持ちがわあってもたげてくるでしょ。そうするとそれでも親の言うこと聞きなさいってやってくる親に対して、パーンとぶつかっちゃうわけよね。これが反抗なんです。

大人になるもがき

反抗するということは、自分の行動の基準、規範は自分で作っていききたい。自分が納得して作っていききたい。それなのに勝手に親が、子どもだからこうしなさい、ああしなさいと決めないでちょうだいという形で、いわば自立し始めたということなんです。自分のことは自分でコントロールするっていう世界をもっともっとたくさんほしいということを主張し始めたということなんです。そういうことが起こるといのがいわば思春期なんです。ですから、大人になる手前で、いろんな意味でもがいている時期なんですけどね。体は急に大人になっていって、初潮が始まる、射精が男の子は始まると、妊娠する能力が出てくるわけです。つまり子孫を残せる体になるわけです。

人間の一番の義務は子孫を残していくことだと思いますね。私たちの代で人類はいらないということではできない。子どもを産み育てるということは人間の義務のなかで一番大きなことだと思いますが、そういう能力を身につけ始めるのが実は思春期なんです。だから、そういう意味で大人になっていく体が出来始める。でも実際に大人になるためには、心は

いろんな形で整えていかなきゃいけないんだけど、そういう準備は簡単にはできないんですね。こんな複雑な社会のなかで。だから、体は少しずつ大人になっていく。大人になれるということでね、いろいろ目覚めてくるんだけど、心のほうは、そういうふうに簡単には準備できないっていう、そこに大きなギャップがあるわけです。

体が大人になってきたのを、どういうふう自分で引き受けていいかわからないわけです。それがきっかけで、異性に対して急に関心が出てきて、今の子は好きだとかなんとかって、平気で言えるようになりましたけど、一昔前はちょっと恥かしいとかいろいろあってとかね、だいたいそれで動揺する。

それから当然のことながら、自分がどういうふうに見られてるのかってことに対して、また強い関心。自分を外に格好良く見せるとか、おしゃれすることについて、この時分からすごい関心が出てきますよね。思春期ぐらいの子どもたちのファッションなんかに関するセンスっていうのは、かなりいいですよ。アパレル業界ってありますよね。既製のメーカーさんたちね。毎年毎年買わせるために、毎年毎年、来年は何がはやるのよねとかって、今年はこののがはやるのよねって、去年買ったものでいいと思うんだけど、はやってるのよって流さないと買ってくれませんからね。だから毎年買わせようとするわけですよ。それで、今年、女の人は何とかが流行なんだよねっていうふうにするんですよ。そのためにアパレル業界は、たくさんのモニターを用意してるわけです。それで、来年こっちとこっち、どっちがはやると思いますかとか、このスタイルとこのスタイルは、色はどっちかっていって、いろんな意見を聞いて、それいいじゃん、絶対来年はやるわよとかってなことを集めて、判断材料にしているらしいですけどね。一番来年絶対これやるわよって言うときに当たる確率の高い年齢は何歳かご存じですか？ずっと流行に振り回されてきた30代ぐらいの人がやっぱり一番当たると思いますか？いや、大学の学生さん、二十歳前後が流行に一番敏感だ？ブー。正解は14歳だそうです。14歳の子どもたち、中学2年生ぐらいの子どもたちが、いいじゃんなんて言ってるのが、実は一番当たるんだそうです。だから二十歳なんておぼん。

それほど今の流行の変化というのは早いわけですね。だから、中学生ぐらいの子どもたちが、ちょっと自分を飾りたいとか、鞆にちょっと飾りを付けたいとか、ちょっとした小さなおしゃれをしたいと言ってるけども、あの子どもたちが美的なセンスを一番ものすごく敏感に磨き始めている時期が、思春期。だから僕は中学校の時期というのは、一番美的なものに対してものすごく敏感になっていく時期なんだから、中学校をどういうふう飾るのか、美しい快適な空間をどういうふう演出するのか、全部生徒に任せたらいいと思ってます。私の娘は、お花会というのを作って、中学生のときね、学校中を花で飾りまくるというのをやってましたね。それは楽しそうにやってました。だから、廊下はいつ見てもきれいな花があって、校長室にまず最初に飾ってあげるんだって言って、そういうことをやってました。ああいうセンスというのは、すごく伸びるときなんです、実は。ご存じ

だと思いますけど、法律でも14歳が境目なんですね。14歳以下であったらそれほど罰せられないけど、14歳を超えてしまうと少年院に入る確率が高くなるんですが、14歳は日本では中学2年生なんですね。

日本の14歳

中学2年生で、今度は高校はどこへ行けるかっていうことが現実的な問題になるわけですね。中学校2年生になってから、さあこれから今まで勉強しなかったから頑張ろうといても、急に伸びるわけないんですね。そうすると、俺の成績、私の成績だったら、だいたいこの高校ぐらい、この高校だったら大学はどうだこうだって、だいたい人生はこのぐらいとなると、漠然と見え始めてくる。これ自体おかしな話なんだけども、学校の成績で人生が決まるなんて本当はすごくおかしいことです。

学校の成績っていうのは、学校の点数っていうのは特殊な能力でしょ。いい国作ろう武士たちよ鎌倉幕府1192年とか、そういうのを覚えるのが得意とか、計算が速く正確にできるのが得意だって、それが多いじゃないですか。でも計算が速くできるということは、今すごく役に立ってますか？あれは何のためにやるのか？どうですか、三角関数をまだ覚えていますか。サイン、コサイン、タンジェント。学校出ても1回も使っていないでしょ。それで正確に覚えてるやつが点数高くて、どこかの大学入ってってことで、そこで決まってきたじゃないですか。でもそこで学んだことは1回も使っていないじゃないですか。連立方程式どうですか。毎日使っています？全然使ってないでしょ。

だから今の日本の学校教育の1つの問題は、学校でやることと社会で実際に必要な能力の間にかい離があって、全然使わないことで成績が決められて、それで人生振り分けられていく。だから、それなりの学校を出てなんかしても、非常に現実的な能力がない人たちがたくさんいるというようなことがあるんです。とにかく学校の成績で今振り分けられるシステムですから、何か自分の人生が見えてきたりする、そうすると希望を見つけないと、俺の成績だったらここまでいきそうだっていう人はいいですよ。そうじゃなかったら、やる気しないよなという形になるわけですね。希望をどう見つけさせるかというのが大事な点なんですね。それから、自分が体も少しずつ大人になっていくし、心もこれから大人になっていく準備しないといけないと漠然と感じているんだけど、そうすると、たとえば女の子だったら、どういう女性になっていくのかということ、今までだったらどういう大人になるかなんですが、どういう女性になっていくのか、どういう男性になっていくのかっていう形で、少しずつ具体的に考えるようになっていくわけですね。

大人のモデルとしての親

男の人っていうのはね、だいたいこういうふうにやったほうがいいよとか、女の人はこのようにとかが大事なんだよなというようなことを考える手掛かりは誰かと言ったら、ま

ず間違いなく親なんですよ。だから、いろんな意味で、いい意味でモデルにしているとは限らないですけども、女の人にとっては、男の人はどういうものなのかということを実体的に考える手掛かりはお父さんを通じてなんですよ。そのお父さんが、たとえば子どもが中学生になったころには会社が忙しいとかなんかで、ほとんど自分のことには関心持たない。お母さんとなんで結婚したのかわからないぐらい会話もない。おい、何よ、だからさとかんとか言って会話じゃなくなってるというのかな。子どもと会話するときに、おい、勉強ちゃんとやってるか、それしか言わないとかね。子どものほうは、素敵な男性に憧れているのに、お父さん見ると、どんどんお腹出てきて、どう見ても素敵な、心も全然家族にないみたいな。そういうお父さんのパンツと一緒に洗濯しないでちょうだいって、こうやって摘んで、別のところで洗うとかね。

そういうふうなことをやってるということは、すごくお父さんに対する関心が強いということですよ。つまり、いい男性モデルがほしいってということですよ。援助交際ってありますでしょ。高校生なんかがていのいい売春行為みたいなものですよ。援交してる子どもをずっと追いかけていった新聞記者がいるんですね。その子たちにいろいろ話聞いたりなんかすると、援交してる子たちは皆共通に、あるものを求めていたんですね。それは何かというと、お父さんの愛情だった。父親の愛情っていうものを、思春期になったら、叱るときに叱ってほしかったっていうかな。私がちよっとつっぱった服装してるときに、お前なに服装してんだって言ってほしかった。それも関心。言うともた関係がぎくしゃくするから黙ってしまって、私のことなんか全然見てないのよねとか、お母さんのこと全然愛してない、どこか好きな女でもできたんじゃないのとか。そういうふうな感じになったときに、女の子ってやっぱり父親の愛情がすごく欲しいんですよ。それがもらえないというかな。だから、父親探し、別の父親、男探しをする。結局、子どもたちのちょっとしたつっぱり、非行の原因はかなり父親にあるんです。日本の場合、思春期になったら家族にもっとこんなに楽しんでもらおうとか、子どもの自立を家族全員で上手に応援しようとかって、そういう家族の作り方が下手なんですよ。もう会社も忙しい、40代、50代一番忙しくなってくる。リストラされないようにとか、せっかく頑張ってもリストラされちゃってっていうようなことで落ち込んでしまうとか、とにかく家族どころじゃないっていう人が多いんですけども、それが子どもたち、非常にネガティブな影響を与えてしまう。

いろいろ悩んでるのにね、あんたなんで勉強しないのよとか、勝手に部活やめちゃったの、とかっていうことで、ほんとに葛藤に葛藤を重ねて決断したことに対しても、お前なんて言うだけっていうことで、そういうデリカシーのない親の言葉に対しても、があんとし続けるとか、そういうなことがいろいろある時期なんですよ。さて、そういう時期で、そういうときに子どもに接する接し方ということでは、ともかく機嫌よくしているように思えて、ちょっとしたことでまた落ち込んだりとか、そういうふうにしてむらがある。それから、一方でつっぱってるくせに、金欲しいときだけ甘えてくるとか。態度と矛盾してるじゃな

いかってなね、そういうことを平気とする時期です。

デリケートな思春期

非常に神経質になってる時期だっていうふうに思ってあげたほうがいい。だから、子どもと接するとき、無遠慮で、小学生のときのようにね、それはお母さんやお父さんが決めることっていうふうに接してもまずいし、あまり神経質になっちゃって、言葉選び過ぎて、親のほう緊張してるってことになって、子どもがかえってそれで緊張してしまうっていう、これもまずい。ただ、丁寧さはやっぱり大事なんだけどね。がみがみっていうんじゃないくて、どうしたのって聞いてあげるとか、そういうことが大事な時期ですね。

だから、いつでもわあつと言う前にちょっと待って、つばを1回飲みこんで、ワンテンポずらしながら還元するっていうのは、ある意味じゃすごく大事な時期なんですね。

その中身についてちょっと申し上げます。まず思春期になったときには、自分の子どもなんですけども、まだ半人前ですけども、だからといって半人前扱いするということになったら、逆に子どもが成長しない。もうそろそろあんた大人になる準備をするんだから、お母さんやお父さんが全部は決めないよ、それは自分で決めなさいよっていう、そういう形で、子どもをある意味で一人前として扱っていくことをすごく大事にしなきゃいけないと思います。そういう姿勢で接するのが基本だっていうことですね。

さっきも言いましたけども、思春期の子どもはちょっと難しいからということで、普段は、それまでは平気で言ったことを、急にお母さん自身が遠慮して言わないとか、あまりにも態度が変わってきて、気を遣ってるんだなあっていうことが相手に通じてしまうっていうか、これも子どもは困るんです。自分が気を遣わせてるっていうふうになっちゃいますから、子どものほうも言いづらくなってしまふ。だから、普段と同じような姿勢で接してあげてほしいんだけど、ただ親の意見を一方的に押しつけるような形の会話ではなくて、子どもにちゃんと決めさせていくんだっていうことで、スタンスを変えたっていうことは大事にしてほしい。

それから、子どものほうはこれから大人になっていく準備をしてるわけですから、大人社会のなかで、大人っていいなって感じさせることがすごく大事になります。子どものときね、幼児の段階から実は大人社会のことをいろいろ感じ取ってるんですよ。自分がこれから大きくなって参入することになる社会というところが、大人の世界がどういうところなのかっていうのはほとんど未知数ですよ。だから子どもは感じ取るしかないんですが、たとえばお父さんとお母さんがしょっちゅう夫婦喧嘩していたら、会社が大変でさあとか、ほんとにそうだ、いやだねとかっていった愚痴ばかりこぼしてるとか、そういうことがあると子どもは、大人の社会って嫌な気分になるって感じるわけです。だから、はつらつと頑張るって、だけでも、お父さんもお母さんもしょっちゅう、わはは、あははってやるとか、楽しそうにやっているとかな、ときどき仕事自慢してるとか、今日の料理どうとか

て言いながら生活をすごくエンジョイしてるっていう感じがあると、ああ、これから自分が大きくなる大人の世界って楽しいところなんだなっていうことを感じ取るわけです。

そういう意味で、子どもは年齢に応じて、これから自分が向かうことになる大人の世界っていうものをさまざまな形で感じ取りながら大人になっていくというこのイメージを作っていくわけですね。だから思春期になると、どうしても葛藤することが多くなる。

お母さんが、何言ってるのって。なんであんたこないだと違うこと平気で言ってるの、とかこういうことになっちゃうんだけど。そういう形でがみがみがみ言っていると、自分がこれからなる母親、父親がイメージとして、いつも自分のがみがみ言ってるという形になって、あんまりはつらつと大人の世界を目指せない。大人の世界が大事だっていうので、一番わかりやすいのは、日ごろのさりげない家庭のなかの会話。特に挨拶です。なんかぶすつとするようになってきて、おはようって言ったら、おはようってやってるっていうね、そういうときに、なんでおはようって言ってるのにおはようって言わないのよっていうふうに言わないこと。子どものほうは、何か昨日学校で面白くなかったとか、ちょっとしたことで今トラブってるとかあってあったときに、お母さんに、おはようって言うときにおはようってなかなか言えないんです。そこまでの社会性がまだないわけですね。自分がほんとうに、大事な時期なんですけどもね。でもそういうときに、なんであんた挨拶しないのよって言わないで、お母さんやお父さんがおはようとか、ただいまとか、機嫌よく、自分ははつらつと生きてるんだぞっていうことはやっぱり伝えてあげるっていうかな。人間としての気持ちの良さっていうかな、そういうものを伝えるのに、いちいち大人との会話をするとということをやらなくても、朝起きたときとか帰ってきたときとかご飯のときとか、いただきますとか言って、はつらつと生活しているっていう感じをずっと伝え続ける。こういうことが意外と子どもにとって、大人の社会ってなかなかいいもんだなっていうふうに思わせてくれる1つの手がかりなんです。ですから、思春期がちょっと難しくなったからって挨拶しなくなるとか、そういうことは極力避けて、逆に元気に、おはようって言って。返事しなくてもいいから。とにかくこっちが言い続ける。それはずっと子どものなかに残りますからね。いつも言ってたっていうことになるから。そうすると、自分が親になっても、子どもにおはようって言う人間になります。家族のなかでそうやって気持ちよく挨拶し合ってるっていうのが、親しいなかにもあるけじめがあって、大人っていうのは、健康に生きてるのかなっていうことを示す1つの有力な手がかりになるんです。ぜひお願いしたい。

秘密をもつ権利を認める

それで、同じことを何回か言ってるんですけども、思春期っていうのは、いろんな言い方で定義ができるんですが、ある特殊な言い方をすると、子どもが秘密を持つ権利を認める時期なんだ。親には内緒でいるっていうことを、根掘り葉掘りはもう聞かない。人間は

秘密を持つ、人には言えない秘密を持つ権利があるんだ。それは親であったとしても、根掘り葉掘り聞いてはいけない。そういう時期に入るんだっていうふうな定義と考えるといいわけですよ。

私は、個人的には子どもが中学生になったら、子どもが昼間学校に行っても子どもの部屋には黙っともう親は入らないというルールにしました。だから、部屋のなか、ここがちらかってようが、何しようが片づけはしない。自分で片付けなさい。そのかわり部屋は、机のなかに内緒の物を隠していたとあって、ちょっとラブレターがあったとかね、娘が1回、昼間、日曜かなんか、部屋から煙がもくもくって。たばこか。こらっなんて入って。それがあって、そのあと入ってみたり調べてみたり。机のなかにたばこが入ってた。これは何だかって怒られたことがありますけどね。学校で、はやっていると、そんなことやるんですけどね、それからやらなくなりましたけど。それは例外だったんですけど、基本的には子どもがもう思春期になったら、部屋のなかには大人だつて入らないよ、そのぐらい子どもが秘密を持つ権利というものを、私は大事にしてあげたいんですね。

そういう悩みについて、向こうのほうからいろいろ聞いてきたら、ママが中学生のころはそうだったとあっていうことはいろいろ言い聞かせて。あんたね、中学生のくせにそんなことで、って言って、ずけずけて子どもの心のなかに入ろうというようなことはしないようにして。子どもの悩み方って、悩み方ってのはそんな大したことないんですけど、悩み方の訓練があんまりできていないわけですよ。そこでいろいろ悩んで上手に大人になっていくときに、ずけずけつと入ってこられるとむかってくるわけですよ。ですから、何か悩んでいるかもしれないと思って、それに対してずけずけとは入らない。向こうから、「ちょっと、ねえママ、ちょっと相談があるんだけど」って言ってくれるような関係をつくることを目指す。

同時代を生きる人間として

親ってというのは何か言ってやらなきゃいけないとか、ちゃんと教育しなきゃいけないんだとか、そういうことを強く示し過ぎると子どもは反発していきます。だから、親としての役割を果たそうとするよりも、僕の言い方だと、同時代人として、ちょっと人生の先輩なんだけども、同じ時代を生きてる人間として接してやってほしい。お母さんもね、こういうのがあって今悩んでいるのよとかね。あんた方もっと大変な時代だから、悩み多いわねとか。同じ時代を親自身ももうわかりきってるって。人生大事なことはこれで、大事じゃないことはこれでってわかってるわけじゃなくて、私もまだいろいろ悩みながら生きてるのよ、あんただって、それを繰り返す、本格的にそうやって悩みながら生きていく時代に入っていくのよって、一緒に頑張ろうっていうふうな同時代人意識っていうのかな、だから、上から目線で、少し親をしてやらなきゃいけないとか、子どもにかっこいいこと言ってやらなきゃいけないとか、示しをつけてやらなきゃいけないとか考えちゃうと、子どもがだ

んだんだんだんしょげてくるんですね。

とにかく、よもやま話ができるような親子関係。小学校のときからそうなんですけども、子どもともっと会話しなきゃいけないっていうことをよく言われるんだけど、その会話が何をどうしゃべっていいかわからない。学校から帰ってきて、今日学校どうだったの、ってほしいすぐ聞くんですよね。そのうち子どもは、「どうだったの？」って、「いつもとおんなじよ」なんてね。「いつもとおんなじって言ってもお母さんわかんないじゃないの。今日学校で何かあったの、なかったの？うれしかったこととかね、なんとか」と。「別に」「別になってことはないでしょ」って言って、だんだんだんだん、子どものほうがお母さんとしゃべるのがめんどくさくなってくる。『別に族』っていう族に入っていくわけですがね。これは会話とは言わないんですね。これは尋問と言います。「今日学校どうだったの」とかなんとか言ってね。そういうふうにしても、よっぽどうれしいこととか頭にきたことがなかったら、しゃべることないですよ。平々凡々としてあるのが普通なんだから、言われてもしょうがない。

そういうときって、子どもと会話をいろいろしようとしたらどうしたらいいかって言ったら、これ簡単なんです。お母さんが自分のしゃべりたいことをしゃべる。「ねえちょっと聞いて、今日ね、こんな人に会ったんだけどさ、あの人はね」とかってね、「もうお母さん感動しちゃったわ」とか。そういうことを子どもの前で語れば、「へえ、どうして」とかって会話が弾むわけです。「なんでその人に感動するの」とかね。

親子の会話をするとき、子どもに何か言わせよう言わせようとして「今日学校どうだったの」とかね、「何とかどうだったの」とかっていうふうに聞いていっても、子どもは大変答えづらい。今日はどうしてもこれをしゃべりたいんだっていうことがあればいいですけどね。そういうのを、僕は尋問型の会話なんて言ってるんですよ。それはすぐに『別に族』に行ってしまうから。そうじゃなくて、会話っていうのは「自分がこういうことをしゃべりたい」、「ぜひ子どもに聞かせたい」とか、「ねえねえ、聞いて」とかっていうようなことがあってしゃべったときっていうのはやっぱり弾むんですよ。テレビ見ても、「何あの〇〇、いやねえ」とかっていうことで一緒にしゃべり始めたらいいわけですね。子どもに何か言わせよう、そういう会話をするとだんだん子どもが会話に疲れちゃう。そういう意味では、自分のほうからいろいろ語りだすようにね。そのためには親のほうも1日1つ2つは感動するってことをしなければ語れないわけです。感動する生活を送るっていうかな、感じるってことをやっぱり人間が活着ているときの喜びの感覚のベースですからね。「今日こんないいことあったのよ」とか、逆に「ちょっと頭きたことがあってね」とかっていうことをしゃべる。「かわいそうな話聞いちゃったの」とかね、そういうことを親がしゃべると子どもが、お母さん一生懸命、人間として生きてるんだなと感じるじゃないですか。

長生きする秘訣は感じることってね。感じなくなっちゃったら、やっぱり人間、頭が、脳がどんどんどんどん退化していく。だから、1日10個感動しましょうって、そういう人が

いましたけど。そういうことを子どもに語るってことですけども。思春期も同じように思うんですね。

KKKH方式のコミュニケーション

私は4打数1安打のコミュニケーションなんていう話をわかりやすくしてるんですが、KKKH方式のコミュニケーション。KKKH、Kって野球の好きな方はわかるんですが、Kっていうのは三振の記号なんです。三振っていうのはわからない人はわからないんですが。それから、Hっていうのはヒットの記号なんです。記録するときね。だから、第1打席三振、第2打席三振、第3打席三振、第4打席ヒットっていうのはKKKHです。だから4打数1安打のコミュニケーションでやりましょう。これはどういうことかっていうと、とにかく子どもとの会話、これはご夫婦の会話もそうなんでしょうけども、とにかく相手の言い分を聞くっていうこと、聞いている途中で何ばかなこと言ってんのよってやっちゃったら会話になりませんよね。ただ聞こう。子どもの言ってることがちょっと理不尽だとか生意気だなど思ったとしてもとにかく1回はちゃんと聞こう。それでどうしたのって、それでどう思ってるのっていうことを必ず聞く。

聞いた上で子どもの言ったことに対して1回は必ず共感してやってほしい。共感するっていつてるのは言ってることをすべて認めるっていうことじゃなくて、「それで怒ってたの、あんた」とか、「それは確かに頭に来るわね」とかって言って子どもに共感するとかね、そういうことをやってほしい。「なるほどね、へえ、それで怒ってるの」とかってね、「そうね、でもそんなことで怒ることないじゃないの」って言いたいんですけども、そこをすぐに出すんじゃなくて、「それで怒ってるの」って。その上で、「でもね、相手の人だってこうこうこうじゃなかったの」とか言って、1回共感すると、自分の言ってることは一応わかってもらえたとなりますから、子どもが落ち着いてきますよね。それで改めて、「でもそういうふうをやっちゃったら、あんたいつでもけんかになっちゃうよね、どうすればいいと思う？」とかね。そういう形で子どもと一緒に考える。子どもに考えさせる。

でも子どもに考えさせるためには、この前の2つの準備が必要なんです。こっちのほうはまず聞いてあげてね、そして、「ああなるほど」とか、「あ、それで頭にきてんの、あんた」とか言って、1回は共感する。その上で、「そうだよ、だからこう言ってんだよ」なんて言ってね、「でもそういうこと言ったらまた明日から大変だよ」とかね、「何かうまい方法ないのかしら」とか言って一緒に考える。そして、ああだこうだ、ああだこうだ。その考える途中も聞いて共感して。聞いて共感して言う、聞いて共感して言うっていう原則を続けていながら、だんだんだんだん子どもに一生懸命考えさせていく。「そうだよね、そうやってやらないと何々ちゃんかわいそうだよ」とかね。「でも、あんた、明日そういうこと言ってあげられる？」とかね。「言えるよね」と言って最後に励ます。「あなたならできる。あなただったらできる」、そうやって励ます。

この頭文字の、聞く、共感する、考えるが全部Kですから、頭文字がね、KKK、そして励ます。こういう形のコミュニケーションをどこか頭の片隅に置いていただきたい。

コミュニケーション力が試される時代

学校時代に、皆さんは社会に出たときにこういうことが大事だよってということで、あんまり訓練を受けるということがないんですね。計算が速くできたからって、ピッポッパの時代ですからね、それはあまり役に立たないわけで、いいくにつくろう武士たちよって覚えてもね、コンピューターでばんとやって鎌倉幕府でやったらもっと詳しく出てくるわけで、そんな細かいことを形式的に記憶しているってだけでもあんまり役には立たない。でも、社会に出たときに、たとえば今言った子どもとのコミュニケーションどうしたらいいのかとか、夫婦のコミュニケーションどうしたらいいのか、姑とはどういうふうにやったらいいのかっていう、そのコミュニケーションが上手だと相手は、この人はいい人だねって感じてくれたりとかね、「ちょっと変な人だと思ったけどすごくいい人だったわ」とか、友だちが増えていったりとかありますよね。でも、そのときにコミュニケーションにはやっぱりルールがあるんだっていうことはなかなか学校では教えてもらえないんですね。

どんなときにもやっぱり相手の言い分をしっかりと聞きなさいけないんだ、聞いてる途中でむかつくときで、わかってます、とかかって言って、わあっと途中で介入しちゃって、「頭来てんだよ」とか何とかかって言うと、なかなかコミュニケーションにならない。人間だから感情的動物ですから、どうしてもそうなるちゃうんです。なるちゃうんだけどちょっと引く。ちょっと引こうっていうね。「それで？それで、それでか」って、「それでわかったよ、なんであんたがこういらいらしてきたのかわかった」とそうやって、1回必ず共感する。「でもそういう発想してたら必ずいらいらしちゃうじゃない」とかってね、「こういうふうには考えられないの」とかっていうふうなことを、その上でこうやっていくとコミュニケーションになるんですね。

それはね、子どもとのコミュニケーションのときには極めて大事な原則になりますので、ぜひこのところ、実践していただきたいと思います。

悩める思春期

それから、一番初めのほうでも言いましたけども、思春期っていうのは子どもはいろんな形で、あとから考えたら自分でも滑稽になるようなことで悩んだりするわけですよ。そういうときに、放っておくと、それまでの育て方もあるんですけども、子ども自身はちょっと否定的に考えるっていう、日本人は特にそうなんですけどね。だったらうまくいかないんじゃないかなとか、そうやってこないだ失敗したからまた同じことやっちゃうんじゃないかなとかっていう形で否定的に考える。

ただ、できるだけプラス思考でものを考えるっていうことをやってあげてほしいんです

ね。ちょっと別のデータに入りますが、たとえば、これはお父さんですけども、昔は日本人はもっとお父さんが育児をやっていた。江戸時代は基本的に育児をしたのはお父さんだっということ、ご存じですか？

ヨーロッパ人が聞いて感動するんです。日本では育児をお父さんがやってるっていうので。それはいいんですけども、こうやって子どもは遊んでたって話ですけども、子どもの運動能力がどんどん下がってるっていう話ですけどね。これなんかはとても考えさせられるデータでしてね、あなたは自分の子どもの育ちに満足していますかっていう質問に対して、満足しているって答えた、もう10年ちょっと前のデータなんですけど、女性学習財団っていうところが調査したんですが、日本と韓国、タイ、アメリカ、イギリス、スウェーデンっていう6つの国のお母さんに聞いてですが、育てている子の一番上の年齢が0-3歳、4-6歳、7-9歳、10-12歳って分けて。まだ赤ちゃんですね、育てているお母さんに聞いたときに、日本のお母さんは、満足ですかって、満足、やや満足、やや不満、不満と4件法なんですけども、とにかく一番最初の満足っていうところにつけたのが日本は68.7パーセントしかなくて、30パーセント以上の人は満足のところに丸つけていないんですよ。

だけど、アメリカ、イギリス、スウェーデン見ると、アメリカは93、イギリス92.7、スウェーデン94ってほしい同じぐらい。9割3分が4分ぐらいがほしい満足って言うてるわけ。

産んでよかったって言うてるわけですね。4-6歳っていうのは幼稚園年齢ですけども、日本は15パーセントも下がって53.7パーセントしか満足ありません。アメリカ、イギリス、スウェーデンも少し下がるんですが、88、89、89。これ、違う国なのに非常に似てる、データがね。9割をちょっと欠けるぐらい。1割ぐらいが満足ってはちょっと言えないわねとなるんですが。

そして小学校入る7-9歳。日本のお母さんも5割切って47.3パーセントしか満足がありません。アメリカ、イギリス、スウェーデンは、82、78、84って、やっぱり数パーセントから10パーセント近く下がっちゃいます。学校入ると学校の成績とかいろんなことが気になって、うちの子こんな子だと思わなかったっての若干出てくるんですかね。だから、8割前後なんです。日本はもう4割弱ですが。

問題は次なんです。10から12歳。小学校の高学年。日本のお母さんはもう順調に下がりました36.3パーセント。ところが、アメリカは82.8から84.5に挽回するんです。イギリス78から83.3に挽回するんです。スウェーデンはちょっと下がって、それでも82.7パーセント。

つまり、いわゆる思春期に近づいてくると、子どもを産んでよかった、満足してるっていう人たちが増えてくるわけです。日本だけが下がり続けるんです。そのデータもまたすごいですね。一番下の青いので、スキーのジャンプ台みたいでずっと下がってるやつですね。これが日本の。一番上の3つはアメリカ、イギリス、スウェーデンで、結局挽回しているのがわかりますか。

アメリカのある別のデータでは、中学生の子どもに対して満足しているかっていうのが

85パーセントぐらいでした。つまり思春期の子どもを育てているお母さんが、思春期の子どもの様子を見て、自分の子どもの育ちに満足していますかってきいたら、満足してるわよってというのが80数パーセント。日本、30パーセント台ですよ。この差は50パーセント近いんです。せっかくあんだけ苦労して育ててきた子どもに対して、自分の子どもに満足してる？って言ったら、当たり前じゃないのって言える人が3割台。6割台の人が、ええ、って。何割かの人が、もう産むんじゃなかったわって言ってるっていう、これつらいよね。

どうしても満足感が低いと、子どもに対して注文が多くなるわけ。どうしてあんなことできないのとか、どうしてやってくれないのってなって、思春期のときに一方的に上から指示が増えちゃうわけ。対等に扱っていかなくちゃいけないときにね。やっぱり子どもに対してよく育ててきてるよねって思ったら満足増えるよね。だから、どうも私たちの子育てのなかには、子どもの育ちをプラスで見るということがちょっと苦手で、こんなこともできない、あんなこともできないっていう否定的に見る傾向ってのが強いんじゃないか、親の方に。だからこんなに満足感が低くなる。この程度のことしてほしいとあってね。

もう1つ別の言い方すると、日本ってすごい、タイ、韓国も下がってるでしょ。韓国も日本に次いで低いでしょ。両方ともすごい受験社会じゃないですか。受験の社会のなかで子どもがいい子になってくれたら、適度の競争心があってさ、要領よく勉強して頑張り屋でって、そういうのが受験社会のいい子なんですよ。でもそんな子はほとんどいないわけですよ。それに合致してくれる子なんていない。実際はマイペースだとかね、なんで試験でがみがみやんなきゃいけないのっていう子どもがいて、そういう子どもに対して、「いやあうちの子ものすごい面白い子でね、まったくマイペースよ。試験なんかやると、全部数学の問題なんか最初見て、そして一番難しい問題を探してそこからやりはじめるのよなんてね。面白い子よね、ときどき0点。」そういう子どもが自分の子どもならどう思います？面白い子だと思いますか。「あんな何ばかなことやってんのよ」って言っちゃいます？

実は私の子どもです。数学は絶対難しい問題から解く。人に指示されてやるのが大嫌い。だから学校に行ったら、学校の勉強で「こうしなさい、ああしなさい」ってされるの大嫌い。だから算数が一番嫌い。宿題のドリルやっていかないんですけども、「なんでやらないの」っていうと、なんで知ってる計算やんなきゃいけないんだよ。漢字もやらない。「なんで知ってる漢字書かなきゃいけないんだ。」「お前な、今は覚えてるかもしれないけども、どうせいっぱい覚えさせられてまたすぐ忘れちゃうからね、書いておいたほうが忘れないから書いたほうが得だぞ」って言ったら、「忘れたら書きゃいいじゃん。」

面白いことに、「ほんとにお前忘れたら書く？か」って、「書く」って言ったら、ほんとに宿題していなくなりました。授業参観でくしゃくしゃと丸めた宿題のプリントを持って帰るのが親の務めでね、面白い子でしたよ。中学生になったときに、数学がときどきひどい点とってきた。「なんで解けない。これがわかんなくて」っていうから、それだけ考えてた。

示形、禁止形の言葉っていうのは、あんまり子どもにはかけないほうがいいです。そうすると自信のない子になって。

子どもをよく見る練習

これを機会に、子どもをできるだけよく見る練習っていうかな、スランプになったときには、その何だかできないはずない、とか悩んでるときにも、でも、そうやってスランプになって悩めるっていうことは、今までがむしゃらにやって、自分がスランプになってるってこともわからなかったのに、それをぶつけられて、自分でそれを乗り越えようとしてることは、進歩してるんだよねって。そういう人間ってすぐ抜けられるわよって、これはイチローのお父さんがやった手です。イチローってすごい神経質でしょう。こういうタイプの人間というのは、何か悩みがあるとずっと悩んじゃう。それをどういうふう乗り越えさせるかっていうことに、そうやって内部のケアもすごい力になる。おとうさんは絶対否定しなかったっていいですからね。すごく大事なことだと思います。

だから、やっぱり自信を持たせていくことが思春期は大事なんですよ。できるだけ子どもたちをよく見る練習をしていただきたいなと思います。ついでに言いますと、子どもは少しずつ大人になってますから、あまり根拠のない励ましていうのを言われても、「いつもああいうふうに言われるけど、全然励ましになってないよな」ということがあります。「大丈夫大丈夫、頑張れ、頑張れなさい」とか、あまり中身を見ない。でもやっぱり駄目なんです。子どもが部活なんかでそれなりに頑張ってるときには、親は「今度試合いつあるの」とかね。そういうときにはできるだけやっぱり、見に行っちゃってほしいですね。子どもがどういうふうにして頑張ってるのか、どういうふうなところで成長しているのか、そういうのを見たときの会話が、「今日のあれお前うまかったなあ」とか、「お前はいつの間にあんなのできるようになったんだ」とか、「あそこをもうちょっとこうやったら、お前、すぐできるようになるな」とかね、そうやって細かなところを見てくれて励ましてくれるっていうのだったら、いいです。子どもは具体的なことで悩んでいるのに、頑張れ頑張れなんて言っても、だんだんだんだん、何もわかってないくせになっちゃいますから。

中学生になったらそういうことがやっぱり大事ですからね。子どもはあとで、中学生のときにお父さんお母さんはときどき試合見に来てくれて応援してくれたなっていうようなことを、あとですごくやっぱり親っていうのはうれしいもんだって感じる1つのきっかけになります。僕は全然行けなかったら、いまだに恨まれてます。僕のこと見捨ててたって、そんなことはなかったんですけど。あったのは、すぐ結論を押しつけない、同じことですからあまり繰り返しませんけどね。

理屈で説明したい思春期

もう1つ、思春期の子どもの特徴は、理屈で物事を、感情を理屈で説明することが得意に

なる時期なんですね。人間の発達っていうのは、感情があつと、すごく豊かにはたらいて、その感性でいろんなことができる時期と、今度はそれは少し収まって、今度は理詰めでいろんなことが説明できるっていうことが面白いという時期とが繰り返されるっていわれるんですよね。思春期っていうのは、理詰めでいろんなことができるようになっていくってことね。だから、だって、こうこうこうじゃんとか、なんでよ、だってこうこうこうだからこうだって、理屈で一生懸命言うことがすごく好きな時期でね。

それはたいてい、自分の感情を正当化するための屁理屈になっちゃうわけですね。で、その屁理屈、「そんなの屁理屈じゃない」って言ったら、ムカッと来る。そうやって理屈で言えたことがうれしいのに、「なんで頭から否定するんだ」って。だから、屁理屈に対しては屁理屈を返さなきゃいけない。「それはそうだけど、でもお前の気持ちはこうこうこうだからこうだろ、でもこれとこれでさっき言ったのと矛盾してるじゃん」とかって言って、ちゃんと理屈で返していくっていうかな、そういうことを楽しむっていうか。頭ごなしで否定するんじゃないくて、理屈でいろんなことが議論できるようになったことを楽しむっていうか、これを大事にしてください。

同じことですけど、屁理屈に対してかっとなつては駄目だということですね。ここが我慢のしどころだっていうのがあります。思春期って理屈っぽくはなりますけども、ただ視点はやっぱりまだまだ狭いですよね。私たちが受け取めて、子どもたちと議論してるときに、なるほどなあって、さっき言った、4打数1安打ですね。ちゃんと共感して、なるほどなって言いながら、「でも、こういうふうにも考えられるんだよなあ」っていうことでね、そのときに理屈できちんと言えたら、子どもは意外と納得して、ああ、そういうこともあるなあっていうふうに変わるんですね。

視点を広げてあげるっていうことが、自分の力で広げられたときはすごい喜びになります、子どもたちはね。その時期に親子の共通の話題に、たとえば同じアニメ作品を見て語り合うとか、同じ文学作品を親子で一緒に読んで、それを語り合うとか。こういうことができる、共通の土俵というのがすごく広がって行って、それを巡って、「ああ、子どもってこう感じるんだなあ」とかね、お母さん今こういうふうにも思ってるんだねっていうようなことがすごく楽しい会話になっていきますね。

僕は3番目の子どもをさきほどすごくかんの虫が強かったって言いました。保育園に行きましたけども、黄色いTシャツ以外はついに着ませんでした。黄色にすごいこだわったんですね。面白い、そんなこだわりの強い子でしたが、この子はね、中学生くらいのときに僕の妻と2人で、三浦綾子の作品をずっと読んでましたね。読んだら親子で議論して、この作品が面白いねとかね。で、こういう会話がすごくやっぱり子どもの心の成長に役に立つ。それで、両方とも読んだ情報多かったから、片一方が片一方を説教することはないわけですよ。どこが面白かったのかかってね。それが大人と、親と、会話するっていうことって意外と面白くなっていう、そういうきっかけになっていったみたいです。だから、意外

とそれがずっと残ってるんですね、親子の対話の関係のなかでね。

対話の視点で考えるっていうことの大事さっていうのを伝えてやる。それから、順不同で申し上げて申し訳ないんですけども、さっき言いましたように、恋愛小説なんかをすごく読みたがる、あるいはそういうアニメですとかね、すごく読みたがりますが、そのときにまず最初に、モデルになるのは親なんですね。ですから、親が怒ってばかりいて子どもの気持ちを理解できていないと、子どもは落胆します。できたら一緒に、アニメ作品でもいいですから読んで、見て、共通に語り合うというのが大事だと思いますね。思春期に、夫婦仲が悪くなっちゃって、子どもから見てもお父さんちょっと勝手だよとかね、っていうようなことがあったときに、たとえば女の子はお父さんを1つの異性モデルにしたいのに、そのお父さんが許せないってなったときの落胆ぶりっていうのがすごいんですよね。

だから、離婚をするんだったら子どもが思春期のときはちょっと我慢して、家族内別居でもいいから、もうちょっと子どもが落ち着いてきて、高校3年生になったら、もうお父さんお母さん一緒にやれないので別居するんでもいい。お前はどっちにするかお前が決めてくれとあってね、そういうふうにやってれば、思春期の真ただなか、自分でも自分のことよくわからないときに、モデルの親がひどいことやってるっていうのは、子どもも非常に荒れます。

『積木くずし』っていう穂積隆信さんて俳優さんが書いたもので、娘さんがずっと麻薬でひどいことになっちゃったっていう本があるんですね。あれも娘さんの思春期のときのお父さんの浮気がきっかけなんですよ。それでずっと麻薬、さっき言った援助交際もいろいろ続ける。この時期にはそれだけデリカシーが強くなっていますから、さっき言ったみたいに、いい作品と一緒に読み合うとか見合うとか、そんなことをぜひやってほしいなと思います。

子どもに謝る勇氣

親としてちょっと間違っただこと言ったかなとか言いすぎたかなってときにやっぱり、さっきごめんと、こないだごめんとあってね、よく考えたらやっぱり、お母さんも言い過ぎたなっていうふうに、反省してるよってことが言えるかどうか。間違っただときに謝るっていうのは、大人ってやっぱりすごいって思うわけ。普通ね、上のほうの立場の人は下の人に簡単に謝らないじゃないですか。それを謝ったっていうことになったら、尊敬されるんですよ。そんなに頻繁に謝る必要はない。ごめんね、なんて言うとかね、まったく権威がないことになってきますね。で、ときどきは本当に間違ったら謝るってことですね。それが大事だということなんです。

自己を出し、決定する機会をつくる

本音をできるだけ出させてあげてほしい。子どもはね、ともかく友人だとか教師に対し

でもすごい批判的になることがあります。そのときワアッと聞いてても、ちょっとそこまで言うことないんじゃないのっていうようなことがあったとしても、とにかく出させてあげてほしい。で、それが落ち着いた上で、どうしてそういうふうになるようになったのかってさっきの、聞いて共感した上で、話を引き出して。ソーシャルワークなんかだと、基本技法のなかに、カアツとなってる人間に対してまあまあまああつてやっちゃいけません。ともかく出して、なんていったほうがいいのかですね。しっかり言わせるってことが、やっぱりこの時期には大事だっていうことも参考にしてください。

また思春期ぐらいになると、子どもがいろんなことに、決定、参加していく、家族のいろんなものに経験、参加してくるっていうときに、子どもが決めたことはやっぱり尊重してあげてほしいのです。さっきも言ったように、小学生のときまでは大事なことはやっぱり親が決めていて、それに子ども従いなさいってやってたでしょ。でも思春期になって中学生になってくると、もうそれは納得しなくなるんですね。

これは私の住んでた団地のときの話なんですけどね。団地の自治会みたいなのがあって、そのときにあるお父さんが、最近の子どもは贅沢になっちゃってとかって話をした。どうしたんですかって言ったらね、中1の息子と小5の息子がいて、お母さんのほうが、今度の夏休み、そろそろ余裕が出てきたから家族で旅行したいって。で、初めて家族で旅行することになるんで、母親が実は行きたいって言うところがあって、なんとか温泉ってというのがすごくいいので、夏も涼しいしって言うことでぜひ行きたいんだけど、お父さん、今度の食事のときに、提案してって言ったんですね。で、お父さんが、うん、そうだなあつてことで、1回家族で思い出も作りたいしってことで、今日はちょっと話がある、うちの家族まだ、家族でちゃんとした旅行、泊まりがけで行ったことないんだけど、今度のお盆はお父さんまとめて休み取れるから、今度家族でなんとか温泉に行きたいんだ。行くな？なんていって、子どもに聞いたんです。そしたら子どもが、なんとか温泉ってどこにあるの、わかんない、なんとかってとこだよ、ここはいいとこだからとか言ってね。またしばらくして、お兄ちゃんが、僕行かない。どうして。だって部活あるし塾だって〇〇あるんだ、2人で行ってきなよ。そしたら弟が、お兄ちゃん行かないんだったら僕も行かない。お前たち行かなかつたら家族旅行にならない。だけどそんな温泉とか行きたくねえよ、とかってね。そっちよりも部活動が大事だよ、とかなんとかって言うてるうちに、お父さん、せっかくこっちが提案したのになんでそういうふうな、ってことになって、そこは気まずい思いで、話がまとまらなかったわけ。で、自治会の時に、最近の子どもって旅行家族で行こうっていても行かない、贅沢になったって話ししてたんです。いやあ、それは単に、僕がお宅の息子さんでもたぶん行かないと思いますよ、とかね。中学生になって家族と付いて行くのは子どもの家庭サービスなんですよってね。だいたい、友達とどっか行くほうが楽しいしね、親の機嫌取ったりなんかして付いて行くなんてあんまり楽しいわけないからね、そういうのって自然ですよって話になってね。

それよりも、せっかく家族で旅行行きたいって言うんだったら、どこ行くかを子どもたちがいろいろ探して提案するっていうやり方してたら子ども絶対行きますよって。そうですかねえって言ってたんだけど、その人真面目な人でやり直して。こないだ悪かったってね。家族で旅行したいんだけど、お父さんもお母さんもお前たち2人と思いつくりたいってことで、どこへ行くかはお前たちが提案してくれないか。そしたら、僕らが提案したら本当に行ってくれるの、って言うから、行くって本当に。ああ、約束するっていったら、兄弟で本屋さん行ったりなんかしているいろいろ調べて、結局、三泊四日のコースを作ったんですね。そしたらここはJRで行くよりバスで行くほうが家族で700円安いとか全部やって。で、本当に行ったらね、実際ここはなんとかってお寺があったとこで、行ったのは結局なんと温泉なんですけどね。やっぱり日本人です。でもね、本当に子どもたちうれしそうにガイドしてたって。

結局、思春期になってきたときに、子どもたちはそういう決める力をだんだん持つてるっていうかな、これは、子どもたちが提案させた、家族でもっと相談してもいいんですけども。上から決めたことを押し付けてさせるっていう環境は、できるだけ減らしていく、それでもものすごく成長しますからね。そういうこともやっぱり大事にしてあげてほしいってことです。

子どもが落ち込んだりとか、ふとしたことで悩んでたとか、いじめとかいろいろあるんですけども、そういうときにちょっと恥ずかしいかもしれませんけども、やっぱり母親、特にそうですけども、子どもをしっかり抱きしめてやるとか、手を握って、「大変だったね」とかって、やっぱりときどきは必要なのかなと思います。やってあげてほしい。日本人は、僕なんかなかなかできないんですけども、やっぱり体の触れ合い、コミュニケーションっていうのが意外と苦手なんですよね。韓国人ってそうでもないんですよね。すごくそういうの好きなんです。道端で久しぶりに会うと、姜尚中さんっていう人がいるんだけど、彼は、おお、汐見さん、久しぶりですなああって、こんな感じです。これはすごく気持ちいいんです。ヨーロッパでもハグとかなんとかやってるでしょ。握手もそうでしょう。だから僕、握手だけでもいいんだけどね、まあ子どもだからね。こうやって抱きしめてやるとかね、こうやって「1人で頑張ってるねあんた」って言ってあげるとかね、そういうことやると子どもは、まだまだ思春期っていても半分子どものとこありますからね、親の愛情ってやっぱり感じるがありますから。ですから、ときどきはこういうこともやってあげてほしいってことですね。

あとは親としてときどき、いつも頑張ってる親だけじゃなくて、お母さんもちょっと悩んでるのよって、ちょっと聞いてくれるってなことを、子どもにこう言う。そういう形で子どもに、親、お母さんも一生懸命、人間を生きてるんだなあっていうことを伝えてあげるってこともやってください。

さて、時間が来ちゃったのでね、おまけっていうか。思春期の育て方って、別に特別な

育て方があるわけじゃないんですね。それは今までの延長でやるしかない。だから、たとえばうちはこういうふう育ててきたっていう家庭の思春期の育て方と、私としては全然違うやり方をやってきてっていう人の思春期の過ごし方っていうのは、微妙に違っているんです。それは自分で考えていただきたいんですが、とにかく大人になるちょうど中間地帯で、それで戸惑いながら悩みごとがすごく多い。

そういう悩んでる姿を微笑ましく感じながら、頭ごなしでいろんなものを押しつけることだけはもう慎んで、子どもの秘密を持つ権利も大事にするし。それから子どもと、いわば対等の同時代人としていろいろ議論し合うってことを大事にしてほしい。で、子どもが決定していくっていうことを励ましていくっていうことをぜひやっていただきたい。その上で、親だとけんかになるとか、ときどきあるんですけど、そんなのはしょうがない。でも自分が悪いなと思ったときは、ときどき謝りの態度で接してあげてほしい。そういうことです。

おまけとして、大人になる練習をするために、旅をさせるっていうことが大事です。旅をさせるっていうのは文字通り、旅をさせるっていうことなんですけどもね、要するに1人でいろんなことをこなす練習をするってことですね。

今、正蔵、昔はこぶ平。こぶ平は15歳のときに、お父さんが林家三平さんと、海老名香葉子さん夫婦によって、あれで長男ですから、落語家の1つの育て方ですね。アメリカに1人で行って来いって出したわけですね。こぶ平は成田まで行って、そこまでは行ったんだけど、そのあとどうしていいかわからなくて、電話をして行きたくないって泣いたそうです、お母さんに。お母さんも必死だったため本当にかわいそうだと思ってるけどもね、とにかく行っちゃいな、って言って出した。で、彼はアメリカ行って、英語もちゃんとできないなかで、どういうふうにして行ったか知りませんが、黒人の人たちがすごく優しくしてくれたって言ってね。で、彼は黒人の人たちの音楽であったジャズっていうものにそこで出会って。彼はジャズ評論家でもあるんです。1万枚以上のCD、レコード持ってますね。そういうことで、そこで自分が頑張ってたっていうことはすごい自信になりますよね。私たちこの人生で大事なものを見つけるわけですからね。

柳生博さんっていう俳優は、若い方はご存じないかもしれませんが、息子の真吾君ってのがNHKの『趣味の園芸』に10年間ほど出てたので、知ってるかもしれませんが。柳生博さんっていうのは今、八ヶ岳で日本野鳥の会の会長もやっていて、自然を守ろうっていうことの方先頭に立ってる人なんですけどもね。霞ヶ浦の近所のほうに柳生っていうところで育って、柳生家は伝統的に14歳になったら、1ヵ月旅をしなければいけない。それこそほとんどちょっとしか金は与えられなくてね。それで彼は、地球、地図を見て、霞ヶ浦ってのは何もないところでしょ、真っ平でしょ。逆にすごい山が混んでるところに行きたくなくて、それで見たら八ヶ岳があった。そこで出かけて、小海線の駅で寝るんですけども、ともかく当時の、70年前の八ヶ岳って自分の手が夜中見えないんだそうです、真っ暗で。そのな

かで寝袋で寝て、そうするとその自然の美しさに感動して。それで俳優になったときに、そっちに移り住んじゃったわけですね。

同じことを今度は息子の真吾君がやった。1ヵ月やっぱり旅行して、旅をして、そして全部自分の力でできるようになって。僕はやっぱり子どもを自立させるためには、上手にポンと突き放してあげるっていうことが、やっぱり日本のなかでだんだんなくなってきてるっていうことをやっぱりすごく寂しく思いますね。できたら、いろんな形でいいと思いますけど、子どもにちょっとした試練を与えてやるとかね、そういうこともやってほしい。

それから、アジア時代を生きる子たちってというのは、今、中学生ぐらいの子どもたちが30歳台になるのは、まだ20年後ですかね。20年後に進む日本の中心を担っていくわけですが、20年後ってというのは、日本はもう今とまったくまた変わってます。人口は毎年毎年、100万ずつ減っていきます。これから40年間で4千万人人口が減るんですけどね、これもはっきりしております。そうするとね、税収も何も全部減っていくなかで、国をなんとか成り立たせなきゃいけないことは、どんどん右肩上がり大きくするって哲学はもう通用しないわけですね。右肩下がりで小さくなりながら、みんなが上手に支え合って生きていく、しかもそれは少子高齢化の真っただなかですから、今までの何もモデルがありません。

そういう意味で若者に対しては、大きな会社に入るっていう、何でも大きいほうがいいっていうのではなくて、もっと自分たちが等身大の世界で生きていくために、同じような同志を5、6人集めて自分たちで起業していこうよ、とかね。もっとこういう新しい農業をやっぱりやってみようよとかね、お百姓さんに教えてもらいながら10年後には自分たちで食っていけるように頑張ろうよとかっていう、そういう大きなものに依存しないような生き方ってものを子どもたちにやっぱり身につけてほしい。同じようなことをやってるアジアがあるってことが見つかってきます。

20年後のベトナムとかインドネシア、日本の生活水準とほとんど同じになってきます、タイなんかも。ですから、すごくそういう意味では、このアジア全体を自分たちの生きるフィールドと考えていったほうが、たぶん生きやすくなりますね。そういう意味で僕なんかは自分が子どもを育てたときに、こいつらが付き合う国はたぶんアジアだ。だけど僕自身がアジアのことよくわからないからってことで、友人がタイに転勤になったときに、これはしめたと思って、子どもたち3人連れてタイに遊びに行きました。遊びにっていったらおかしいけどもね。見せてやりたいと思って、僕も見たいと思って。2月に学校を1週間休ませて連れて行きました。なんで8月に行かなかったかっていうと、8月になると高くて行けないんです。2月が一番安かったから。で、学校の校長先生にいい体験させてきますからって言って8日間くらい行きましたけど、それはそれは本当にいい経験になりました。ああ、アジアってこんなに活発な世界があるんだって。この子たちが、そういう人と付き合っていくことの面白さ。歴史、文化の違う人と一緒にやるっていうことの面白さ。子どもはそこから外へ出ていくっていうことが、何か平気になったような気がしますね。そういうこと

も含めて、アジア時代ってのが1つのキーワード。

そして最後にお願ひしたいことは、実は今ちょっと言いましたけども、これからの社会どうなっていくかってことについて、これなら満足ってモデルは、まだ誰も見つけてないですね。少子高齢化の社会のなかで、お年寄りみんな最後まで元気で生きて、決して密室のなかで孤立していない。そういう新しい社会をどう作るかっていうことで、どんどんアイデアを出していかなきゃいけない時代です。だからそういう意味で僕は、面白い時代が始まってるとも思ってるんですね。で、そのときの私たちの悩み、それを子どもたちと一緒に共有していく。

お父さんお母さんたちだって悩んでるんだよって、だから、一生懸命、今やろうとしてるんだって。あなた方は、ちょっとあとから追いかけてくるんだけど、同じことやったり悩むのよね。大いに議論しましょうって。私たちがもう完成された大人で、あなた方を上からなんか見て育てるんじゃないのよっていうこと。これはぜひ伝えてほしい、思春期の子どもたちにとっては、それが一番ありがたいんじゃないかと思いますね。ですから、育てながら私たち自身も生き方を模索するっていう、そういう時代がこれから始まるんだっていうことをみんなで確認していければと思います。

司会

汐見先生、本当にありがとうございました。ご自身の3人のお子さんを育てる経験のなかのエピソードは本当に、思い当たることも多くて、うちと同じと思う方が多かったと思います。時間があまりありませんが、ご質問2、3、受け付けます。どうぞ、お手を挙げてください。

質問A

大変素晴らしいお話ありがとうございました。私の息子なんですが、親と子のコミュニケーションはだいたい取れてると思うんですが、肝心な話になると、何も言わない。たとえば進路やら成績やらそういうことになると、まったく話してこない。普通の雑談とか他愛ない話なんかには、とても乗ってきて一緒に、本の話とかもするんですけども、肝心な話にはまったく、とても聞きたい、でも言いづらいんだろうなと思うことに対して、聞きたいんだけど、まったく話してくれない、何も言えない。

汐見先生 今、何年生ですか。

質問A いえ、もう結構大きいんですけれども、もう大学生になんですが……。

汐見先生

あのね、僕自身は今日はあまり、僕自身の考え方いうと、皆さんと、違い過ぎると困ると思って言わなかったんですけど、私は子育ては15歳までと思ってます。それで、中学3年生までは、丁寧にね、いろいろね、なんですけど。ただ、自分自身が高校生のとき、僕の親父なんかは東京勤務でしたけども、特殊な育ちというか、割烹料理屋の息子でそれ

を飛び出して、レコード会社に勤めてた、小学校しか出ていません。で、お袋は音楽の先生やっていたけども、身体障害者で、僕の前に出てきて、ああしろこうしろと言われたこと1回もないんですよ。私は個人的には、高校に、進学校にわざわざ行かされたときに急激に痩せて。小さいときに一緒に遊んでた悪がきどもって、みんな中卒で就職してるわけでしょう。自分だけそういう学校



へ行行って、のうのうと勉強して、ってというような気持ちになかなか出来なくて。それで高校1年生の6月からはまったく勉強を一切しなくなりました。今でいうと不登校ですね。ただ学校には行ってたんですけども。で、途中でもうやめようかななんて思ってたんですけど。そのあと、結局ずっと悩み続けて、やっぱり何かやることあるなと思ってやったのが、学校を変えようという、高校を変える運動で。高3のとき1人で生徒会をやって、みんなこんな高校でいいと思ってるんですか、なんてやったことがあります。それで、自分は宇宙に出たかったから、ロケット工学をやりたいと思って、それはあったんですけど、そういうことよりもっとそこでは悩みに悩んで。で、僕は高校2年生の1年間、1回も学校では笑わなかったそうです。ずうっとなんか下向いて悩んでた。で、そのときには実はお袋が、すごくやっぱり心配したって、あとで言うてくれました。でも、そのときには僕に、ああしなさい、こうしなさい、何をやってんの、ってことは1回も言わなかったです。それであとから聞いたら、朝5時台に起きて、近所にできた新興宗教団体のところへお祈りに行って、戻って、それからお弁当を作ってくれてたそうですね。60歳ぐらいのときに、お袋がぼつんと教えてくれましたけども。何を祈ってたんですか、頼むからあの子が自殺しないようにって、それだけを祈ってたそうです。で、僕はカッとすると何か、何するかわからないところがあるんでね。で、それを1回も僕は高校時代には言わなくて一生懸命祈ってくれていた。僕、親ってそういうものなんだなって感動しましたけども。

だから自分が親になるときにも、子どもの前に出て、ああしろこうしろって言うことだけは言うまいと思っていて、その代わりに、後ろからずっと見守ってるぞ、って言うようなね。で、自分が思春期、ちょうど高校生ぐらいのときにもものすごい悩んだことってのは、親に相談しても解決できることでもないですよ。僕は人間が平等なのかっていうことに悩んでたわけです。平等って何かってことで悩んでたんですね。時代と向き合って悩んでたことだと思うんです。そのことを一生懸命悩みなさいって言いながら、後ろから見てくれたのが良かったと思っています。

子どもから、父さん話あるんだけど、とか、ちょっと聞いてくれるっていうことだったら、いいよいいよっていくらでも話しますけども。お前こんなこと考えてるんだな、考えてないのかとかね、学校どうするんだ、とかっていうように、前に出てこうしろああしろっていうことは、僕は言うつもりはなかった。だから高校受験のときも、どこ受けるのかっていうことについても、ほとんど子ども任せ。そうすると真んなかの子どもは、中3の11月になって、決めたって言うんですね。何だかって言ったら、受けないって決めたっちゃうわけです。イギリス行くって言って、で、1人でイギリス行って。要するに、何を思ってそう言ったのかわかりません。親がそばで一生懸命子育てしてるのは煩わしいと思ったと思うんですよね。僕だってたぶん、そう思うかもわからない。もう自分のことは自分で決めさせてよってことがあるじゃないですか。だから僕は、親に相談しても、たぶんしょうがないなって思うことってたくさんあって、そういうことについてはあんまり相談しないんだけど、だからといって私に相談してちょうだいよっていうふうには言わなくても僕はいいと思う。自分の息子、娘が大学受けるとき、どこ受けるかってことも知らなかったです。そんなこと、自分たちで自分で決めろって言って。で、真んなかの子だけ戻ってきたら、海外帰国生枠でしか受けられなかったから、予備校へ今度はずっと世話をしたことあったんですけども。だけど、下の子はスノボさえできれば、北海道の大学だったらどこでもいいって、スノボのショーにいったから。で、その子が北大に受かって、だけど、どこの私立大学を受けたかっていうのは一切知りません。だから、全部、そういうった意味ではもう信頼して任せて、そして後ろのほうからずっと見ていてやるっていうかな。一方、僕は少なくともちょっと特殊かもしれないですけど、そういうふうに来てきて、だから、ひたすら子どもを信じておく、信じるしかないんです。この子は絶対自分の人生を無駄にはしない、この子らしい人生を送ってくれるはずだ、っていうふうには信じ続けるしかないんじゃないかなと思いますけどね。

質問A 親が、信じているよっていう、サインを出してもいいんでしょうか？

汐見氏 うん、それはね、もう態度でわかると思います。

質問A そりゃそうですね。でも、信じてるトコ見ると、それが重荷になってしまうとかって・・・。

汐見氏

はあはあ。それはだから適宜。言い過ぎると重くなりますからね。

親はいつも、明るく機嫌よく生きてるっていうのが、子どもにとって一番ありがたいんですよ。私のために何か悩んでるなっていうの見たら、子どもプレッシャーになっちゃうわけでしょ。だから、お母さんはお母さんで悩みながら、こんなことやって今、新しい社会にするんだ、とかっていうようなことをやってあげれば、一番いいと思うんです。

質問A

わかりました。大変勉強になりました、ありがとうございました。

司会

ありがとうございました。資料に家族デザイン研究所、朝日新聞記事がありますが、汐見稔幸先生のお名前でインターネットを引きますと、いろいろ先生のご本やら、この新聞記事も出ております。2回目、3回目、4回目の記事のなかに、先生ご自身の子育ての記録が載っていますので、ご覧になってくださるといいかと思えます。汐見先生、長時間ありがとうございました。

I-3. 第3回公開講座

『家族のこれから—受験、就活、婚活、保活—』

中央大学文学部教授 山田 昌弘先生

こんにちは。今日は、婚活、少子化、若者論をテーマにさせていただきました。最初に言っておきますが、私の話は明るくないです。深刻で、考えさせられる問題が多いです。大変な社会を乗り切るにはどうしたらいいか、これから社会に出る生徒、学生さんたちにどういうことを教えればよいかを含めてお話ししたいと思います。

私は社会学をやっています。社会学の本質は「今の社会をありのままに見ること」です。常識や偏見を脇におくと、何が見えるかというのを生業としています。マスコミで話題になったパラサイトシングル、20年近く前ですが、親と同居してリッチに暮らしている若者を出したときも、独身者、結婚していない人は、当時の常識ではみんな1人暮らしとされていた。でも、ありのままに見ていると、ほとんどの独身者は親と同居している。日本では30歳になっても、40歳になっても同居している人が多いので、パラサイトシングルという言葉を作りました。

リスク社会の到来 —教育者は難しい時代に—

最近、教員対象の研修会で、今、教育者が難しい時代に突入しているという話をしました。なぜかというと、学生や生徒に「夢を追い」と言い難い。かといって「夢を追うな」とも言えない。今、非正規雇用者が増えていて、インタビュー調査を100人ほどにしましたが、ある30代の男性は、バイトをしながらロックスターの夢を諦めきれずにやっているけれどもなかなか売れない。20～30年前なら正社員で就職しながらやればいいと言えましたが、今はもう早い段階で正社員にならないと、元に戻れない社会になりました。

最近、主婦願望も増えてきました。専業主婦になりたいという学生が、東京学芸大学でも中央大学でも増えている。だけど、「専業主婦を目指さない」とも言えなくなりました。

なかなか夢がかないにくくなっている時代に夢を追っていいのかどうかというようなことが、まず一つあります。また、今の中学生、高校生にどんなことを教えたらいいですかと聞かれます。

20年ぐらい前まで、家庭科の教科書を書いていました。高校の家庭科の教科書の生活設計に離婚を入れました。離婚には種類があることや離婚方法を書いたら、高校生に離婚を教えるはいけないという検定意見がつかしました。3組に1組が離婚する時代に、離婚を教えずにいいのかと思います。10年近く前のことですが、学芸大時代に3年生で結婚して4年生で離婚した学生がいました。結婚したのはいいけれど、嫌になったからやめたといったら、旦那がなかなか応じてくれない。「私が嫌だといったら離婚できると思っていました」と学

生は言うわけです。私の家族社会学の授業を聞いてなかったか、それ以前に常識だと思いましたが、「今までそんなこと習ってこなかった」というわけです。

性教育でも、避妊の仕方は教えますが、妊娠したらどうしたらいいのかというのは、誰も、どこでも教えてくれません。実際にリスクに陥ったとき、どういうふうに対処するかというのは、誰も習っていません。今の教育で、そこが問題になっている気がします。大学でも、新卒のときに正社員として就職するためにどうしたらよいか、講座やセミナー開いたりして、一生懸命やります。でも、新卒で就職できなかったときにどうするのか、就職したけれど辞めたときに、その後どういう道があるのかは、教えてくれません。

1. 婚活、就活からみえる現代社会の問題

21世紀の日本社会

昔は何もしなくても生徒や学生は、大人になって就職して、自動的に結婚して子どもをもつという人生を送ることができました。今はどんなに頑張っても正社員になれない学生が多くなっているし、恋人を持ちたくても恋人がいない、結婚したくても結婚できない若者が増えている。それが格差ですが、そのような質疑にどう対処すべきなのか、考えなければならぬ時代です。

就活、婚活から入りますが、「働くこと」と「愛すること」がうまくいかなくなってきた。新卒で正社員になれない人、正社員になったけれどうまくいなくて辞めてしまう人が増加し、15歳から24歳の男性で4割、女性で5割が正社員ではありません。男女合わせて半分ぐらいの人が不安定な状況です。

30歳代前半で男性の未婚率は47.3%、女性は34.5%です。つまり30代前半で、男性は2人に1人、女性は3人に1人が結婚していない。若い人にとって働くこと、結婚することがうまくいかなくなっています。そこで婚活や就活が流行ります。

私が大学を卒業したときは、1日2日会社を回れば、決まっていました。準備や企業研究をしなくても、ほとんどの人がほとんど努力をしなくても正社員になれた。結婚もそうです。日本社会は今も昔も、ナンパが少ないです。アジア、ヨーロッパやアメリカと比較して、男性が女性に声をかけるという確率が一番少ない国が日本かなと思うくらい、積極的な出会いとかナンパ、いわゆる偶然の出会いはありません。

日本は恋愛結婚でも半分は職場結婚、残りはきょうだいや友達の紹介、学校内の知り合いなどで、自然に出会っているうちに親しくなって結婚、というのが結婚のあり方でした。それでも25や30近くなって結婚していないと、会社の上司や親戚がお見合いの話を持ってきてくれました。つまり、努力をしなくても、就職や結婚という人生にとって重要なイベントが自動的に達成されていました。

1970年生まれあたりが境で、40歳半ば以上の人は自動的に就職や結婚ができました。

リスクと格差の発生

1990年代後半、日本社会は社会の基本的なあり方が変化してきた。リスクと格差です。リスクというのは、自動的にうまくいくということがなくなって、生活が危険にさらされる確率が高まってきた。普通に人生を送れる人とそうではない人に分かれ始めたというのが格差です。

増加する自殺者

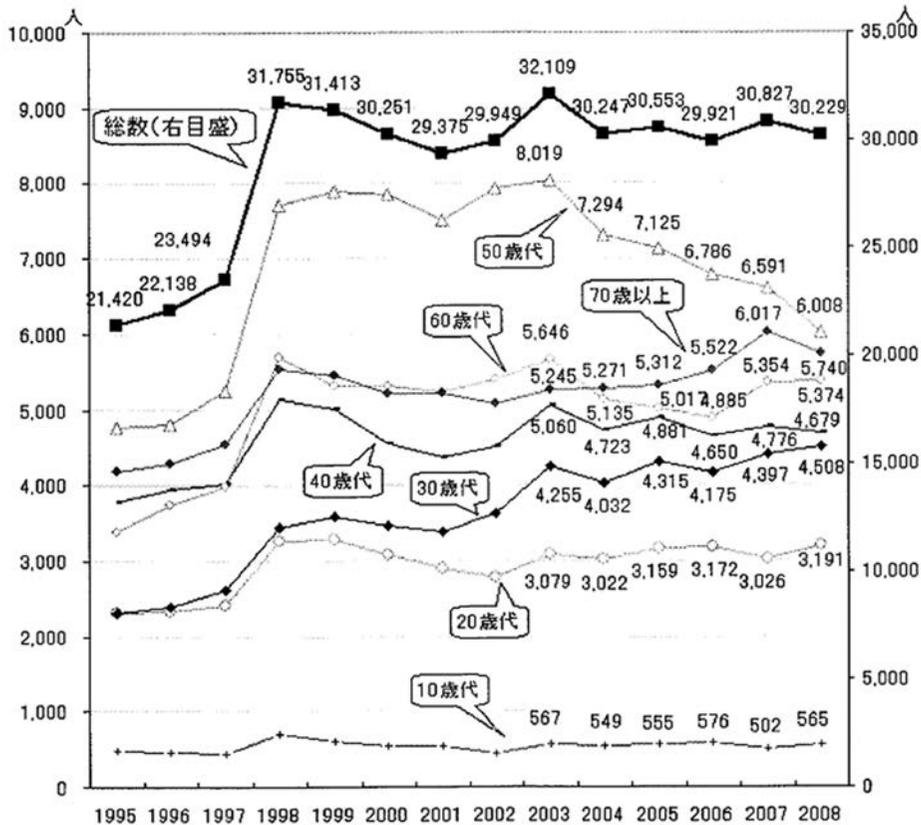


図1 年齢別自殺者数の年次推移

1997年から8年の間で自殺率、自殺者数が1万人くらい増える。リストラという言葉が流行り、中高年の男性の自殺が増え、社会が変わったなと思いました。

1997年までは、大企業に正社員として就職すれば、自動的に定年までいって、悠々老後を過ごせると信じていました。しかし、97、8年の金融危機が起きたとき、中小企業だけでなく大企業や大銀行にも倒産やリストラが occurred。人生が順調に進むと思っていた人が、突然、リストラされたらショックです。

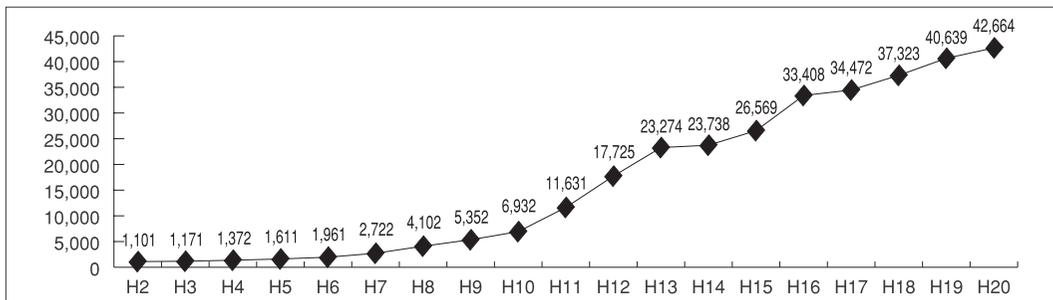
私の学生に大学院の修士を出て就職しないで、すぐに一流大学出身で一流銀行の人と結

婚して社宅に入って子どもを育てたという人がいました。専業主婦になって悠々一生人生送れると思っていたのが、突如97年のリストラで旦那さんの勤めた銀行がなくなりました。結局、彼女は実家に子どもを連れて帰りました。彼も実家に1人で帰り、再就職先を見つけて一緒にになりましたけども、「大企業に勤めているからとって安心はできないとわかりました」といっていました。

子どもを連れて実家に帰ったら、ご両親が喜んで、帰るときには、残念だったことになりました。夫婦一緒に生活できるから残念ではないと思いますが、残念そうな顔をしていた、親がしっかりしているといいですね、ということになりました。

増加する児童虐待

○ 全国の児童相談所における児童虐待に関する相談件数は、児童虐待防止法施行前の平成11年度に比べ、平成20年度においては3.7倍に増加。



○ 児童虐待によって子どもが死亡した件数（心中以外）は、おおむね年間50件程度で推移。

	第1次報告 (H15.7.1～H15.12.31)			第2次報告 (H16.1.1～H16.12.31)			第3次報告 (H17.1.1～H17.12.31)			第4次報告 (H18.1.1～H18.12.31)			第5次報告 (H19.1.1～H20.3.31)		
	心中以外	心中	計	心中以外	心中	計									
例数	24	—	24	48	5	53	51	19	70	52	48	100	73	42	115
人数	25	—	25	50	8	58	56	30	86	61	65	126	78	64	142

※ 第1次報告から第5次報告までの子ども虐待による死亡事例等の検証結果報告より 厚生労働省雇用均等・児童家庭局資料より

図2 児童虐待相談の対応件数及び虐待による死亡事例の推移

児童虐待が増えるのも平成10年ですから、1998年くらいから急増しています。

児童虐待の質も変わったように思います。昔は専業主婦がストレスから虐待するケースが多かったのですが、最近は若い人の収入が減少して貧しいなかで子どもを育てているので、子どもまで手が回らない。ある相談所の報告で、相談に来ない理由を尋ねたら、母子家庭でパートをクビになったので新しいパートを探さなくては生活できないと、逆に怒鳴り返されたそうです。若い人の経済状況の悪化が児童虐待と結びついていることは否定できないと思います。

増加する離婚

10年くらい前に離婚が増加して、3組に1組が離婚する時代です。離婚に関するインタビュー調査とアンケート調査をしたところ、夫のリストラや収入の減少で生活できないから子どもを連れて実家へ帰るといった離婚が増えてきた。性格の不一致や熟年離婚もありますが、経済的な理由での離婚が増えてきたのは、1990年代に入ってからで、夫婦の経済が安定的でなくなっているからだとは判断しています。

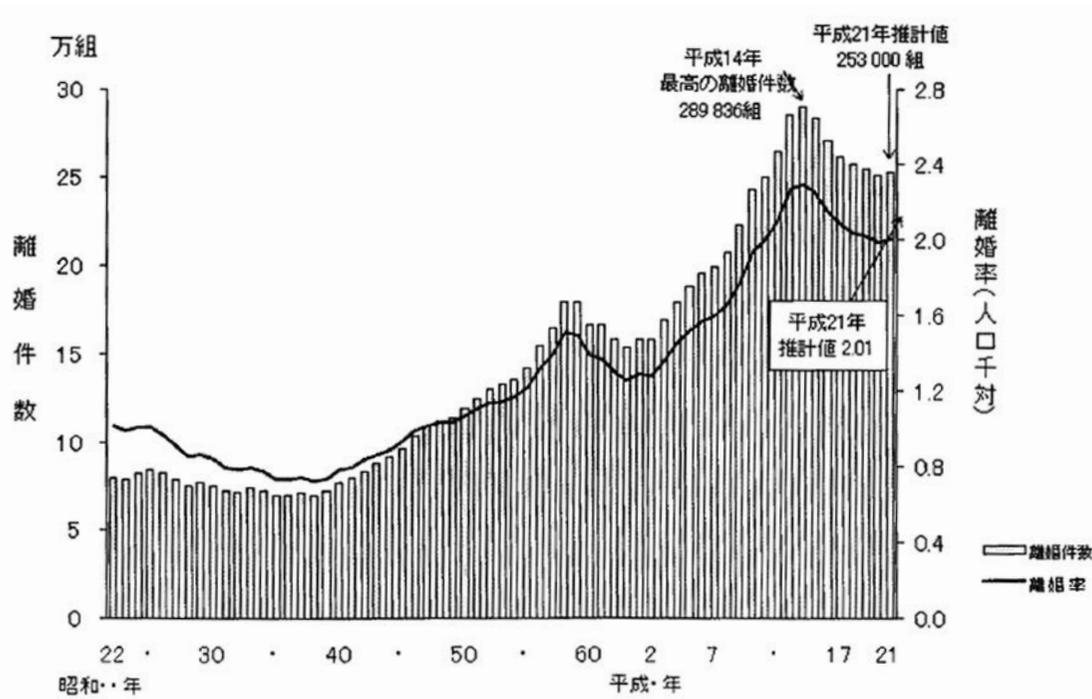


図3 離婚件数と離婚率

増加する非正規雇用者

雇用の状況を見てみると1990年、非正規社員はわずか2割で、大半は主婦のパートか学生アルバイト、自営業の出稼ぎ等でした。90年代に入って右肩上がりに伸び続けて、今では3分の1以上の働く人が不安定な非正規雇用者です。若い人のなかでも正社員率は、低下しています。私が『希望格差社会』を書いたとき、社会の大きな変化によって、将来の職業生活、家族生活の見通しがつかなくて、希望を失う人が増えている、だからそうならないように、就活、婚活を一生懸命するように追い込まざるを得ないようになっている、今の姿になっているのではないかと思います。

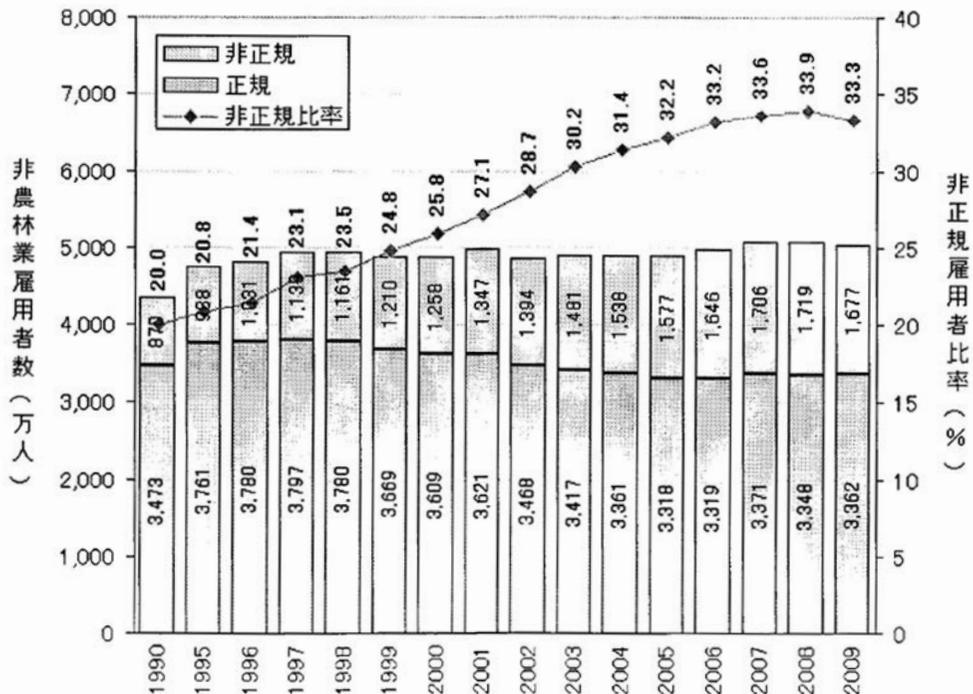


図4 正規雇用者と非正規雇用者の推移

2. 戦後の性別役割分業家族がうまくいったわけー戦後～1990年頃までー 日本社会の歴史的变化

戦前は自営業中心の農業社会で、一家総出で働いた社会です。ほとんどが農家で、男も女も高齢者も子どもも自営業や農家の手伝いをしました。一家総出で働くというのが自営業中心の農業社会です。

戦後になると、工業社会、企業社会に社会の構造が変わります。男は仕事で企業へ行ってサラリーマン、女性は主婦になって家事、育児をするという社会ができました。しかし、20年前ぐらいから、社会の経済的なあり方が変化し始めている。情報化やグローバル化によって雇用形態が多様化し、家族形態も多様化する社会に変化しつつある。これは日本だけではなくて世界的に変化しつつある。しかし、日本は移行がうまくいっていないため、様々なひずみを生み出して、若い人たちに付けが回っていると考えています。

戦後の性別役割分業家族がうまくいった理由

今の状況を考えるために、少し前の工業社会、企業社会が上手くいった理由についてお話ししたいと思います。

戦後から1990年ごろまでは、サラリーマン、専業主婦型の家族、性別役割分業型家族が非常にうまくいった時代だったと思います。男性は希望すれば学卒の正社員、正規の社員

になれて、収入は安定して上昇していった。ほとんどの男性－実は女性もなんですけども－は安定した仕事につくことができ、男性の収入は上がっていきました。

女性は、希望すれば正社員と結婚でき、婚活しなくても、学校や職場に若い未婚の正社員の男性がたくさんいたので、そういう人と出会って結婚する、見つからなければ親や上司が見合いを用意して、正社員と結婚、安定した生活に入りました。90年ぐらいまでは、ほとんどの若者が「夫は仕事、妻は家事」で豊かな生活を築くという見通しが持てました。

パイプラインシステム ー学校が想定する職に望めばつけたー

それは教育段階から決まっていた。ハーバード大のヤンミンという人が考えた言葉ですが、パイプラインを流れるように、学校に入って卒業しさえすれば正社員という仕事までつながっていました。中学はみんな一緒に通って、高校で色々な高校に分かれて、大学で分かれて、その先には正社員の仕事が必ず待っている。流れに乗ってさえすれば、特段の努力をしなくても正社員としての就職ができたというのが1990年ごろまでの時代でした。

男性であればどのレベルの学校を出ようが、正社員として自動的に就職できたというのがこの時代です。一人に対して正社員としての就職先が何十社もあったので選び放題だった。大学生の数も少なく、正社員の需要も高かったので、学校に行って単位を習得して卒業すれば正社員が待っている。だから受験勉強を一生懸命する。大学に入ってしまうと、それなりの仕事につくことができると安心できたので、大学はレジャーランドとなって、大学では何をしてもよかったわけです。カリキュラムさえこなしていればなんとかなったという時代でした。大学の先生や大学当局も、学生の就職の心配は誰もしなかった時代です。卒業後、企業に入りさえすれば、企業がオンザジョブトレーニングで能力アップ、昇進が期待できたからです。特に男性は企業が育ててくれた。最近では、入社する前に資格を取ることを学生に企業が要求します。

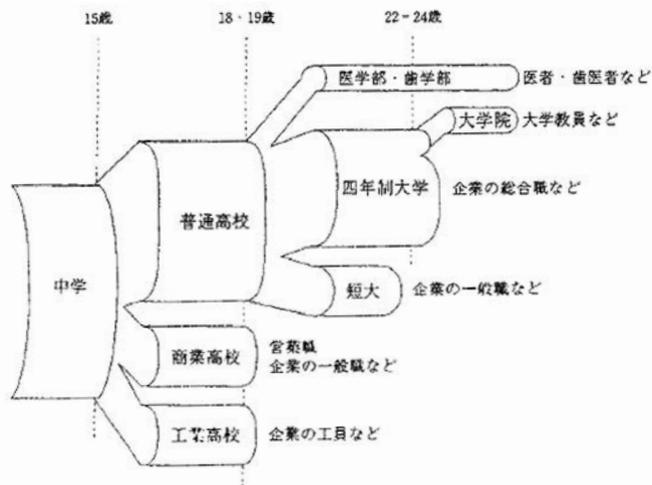


図5 パイプライン・システムの概念図

高度経済成長期、性別役割分業家族がうまくいった理由

日本社会では家族は重要で、家族がないと経済的保障、心理的保障を得られません。今までは家族さえあれば、あとは安心だと思いましたが、それが難しくなっています。

高度成長期は95%の人は結婚して、離婚は1割ぐらいでした。ほとんどの人が結婚できた。若者であれば、ほとんどの人が結婚して、離婚しないと思ってもよかったです。そして「男は仕事、女は家事」でうまくいった。つまり夫は主に仕事、妻は主に家事で豊かな生活を目指す、豊かな生活というのは住宅であったり、家電製品であったり、子どもの教育であったりするわけです。しかしその前提として、夫の収入が安定して上がり続ける見通しというのがありました。

低成長期、夫の収入の伸びが鈍る（1973年－1995年）

夫の収入が上がらなくなると、専業主婦をやってられません。ではどうするかというと、夫の小遣いを減らします。夫の小遣い額は、1992年が7万6000円でしたが、半減して去年は3万9000円でした。

男女共同参画審議会で、夫婦フルタイムで共働きをすると夫の小遣いはすごく多くなるという話をしました。女性の活躍は女性のためではなくて、巡り巡ってお父さんの小遣いが増えるというので男性のためになります。その話を学生にして、どちらがいいか聞きました。男子学生のほとんどは、妻に正社員で働いて欲しいと答える。女子学生は半々でした。半分はフルタイムで働くといいますが、半分は夫の小遣い減らすと答えました。

高度成長期は夫の給料が右肩上がりで、給料は7～8年で倍になりました。だから、将来は豊かになるので、「夫は仕事、妻は家事」でもよかったわけです。

1972年のオイルショック後、夫の収入の伸びが鈍ると、晩婚化やパートで働く女性の割合が増えました。ただ、男性の仕事は安定していたので、性別役割分業は崩れていませんでした。

3. 格差社会と少子化の進展

ニューエコノミーがもたらしたもの（1990年代後半以降）

1990年から様子が根本的に変わりました。社会が豊かになったので、普通のものを普通どおりに作ったら、売れなくなった。新しいタイプの欲求－個別的、感覚的、美的－が高く売れるようになった反面、普通のものの値段はどんどん安くなるという時代になり、コスト削減の圧力がかかるという時代になってきました。

今、歯医者さんもワーキングプアが増えているというお話があります。みんなが歯を磨くようになり、人口が減っている上に、虫歯になりやすい子どもが減っているので、過当競争になっています。そのなかで、私が行っている歯医者さんはすごく儲かっています。信じられないでしょうが、歯医者さんに行きたいんです。なぜかというと、その歯医者さ

んは足裏マッサージ師を雇っていて、歯の治療中に1人5分ぐらいずつ足裏マッサージをしてくれます。特に手術中になるとマッサージをしてくれます。上では口をあけているときに、足裏マッサージをしてくれます。その歯医者さん、繁盛していますが、新たな工夫をしないと売れなくなった。

車も昔は動けば売れましたが、今はみんな持っているから、いい車に買い換えてもらうためには、カッコいいとかかわいいとかエコとかの付加価値をつけないといけない。

女性的な感覚が必要

男女共同参画の講演のときには、女性的な感覚が役に立ちますという話をしますが、女性が有利だと思ったのは、うちの子どもが小学生のとき、誕生日のプレゼントを買うためにデパートと一緒にいったときです。つい、どうせ人にあげるんだから何でもどれでもいいと言いそうになりましたが、男性の感覚ですね。女性は小さい頃から何をあげたら喜ばれるか、考えながら生きている。男性はそんなことないわけです。男性は勝てばいい、強ければ文句は言われません。でも、女性が女性の集団のなかでやっていくためには、相手に気に入られるようにするにはどうすればいいか、考えながら生きているんだということに気がつきました。

恋愛はコミュニケーション能力を鍛える

男性が初めて相手を喜ばせるために考えなければいけない機会が、彼女ができたときです。彼女ができたときに初めて相手に喜ばれるためにどうすればいいかということを考えなければいけなくなりました。普通の男性はどんなプレゼントあげればよろこばれるのか、どんな店に連れていけば気に入られるのか、初めて考えます。私の卒業生の場合、男子学生は彼女がいるほうが内定率は高い。女性は女性同士でコミュニケーション能力が鍛えられているから関係ありません。男性は彼女がいると、相手のことを考える癖がつきますから、面接でも面接官の考えを読もうとします。

昔なら、コミュニケーション力がなくても真面目にコツコツやっていたら、企業に就職できたかもしれませんが、今は公務員でもコミュニケーション能力が問題にされるので、彼女がいる学生の内定率は高いんです。

仕事の二極化

機会やパソコン、OA機器が普及して、職自体が二極化しました。クリエイティブで機械には考えつかないような新しいことを考えつく能力が必要な仕事と、機械ではコストが高いので人がした方が安い仕事に分かれてしまいました。そうすると企業は誰でもできる仕事を正社員で雇いません。その結果、非正規雇用、フリーターとか派遣とか契約社員になる若者が増大しました。日本社会は新卒一括採用なので、一度非正規になるとなかなか抜

け出せません。

未婚率の増加

学校卒業が定職の保障ではなくなり、高校を出ても安定した収入の正社員になれないし、大学を出てもホワイトカラーや技術専門職につけなくなるし、大学院を出ても大学の先生になれない人も出てきてしまいました。定職につける人とつけない人の格差が広がるわけです。これが結婚にも及びます。

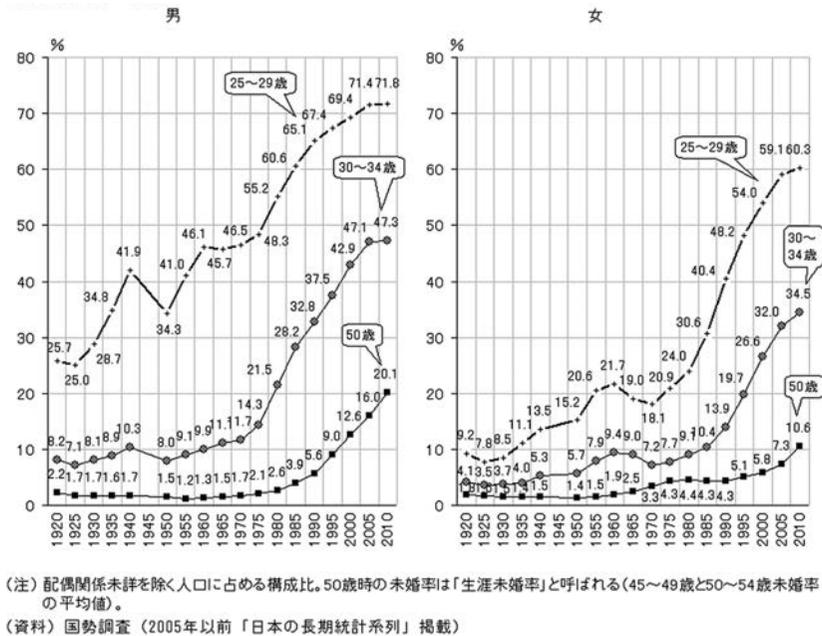


図6 年齢別未婚率の推移

未婚率が1980年ぐらいから右肩上がりで増えてきて、現在、30～34歳の男性で47.3%、女性は34.5%が未婚です。私は、基本的な原因は経済で説明できると思います。男性1人の収入で、妻子の豊かな生活を支える見通しが立つ人と立たない人に分かれている。男は仕事、女は家事という役割分担意識やそれを前提とした制度にこだわる男性と女性が結婚しにくくなっている。男性未婚者の正社員率が減っているなかで、女性の専業主婦志向は未だ強い。結婚して主婦を希望しても相手がいません。

国立社会保障研究所の出生力調査を再計算したところ、1992年の段階では、25～40歳ぐらいまでの未婚男性の8割から9割が正社員だった。2010年になると、25から40歳で結婚していない男性の正社員は2人に1人しかいない。あとは非正規社員や失業者です。女性はもっとひどくて、1992年は正社員率は70%でしたが、1990年代に若い人の非正規化が進んで、未婚女性の非正規社員率は5割です。このような状況のなかで結婚が減っています。若者は就職できる人とできない人がでてきた。女性は今までどおり正社員と結婚したくても、正

社員の数が減っているのです、正社員の奥さんになりたくてもなれない人が出てくる。つまり定職につけない、家族が形成できないリスクがどんどん高まっているわけです。

4. 若者の現状にどのように対処すべきか

あたりまえがあたりまえではない時代

今まで当たり前だった学校を出たら、男性だったら正社員として就職して一生給料が上がって年金もらえる。女性だったらそういう男性と結婚して離婚せずに子どもを育てて一生を送るといふ今まで当たり前だった生活を送る人というのが、もう今の若者の半分以下になっています。

さらに、結婚して夫1人の収入で、家も買えて車も買えて、子どもも大学に入れられるという若者の割合はたぶん1割です。夫は仕事、妻は専業主婦で子どもを育てて、離婚しないで一生を送れる人は10人に1人しかいなくなったというときに、専業主婦志向が強まっています。

保守化する若者たち

就活、婚活、定職、女性なら正社員との結婚を実現しようと昔ながらのスタイルにこだわろうとする若者が出てくる。一方で、バーチャルな世界に救いを求める人が出てくる。この両者が増えているというのが今の若者の状況で、これをどうするかというのが教育者の課題だと思っています。

ゼミ生に、将来つきたい仕事を尋ねたら、正社員と答えた男子学生がいました。正社員になるのが目的なのか、銀行員とか公務員とか、住宅メーカーに勤めたいとかの希望はないのかと言ったら、正社員ならどこでもいいですと答えました。2～30年前だったらありえないです。商社マンになりたいとか銀行員になりたいとか、具体的な職業名がでてきましたが、正社員ならどこでもいいという学生が出てくる時代になりました。

地方出身の学生が、地方銀行と地方新聞と県庁を受けました。結局、銀行員になりましたが、「何になりたいんだ。公僕になり、地域住民のために尽くしたいのか。金融マンになりたいのか、ジャーナリストになりたいのか。何になりたいんだ」と言ったら、地元で大卒で給料が出るのはその三つだけで、試験ではキャラを分けますからと言うんです。公務員試験の面接では地域住民のために尽くしたい、新聞社では社会学を専攻してジャーナリスト目指してますと答える。キャラを作ることに抵抗はないんです。

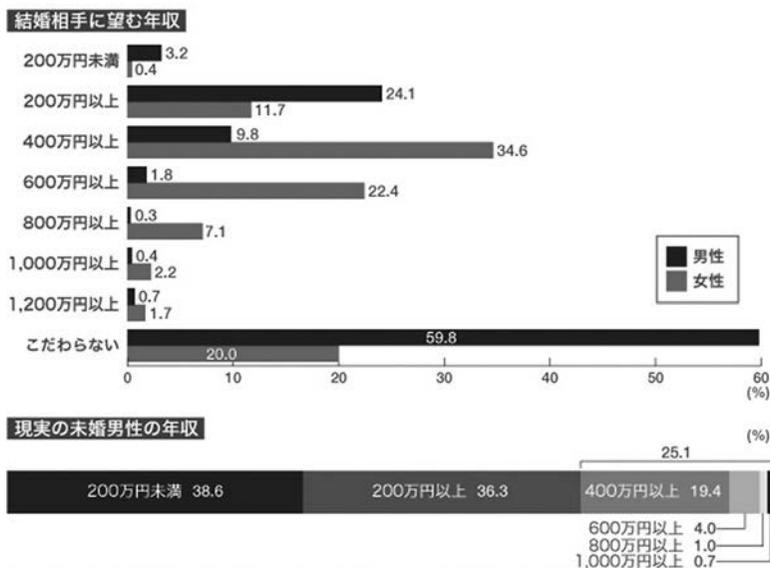
就活や婚活の限界

公務員志向が強まりましたが、志向が増えたからといって、イスの数は決っているので、なれるわけではありません。婚活も同じで収入が安定してる男性が増えているわけではないので、だめな人が出てきます。

男性は相手の収入にあまりこだわりませんが、女性はこだわらない人は2割ぐらいです。結婚してフルタイムというのは、約15%です。フルタイムの共働きが増えていると思っているかもしれませんが、85%は今でも夫の収入で暮らしている。夫の収入が高い人は結構います。でも、現実、未婚男性の年収は200万未満が38.6%、200万から400万未満が36.3%、400万以上稼いでいる未婚男性は4人に1人です。3分の2の女性は400万以上でなければ結婚しないとっています。

結婚をしていない女性のインタビュー調査で、希望する相手の年収を尋ねたら、ある30代の女性はパッと指1本出しました。もしかして年収1千万のことと言ったら、「うん」と。年収1千万は0.7%しかいないというと、「知ってる」といいます。でも目指す。1千万円以上ないと嫌だと。笑いごとではないと思いました。

8年前に学芸大の最後の卒業生で、専業主婦を目指しますと答えた女性がいました。間違っ
てゼミに入ったのかと思ったら、私の授業の成績がすべてAだったので入ったそうです。今の人は25%は結婚できなくて、離婚も25%で、さらに夫の収入で働かなく専業主婦で豊かな生活を送れるのは10人に1人といったら、私はその1人を見つける自信があると言うんです。そういう女性は、不思議なことを見つけるんです。卒業のときに、就職は決めたんですが、10歳年上の付き合っている人がいて、一流企業に勤めていてマンションがあって、今すぐ結婚したいといっている。あなた専業主婦志向だからいいんじゃないと言ったら「顔が気に食わない。」結局、そのときは結婚しなかったんですが、同窓会で会ったときに、「先生の言ったとおりだ、収入が高くてハンサムな人はもう結婚している。私に言い寄ってく



出所：明治安田生活福祉研究所・「生活福祉研究」号。データは2009年の「結婚に関する調査」（全国ネット20～39歳、4120名の未婚者が回答）

図7 結婚相手に望む年収と現実の未婚男性の年収の比較

るのは収入に問題があるか、顔に問題があるかどっちかの人しかいない」というんです。だから自分で稼いでいれば、せめて顔は自分の好みで選べるよって言ったんですけど、あきらめないとかいって、ほんとに見つけたんです。結婚して、収入は多くないけど、親が会社の社長で都内にマンションを七つ持ってて、今そこに住んでる。本当に見つかるんだなと思いましたが、あまり幸せそうではないです。

私は婚活を推奨しますが、結婚したら幸せになるとは一言も言っていません。結婚したら幸せになる、それは別問題です。

クリントン元大統領の演説 ー過去は過去 過去を追い求めると未来を失うー

私はクリントン元大統領好きで“Yesterday is yesterday”という有名な演説があります。過去は過去、過去を追い求めると未来を失います。だけど未来が明るいとは限らないから過去にすがりたくなります。2～30年前は誰もが正社員として就職できて、男は仕事、女は家族でうまくいった時代があった。その時代に戻りたいと思っても、戻りたいなと思えば思うほど、未来はなくなりますとクリントン元大統領は言ったんです。戻りたくなる気持ちはわかりますが、全男性が終身雇用の正社員になって、全女性が正社員と結婚する時代はもうありません。

フリーター調査をしたとき、20代半ばでプロ野球選手に絶対なりたいといっって、昼はバッティングセンターで練習、夜はハンバーグ屋さんでバイトしてる人に会いました。高校卒業以来、毎年プロテストを受けて落ち続けている。もう10年近くになる。真面目そうない青年ですが、別の道があるよっていう人がいなかったのかと思います。これは極端な例ですが、色々なところで同じようなことが起きていて、うちの学生にもアナウンサーやタレント志望者がいます。『あまちゃん』のように頑張ればうまくいくといえればよいのですが、過去の物語ですから、みんなそれになれるという保障はない。そうならなかったときにどうなるのか、誰もわからない時代になりました。

夢の世界に救いを求める若者たち

地方でフリーターをやってる人に休日の過ごし方を聞くと、男性のほとんど、女性のかなりの部分はパチンコやゲームです。非正規の仕事、フリーターの仕事は努力が報われません。いくらやっても昇進はないし、正社員になる道は細い。ゲームの世界は努力がときどき報われます。パチンコは何回かに1回、大当たりがでる。その快感が忘れられない。現実の世界は充実していなくてもバーチャルな世界で充実していれば生きていける。現実の世界はニセの世界で、バーチャルな世界ではヒーローになれることが広がっているわけです。

私の学生にメイドカフェにはまっている男子学生がいて話を聞くと、信じられないようなまじいコーヒーが1杯500円とか1000円。どうして行くのか聞いたら、大切にされるわけ

です。自分が大切にされるという感覚がたまらないということです。彼が「先生、妹カフェって知ってますか」という。ホットパンツにTシャツ姿のお姉さんが、ドアを開けると「おかえりなさいお兄ちゃん」と言ってくる。今日は私がお茶を入れてあげる、何がいいとか言って聞いてくれるんですね。妹がいるけれど、(本当の)妹はお茶なんか1杯も入れてくれたことがない。そこに行くとい思いの優しい妹がいて、自分を大切にしてくれるバーチャルな気分を味わえます。それで帰りにお会計ではなくてお小遣いとして1杯1000円とか2000円分の小遣いを置いてくわけですね。この話を聞いたときに息子カフェを開けば儲かるかもしれないなと思いました。息子カフェを作ってイケメンのお兄さんそろえて主婦向けに作れないかな。ドアを開けると「お母さんおかえり。いつも家事とか大変だよ。今日は僕がお茶入れてあげようか」といってお茶を入れてくれるカフェを作ると、世のお母さんはまずいコーヒーに1杯何千円も払ってくれると思います。

フリーター調査で、彼氏がいない女性で多かったのは追っかけでした。人に幸せになってもらいたいわけです。そのスターが幸せなら、私はどういう状態でも構わない。そのアイドルの幸せだけを願ってコンサートに行ったりDVDを買ったりして、追いかけているという未婚のフリーター女性によくあいました。

増加するパラサイトシングル

日常生活が安定して普通に進行するなかでの追っかけや、男性でも仕事をしているなかで時々パチンコなどにいくのならわかりますが、そうではなくて、現実の生活が充実していないからバーチャルな世界に浸ってしまう人が増えているように思います。それは親と同居しているから可能で、35～44歳までで親と同居してる未婚者が増えていて、302万人もいます。35～44歳の7人に1人は親と同居している未婚者です。正社員ならいいですが、男性は低収入だったり失業していたりで、結婚相手に恵まれない。女性は正社員率が低いので、親が亡くなったあと、どうなるかわからないという状態です。

今、孤立死する人が3万2千人と報道されましたが、今の高齢者の未婚率の3%とほとんどイコールです。4～50年後には4人に1人か3人に1人ぐらいは身寄りがないまま亡くなるので、その埋葬は役所の仕事になると思います。

第3の道はあるのか？

この状況を抜け出すには、自分に「普遍的」な仕事能力、魅力をつけることと、柔軟な家族のようなものが求められていると思います。今、シェアハウスやグループホーム、日本の場合、同棲は少ないですが、そのような形での新しい家族のあり方が模索されていますが、増えていません。そういうのを目指す必要があるでしょう。現代社会に対応した家族のあり方を推進していく必要があると思います。

北欧やイギリス、アメリカ、フランス、オランダでは、雇用が柔軟で新卒一括ではない

ので、いつでもチャンスはある。社会保障で若者が定職に就くことを支援しているの、男女とも30歳ぐらいまでに定職に就けばいいという社会なので、新卒で就職できなくても人生が終わるわけではない。チャンスはいくらでもある。家族においても男女がともに稼いで一緒に生活する。親と同居していないので2人で生活したほうが得だから同棲して、お互い気に入れば一緒に住んで子どもを育ててみようかなということで少子化がなくなっている。

日本ではワークライフバランスが進展しません。今の正社員は長時間労働が当たり前で、専業主婦がいることを前提とした働き方。非正規だと昇進や昇給がなくてチャンスがない。この点を改善しなければいけない。家族に関しては夫婦で無理せず共働きができれば結婚も増えるだろうと。男性だけが経済を負い、女性だけが家事育児を負うのではなく、無理せず共働きをして経済的に子どもを育てる見通しがつけば結婚も増えます。結婚をしたい、子どもを持ちたいという意識は衰えていません。

5. 最後に

教育者はこれからリスクを伴い格差がある社会に若い人を旅立たせなければなりません。入学したばかりの1年生から就職に有利なサークルを聞かれたことがあります。確かに1年から就職を心配しなければならない時代になりました。好きなことをやれとも言いきくし、1年から就職を目指してそれしかやるなというのも味気ないし、難しい時代です。夢を追えとも言いきくし、逆に夢などみないで公務員試験勉強をしろとも言いきく時代です。いくら努力しても就職できなかったりリスクに陥る学生は必ず出てきます。そのときに乗り切る力をつけさせるのが、これからの教師の課題だと思います。

長くなりましたが、これで終わらせていただきたいと思います。どうもありがとうございました。

司会 山田先生、ありがとうございました。ご自分の立場から、お子さんのこと、あるいは知り合いの人のことを考えて、いろんなことを聞いてみたいと思われた方がいらっしゃると思います。どうぞご質問をなさってください。

質問A

非常に考えさせられる話でした。女性が結婚するときの年収の経緯の話がありましたが、親がどのように考えているか、データなどがあればお話をお聞きしたいと思いました。

山田先生 親はもっとひどい。もっと保守的です。お見合いおばさんやお見合いおじさんの仲人の調査をしてる研究者がいます。お見合いが減った、おせっかいが減ったというよりも、紹介できなくなったという話があるので、少しします。あるお見合い仲人の人があるお嬢さんのところにお見合いの話を持っていった。そしたら絶交されたそうです。もうあなたとは付き合わない。なぜかという、正社員ではなくて契約社員だけですごくいい

男性がいるので紹介したいと思って、お見合いの話を持っていったら、正社員ではない人を持ってくるなんて、馬鹿にしているのかと、絶交されたそうです。

別のケースでは、お見合いを持っていったら親が会社四季報を片手に、勤めてる会社の子会社だからだめ、と断りました。本人にたどり着く前に親がブロックしてしまうケースが多くあります。本人以上に親は年収や会社の名前、学歴にこだわっています。だからますます結婚はしにくくなると思います。

質問A ありがとうございます。

司会 釣書のなかに、会社名や正社員かどうか、年収額が書いてあれば話は進むんですか？

山田先生 地方だと、そういう人はもう結婚しているので紹介する人がいなくてお見合いが難しくなっている。紹介できる人がいなくなったというのが現実なんですね。

司会 ありがとうございます。

質問B

お話ありがとうございました。高校生の息子が、どうして男の子は働かなければいけないのか、どうして男の子は女の子の分までお金を出さなければいけないのかといます。息子の言うことにも一理ありますが、先生だったらどのように答えますか。

山田先生

そうしないと、結婚相手どころか恋人としてもなかなか選ばれない時代です。なかには男性を養いたいという女性も、希少だけどいる、それを頑張って探すか。そのためには一流大学に行ってそういう女性がいるとこに行かなければだめと尻を叩くんです。東大で非常勤講師をしていたとき専業主夫になりたいという男性が感想を書いてきました。専業主夫になりたいので、頑張って東大に入りました。東大にいけば僕を養ってくれる女性の人が、彼女として見つかるかもしれないと思ってきましたと。そうやって励ましていただけたらよいと思います。

質問B

そのように養ってもらいたい人は、マザコンですか。

山田先生

マザコンとは関係ないと思います。仕事に就きたくない男性、女性でも専業主婦志向が増えるのもわかります。若い人の正社員の労働条件はひどすぎます。長時間労働で共働きをしたら死んでしまう、そんなことは無理だとわかります。だから一般職がいい、一般職でいい、長く働きたいので銀行の一般職を選びましたという人も多いです。キャリア職は子どもがいたら辞めなければいけない。男性も、正社員にならなければ結婚できないから仕方ないけれど、長時間労働で子どもを育てながらワークライフバランスの生活なんて送れないと思う男性が増えてきたというのは、若い正社員の長時間労働が厳しいから、その反動だと思います。昔に比べて平均すれば労働時間は減少していますが、それは正社員と非正規社員を合わせているからで、実際に若い人の長時間労働率というのは先進国の

なかで世界最高の率です。無理しないで自分の能力を発揮して働ける職場が増えれば、男性も女性もそれなりに働いてそれなりに家庭を楽しめる条件が整うと思います。正社員は長時間労働、非正規社員は昇進がなくて収入が低い、その二つしかないことが、ゆがみをもたらしていると思います。

質問C

両極端化しているというお話を聞きましたが、今後、両極端化がますます進むと予想されますか、それとも改善されていくと予想されますか。

山田先生

放置すれば今のような状態が続くという気がします。結局は正社員と非正社員の格差を根本的なところでなくして、なくした上で働く時間を選べるシステムを作るのが理想だと思います。中高年の男性は頭がまた固くて、自分は長時間労働でやってきた、その何が悪いという人が権力を握っている状況だと変わらない気がします。

質問D

北欧やイギリス、フランスなどで日本と明らかに違う若者の点を、もう少し詳しく伺いたいと思います。

山田先生

ありがとうございます。単純にいうと日本は若者の採用が新卒一括なので、学校を卒業するときにはいい職業に就かないと格差ができてしまいます。欧米では新卒で最初から正社員になれる人は少ないけれど、正社員にならなくても1回失業しても、辞めてもチャンスがあるので自分がいいと思った職業に就くまでのあいだ、試しながらやるチャンスがあるというのが仕事上で一番大きなところだと思います。

親と同居している人が少なく自立しなければいけないので、同棲やシェアハウス、ルームシェアなどして共同生活をしながら暮らす若者が多いというのが二つ目です。

司会

活発なご質問とお答え有難うございました。では本日はこれで綴じたいと思います。山田先生、興味深いお話を有難うございました。

I-4. 第4回公開講座 『発達障害児の支援活動をしたい人のために』

白梅学園大学教授 堀江まゆみ先生

はじめに

みなさん、こんにちは。はじめましてですね。実は宇都宮は初めましてではなくて、何度も来ています。私は大学の教員であるとともに、全日本手をつなぐ育成会（知的障害のある人たちの親の会）の方々と一緒に、障害のある方たちが地域のなかで安心して、暮らせるようなまちを作ろうということで、12年ぐらい仕事をしています。そのなかで、発達障害を支援するために、私たちに何が出来るのか、親の立場、保育者の立場、学生の立場で、みんなもちょっと立ち止まってみれば、いろんな支援が出来るということの実践を、今日はお話ししたいと思います。

自己紹介がもう一つ、NPO法人PandA-Jについてです。プロテクション アンド アドボカシーという名前ですが、プロテクションは「予防する」、アドボカシーは「本人の活動を支援する」ことで、「代弁する」という意味です。権利擁護活動、障害のある人たちの権利擁護を進めるという意味でPandAです。

去年、障害者虐待防止法ができたのはご存知ですか。児童虐待防止法があって、高齢者虐待防止法があって、やっと障害者虐待防止法ができました。家庭のなか、施設のなか、企業のなかで、虐待が起こっても「イヤ」と言えない人たちが多くいます。そういう人たちに気づいて、早くに救済しようということで、この法律ができました。アドボカシーというのは虐待防止を代弁するということです。

PandA-Jは研究団体で、弁護士、医者、支援者の人たちと一緒に必要な研究をしています。今、年に3回、季刊誌を発行しています。実際にこんな虐待が起きている、障害のあるご本人がこんなふうに言ってる、ごきょうだいがこんなふうにSOSを出している、いろいろな思いがあります。親御さんや支援者の方たち、保育者、学生、あるいはご本人に読んでほしいと思って、おしゃれな雑誌をつくりました。

障害のある方たちに、難しい言葉ではなくて、やさしくわかりやすい表現で伝えるのも研究活動の1つです。わかりやすくおしゃれで、みんなが楽しくなるような研究報告書です。

この雑誌を見たときに『an-an』とか『non-no』と間違えた人いませんか。思わず間違っ て手に取ったら、実は全く違う話を書いてあるというのが、この雑誌のからくりです。中身も、写真がたくさんあって、ついつい読んでしまいますよね。皆さんにも、無料の冊子をお渡ししましたが、宿題があります。読んだら、近くのコンビニの本棚に置いてくる。そうすると、一般の人が『an-an』や『non-no』と間違えて読んでみたら、障害者の権利は大事だとか、障害の保育はこんなふうにおこなってます、ということが書いてある。ほん

とはやっちゃいけないから、やらないでくださいね。でも、今ここにいる100の方が市内の色々なところに置いてきたら、宇都宮市の方の少なくとも100の方は障害がある方たちの理解者になる。ねずみ講的作戦と呼んでいます。

1. 発達障害とは

今日のテーマである発達障害のある人たちということで、最近の話題をいくつか取り上げて話を進めます。

発達障害というのは発達の遅れではなくて、発達に偏りがあるということで、得意なのは得意で、出来ないということではありません。こんな理解の仕方を、是非、してください。発達障害には知的障害は入ってなくて、自閉症、自閉症スペクトラム、学習障害LD、注意欠陥ADHDのお子さんたち、そういうような特徴がある方たちがいます。

自閉症スペクトラム障害

診断基準が変わって、今までアスペルガーとか自閉症と言っていた言葉が、自閉症スペクトラムという言葉に置き換わって行きます。自閉症スペクトラムについては、男女比が4対1と教科書に書いてあると思います。男の子のほうが多いよって。でも、今、話題になっているのは、女子の未診断問題です。これは最近の話題ですが、自閉症スペクトラム、ADHDもそうですが、今まで男の子が多いと言われていましたが、原因がまだわかっていません。発生率からすると、1対1でもおかしくないというのがずっと議論されていた。それで、最終的には1対1ではなくても2対1ぐらい、女の子が実はもっと多いということがこれからわかるだろうと言われていました。

なぜかという、自閉症の診断基準に、知的障害を伴うタイプのカナー型自閉症があります。カナーという研究者が1950年代前後に、知的障害を伴う自閉症のことに気がついて、世界中に知らせました。そのとき、男の子の行動特徴を主に記録したところから、男の子が多いということになりました。たとえば、電車が好き、電車を並べるのが好きだってよくありますよね。車並べるのが好きだ。それ男の子のほうが多いです。あるいは飛び跳ねるのが多い、活発だ。アクティビティが高く、落ちつかないという行動特徴は男の子のほうが多い。つまり、男の子のほうが発見しやすい診断項目で私たちはみています。自閉症スペクトラムは、関係性障害とも言われますが、関係を取りにくいという障害です。そうすると、おとなしいタイプの女の子で、自閉症がたくさんいることに、だんだん気がついた。女の子の集団は、しゃきしゃきしてる年長の女の子が、ちょっとのんびりとした女の子を、赤ちゃん扱いしながら、仲間に入れてあげるからおいでってグループを作ります。だからなんとなくおとなしい子も、集団のなかにいれてもらえるので、はずれてるという感覚がありません。なんとなく友達関係うまくいってるから、発達障害に気づきません。

思春期ぐらいになると、女の子のグループは、『今日は友達、明日は敵』というのがあります。

ます。仲良かったのに、なんかのはずみで、違うグループができる。アスペルガーや自閉症のお子さんたちって場の空気を読む、他者の気持ちを推測するのが苦手なので、どうして今まで仲良かったのに、今日はそうじゃないのっていうことがわからなくて、それで喧嘩をしてしまう。突き飛ばしたり色々なトラブルがおきて、「あ、この子は（障害があるかも）」と気づきます。

学習障害LD

学習障害LDは、書字障害、読字障害、難読症、いろんなタイプがあります。

学習障害は外から見ただけではわからない、わかりにくい障害です。たとえば、字を書くのが苦手だ、数が苦手だということは、教科書のように、よく言われています。でも、手先が不器用だというのは見過ごされてしまう。最近は視知覚、眼球運動がうまくいかないことが、文字学習や数学習に影響していることがわかってきました。学習障害だから学習面で点数が取れた取れないという部分が注目されがちだけれど、その背後に、運動面や手先の器用さという問題があります。手先が不器用だと字を書くことが苦手ですよ。

あるいは、発達障害のお子さんたちは、脳のワーキングメモリ（パソコンのCPUのようなもの）の機能が低下しているので、2つのものを同時に記憶するこれができない。普通は3つぐらい、同時に覚えられます。でもCPUが古くなると、ホームページ3つぐらい開けるとフリーズしちゃう。あれと同じように、同時にいくつかのことをするのは、とても高度なことです。学習障害のお子さんたちは、ワーキングメモリの低下、短期記憶の機能が落ちているので、覚えられない、だから2つのことを同時にするのは難しい。学習障害のお子さんたち、先生の板書を読んだり、質問に答えることはできます。でも、先生が板書しながら質問すると、どちらもできなくなる。

自分のことがわかっているお子さんは、ノートをとっていると先生の話がわからなくなるのでノートを書かないんです。手先の不器用さをわかっているお子さんは、みんなより時間がかかるからノートを書かない。障害に理解のある先生だったら、一所懸命、自分の頭のなかで概念形成してるんだなと思うけれども、中には書くようにいう先生もいる。そうすると、子どもはわからなくなっちゃう。このあたりも、子どもたちが、今どういう思考のなかでやっているのか、わかっていたきたいと思います。

視知覚障害によるLD

最近、LDの方たちむけに視知覚のトレーニングをしてくれる眼科が増えてきました。眼球運動、眼筋という筋肉です。目の眼筋を動かす訓練、ビジュアルトレーニングといいます。

LDのお子さんのなかで、視力が悪いわけではないのに、こうやって（ななめにしたり、回したりして）教科書を見る子もいます。その子はたぶん、視知覚上、なんらかの不都合があるので見えないのです。自分で一所懸命調整しながら見てるので、ビジュアルトレー

ニングをすると、びっくりするぐらい、成績が伸びるお子さんもいます。

行飛ばしをするお子さんもよくいます。文字を読むときに、「むかしむかしあるところに、おじいさんとおばあさんがいました」という行を、「むかしむかしあるところに、おばあさんは川に行って・・・」というように、2～3行飛ばしてしまふ。きちんと読めるのに、どうして読まないのかって教室で怒られたりします。それは、そういうように行が見えるから行を飛ばすんです。「ウルトラQ」というテレビ番組、知ってますか。字がゆがんでいって、テーマ曲が終わるころにQの文字が見えてくる。ようするにこの世界です。

曲がりの角度が子どもさんによって違うってことも研究でわかってきました。だから、ある大学の先生たちは、パソコンで文字をゆがませて、どこの角度が見えやすいかなんてことも調べています。LDのお子さんの場合、曲がってたほうが識字が出来る、そういうことを知っているだけでも理解が進みます。

研究が進んでくると、LDのお子さんやアスペルガーのお子さんたちのなかで何が起きているのかわかってきて、周りも適切な支援が出来るようになると思います。関心のある方は、DAISY（デイジー）という文字が読めない方たちへの補助手段、教材がありますので、ご覧下さい。

LDのお子さんたちの視知覚の特徴として、字と図の関係が見にくいというのがあります。背景があつて、そこに文字を書く。文字が図にとけこんでいる場合、私たちは選択的注意ができるので、文字を見分けることができます。LDのお子さんのなかには、背景に余計なものがあると、マーキングすべき字が見えなくなってしまうというタイプのお子さんがあります。学校のノートには線が引いてあります。線が書いてあると、そこに何かを描くことが苦手というお子さんがいます。逆に言うと、何もなければ、字を書くことができる、という視知覚のお子さんたちもいます。

2次障害の発生

視知覚の問題から、失敗経験が重なったり、何でできないのかといわれたり、怒られたりすると、劣等感を感じたり、自尊心が傷ついたりして、自信をどんどんなくす人たちがいっぱいいます。

LDのお子さんを個別対応、個別指導しましたけども、小学校2年生のときには、とてもはきはきしたお子さんだった。でも彼女は字を書くことに時間がかかるので、1時間あれば100点が取れるけれども、10分間のテスト時間だと2問しか書けないんです。だからいつも10点、11点。でも「全部、書いてごらん」というと覚えている。それから算数障害だったので、小学校2年生でも1と2もわからなかったんです。それで、お母さんがしゃきしゃきだったので、「先生、うちの家系は、数学は得意だけど、この子だけ、算数ができないの」とすぐ叱るんです。お母さんも学習障害についてなかなか理解できないから、「どうしてわからないの？」って。

小学校6年生のときに久しぶりに会ったら、ぼおとした女の子になっていた。モチベーション、やる気が、動機づけが起きなくて、低緊張、ぼおっと、だらあとした感じになっていました。2次障害のなかで緊張が低くなってしまったお子さんたちに、なかなか気づけないで、そのままになってしまうことはとても心配です。

ADHD

ADHDには、注意欠陥、多動性障害の衝動性、多動性優性型という3つのタイプがあります。不注意優性型といって注意をし続けるときに、ふっと間だけ注意がとぎれてしまう。注意できないんじゃないありません。ADHDの子たちは、注意を連続しているときに、途中ふっととぎれてしまう。先生が言っていることが全部、わからなくなっちゃうっていうのは、このタイプです。女兒の未診断問題は、実は不注意優性型に多い。特に就学前のお子さんたちで、ぼおとしているというか、のんびりしてるというか、何回言ってもわかったと言うけれど、また抜けてしまうとか、忘れ物が多い、そういうタイプのなかに不注意優性型のお子さんたちがいるらしい。それも女の子に多いんですが、気づかれないでずっと思春期までいってしまうことが多いから、ぜひわかっていたきたいと思います。

2. 通常学級の中の発達障害

梓にはめなかった先生

支援者として出来ること、私が提案したいのは、ネガティブではなくてポジティブに障害の特徴を見るということ、ぜひやって行きたいと思います。でも、うまく行っていないことがあちこちで起こっていて、「イスに座っていなさい」「並びなさい」「..をしなさい」と繰り返し言われることが多い。それで、ストレスフルになってフラッシュバックを起こすというケースもあります。

梓にはめないで障害のことを、自分は十分わかっていないけども、この行動は何だろうって、立ち止まって考えてくれる先生というのは、子どもたちとうまくいっていると思います。本人の行動を疑問に思ってくれる、何でこうなんだろう、こうすべきではなくて、なんでそうなるのかって思ってくれる先生は、色々なヒントを子どもたちから受け取ってくれます。

中学校の2年生のクラスに行きました。アスペルガーのお子さんがあるので、見に行ったら、すぐそこにいたんです。中学校2年生、どこに座っていたかという、一人だけ飛び出して座っていました。それで、毎日行くごとに、この距離が違うんです。うまく自分で調整していて、体調が悪いときは、この辺まで（大きく）飛びだして、自分で机を友だちとは離しているんです。対人関係、対人距離、パーソナルスペースって、聞いたことありますか。人との関係があまりにも近過ぎてしまうと自閉症の子はストレスフルになります。だから、体調がいいときは、友だちとくっついても大丈夫です。彼は自分の体調に合わせて、毎日どこに座るか決められる、自己決定ができる。そのことを、学校のクラスの先生は認

めているんです。体調が悪いときは、廊下にはみ出したぐらいのところに座る。それでも午後になって落ち着いてくると戻ってくる。

もし、「ここに座らなければ、だめだろ」ということになったら、ストレスフルになって2次障害になって、フラッシュバックを起こしていたかもしれません。

言葉ではなく知視覚で

「彼はよく物事をわかっていて、ルールどおりにやってくれるから心配はないけれど、掃除をやらないで帰るので困ります」と担任の先生が言います。

6時間目が終わったら、お掃除をやって帰る。今日は掃除当番だと昼休みに言うと「わかっています」と言うけれども、6時間目が終わると喜んで帰ってしまう。何でだろうと、担任の先生は考えたんです。そしたら、黒板の隅の見えるところに時間割が貼ってあるんです。中学校なので、お掃除の時間が入っていませんでした。

みなさん、もうわかりましたね。1時間目、2時間目、3時間目、・・・6時間目と書いてあって、下校と書いてあるんです。視覚的情報力で見てるわけだから、頭の中で掃除というのはわかっているけど、終わったら終わりとして帰ってしまう。そこで、先生と相談して一番下に掃除を入れたら、律儀に掃除をして帰るようになった。

自分でクールダウンして調整している

担任の先生が、「彼、休み時間になるといつも特別教室に行くんです。2階の教室なのに、4階の音楽室とかに行っちゃうんですよ」って。教室でみんなと一緒にいるときは、パーソナルスペースは近いし、先生は何か言ってるし、一生懸命緊張して座っています。その緊張した時間が終わったら、自分を解放するという意味で、誰もいない特別教室に行ってクールダウンします。それで時間が終わったら、また、苦手な教室に戻って緊張して、また自分でクールダウン。そのような調整を、障害のある人たち、子どもたち、しているんだということを知ってください。

学級担任の先生が、休み時間も友だちと一緒にいさせてあげたいから、グループを作ってあげようかと思うかもしれませんが、しないでください。そんなことをしたら、ずっと緊張しなければいけないわけだから、逃げどころを作ってあげてください。

3. 合理的配慮義務

障害者差別解消法の成立

これから起こってくるもの、キーワードとしてお伝えしておきます。合理的配慮義務というのが、これから議論されてくると思います。

先ほどお話しした担任の先生はパーソナルスペースなんて知りません。経験的に、席順を強制しないことが、彼にとって落ち着く条件だということを経験でわかっている。それ

が合理的に配慮してあげるということです。掃除についても、言葉ではなくて視知覚で伝えることです。

幼稚園、保育園、学校の先生、福祉の方たち、これからもっとこのことが増えてくると思います。今年（平成25年）6月の国会で、障害者差別解消法という法律が通りました。法律名は、障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律という名前です。3年後に、見直しをした上でこの法律が動いていくことになります。何が定められているかということ、障害があるからといって排除してはいけないということです。教育や保育で注目されるのは、合理的配慮つまり不作為、意図していないものに対して差別あるいは配慮を欠いてしまうことを禁止するということです。

学習障害でゆがんで見えるということがわからない、なんで行飛ばしをするのかわからなく、それでしかるのは不作為による差別になります。わからないから言っちゃった、では済みません。障害のある人たちの何がしんどくて、私たちがそのことをどうやってわかってあげるか、それをわかった上で保育をして行く、これが標準装備になる。とてもよい社会になってくると思います。

発達障害の子をわかるということは、結果としては普通の子も丁寧に理解していくということに置きかわっていくので、発達障害だけの問題ではありません。

合理的な配慮の提供について、公的機関は義務、民間企業は努力義務になる。就労支援でも学校と同じです。働くときに、同僚と席を一緒にするとき、席の場所を自由にできるようにする、あっちに行ってもいいですとか。そのような配慮をしてくれれば企業でも、十分仕事をする事ができる、そういう配慮をしましょうということです。

SPELLについて

皆さんに覚えていただきたいのは、合理的配慮、SPELL（スペル）です。

頭文字をとったもので、スペルと読みます。これはイギリス自閉症協会が標語のように出しているものです。自閉症あるいは自閉症スペクトラムの人たちがいたら、この5つの配

“合理的配慮”とは自閉症スペクトル障害の子ども・人へのサポートを行っている

Structure（構造化）	明確で一貫性のある環境
Positive（ポジティブ）	肯定的な対応と適切な期待
Empathy（共感）	独特の理解の方法への共感
Low arousal（興奮させない）	ストレスを招く感覚刺激を低減
Links（リンク）	家庭や地域資源との連携

図1 合理的配慮

慮をしてくれれば、保育でも教育でも社会でも、ご本人たちはかなり安心してそこで勉強し、仕事をする事が出来るという、啓発的なメッセージです。

構造化 (Structure)

StructureのS、構造化というのは、自閉症スペクトラムの方たちは、何が苦手かという、ワーキングメモリーも関係してありますが、幾つもの情報を同時に処理することが難しいということです。ですから、あれもこれもというふうに自閉症の方に言うと、情報処理ができなくてパニックになってしまいます。たとえば、家電の量販店に行って、テレビが30台ある中で全部が違う番組をやっている、それを分析しなさいと言われてたら、パニックになります。どれを見ていいかわからない。同じような状況が自閉症の方たちには起きています。なので、このテレビだけ見ればいいよ、と指示してあげるのが構造化です。

ご本人にわかりやすい伝え方ということになります。要するにわかりやすい情報をわかりやすく伝えるというのが構造化の一番大変なところです。

自閉症の方たちというのは、視覚的な情報のほうが取り入れやすく、聴覚的な情報が苦手な人が多いということ、ご存じですか。自閉症やアスペルガーの方たちは、耳で聞いて覚えるよりも、目で見て理解するほうが得意な方たちがいっぱいいます。ですから、耳で聞いて分からなかったら、視覚的な絵カードや写真で教えてください、というのも構造化の1つです。

「画用紙持って、クレヨン持って、バケツ持って、外に行こう」というように、3つも4つものことを一度に話したら、処理できません。そのときに、画用紙持った？持ったね。クレヨン持った？持ったね。というように、1つ1つ区切って言ってあげれば、分かりやすい。これも構造化です。

いろいろな構造化のタイプがあるので、子どもに分かりやすい情報の伝え方を工夫してくださいというのが、ストラクチャーです。明確で一貫性のある環境とも言われています。

ポジティブ (Positive)

ポジティブというのがあります。肯定的な対応と適切な期待です。

先生方の接し方のポイントとして1つだけ伝えておきます。自閉症の人たちというのは、高い音や大きな音は、感覚が過敏なので苦手です。よく考えてみると、保育者や教育者は、目の前にいる子が、やることをやれないと、だんだん声が高くなって大きくなって行きませんか。低くて小さな声で言ったほうが、自閉症の子には通りやすいんです。

ポジティブ、肯定的な対応、適切な対応は、それは楽しく、楽しんで行きましょうね、ということと。

それから、否定語で言わないということも大事です。肯定語で言ってください。机の上に立っていた男の子がいたら、普通の子だったら駄目って言うだけで分かります。怒られるか

らって、慌てて下ります。でも、自閉症の人たちは、そのあとに続く言葉を推測するのが苦手だから、駄目と言われて、先生がなんで怒っているのか、なんで下りなさいと言っているのか分からない。否定語で言うと分からないから、肯定語で「下りなさい」「下りてください」といえば理解できる。特徴を分かった声の掛け方をすれば、何の混乱もなく生きていけるのが、自閉症の子ですということを言っているのが、このポジティブです。

共感 (Empathy)

エンパシーというのは、認知の仕方について共感を持って楽しんでくださいということです。

エピソードを紹介します。自閉症スペクトラムの男の子で、有名大学の工学部に入学しました。その子と話をしたとき、「コンパとかやるの？ 飲み会とか行くの？」と聞きました。そしたら彼が、「実は、今日、二日酔いです。昨日、友人たちの飲み会に誘われたんです。僕は、友人にアルコールは1ccでいいと言ったのに、友人たちは1dl飲ませようとするんです。」

わかりますか。ちょっととか、たくさんという言葉よりも、自分で見た数字で話したほうが得意だってわかりますよね。それをわかってくれば、笑い話で済むけれど、なんだこいつは、と思ったら、変に思われる。こういうこともエンパシー、共感してください。

興奮させない (Low arousal)

あと、大事なものは、ローアローザルとストラクチャーです。ローアローザル、興奮させないということ、ぜひ懐柔してあげてください。

よく集団のなかから廊下に出ちゃうとか、飛び出しちゃうってお子さんいます。あれは多動という側面もありますが、そもそも集団の子どもたちの音はノイズです。だから、感覚過敏でそこにいられないんです。外に出てクールダウンしてるのがよくあります。だから過興奮をさせない。

リンク (Links)

小さなときに不快体験をさせないでほしいというのが、最近の思春期研究からの大きなメッセージです。幼いとき、自分で嫌と言えないから、座りなさいと言われて、一生懸命座っているかもしれない。頑張って食べなさいって言われて、一生懸命、嫌でも食べているかもしれない。それは不快体験です。

自閉症のお子さんは、嫌なことを忘れられない症候群と言われることがあります。昔から嫌なことはパシャ、パシャと写真のように積み重なって行って思春期になって、問題行動に表れるというのはよくあります。小さなうちに不快体験をさせないように支援するのが、今、望みです。

職場や企業、町のなかの人たちがスベルを分かってくれるだけで、障害者差別解消となり、

合理的な配慮はちょっとしたことでできることを、あちこちでお伝えしていただければなと思います。

4. 成年後見制度

後見の種類と判断能力

成年後見制度というのを紹介しようと思います。成年後見制度には、補助、保佐、後見というのがあります。この機会に覚えてください。比較的判断不十分な方が後見で、判断ができる方が補助という、3段階あります。

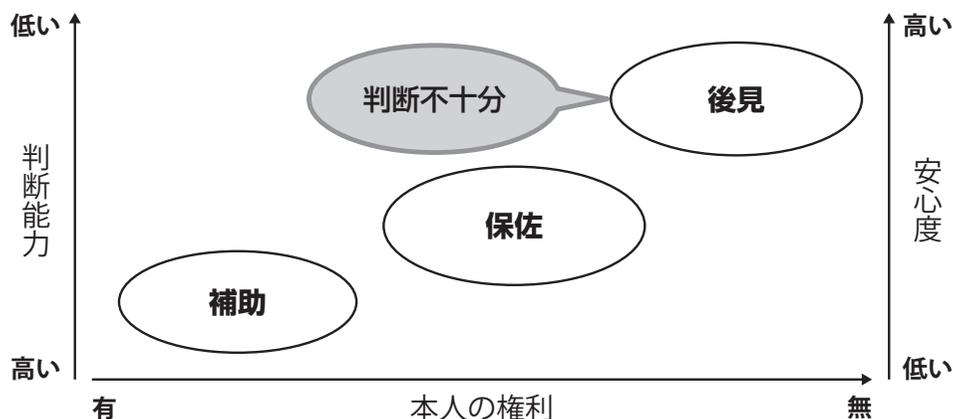


図2 後見の種類と判断能力

そのなかで、今、問題となっているのは、権利を守るために成年後見をつけたのに、選挙権がなくなってしまう、これはないですよね。それで裁判が起こって勝訴しました。

事例を紹介します。

この2人、実は後見人と被後見人です。どちらが知的障害のご本人か分かりますか。立っているほうが知的障害のご本人で、座っている方が弁護士さんです。成年後見制度は、判断能力が下と思われがちだけど、そうじゃない、対等な関係のなかで支援をしています、ということ表現したかったんです。

彼は入所施設を出てグループホームに行きたいと思った。今、入所施設は、契約制度なので契約を解除しなければいけない。親御さんが亡くなっていたので、町に住んでいる兄弟にグループホームに行きたいといたら、面倒をみるできないから、出ないで欲しいと言われたそうです。そこで、成年後見制度が



あるから、それを活用しましょうということで、弁護士の方になっていただきました。

とても楽しい方で、どうしてグループホームに出たいと思ったのか話を聞いたら、「グループホームで暮らしている友達を見ていたらね、グループホームではビールをいつでも飲める。そういう自由度があるのでグループホームを選んだ」って。

福祉にはいろいろと問題はあるけど、入所施設で暮らしていたとしても、地域に出て行って支援をする側の福祉スタッフと、権利を守る後見人という2人に挟まれながら、親がいなくても安心して生きていける社会が、だんだんできてきました。

このご本人、施設を出たときは真面目な顔をしていました。グループホームに入って、自分はピアノが弾けるということに気がついて、高いミキサーを買って自分のCDを作っちゃうぐらい。知的障害のご本人さんがです。それでバンド活動にはまって、パリで路上ライブをしています。彼はモヒカン刈りをして、そのぐらい自分を発揮しながら自己表現をして生きている。

この彼、たぶん幼稚園のときは、何もしゃべらなくて、ずっとじっとして、なんかやろうと思ったら、なんだよってというような、そういうタイプのお子さんだったと思います。こんなふうに豊かに生きているのが、今時なんです。

別の方のお話をします。養護学校を卒業したとき、お母さんは女手一つで育てていたんですけども、45歳で末期がんを宣告されて亡くなってしまった。でも成年後見人が一緒について、楽しい生活をしているっていうのをぜひ見ていただきたい。町のなかでパンづくり屋さんをして、友達もたくさんいて、成年後見人という人たちが、財産管理をしながら、自己決定を手伝ってもらっている。お母さんはいらっしゃらないけど、素敵な後見人がついていて、本人はにこにこです。こういった生活もぜひ感じて欲しいと思いました。

5. 地域の中で安全に安心して暮らすために

合理的配慮があれば、LDのお子さんも、ADHDのお子さんも、アスペルガーのお子さんも、もっと暮らしやすくなる、そのポイントをいくつかお伝えしました。それをぜひ周りの人たちに伝えてください。今日はネズミ講的作戦なので、私がみなさんにお伝えしたことを、みなさんが違う人に伝えてください。そうすれば地域が変わって行きます。それを全国各地でやっています。

安心して暮らすための3つの層

権利擁護は3層構造になっていて、1番下のシステムがアドボカシーです。法律が変わることは本人を守るためにとっても大事なことです。

1番上がセルフアドボカシーと言って自分で自分を守る、嫌なときは自分で嫌だと言う、遊びたいときは自分で言える、そういう自分になってほしい。そして周りの地域の人たちが支えることによって、絶対の権利が守られる。真ん中にあるのがおまわりさんだったり、

八百屋さんのおじさんだったり、コンビニの店員さんだったり、駅員さんだったりする。町のなかの人たちが、合理的配慮を理解し実行することによって、安全な町になって行く。そういう取り組みを、親の会や支援者の方たちはやっています。

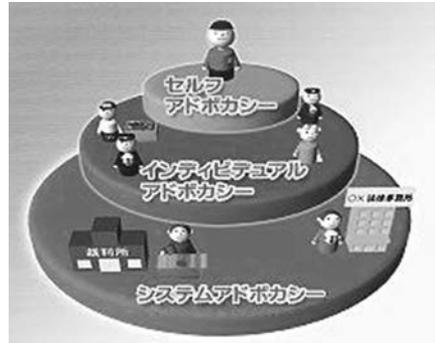


図3 安心して暮らすための3つの層

地域での理解、合理的配慮を浸透させる

警察がきちんと障害を理解してくれたら、被害届が出されたときにでも、どうしたんだとって話を聞いてくれる。生活安全課、刑事さんが町の人たちと、知的障害、発達障害の人を守るためにどうしたらいいですかと話をする、あるいは学校でやっていることですが、おまわりさんが、セフルアドボカシー、ご本人さんたちと会話をしながら、信号で困ったときには言ってください、お金の困ったときに言ってくださいねって話をしてくれる。

最近では地域の方たちが合理的配慮、あるいは専門家として何をしたらいいか、学んでくれている。コンビニの店員さんもそうです。

自閉症のお子さんって、牛乳がばらばらになっていると気になって並べちゃう、納豆並べちゃう。そうすると店員さんは驚いて、やめてくださいってことになってしまう。お金はあるけれど、目の前にポテトチップがあったので、食べたくなくて、お金を払わないうちに食べちゃう、なんてことよくあります。そうなるとう無銭飲食で知らない店員さんは110番するから、警察が来て逮捕されるというような話がたくさんあります。

そのときにどうすればいいか、合理的配慮です。店員さんが、あの方は自閉症、あの方は知的障害だということを知っていれば、商品をいじっていたら、いじるのをやめてください、と言えればいい。食べていたら、お金ありますか、と聞けばいい。これがあたり前の合理的配慮です。そのことを分かってもらうために、パンフレットを作りました。

駅のバスやタクシーでよくあるんですが、運転手さんの後ろの席が自分の席だと思うケース、よくあります。一般の人を突き飛ばして、けがをさせて、110番されてみたい。最近、「お客さん、すみません、そこ、〇〇君の指定席なので、どいていただけますか」とバスの運転手さんがいことがあります。車内案内で何回も聞きます。そうすると苦笑いしながら、お客さんが席を空けてくれる。そういうことでトラブルって起きないんです。それが合理的配慮です。

お医者さんに分かってもらうために合理的配慮について説明したパンフレットもあります。自閉症の人は、注射をしますと言葉で言っても分からないんです。絵カードで、手を出してください。脱脂綿で消毒します。チューブで止めます。ちゅっとします、そしたら終わりです。絵で手順を示しておいてあげれば、驚きません。これがさっき言った構造化です。今から注射します、では分からないでしょう。それを分かりやすく、分かるように

伝えれば、ローアローザル、興奮させません。

お医者さんって結構、痛い思いがある。押さえ付けたりすること、あります。そうすると、パニックになっちゃう。不快体験をしているので、青年期になってもパニックになります。だからお医者さんも不快体験をさせないことが大事です。

保健の先生も必要です。もしよろしかったら皆さんも取り寄せてみてください。自閉症に対する配慮思考、学校の先生や保育士の先生にも参考になります。

6. 次世代を担う子どもたちへのメッセージ

発達障害について、町のなかで警察にもわかってもらった、お医者さんにもわかってもらった、学校の先生方にもわかってもらった。最後に誰に分かってもらいたいのか、お母さんたちは考えました。この市の誰にわかってもらったら、障害への理解にあふれた町になると思えますか。

絵本で伝える

小学生、子どもたちです。小学生のなかから、あと5年、10年したらコンビニの店員さんやおまわりさんも出てくる。小学生にきちんと伝えることが大事だろうとお母さんたちは考えました。

どうやって伝えたらいいか、絵本です。障害理解絵本は今までも出されました。でも、自閉症は言葉がしゃべれませんか、知的障害は知的に遅れがありますとか、すごくネガティブなことを伝えるような絵本はいっぱいあるけれど、小学生に伝えたいのはそんなことではない。むしろポジティブに障害がある子どもたちや家族が、この市のなかでこんな思いで生きているよ、ということ伝えて行くことが、障害理解につながると思います

みなさん、『ぐりとぐら』の絵本、読み続けていませんか。ぼろぼろになるほど読みますよね。小学生のときに読んだ、中学生のときに読んだ、大人になって読んだというように、ずっと読み続けてほしいという本を作りました。

勝利の女神

ここで絵本の読み聞かせをしてもいいでしょうか。このような話を小学生に伝えることが、次の社会を作って行くんだらうなと思います。

勝利の女神の話、千葉県であったお母さんが、本当にあったお話を教えてくれました。

小さな女の子だった。生まれてからずっと寝たきりである。お母さんは一生懸命に女の子の世話をするけれど、時々疲れ果ててしまう。車いすを押して歩いていると、じろじろ見られる。愛情が足りないから子どもの障害がなかなかよくなるいと親戚に言われる。もう私も娘もこの世から消えてなくなりたい、そんな思いが脳裏をかす

めて行くことが何度かあった。誰にも知られないようにしていたけれど。

お兄ちゃんは優しく、思い詰めたお母さんの背中をさすってくれた。大丈夫だよ、お母さん、僕がついている。その優しさで何とかお母さんは支えられて、重い障害のある娘を抱えてここまで生きてきた。

そのお兄ちゃんが時々、小さな声でお願いをする。学校にだけは妹を連れてこないでね。いじめによる子どもの自殺も各地で相次いでいる。学校という子ども社会で生きて行くのは大変だ。もしも重い障害の妹を見られたら、いじめや冷やかしの対象になるかもしれないと心配だったのだろうか。お母さんはお兄ちゃんの気持ちが痛いほど分かる。そうだね、連れて行かないから安心して。

そう言いながらお母さんは、娘がお兄ちゃんの学校ではないことにされているというに淋しさを感じていた。お母さんはその気持ちをお兄ちゃんに気付かれないように必死だった。お母さんは妹がふびんで仕方がなかった。確かに重い障害はある、だけど、この子は生きている、存在していないことにしなくたっていいじゃないか。

ある日、6年生になったお兄ちゃんがソフトボールの選手に選ばれた。もうそろそろ大丈夫じゃないかと思い、妹にも兄が活躍する姿を見せたくて、お母さんは決心を固めた。車いすに妹を乗せて学校へと応援に行った。お兄ちゃんの気持ちを考えて、隠れるようにして応援していたのだけれど、そんなお母さんの気持ちが天に届いたのか、お兄ちゃんのチームは勝った。

お兄ちゃん頑張ったね、お母さんが妹の車いすを押して帰ろうとしたときだった。チームメートたちのざわめきが聞こえてきた。あの車いすの女の子は一体誰だ。一緒に居る人はあいつのお母さんじゃないか？あれ、あいつに妹なんていたのか？子どもたちはだんだん近づいてくる。気が付いたときにはお母さんと妹は子どもたちに囲まれていた。車いすのなかの小さな女の子に、お兄ちゃんの同級生たちの視線が注がれる。お母さんの心臓の鼓動が聞こえてきそうだ。学校にだけは連れて来ないでね、と言われていたのに。

そのときじっと見ていた子どもたちの何人かが、手を伸ばして妹の頭をなでて言ったという。「勝利の女神だね、僕たちはこの子が応援してくれたから勝てたんだよね。そうだよ、そうだよ、勝利の女神だよ。ありがとう」と。

何で子どもたちはそんなことをしたのだろうか。妹を隠さなければいけないと思っているお兄ちゃんの気持ちが、周りの子どもたちに伝わり、何とかしてあげなきゃと思ったに違いない。しかしどうやって大丈夫だよ、という気持ちを伝えていいのか分からず、妹を見に来たんだきっと。そして直感的に頭をなでて、勝利の女神だね、なんて言葉が出てきたのかもしれない。

今の子どもたちは生きる力が希薄だって言われている。いじめによる自殺が相次いでいる。不登校、引きこもり、リストカット、ニート。息苦しい現実のなかで、もが

いている子どもたちの姿が、思い浮かぶようだ。一体生きる力とは何なのだろうか。同じ時代、同じ地域に生きる仲間同士が痛みや悲しみに触れ合って、心のなかの壁が響き合い、そういうなかで自分の存在感をしっかりとつかんでいく。相手の存在感も認める。そうやってお互いに自分自身を肯定し、生きて行くことができるのではないだろうか。そういう体験が、子どもたちの生きる力を育てて行く栄養分になるのではないだろうか。

そのときお兄ちゃんがどこにいて、どんな顔をしていたのか、お母さんは覚えていない。涙でかすんで見えなかったから。

7. さいごに

どうですか。お母さんの気持ちが伝わりますね。小学校の4年生、5年生、6年生たちのところに、お母さんたちが読み聞かせに行くんです。5年生、6年生は男の子でも女の子でも涙ぼろぼろなんですね。お母さんが伝えたいことが分かる。

心理学用語から言うと、アンカー効果というのが働きます。悔しかったり悲しかったり楽しかったりっていうのが、エモーショナル、衝動的な経験を伴う成功体験、よかったと思う体験があると記憶のなかのあるところに位置付くというのが心理学にあります。アンカーというのは、船のいかり効果とも言います。

その絵本を読んで泣いた子どもたちは、もう校庭で遊んでにこにこ笑っているかもしれないけれど、5年後、6年後、7年後、目の前に、警察官になったときに知的障害の子がいた、コンビニの店員になったときに知的障害の子がいた、そのときに、ふと思い出してくれる。この子、この人にも家族がいる、あのお母さんのメッセージが頭のなかで響きます。そうすると、ぞんざいには扱いません。

そういう種まき、時間がかかるけれど、5年、6年はあつという間だよって言いながら、ひとり一人の子どもたちに伝えることを、各地でやっています。

私の大学の白梅の学生たちに、12月20日頃が最後の授業で、明日から冬休みというときに、この絵本を1冊ずつプレゼントします。プレゼントしたから、バッグのなかにいつも持って歩いて行きなさいね。彼や彼女とデートするとき、読み聞かせしなさいという宿題を出します。すると一生懸命、彼に読み聞かせしたって、レポート書いてきます。彼の言葉は重くて、普通2、3枚しか書かないレポートを、10枚、15枚と書いてきます。

そのあと、親にも読んで聞かせた、そういうふうにして伝えていくことが大事だと思います。

今日、お話したのは、発達障害のある人たちを理解するのに、具体的にどうすればよいか、ちょっとした配慮で、障害のある方たちが暮らしやすくなるということをお伝えしたかった。かつそのことを地域の人たちにどんどん伝えてほしい。スベルです。標語として伝えていくことが、役に立つ。そのために色々なグッズ、絵本やPandA-Jを作り続けていますの

で、またお声をかけてください。

またお会いできることを楽しみにしています。

I-5. 第5回公開講座 『いまだきの子育て・保育に大切なこと』

玉川大学准教授 大豆生田啓友先生

こんにちは。大豆生田といいます。よろしくお願ひいたします。座って失礼します。私は栃木県の出身です。栃木市というところで生まれて、中3まで栃木市におりました。それから、高校は宇都宮で3年間おりました。その後、大学で東京に出ましたけれども、その後、実家が鹿沼に移ったものですから、すごく今日は楽しみに伺わせていただきました。

宇都宮に越してきたときに大豆生田という名字はあまり一般的ではないということは、宇都宮に来たときにすぐわかりましたので、比較的南のほうに多いというのもよくわかりました。栃木市を中心にいっぱいありますね。読み方は26通りあるということで、私が2番目に多い読み方で、おおまめうだというんですけど、一番多い読み方はおおまみゅうだというそうです。それから、足利市の市長さんだった方が私と同じ名字の方だったようです。今は代わられたみたいですけども。しかも、26通りあるとかっていうのを探されたのは、国語辞典をつくられた金田一先生という方が見つけられたということで、珍名だと言われてます。名前が目立つから得でしょってよく言われますが、栃木県時代、私の人生前半戦、全然最悪でした。学校というところが実は苦手で、先生という人が苦手で、私は、不適応な人生を送ってきました。だから、あんまり学校に行きたくないタイプでした。大丈夫。それでも今、一応ちゃんと社会で生きていますから。ですから学校なんてところで目立つなんていうのは、私にとって最悪なことでしたから、すごく嫌な名字だになっていうふうに思っておりますが、それでもここまで生きてきました。

横浜に住んでおりますけれども、家族でよくファミリーレストランに行ったりするんですが、名前書くときに大変。横浜の人は、この名字を読める人は誰もいませんから、ひらが



なもしくはカタカナで「おおまめうだ」と書くわけですけど、それを見ると店員さんが、何これって顔しながら見るんですね。あれがすごく嫌な感じで。しかもひらがなで書いてあるのにもかかわらず、じっと見たあと、「5名様どうぞって。」

めんどくさいので、あるときからあそこには漢字で「田中」と書くようにしました。そうするとどの店員さんもすかさず田中さん、と呼んで

くださいますので、そこでは田中さんということになっています。

何の自己紹介かよくわかりません。田中っていうのはまんざら嘘ではないんですね。私の、実は旧姓が田中なんですね。旧姓っていうか、結婚後じゃないですよ。親が変わったっていうか、母親の姓を名乗るようになりましたので、それで変わったので、まんざら嘘ではないわけです。あんまり深いところ入ってくと危ない話になってきますので、そのへんで。

1. はじめに

今日は、『いまどきの子育て・保育に大切なこと』ということでお話させていただきます。私は、さっきお話ししたように、人生前半ってそんなことでしたから、なんでそんな私が教育学部に行ったのかというところと言うと、やっぱり、学校って場所が。嫌だったわけですが、そんなときに、灰谷健次郎の本に出会ったんですね。『兎の眼』とか。読んでいただくとよくわかるんですけど、徹底的に弱者に寄り添うんですね。ほんとに弱者、弱い子どもですよ。鉄三君っていう子が出てきますけれども、涙出ちゃいました、私。自分のことをそんなふうに寄り添ってくれる人がいるみたいで、そんな先生ももしかするとありじゃないかって思って、僕が先生になろうと思ったのです。すごく学校嫌いですから、勉強もできなかった。今考えると大事だと思ったのは、母親が、あなたはもしかすると先生に向いてるかも。なんでこんな勉強できない人に、先生向いてるかもってうちの母親よく言ったなと思うんですけど、誰かが自分のことを信じてくれていて、あなたこれできるかもっていうふうに、何かそう言ってくれる誰かがいるって、すごく支えになったなと思いました。でも、私は結局なかなか教育学部に入れずに。青学の夜間の大学で小学校の先生になろうと思って行ったんです。

2. 幼児教育を専攻して

教育原理は、今、私は大学で担当しているんですけど、教育原理って最悪の授業だったんですね。ずっと教育の教っていう字は何だかって話を、何時間もかけて話すんですね。僕、子どもの現場に戻ってやろうと思ったのに、ずっと、おおよそ遠い話を聞かされて、ずっと私の座ってる席は、ドアから一番近い席。いつでも逃げ出せる席にずっといて、最後に怒られて、おまえは来るなって言われたのを覚えています。だからそこでも私、また外れてしまったんですね。その大学の3年で出会ったのが幼児教育だったんですね。どんな授業だったかっていうと、突然、ビデオ見せられて、ちっちゃな子が叩いたの叩かないの、おまえは何だのっていうのごちゃごちゃごちゃごちゃいっぱい出てくるビデオを20分間見せられて、どう思うって言われたんです。どう思うもこう思うも、お猿さんにしか見えなかったですね。お猿の山かと思いましたが言ったら、あら面白いわねってその先生言ってくださったんですね。その先生は、じゃあもう1回見てみようかしらってビデオをもう1回最初から見始めるんです。「ただ遊んでるみたいだけに見えるでしょ。でも、この子とこの子っ

て、最初は遊ばないと言っていた子ども同士が、面白く遊びになっていったのに気づいた？」と言われるわけです。戻して見てみると、途中で先生がさりげなく2人の間に積み木の板を置いてたりするんですね。いろんな場面でさりげなく先生が何か関わっているのです。子どもがそれで近づいたり、遊びが見いだせたりしてるんですね。それを解説されて、そうなのよ、幼児教育って遊びが学びなのよと言われたわけです。僕のなかで灰谷健次郎が子どもの側に寄り添うのはわかってましたけど、でも、やっぱり先生は前に立って、そして教えるタイプの人でした。ただけど、え、ほとんど先生出てこなかった。ビデオでは出てこなかったと思ったけれど、よくよく見ればいろんなところで重要ところで関わっている。そして子どもが遊びのなかでこんなに豊かにいろんな経験をしている。すごえって思ったのが、昭和63年でした。その後平成元年に幼稚園教育要領が改訂されます。これは今賛否両論ですけども、子どもが主体。子どもが主体の学び手なのだっていうところに大きく転回した幼稚園教育要領でした。

授業をされた方が高杉自子先生とあって、平成元年の教育要領を中心的に動かした方でした。その出会いが私を大きく変えました。もう面白くて面白くて、幼児教育、遊びが学びっていうところに私は惚れ込んでいったということです。あとでまたその話をいたします。

3. 私の子育て

もう1つの柱は、子育てのことです。その後、私は幼稚園の先生になるんですけど、今朝もテレビに出ていました、渡辺杏という女優さん。朝の連続テレビドラマ小説の杏ちゃんの私は担任でした。その話をし始めたら長くなるのでやめますが。私は、その後、倉橋惣三の研究をすることになるんですが、倉橋惣三は、日本の幼児教育の流れをつくってきた人です。子どもに寄り添う保育ということをやってきた人ですね。ですから、そういうことを大学院でも学んで、現場に入ったわけです。そのような保育をしてきました。

一方で子どもが大事、子どもが大事と言えば言うほど、昔は、親にえらく厳しい先生だったんですね。お母さんがちゃんとやれば、子どもはちゃんと育つのに。面談する時、嫌なタイプだったなと思います。私のなかでは、その後に大きな転換が起こることになりました。それは、実際に親になることだったんですけど。親になったからって変わったわけではありません。

ちょっとここでわが家の話をさせていただきますが、うちには3人の子どもがおります。一番上が大学1年生の男の子です。それから2番目が小学校6年生の男の子、3番目が小学校4年生の女の子です。もう幼児期の子どもはいませんが、ずっと子育てをやってる感じです。一番上が大学1年で2番目が小6で、7年離れております。つまり長男が一人っ子時代が7年間ありました。私は当然、子どもの心に寄り添う保育の実践をし、親になったわけですからね、誰よりもいいお父さんになるに決まっていますと、そのつもりで私はおりました。長男一人っ子時代ね。そしたら、妻が私にこう言うわけですね。昔もね、よくママたちの前で講演会やっ

ていましたが、妻がそのことを私に聞いてきたんです。「あなたさ、外で何かママたち向けに話してるんだって」って言われて。「話してるけど」って言ったら、「何話してるの」って言うから、「え、子育ての話だけ」って言ったら、妻が、「誰の？」って言うんですね。「誰のって僕のに決まってるじゃないですか」って言ったら、妻が、「へえ、あなた子育てしてるんだ」って言うわけですね。嫌なやつですね。「よく考えてごらん。あなた、土日よくないね。」あ、今日もないですね。「それから、平日もたまに早く帰ってきて、ほら、今日もそうだけど、そうやってソファにごろんとしながら、そうやっていつもテレビ見るよねって。そしてほら、今もそうだけど、ほらほらほら、子どもが遊ぼうって横にこうやって抱きかかえて、一緒にテレビ見るモードにしかねないよねって。へえ、そういうこと外で話してるんだ」って言うわけですね。嫌なやつですね。ほんと、あれ、ほんと陰悪になりました。すいませんね、そんな話、何聞かされてるのかわかんないんでしょうけど、大事な話なんです。妻は最後に私にこう言ったんです。「あなたさ、言ってることとやってること違うから」って言われたんです。ほんとショックでした。私のなかではそういうつもりはさらさらないんです。すごくいいお父さんやってるつもりでいた。でも妻側は、なんでこんなにやらないのか。私がこんなに苦労してるのに、なんでこんなにわからないのか。今は少しわかるようになりました。でも、今考えると私が間違っていたなあと思うわけで、あなたは言ってることとやってることが違うと妻から言われましたけれども、ああそのとおりだなあと思うわけです。

その後私には大きく変わる出来事が起こりました。2人目の子どもが生まれたわけですが、なかなか授からなかったんです。7年間、間空きましたから。その間何度かつらい思いもしました。2人目の子どもが生まれて、生まれたら私そっくりのかわいい赤ちゃんです。どう考えたって私の子です。もうほんとに喜びでした。ところが、生まれて3日後に、うちの2番目の子は大量の血を吐きました。そしてNICUって乳児の集中治療室に、妻の病院とは別の病院に運ばれました。私そこでもびっくりする光景を見ました。赤ちゃんはいろんな赤ちゃんがいることをそのとき初めて知りました。なかなか、欲しくても授からない現実もそのときよく知りましたし、授かってもいろんなことがあることもそのとき知ることになりました。この話まだ続くので結論を申し上げておきますけど、うちの子は元気です。この写真にもいます。お医者さんは、出産時の赤ちゃんのストレスによる胃潰瘍のようなものとお考えくださいと言われました。出産が大変だってことは、あれと同じ時間赤ちゃんはあの狭い産道を通ってくるわけですから、大変に決まってるんですよね、考えてみれば。だからほんとに、2人目の子をほんとうに授かったっていう感じをすごく受けました。うちの子はなぜそんなにストレスがかかったのかはよくわかりません。そのときお医者さんが私にこう言いました。あなた大学の先生だよって言われて、ああそうですけどって言ったら、じゃあ時間があるよねって言われました。まったく意味がわかりません。結構忙しいほうだと思ってたんですけど。そしたらお医者さんが、母乳運びをしませんかっ

て言われたんです。ご存じの方いるでしょうか。NICUに入る子ってその後も手がかかる可能性が高いんです。だから早くからお父さんを巻き込もうという戦略です。私は知っていたので、喜んでやらせてもらいました。妻の病院は別の病院なので、妻が搾乳した母乳をNICUに運んで、私が毎日飲ませるっていうことをしたんです。あれって思わぬ錯覚がもたらされるんです。どんな錯覚かというと、まるで私が赤ちゃんにおっぱいをあげてるかのような、ちょっと幸せな錯覚です。この話を横浜であるお父さんたちの会でした。そしたら、あるお父さんが手をあげて、あ、豆先生、おれもありますよって言うんです。え、何があるのって言ったら、おれも赤ちゃん乳首触ったことありますよって。いやいや、乳首触ったって言ってないから。ただ今の若いお父さんたち、結構お風呂にみんな入れる方多いんで、抱きかかえるとちゅっちゅっちゅってしてくる赤ちゃんがいるんで、ちょっと吸わせてみようかなって方も結構いるので、もし連れ合いがいらっしゃる女性の方いたら、聞いてみてください。触ったことあるって。まあいいですけど。この話を学生にすると、学生が嫌な顔するんですよ。女の子たちがね。なんで嫌な顔したって言ったら。だって嫌に決まってるじゃん、私が赤ちゃんのときに自分の父親の乳首に吸い付いたら、ぞっとするじゃない。そんなのトラウマになるわよって言うわけですね。

昔なら間違いなく命のなかった赤ちゃんですけれども、今医療が進歩したおかげで、ほんとに命助かりました。2週間で退院できたんです。ほんとにありがたかったです。2週間で退院できて、妻も先に帰ってきて、赤ちゃんも戻ってきました。僕、妻から言ってることとやっтерことが違うって言われた夫ですから、挽回の大チャンスです。この期間に僕頑張りました。2週間も長男と2人でいたんで結構頑張ったんで、いろいろそのあと宣言しました。これから朝のゴミ捨ては毎朝私がやりましょう。ゴミ捨てもこいつやってなかったのかと言われそうですけど。それから、朝食はこれから私がつくりますよとか、その他もろもろの宣言をしました。

その宣言したことのなかに、赤ちゃんが夜泣いたらなるべく私が面倒をみましようという宣言をしたんです。これが大きな間違いでした。うちの2番目の子は1時間に1回泣く赤ちゃんでした。1時間に1回泣かれたら、もう心も体も死にかけるという経験をするわけです。当時、私は3年遅れの原稿というのを抱えていました。3年も遅れると出版社の方って、ただの借金の取り立てと同じになります。毎日嫌がらせのような電話かかってきますから、もう追い詰められた状況にいるわけです。そんななかでも私が原稿を書ける時間は夜中しかありませんから、夜中パソコンに向き合って原稿を書いているわけです。そんななかでも赤ちゃんは当然泣くわけです。妻は疲れ果てたように寝てるので、私が頑張って赤ちゃんを抱っこするわけです。でも原稿やめるわけにいきませんから、片手でパソコンのキーは打ち続けるわけです。そうすると赤ちゃんのけぞって泣くわけです。皆さんどうですか。赤ちゃんの泣きに強いですか。あるいは強かったですか。私そのときに初めて気がつきました。私は赤ちゃんの泣きにえらく弱いということ。イライラしたんです。気がついた

ら私は赤ちゃんに、こう思ってるんです。なんでこいつはおれの仕事の邪魔をするのかと。僕の仕事を邪魔するために泣いてるはずないじゃないですか、赤ちゃんは。だけど、私は気がついたらそう思っているんですね。ちょっと尋常でなかったと思います。こんな私、びっくりしました。でも、びっくりすることはもっとあとに起りました。泣いてる赤ちゃんに大きな声で、うるさいって怒鳴りつけたんです。一応私この業界では、子どもの心に寄り添う保育と言いつけてきた私が、わが子、小さな赤ちゃんにうるさいって言う私がいるとは思いませんでした。ショックでした。妻から言ってることとやることが違うって言われた自分が何となくわかってきました。今まで小さな子ども、子育てしながらイライラしているお母さん見ると、おまえがいい加減にしろって思っていました。

でも、そこから変わり始めました。もしかすると小さい子を抱えながら子育てに向き合ってるお母さんたちって、何かすごく頑張ってるし、大変なんじゃないかっていうことをそのときにわかりました。十数年前ですけど、そういうふうになるようになりました。そのあとも結構大変でした。うちの2番目の子はほんとに私を鍛えてくれる方でした。

今日みたいなよい天気の日でも、アンパンマンの黄色い傘を絶対持ってお散歩に行くって言うわけですね。それから、トーマスの黄色い長靴を絶対履いてくって言い張るわけですね。もうほんとに言い出したら聞かないんです。栃木県なんかと違って、われわれは横浜って、結構、車で移動よりも歩いて移動することが多いので、結構、お散歩歩いてたりするんです。別にかわいいからいいんです。傘持ったって長靴履いたっていいんですけど、途中で抱っこって言うわけですね。抱っこすると片手で傘持ちながら片手で抱っこするわけです。そして長靴、何度も足ぶらぶらしながら、何度も落とすので、何度も拾わなきゃいけないんです。もうえらくイライラするわけです。でも私、子どもの心に寄り添う保育の人ですから、一応頑張ります。こっちを履くのがいいんじゃないとか。でも「嫌」って言うわけで、いらっとするわけです。子どもは大好きなんですけども、ほんとに私のなかで意外なことが連続して起こってくるわけです。

もう一つ例を挙げてわが家の話は終わりにしますが、お風呂に入らないっていう時期がすごく続いたんですね。ほんとに入らない。でも何とか2日にいっぺん、毎日入れなきゃまずいじゃないですか。一応私、子どもの心に寄り添う保育の人ですから頑張ります。気がついたら、私はパンツ一丁、パンツマンに変身してるわけです。そしてわが子も、2番目の子もパンツ一丁パンツマンに変身してるわけです。そして2人のパンツマンは、架空の敵を相手にしながら、じりじりじりじり戦場を変えていくわけです。そして、2人のパンツマンは気がつくといつもある場所の前で立ち止まるわけです。そうです、お風呂場の前です。そしてお風呂場の前でお父さんパンツマンはお風呂場のなかを指さして、よし、この続きはこのお風呂のなかでやるぞと言うわけです。すると子どもパンツマンは、さめたようにこう言うわけです。「お風呂はやだよ」って言うわけです。そうすると私の努力は水の泡と化して、次の一手を失った私は彼を押しえつけて、パンツをむりやり脱がすしかないわけ

です。ちょっと切ない時期が続きました。すごく切ない時期が続いてつらかったですね。今は笑い話みたいに言えますけど。ある日ね、またね、そういう日が続いて、無理やり脱がせようとしたわけです。そしたら彼、怒って、怒って、怒ってね、大きな声で、誰か助けてえって言うわけです。誰か助けてって言われたら、虐待の通報義務っていうやつがありますから、わが家は通報されたのかどうか知りませんが、そんなことがいっぱいありました。僕は、パパたちのメーリングリストっていうのをずっとやってるんですけども、お父さんたちのなかにもこういう話がよく出てきます。うちはマンションの3階に住んでます。下の家からの苦情はこれで3回目です。皆さんどうしてますか、みたいな話がすごく盛り上がりたりしています。小さな子を抱えながら子育てすることがすごく難しい。私としては、本当は誰よりも幼児教育や保育のことを勉強し、親になったわけですから、誰よりもいいお父さんになれたはずが、こんなはずじゃなかったの連続だった。ここが私を大きく変えたもう一つの転回点でした。

4. NPO法人びーのびーの設立に関して

私は、当時ちょうど2番目の子が生まれた時期と重ねて、横浜でうちの妻たちですね、代表奥山千鶴子ですけども、われわれのママ友です。普通のお母さんたち、専業主婦のお母さんたちが、横浜って、今はすごく変わりましたが、当時は児童館もないような場所でした。転勤族も多くて、知り合いが周りに誰もいないような地域でした。ママ友もはじめ、うちの妻もはじめ、小さな子を抱えながら子育てしている人がみんな毎日子どもと2人っきりで、誰とも話さない毎日が続く。奥山さんもキャリアウーマンです。ばりばりに仕事していた人なんですけども、自分が専業主婦になったら世界ががらっと変わってしまった。なんでこんなつらいんだということを、同じように感じていたお母さんたちが、20人で横浜に小さな広場をつくりました。自分たちの居場所が欲しい。居場所があって、そこで親たち同士で情報交換したり、話し合ったり、自分たちで支え合う場が欲しい。それは、プロの人が何か言ってくれることよりも、自分たちの居場所が欲しいっていうことを始めました。当時は、子育て支援のお金なんか1銭も出ない時代です。ですから彼女たちは、横浜の、親子が10組入ったらもうぎゅうぎゅうのような場所で、月の家賃が20万で、自分たちで20万出して子育ての広場をつくりました。僕も、妻がいるし、保育の関係者だから手伝えということで私もここに関わったということが、このNPO法人『びーのびーの』をつくったことでした。そしたら1年後、ネクタイを締めた厚生労働省の役人が何人も来て、これから日本中にこういう場所をつくるから、と言って、その後、いわゆるひろば事業みたいな、今保育園さんも含めて、地域子育て支援拠点事業というふうなもののできたのは、一つのモデルがここだったという、もちろんもっと精力的にやったところはほかにあります。けれども、こういうふうな場所でした。

私は、わが家はここに救われました。最初はばかにしてました、親同士なんていうのは。

親同士で何ができるのか。でも、親同士の支え合いにすごく救われました。もちろん、今は専門職の方、そんなこと言う方はいませんけど、当時の専門職の方から、もちろん当時もすばらしい専門職の方はそんなこと言いませんでしたけど、わが家もよく言われました。ああ、お宅はお父さんもお母さんも専門家の方だからね、だからうまくいかないのよと言われました。すごくショックでした。つまり、お父さんとお母さんがそういう仕事の人だから、子育てがうまくいかないのよと言われて、すごく傷つきました。そういう意味で言うと、この親たちのなかでは、そういうふうなことはありません。お互いが支え合いながら、ここでいろんな人たちが、声を掛け合いながらの居場所、このことに私はすごく支えられ、その後、私は、子育て支援ということに力を入れていったのは、わが家のことと、『ビーのビー』が出来たということが、私の原点でした。

私のなかでは、今まで母親がちゃんと子育てすれば、子どもなんてちゃんと育つんだからというふうに、もちろんそういう側面は当然あります。けれども、いやいやいや、今の時代、子育てを取り巻く環境は大きく変わったんだ、そこから物事を考えていかないとまずいんだということを、特に思いました。そういう意味で言えば、サザエさん時代とは違う、当時は大家族のなかで、あるいは地域のなかでということが、すごく大事だったけれども、子育ての孤立化、密室化が起こったり、それだけじゃありません、今の子育てを難しくしたのは、すごく情報がたくさん入ってくることです。早くいろんなことをトレーニングすると、どんな子でも天才児のように育つんだ、ということが、まことしやかに語られているし、親からすればそうですよね、脳科学でこうだとか、いろいろなことを言われると、すごく焦ってしまう。小さなころからいろんなことを経験させてあげたほうが、早くいろんなことができるようになるんだ。

牧野先生はじめ専門の先生いらっしゃるので、私が言うようなことじゃありませんけども、そんなに簡単なことではないわけですよ。そのときはできるようになる子がいるかもしれない。けれど長期的にみるとそうでなかったり、むしろそのことを過剰にすることがマイナスになったりすることがあるのです。

焦るような時代にもなっているという難しさ、しかも、しつけストレスの問題がある。これも言い方が難しいですけども、私が『すくすく子育て』って番組に出させていただきながら、しつけに関する質問ってものすごく多いんです。しつけでイライラする。たとえば、オムツが取れないということがあったりしますよね。今、特にこれは幼稚園に3歳から入る子と、小さいころから保育園で入った子では、オムツが取れる時期が、随分差があります。保育園の子たちは、3歳ぐらいだとだいたい取れてます。けれども幼稚園の子たちは、3歳で入らない、家庭で育ってきた子たちは3歳で取れない子たちが、少なくとも横浜なんかは半数ぐらいはいるんじゃないか、というくらいです。だから親たちはすごく焦るわけですね。親たちはみんなこう思うわけです。私がトイレトレーニングがうまくいかなかったから。失敗だからと、すごく皆さん自身で責めるわけです。だから2歳の夏なんて、皆さ

ん大変なことになってるわけですね。チーというタイミングを逃さず、そのときスッとそれを出し、なんで出ないの、あなた、この夏を逃したら、うちのトイレトレーニングはもう終わってしまうじゃないのって、みんなピリピリしてるわけです。うまくいかないわけですね。ううん、そうかと思いながら、

こういう説があるんですね。もちろん保育園の子たちが早く取れるのは、保育士さんがいいタイミングで声をかけているということがあるかもしれません。でも、もう一つ大事なことがあるなと思うわけです。保育園で育つ子と家庭で育つ子の差のなかに、子どもの群れがあるかどうかという差が、あるような気がします。つまり、子どもはどうやっているんなことを学んでいくかということ、真似をして学ぶわけですよ。真似、モデリングですよ。真似をして学ぶ。かつて昔、トイレトレーニングなんて言われなかった時代でも、やっぱり子どもたちはなんで取れていったかと言えば、ほかの子たちがおしっこをしてるのを見てるから。保育園の子たちは、オマルに座ってるのを見てるから、それを見て取れていくようになる。だから早くから保育園に入れたほうがいいですよと言いたいわけじゃないんです。もちろん専業主婦家庭だっていいわけです。だから、地域のそういう群れの場のなかで育てるといっても、家庭で育てる人も大事だったりする。そういう意味で、群れのなかで育てるといってないなかで、特に専業主婦家庭なんかだと、オムツが取れないのは私のせいというふうな、しつけストレスがすごく多い時代になっている。自分がだめだから、むしろこれでイライラしちゃうことのほうがまずいですよ。子どもにイライラしながら、なんで取れないのっていうことで、私がなんか悪いみたいじゃない、みたいなことも含めて、起こりやすい時代。そういう意味で、すごく今の、まあ挙げてったらものすごくいろんなことがあるわけですけども、子育てが難しい時代だったりするということが挙げられるかもしれません。ほかにもいろんなことが挙げられます。

5. 子ども・子育て新制度といまどきの子育て

今、制度が大きく変わろうとしています。子ども子育て新制度です。これはいろいろ、賛否両論ありますけれども、考え方としては、社会全体で子育てを支えていこうという考え方です。理念的にはすごく大事なことで、いっぱい入ってる。ただ制度がどう運用されるかによって、それはもしかすると、良くないことも起こるかもしれない、ということもありますが、今日はここには深く入りません。汐見先生も公開講座でお話しになられたようで、汐見先生は家族のようにお付き合いいただいています。うちの子たちはみんな、おじいちゃんのように、汐見先生ね、君は何食べる、君は何食べる、ってみんなして聞いてくださるので、ほんとにありがたいんですけど。汐見先生がよくおっしゃることのなかに、昔の子育てと今の子育て何が違うか。昔の子育ては、放牧だったってことをよくおっしゃいます。放牧だから、昔の子どもはよく育ったと言うんですね。栃木県内のうちの鹿沼の実家は結構放牧できるんですけど、でも全体的に見れば、なかなかそうはいかないだ

ろうというふうに思います。やっぱり家のなかで育てたりとかってということがたくさん起こってくる、そうした時代なわけです。つまり、遊びのなかで育つということが、実は大きかったんだ。

親を生きていると、すごく焦る情報がいっぱい入ってくるし、室内のなかでいることが多くなってくると、テレビやビデオやゲーム、あんまりそれが僕はすごくまずいんだ、というほどの立場ではありません。けれども、どうしてもそういう環境になってしまう。そうすると、遊びってものすごく大事で、乳幼児期の教育保育の専門家はみんな、遊びが大事だと言われるし、幼稚園教育要領や保育所保育指針と言われるような、国で出されているガイドラインにも、それが中心に書かれている。でも、現実はというと、なかなか遊びよりも、ますますこれから幼稚園、保育園を親たちが選ぶ時代になってくると、親たちのなかには、やはり遊びよりは、もっといろんなことを早くから教えてもらえることがないだろうか、という焦りを持ちがちなんですよ。

ここが今、難しいことなんですけど、私の研究の1つのなかに、遊びってすごく大事なことがあるんだということを、私は実践研究をするので、フィールドに入ってビデオカメラを持って子どもの姿を追いかけてたりします。幼稚園や保育園のなかに入って、子どもの姿を追いかけると、遊びのなかで、こんなに子どもってけなげというか、いろんな努力をしているんだということが見えてくるのがわかります。こんなにいろんな学びがあるということが見えてきます。これは、でも、よほどそういう目線で見ないと見えないことがあるわけです。プロの方の多くはやっぱり見えてるけれど、子どもをただ動かそうとしている方には残念ながら見えません。だから、本当のプロの方は、子どもが遊びのなかでこんなに大事な経験をしてるということを、エピソードで語れるんです。だけど動かそうとすると、なかなか見えません。

6. 子どもの目線にたって（認定こども園のエピソードから）

私はビデオカメラを持っていろんな子たちを追いかけてきました。今日はそのなかで、3歳児のあっくんという子どもの話をさせていただこうと思います。この園、認定こども園です。そして遊びを大事にしていますので、3歳の1月末の姿です。いろんなコーナーが置かれていて、子どもたちがいろんなものを取り出して遊べるような環境が出来ています。いろんな遊びが盛り上がっているんですけど、そのなかであっくんという子だけは、1人ぺたっとつまらなそうに座ってるんです。なんでこいつ、つまらなそうに座ってんだと思って、私はこの日、あっくんにビデオカメラを向け始めました。そしたら、私、さっきつまらなそうと言いましたけど、こういうことよくあるんですよ。一見つまらなそうに見える子たちは、そうではない。よくいろんな子たちの様子を見ているということに気付かされました。で、あっくんもそうなんです。特にこの遊びも、賛否両論あるんですけど、僕、3歳ぐらいのヒーローごっこって自然な遊びかなと思ってますけど、ヒーローごっこさせるなんて野

蛮だとおっしゃる方もいるんですけど、私は3歳ぐらいは昔からチャンバラごっこやってきたと思うんですけど、ヒーローごっこやってる子たちのことを、ずっとあっくんは追ってるんです。あっくんかわいいですよ、3歳ぐらいの子って頭で考えたことが、すぐ口に出ちゃうタイプの子っていますよね。

あっくん、かわいいんです。「よし」と言って立ち上がるんです。どうするかと言うと、ヒーローごっこの子たちは、ちゃちいですけど、みんな空き箱で剣を作ってヒーローごっこをやっているんです。自分もそのヒーローの剣を作ろうと、空き箱を取りに行くんですね。空き箱を取りに来て、そしてはさみを持ってきて、セロテープのカッター台を持ってくるんです。この時期はかなり自分たちで作って遊べるようになっている時期なので。でも、あっくんがはさみを切ろうとしたんです。3歳ぐらいの子って個人差大きいじゃないですか、はさみ切るときの。そうすると、切れない子のはさみって、あれなんで斜めにずれるんでしょうね。切れる子のはさみはチョキンと切れるのに、あっくんのはさみは何度切っても、ぐにゃっと斜めにずれてぐにゃって。あら、あらって言いながら、ほんとこいつ鈍いなと思いつつ、たまにチョキンと音がすると、ああ、と言っているわけです。たぶんあっちまで切っちゃったとか、延々こんなことやっているわけです。セロテープのカッター台から今度セロテープを取ろうとしたら、ピーとかいっちゃって、ああとか言いながら、自分がセロテープにグルグル巻きになりながら、おまえほんとにばかなやつだなと思いつつ、でも途中で挫折しそうになるけど、あっくん戻ってくるんですよ。結果的には25分間かかったんですけど、あっくん、剣を作り上げるんです。これはすごいことですよ。あっくん、こんな自分で何か決めて自分でやるような子ではないんです。しかも、3歳児の25分ってすごいことですよ。あっくん、すごくうれしかったんでしょうね。剣を胸に当てて、「出来た」と言うんです。かわいい。僕は25分間感情移入してますから、出来たってところで涙出そうになって、この段階でね。でもこれって、すごい大事なことだと思うんです。全員で図工をやるのと意味が違うんですよ。自分で選んで、自分で何かをやり遂げる。小さな成功体験ってすごく大事で、このことが、結構僕できるかもっていう、自尊感情のようなものにもなるし、何か手を出したら何かが生み出されるんだ、もの作りの体験で、すごく大事。泥だんごもそうですよね。何もないところから、何かが生み出される経験。しかも自分で決めて自分でできたという体験。遊びのなかにはこういうことがいっぱいあります。もちろん、遊びも大事だといろいろな角度から言えるんですけども、そんなことをあっくんの姿を見て思いました。あっくん、すくっと立ち上がるんです。そして、たったったった、どこへ走って行くかと言うと、当然この剣のヒーローごっこの子たちに見せたいので、格好良く登場してみせました。やあっとか言って登場して見せました。すると、ヒーローごっこの子たちの一人があっくんに気付くんです。そして、あっくんにこう言うんです。「あ、あっくん、あっくんも剣作ったんだ。あっくんの剣、格好悪いなあ」と言われるんです。あっくんが25分間かけて初めて作り上げた剣ですよ。それを一言で奈落の底に落とすわけですよ。

よ。皆さん見たことありますか？子どもが固まる姿って。僕、結構見ます。ショックで現実が受け止められないとき、ふっと固まって、そしてふっとわれに返るわけです。そのわれに返った瞬間、恥かしいと思ったんでしょうね、剣を後ろにこうやって隠すんです。そして、壁にこうやってぶつかって、見えないようにズルズルッと隠しながら歩いてるんです。どこに歩いて行ったかという、ゴミ箱の前です。ゴミ箱の前まで行って、自分の剣、1回ちらっと見たあと、ぎゅうっと押し潰すように捨てるんです。たまらなく切なそうな顔してました。僕もずっとあっくんに感情移入してますから、もう涙が出そうになりました。そして、何とそのあとまた、ここにぺたんとして座り込んでいます。もう振り出しに戻るみたいな感じです。もうあっくん痛々しくてビデオなんか向けられない。ほんと、それでつらいなと思ってたときに、この辺から声がしました。「よし」って声がしました。あっくんの声で、よしって言って、また空き箱取りに行くんです。あっくん頑張れるのって思うわけです、また一から剣を作ろうというわけですね。そんなふうに始まりました。ところが、私が一気になることがありました。あっくが2個目の空き箱を一人探してる間、この園で、なかと外の遊び、出入り自由に遊ばせているんです。先生は外の子たちに声かけてきたあと、なかに入ってきて、この子たちに、そろそろ片付けようと言ったんです。ところがあっくんはここで空き箱を探していて気が付かなかったんです。そしてあっくんはまたここに来て、空き箱作り始めて、だから、みんなが片付けるの、なんで気が付かないかなあと思うんですけども、あっくん一人で店を広げてやってるわけですね。先生、外の子たちに声をかけて戻って来たら、あっくんっていつもだらしない子ですから、担任の先生はあっくんを見た瞬間、ああ、ええ、って言うわけです。そんな言い方しなくたっていいのにと、思うんですけど、あっくん、ここまでどれほど頑張ったかと思うんですけど、今日トラブルがあったんです、子どものことがあって。担任の先生、僕大好きなんです、この先生。子どもに寄り添うすごくいい先生なんですけど、この日はいろんなトラブルがあって、あっくんここまで何があったのか、担任の先生は気付いていないんです。だから責める気はないんですけど、でも僕はずっとあっくんに感情移入してますから、「ええっ!!」と思っちゃうわけですけど、でも面白いんですね、あっくん、何の言い訳もせずに片付けていくわけです。

僕つくづく思ったんですけど、何か言い訳すればいいのと思ったんですけど、でも考えたら言い訳するのって大変なんですよ。大人からすると、子どもってすぐ言い訳すると思うんですけど、言い訳って結構大変だと、そのときに思いました。僕、ちょっとあっくんになって言い訳してみますね。「僕はね、いつもやる気のないタイプなんだ。だからいつもすみでべたっと座っていたんだよ。だけど、あのヒーローごっこの子が格好良くてさ、僕もあんな剣作りたと思って頑張って空き箱を見つけ、切れないのにセロテープびーんとかんちゃって、僕25分かかって作ったんだよね、格好よくさっと登場したの。そしたら、あの子が僕に言ったんだ、おまえの剣、格好悪いって、どんなショックだったかわからない、

僕はゴミ箱にぎゅっと捨てたんだよ、そしてそのあと僕は、もうだめだと思ったけど、これじゃ、またいつもの僕と同じだと思って頑張って、もう1回2個目を作ろうとした、そしてたらあなたが来てこう言ったんだ、あっくん・・・」っていう話ですよ。絶対に言い訳できるはずがない。親は今日何した？とかって言うと、何もしなかった、とか遊んだとか、訳わからないこと言うんですけど、だいたい子どもって、核心のことは話してないんですよ。というか話せない。話したくないかもしれない。というようなことって、いっぱいあると思うわけです。

そのあと、クラスの活動で、みんなでちょっとしたゲームみたいなのをやるんですけど、あっくんの顔は一人だけ能面のような顔してました。乗らない、乗らない。僕は途中抜けしちゃったんで、途中の姿を見れていないんですけども、あっくんは早く帰る子で、お迎えのお母さんが来る子なんですよ。それぐらいの時間に行ったら、あっくん、やっぱりまだ浮かない顔をしているんです。こういう日って、お迎えに来たお母さんと、どうやって出会うんだろうと見てみたら、そしてたら明らかにいつもと違ったんです。いつもダラダラダラダラお母さんのところへ行くあっくんが、今日はカバンをこうやって引きずってる子と一緒になんですけど、お母さんのところへ走って行ったんです。ところが、本当はお母さんにぎゅっと抱き付きたかったんだけど、赤ちゃんを前に抱っこしてんです、お母さんね、小さい子がいて、ストリングっていうんですか、こういうのをしています。で、前から抱きつけなかったの、後ろにぐるっと回ったんです。後ろにぐるっと回ってお母さんのお尻にぎゅっと抱きついて、お尻のところにぶるぶるぶるとやったわけです。お母さんはお尻のところに入って来たので気持ち悪かったのか、「ねえ、それやめてっていつも言ってるでしょ」と言うわけです。もう1日あっくんに感情移入してますから、誰かあっくんをわかってくれる人はいないのかって思いましたけど、親だってそんなこと言われても困りますよね。

話はここまでにしますけれども、あっくんの特別な物語のように思うかもしれませんが、いろいろな園で子どもたちが遊んでる姿を見てると、ほんとに何か、ちょっと仲間入りしようとして、いろんな工夫をしたり、自分ができないことをどうやって工夫しながら作ろうとしたり、そういうふうな子どもは自分の世界を広げていこうとするけなげな努力って、すごくある、そこにすごく大事な学びがあるという、こういう物語って、どこの園でも、どこの子どもにもあるっていうか。でも、これってなかなか見れないわけです。

そういう意味では、私はビデオカメラ持って、あっくんだけを追ってるわけですから見えるんですけど、でもやっぱり、僕がすてきだなと思う先生は、こういう子どものドラマをよく語ります。それは見えてるからですよ。遊んでるなかに、どんなドラマがあるか。逆に子どもに何かをさせようと思いつながらしか関われないと、実は子どもがしてるエピソードって見えてこないんですよ。だから、子どもって、こんな今日いい経験をしているのよってエピソードが出てくるって、やっぱり子どもの側に立って見ようとしてるから。それは遊びのなかに大事な学びがあるということがわかっているからだということです。

7. 見えにくい子どもの育ちを見えるようにする保育（トーマスのもくば）

今日は保育の話も少し入れようと思ったので、そういう意味では、まさに遊びが学びだということは、実はこういうあっくんだけではなくて、いろんなところに実はあるんだ。だけどこれって見えにくい。一般の方からすれば、ちょっと英語の勉強でもしたほうがわかりやすいし、体操教室でいろいろさせたほうがわかりやすい。もちろん、それをやっちゃだめと言ってるわけじゃないけども、でも、そうでないところのなかに、大事な学びがあるんだ、学びの物語があるんだということが、特に専門として保育をされている方にとっては大事なことだし、保護者の方からすると、なかなかわかりにくいんだけど、遊びのなかにも実はこういう、見えにくいなかに大事なことがあるんだということを、これからの子育てや保育のなかでは、ますます消えていってしまいそうなものだけに、大事なことではないかっていうふうに思うわけです。

『トーマスのもくば』という絵本があります。これはごめんなさい、絶版になっているので買えません。これはある幼稚園が舞台になっている絵本です。トーマスという子は、クラスにいたら、すごく手が掛かるだろうなというような自分勝手な子なんです。クラスにある木馬を独り占めして、誰にも貸してくれないんです。いろんな子が貸して貸しても、貸さないんです。あんまり貸してくれないので、ある子がトーマスに仕返しをします。みんな連れて来て、トーマスの顔、変な顔、トーマスの顔、変な顔と言うんです。すると、みんながあんまり変な顔と言うもんだから、トーマスは鏡を見に行くわけです。するとさすがのトーマスも、鏡を見てびっくり仰天、自分の顔がこんな長い馬の顔になっちゃってるわけです。トーマスもなかなかで、開き直るんです。よし、じゃあ俺、馬だ、暴れ馬だって言いながら、部屋中を暴れ回るわけです。やりたい放題なんです。上履きのまま、窓から飛び出していっちゃって、外を走り回って戻ってくるわけです。こんな子クラスにいたら大変ですね。ところが先生がクラスに入って来たら、何て言うのかと思ったら、先生は、「あら、馬の子がいるわ」って言うわけです。でも、この先生、さらにこう言うんです。「ま、いいわ、馬の子も子どもは子ども。」ああ、いいんだと思うわけです。これを子どもたちに読んであげると、みんなそこでほっとした顔します。このあと給食になるんですけども、生の人参しか出ないんです、あり得ませんけど。そうすると、トーマスは馬ですから独壇場です、一人だけうまいうまいと食べているわけです。みんなは人参嫌いです。でもあんまりトーマスがうまそうに食べるから、ほかの子たちもみんなすごく魅力的に見えてくるわけです。そうすると食べてみようよと、みんな食べ出すんです。すると、うめえってなって、みんなうまい、うまいの連鎖になってくる。実は今日、保育園、幼稚園の先生方いらしていると、そういうことはいっぱいありますよね。さっき私が群れって言いましたけども、幼稚園や保育園の群れの経験ってすごく大事で、誰かが魅力的な存在がいたりすると、あるいは大好きな先生がおいしそうに食べていたり、大好きなお友達が食べてると食べてみようよしたり、だからキッチンカウンター越しに、あなた食べなさい

と言うのと意味が全然違うわけですね。そういう意味で言うと、ラディッシュって、とてもまずいものがありますよね。あれだって自分たちで栽培なんかしたりすると、家に帰って子どもは幼稚園と同じラディッシュ買ってとか、そんなものあるかと思うんですけど、それだけ園のなかで、みんなのなかで何かしたことって大事だし、こういうトーマスの存在って、ともすると困った子と見られるんですけども、先生自身が困った子と見ないで魅力的な子って受け止めてるから、ほかの子もそういうふうを受け止めるんですよね。この先生たちの見方ってすごく大事で、一見困った子と見えるような子を、すてきな子というふうに先生が見てるから、ほかの子にもそう見えてくる。こういうクラス作りって大事ななと思ったりします。

この話はまだ続きがあります。お迎えの時間になるんです、この幼稚園で。すると、お母さんたちがお迎えに来るんですけど、トーマスの家だけお母さんなかなかお迎えに来ないんです。トーマス焦り出します。自分が馬の顔になっちゃったからだと思うわけです。そうです、いつも僕は悪いことばかりして、ついつい馬の顔になっちゃうから、だから、お母さんはあなたなんか知らないって来ないんじゃないかと焦り出すわけです。これを幼稚園のなかで子どもに読んでると、子どもたちは自分のことのようにみんな深刻な顔になります。お母さんが迎えに来ないって象徴的なことですよ。しかも、みんな、トーマスのように思い当たることがあるわけです。うちのお母さん、僕のこと大好きだと言ってるけど、ほんとはどうかなって、みんな焦り出すわけですね。ほんと、かわいそうなくらい、みんな深刻な顔をして見てるわけです。この話、トーマスどんどん焦り出すのです。僕が馬の顔になっちゃったからお母さん怒って、僕のこと知らないと思っているんじゃないかと思ってたところで、トーマスが涙が出そうになったところで、お母さんが来るわけです。そして、お母さんが何と言うかっていうと、「トーマス」って言うわけです。すると、トーマス焦っています、「僕は馬、お母さんごめんなさい、だから僕はこんな顔になっちゃって」と言うと、そのお母さんは、「馬の顔でもトーマスはトーマスよ」って優しく言うんです。するとトーマスはうれしくなって大きな声で「ヒヒーン」と鳴くわけです。すると子どもたちもみんな、読んであげてる子どもたちもほっとしたような顔するんです、わがことのように。そう、そういう意味で言うと、親が自分をどう見ててくれるかって、子どもに大きなテーマなんですよ。いまどきはいらっしやらないと思いますが、たまに子どものころに言われた言葉を気にしている子って結構いるんですよね。あんた、橋の下で拾われて来たのよって、たまに冗談で言う方がいて、それをずっと記憶に残ってる子っていますよ。そういう意味でいうと、子どもって、いろんな家で愛されてるんだと思うんですけど、子どもからすると、本当に愛されてるかどうかって試したくなることがあるし、そのことって重要なテーマなんだということを、いろんな現場で子どもたちに『トーマスのもくば』を読むたびに、ここの場面でちょっと深刻になるよね、そうそうそう、自分の大好きなお父さんやお母さんから愛されてるかどうかって、すごく重要なテーマだよなと思

います。

さっきの遊びの話をまとめ忘れてしまいましたけど、遊びのなかで育つということを研究の中でなかなか、エビデンス、数値として出すのは難しい部分がいっぱいあるわけです。何かを訓練したほうが、その場の成果が出やすいので、そのなかでもわりあいはっきり出ているのが、運動能力、あと言葉のことも出ていますね。で、遊びのなかで育って、運動能力や言葉のことは特によく出ています。人間関係なんか特にそうかもしれませんが。この運動能力のなかに、中村先生たちの調査なんかでは、5歳児の運動能力のこと書いてありますけど、その下ですよ。やっぱり園庭がある程度あって、自由に外遊びをいっばいさせている園は運動量が高い。それは、運動教室みたいな、体操教室みたいなものを入れている園と、自由に遊ばせてる園を比較すると、体操教室を取り入れてる園の運動量すごく低くて、実は自由に外で遊んでる園のほうが圧倒的に高いという有名な調査があります。そういう観点からも遊びが大事だと言えるという、これはどうでもいいんですけど。遊びで育む、この話も実はし始めたばかりがないですけど、先ほどもちらっと言いましたけど、自尊感情の問題、あとでまた話しますが、体の育ちの問題、人間関係、それからさっき言った想像力・創造力の問題。2つの想像力・創造力ありますが、何かないところから生み出す力のようなものも、遊びのなかで育まれるし、ほんとは保育関係の方だったら少しレズジョエミリアの幼児教育の話もしたいとこですが、まさに知的なワクワクの体験、だから、昔の遊びよりもこれからそういう意味でいえば、少しなんていうかな、光を面白がりながら、光を子どもたちと楽しんだりとか。それから、あとでちょっと時間があれば話しますが、においのおもしろさを発見して、においのことを調べていきたいというな、そういうふうな探求の仕方もこれから、ただ単に遊んでればいいって話ではなくって、子どもたちと協同的に作ってくような遊び方っていうのも大事だっていうことも言っています。そういう意味でたぶん汐見先生なんかよくおっしゃることですけど、IQの育ちよりEQ的な育ちが、つまり心の知能指数っていうんでしょうかね。これが実はその後の生きてく力を考えるときに、実はその遊びのなかで育まれるような、こういう力がすごく大事なんだということも言われています。

8. NICHDの追跡調査から

NICHD調査という、アメリカで大規模な追跡調査やってるんですね。今この調査とは別の調査で、有名な調査がありますが、3歳の集団保育を受けた、良質な集団保育を受けた子と受けてない子、その両者をそのあとも追跡するんですよ。そうすると、これ40歳以降まで追跡してるんですけど、そうすると実は良質な集団保育を受けた子どもたちのほうがそうでない子たちに比べていろんな点でよい点が見えてきてる。

たとえば犯罪率は明らかに低いとか、それから高校の落第率が低いとか、それからその後の持ち家率が高いとか、経済的にも成功してるとか。そこでもやっぱり知能指数が高く

なったというよりもさっきのEQですよ。つまりその情動的な高さ、やっぱ気持ちがどれだけ自分が受け入れられてる、そういうことがきちんとあったかとかってということが実はその後の育ちにおいてもすごく重要なのだと、その調査が世界中に影響を与えています。多くの先進国では、乳幼児期の教育保育、あるいは子育て支援にお金をもっとかけようっていうふうな動きがあるわけですね。これがOECDが今さかんに言っている、スターティング・ストロング、つまり人生のスタートにもっと力強く国がお金をかけようと言ってるわけです。日本は先進国のなかでは最下位レベルです。

だいたい幼稚園の先生の給料は、先進国のなかでは小学校の先生と幼稚園の先生の給料って先進国のほとんどは一緒なんです。安いのは日本だけです、こういう国は、先進国のなかでは。それぐらい乳幼児期の教育保育ってことが重要なことと位置づけられてるんですね。それとはちょっとこれ違う調査なんですけども、それぐらい実は乳幼児期にどう育てられるかっていうのは、たんに小学校入学段階だけの話じゃなくって、その後のことも含めてすごく重要なのが、もしかすると幼稚園や保育園の先生が日々どう関わってるかっていうことも、私たちが思ってる以上に重要なかもしれないってことがさかんに話題になっている。だから子育てのみならず保育の場で質の高い保育ってことがものすごく重要なのだ。だからここにもっとお金をかけるべきじゃないかっていうことが言われてるわけです。

9. ポジティブな養育のチェックリスト

NICHHD調査のなかではまだ結論らしいことは出ていないんですけども、そのなかで本を出してるもののなかでチェックリストが出されています。どうもこういうことは少なくとも大事なっていうふうに挙げられてるのがここで言われてるようなことなんですけど、一言でいうとどういうことが大事かっていうと、その調査ではポジティブな養育って言ってるわけですよ。つまり大人が丁寧に関わる、丁寧に関わられることのほうが育ちがよいということが言われます。ほかに体を使ったふれあいとか、応答性、たとえばこの応答性ってたとえばどういうことが言えるかなと、これは私なりの解釈ですけど、あれですよ、最近0歳児がすごく大事だっていうことは言われてます。最近、妊娠期と0歳児のことはさかんに言われています。すごくこの時期にどう育てられたかや、親がどれだけハッピーだったかが、すごくその後も関わる重要なことだっていうことが言われてます。たとえば赤ちゃんなんかでいうと、たとえば人間、ほかの哺乳類と比べて人間の赤ちゃんだけはだっこしておっぱいを飲んでる最中に、おっぱいを飲むのを休んでお母さんの顔を見るっていうんですね。研究ですけども、お母さんの顔を見る。チンパンジーなんかはミルク一気に飲み干すわけです。人間の赤ちゃんはおっぱいを飲んでる最中に、栄養補給が赤ちゃんに重要なはずなのに、なぜそれを休んでまでお母さんの顔を見るか。それはあの人たちはかわいがられないとちゃんと生きていけない。だから自分からかわいがられよう

として、だからお母さんはかわいい顔でこっち見られるからついつい、何か言おうとしてから声かけちゃうわけですよ。どうしたのって、すると赤ちゃんまだしゃべれないの一生懸命何か言おうとするわけですね。これがおそらくすさまじく重要なコミュニケーションなんだろう、つまりこういうふうなやり取りですよ。

10. 乳幼児期の保育園・幼稚園の役割

保育園に、別に保育園に0歳で預けられて悪いわけじゃないです。だとすれば保育園の役割って重要ですね。だからミルクをあげることも一つでも、だから上手な保育園、先生たち見てると、哺乳瓶あげながらもまるでしゃべれない赤ちゃんとしゃべってるように見えることがありますよね。それくらい子どもの発声や発話への応答っていうことがすごく重要なことだっていうふうなことが言えるのかもしれないってことです。まったく同じ、これ説明すると長くなるんですけども、あとで絵本の話は時間があつたらしたいと思ってるんですが、読む力を持つことも重要なこととして挙げられてるんですが、ちょっと最後のところです。否定的な態度を取らないってことが挙げられています。つまり、否定的な態度を取られることが多かった子どもはやはり育ちが悪くなるということが言われています。最近、機嫌のよい大人の下で過ごすことっていうことが、今もっとも質、質って言われることの、これは家庭でもそうだし、保育園、幼稚園でもそうなんだけど、今たとえば、保育園、幼稚園の先生ね、今日は一般の方もいらっしゃるのあまりそういう話したくないんですけど、先生の仕事は大変な職業になりつつあるんですよ。すごくやっぱりストレスが高い。特に保育園も幼稚園もこんなにいろんなことが求められている時代はこれまではないんですよ。しかも、すごく何がストレスになるかって、いろんなストレスが要因にあるんですけども、たとえば危機管理ですよ。事故が起きないようにとか、ひっかきやかみつきが起きないようにとか。そういうことでピリピリしてる。だから子どもたちはおおらかにのびのびとなんていうふうになかなかさせられないってことも多いわけ。だからあれしちやだめこれしちやだめって多かったです。しかも今保育園なんかでも11時間とか12時間そこで過ごすなんてことです。そうなってくると大人もずっとそこで、まだ外遊びいっぱいできりゃいいけども室内の狭いところでずっと子どもと顔見合わせるとすれば、そんなに機嫌いい状態ではいれなくなります。そういう意味でいうと今、保育者のストレスがすごく大きいわけですね。このストレスをどう軽減できるか。だから、しかもあれしちやだめこれしちやだめっていうルールが多いと、その園はやっぱり先生たちもストレスが高くなる。ほかにも先生たちのストレスが高くなる要因ってもっといっぱいあるんですけども、それくらい今この先生が機嫌よい状態ではいられる園であるかどうかっていうことが、あたり前のことなんですけど、このことがものすごく重要な要件として言葉をあげなければいけない。それからこれはおうちでもそうですよね。おうちでもやっぱり育てってやっぱり難しい時代になると、ついついイライラしちゃう。でもだからっ

ていって別にいいんですよ、いいお母さんになろうなんてして、いつもなんていうかな、私はしからないようにしようとかっていうことで、そうそうできませんから、まあそうは言ったって難しいですけど、でも機嫌のよい大人とともにあるかどうかってことはすごく重要な要件として挙げられています。

11. フィンランドの保育

これ、5年前ぐらいになるでしょうかね、横浜で渡辺久子先生という方が世界乳幼児精神保健学会の世界大会が横浜でありましたけど、そのときにフィンランドのタミネン先生、トゥーラ・タミネン先生って方いらしたんですけど、フィンランドってすごくそういう意味では今学力のことで話題になってますけども、実は子育て支援としてもすごくいい国なんですよ。特に最近読売新聞の榊原さんって記者がそのことにすごく注目して、読売新聞でこのこと取り上げてるんですけども、赤ちゃんは生まれてすぐのころと3ヵ月のとき、4歳のとき、5歳のときっていうところのなかで、特にお母さんがハッピーな状態にいるときにすごくその後も、お母さんは、その後も、思春期になってもお母さんの健全な子どもへの関わり方が続いていく。逆にいうとその時期にハッピーでなかった人たちはその後もいい状態でなくなる可能性が高いつてことですね。ほかにもこれとは別の調査のなかでもよくありますよね。妊娠期に母親がハッピーであったかどうか、あるいは0歳のときにハッピーであったかどうかっていうことがその後の子どもの育ちにも影響を与える。

実は私今日ここに来て1番何を話したかったかっていうと、この点です。乳幼児期にまず1番大事なことっていうことのなかに、子どもひとり一人が、自分って結構すてきかも、自分って、自分らしさってすごくすてきかもって子どもがそういうふうにいるかどうか。ここが私たちが根っこが大事、根っこが大事って言われてることの、根っこっていうことがここにあるんじゃないかっていうふうに思ってます。

つまり自分ってすてきかもって思ってる、これは自尊感情とか自己肯定感って言いますが、それだけちゃんと育ってるということ、それはつまり、やっぱ誰か大人から、何々ちゃんすごいねとか、これこうだよっていうふうに、ちゃんと自分らしさが受け入れられてる子どもだと思うのです。逆に、保育園や幼稚園の先生に質問します。親御さんがお聞きになるといやな思いをされるかなと思ったりしますけど、先生たちの会で。「自分のクラスにこいつさえいなかったらもうちょっと私ハッピーなんだけどな」という子どもを思い浮かべてくださいって言うと、みんな苦笑いするんですけど、自分が担任したとき20人中5人はいましたから。そりゃあね、結構子どもと向き合っているとそうそう、なんていうかな、いい顔ばかりしてられないことが多くなる。しかもいい顔してられない子って特に決まってくるんですよ。つまり、どうしてもこちらがイライラしてしまう子っていうか、ここがすごく大事なところだってことを思わされます。その一見イライラしちゃうような子、さっきのあつくんなんかまさにそうなんですよ。あつくんなんかたぶん担任してたらすご

くね、少し手がかかる子ですよ。だけどさっきの話聞いて、みんなあつくんかわいいって思うじゃないですか。そう、その子がしていることの意味がみえてくると私たちは愛おしいと思うようになる。この愛おしいと思えるかどうかは、すごく当たり前の話なんですけど、子どもが育っていくときに大事なことです。とすると、すごくイライラする子なんだけど、気持ちを変えて、でもこの子もこんないいところあるかもとか、あ、この子もこんなふうになんて頑張ってるんだよな、今この子すぐ手が出ちゃうけど、今ちょっと外遊び少ないからこうなっちゃうんだよな、みたいに私たちが見方を変える視点っていうのが、すごく大事なことになるんじゃないかというふうに思っています。そういう意味でこの感情リテラシー、特に保育者の問題としてもそうだし親としてもそうかもしれない、この問題が大事なことと思っています。この話はもしかすると汐見先生もされたかもしれない。自己肯定感の話、最近、汐見先生さかんにされていますので、これは先進国の多くの国と比べて、日本の中高生の自己肯定感は低い。ただこれは去年かな、お話をされた榊原さん、今年でしょうか、榊原先生。榊原先生はこの調査は間違ってるとおっしゃっています。これはアメリカの価値観、尺度で見るからこういうふうになっちゃうんだ。だからこれを真に受ける必要はないと榊原先生はおっしゃってるので、これは研究者によってもとらえられ方が違うんですけど、でも私はそれにしても低すぎる。つまり日本の子どもたちがこれなんかだとアメリカの子どもと比べてますけども、自分がだめな人間だと思うのは、とてもそう思うとまあそう思う合わせてアメリカは約13、4パーセントですね。日本の子は56パーセントぐらいです。あまりにも極端にその差が出ているというふうに思っています。

もちろん小学校や中高生時代に育てられ方の問題が反映されていることが大きいんだと思うんだけど、だけどもこれって小さいころからの育てられ方とも無関係ではないんじゃない、これ汐見先生もさかんに言ってらっしゃることですけども、小さいころから。じゃあどうやったらこういう自尊感情が育たなくなるかっていえば、それは小さなころから評価ばかりされることが多い。できたかできないかを比べられたり、特にあなたはできないよねっていうことの烙印を押されることが多くなってくると、あるいはしかも否定されることが多くなってくると、僕って結構いいかもっていうことが育たなくなるんじゃないかということです。

去年、会いたかった乙武さんとお話する機会がありました。私、乙武さん結構好きなんです。あの方って皆さんもテレビとかで見たことあると思うんですけども、生まれながらに手と足がない方ですけども、彼をテレビなんかで見ると、彼ってポジティブな方ですよ。生き生きしてますよね。最近、ちょっと彼トラブルを起こしましたが、彼らしいなって思いましたけど。乙武さんって、なんでああいうふうになんていうかな、こんなに自分らしさに彼は、『五体不満足』っていう本を書いたりそのあといろんな活動をして、スポーツライターをやり、スポーツジャーナリストもやり、そしてそのあと小学校の

先生の免許も取り小学校の先生、担任をやり、そしてそのことを本にも書き、そして映画にもし、今それ以外にもいろんな障害の活動でも世界にいろんな活動をしています。なんでこれほどまでに彼は生き生きしてるのか、ていうことを対談のなかでも話をさせていただきました。そのなかで彼はこうおっしゃいました。『五体不満足』っていう本を読まれた方も多いと思うんですけども、あの『五体不満足』という本のなかに自分がいろいろ育てられてきた、そのなかに大事なことがいっぱいある。でもそのなかでも最も大事なことは何だったかっていえば、それは一番冒頭に書いてある部分だというふうに彼は話してくれました。冒頭に書いてある文、それは何かっていうと、彼は手と足のない赤ちゃんとして生まれてきた。お母さんと突然会わせるとお母さんショックを受けちゃうだろうと思って、実は少し初対面はタイムラグがあったそうですけども、初めて会ったときにお母さんが赤ちゃんを見て、かけてくれた言葉、このかけてくれた言葉のおかげで今の自分があると彼は言ってるわけです。お母さんは何て言ったかっていうと、手と足のない赤ちゃんを抱き上げて、まあかわいいって言ったそうです。つまりもちろん彼はそれを覚えていたわけではない。周りの人がそういうことを言ってくれたのかもしれない。お母さんもそういう育て方がある意味で一貫して持っていたのかもしれませんが、つまり小さいころから何ができるからとか、何ができないかできないかじゃなくって、あなたそのものがすてきなんだっていうふうな見方がすごくやっぱりその根底にあるということが、その後の自分をすごくつくっていく。逆にできるとかできないとか大人の価値観にいつも比較されながら育てられていくっていうことは、自分のなかに価値観がないわけですから、いつも誰かから見られてどう言われるんだろうかってなるので当然自己肯定感はないし、すごく自分に自信がないってことが起こってきてしまうだろう。そう考えると、今日私が1番お話ししたかったこと、つまりそういう自尊感情、自己肯定感のようなものが、つまり自分って結構すてきかもっていうことがすごく大事だし、そのことに、そういうふうについにあたって何が大事かといえば、そこに関わる大人の存在、自分って結構すてきかもっていう価値観を与えてくれる大人がそばにいることっていうことが大事だったりする。

もちろんそれだけが大事なわけじゃありません。そういうふうには認められた子は自分をいっぱい出します。遊びのなかでも出します。いろいろぶつかります。トラブルも起こります。でもそのなかでいろいろ人と調整しながら、そして何かに、遊びの大事な要件のなかに何かに集中したり没頭したりという経験もあります。自己肯定感が育ってる子は何かに熱中します。自分の価値観で自分の道を行きますから。そのことの何かに集中したり没頭する経験が、すごくそういう意味でいえばそのあと大事になってくるし、それが自分の世界を広げていく。

これは佐伯胖先生っていう方は学びのドーナッツ論って言ってますけども、自分の学びの世界っていうことが、たとえば泥だんごを作ることは、最初から立派な光る泥だんごができるわけじゃなくて、自分がやるなかでは最初「I」という私は「YOU」世界、つまり

何かと親しむ世界、泥や砂や土にいっぱい親しむ時間があったり、ほかの子と、誰かと仲良しになってあんなにすてきな泥だんごを作ってるあなたという世界があるから、私は「YOU」という世界を通して「THEY」世界、見知らぬ世界へと広がっていく。これが学びなんだという東大の名誉教授の佐伯胖先生が盛んに言っています。そんなふうな経験のなかで子どもは育っていくということの、だから自尊感情だけじゃなくて、遊びっていうことがすごく大事な要件なのだというお話をさせていただきました。

12. 絵本と子どもの発達

絵本の話をしていただくのかなというふうに思っています。先ほどのNICHHD調査のなかでも、絵本を読むという経験がすごく大事だっていうことが言われています。私ちょっと絵本に関して興味を持ってこのテーマに関わっております。ご存じのようにフィンランドという国、先ほど挙げたフィンランドという国は、学力世界一、今は多少順位変わってますけども、読解力も世界一です。日本がゆとりの教育って言われてたときよりもはるかにゆとりの教育やってる国です。今や小学校とかで先生が黒板を背負って一斉形態の授業やってるような小学校って、特にヨーロッパなんかであまりないんですね。もっとワークショップスタイルのようなことをし、日本は逆行してるんですね。ゆとりがだめだ、もっと勉強させなきゃって。大丈夫かと私は心配していますが、つまりそうだ、フィンランドという国はそういう意味でいえば、教えられ型じゃない教育でありながら、すごく学力的に伸びた国なんですね。その国は実は読解力も世界一で、実は小さいころから絵本だとかさっきの昔話に親しみを持ってる国なんです。森のなかに包まれた暮らし。しかも家庭に最も本が多い国というふうに言われています。しかも森のなかに包まれて、ムーミンの国です。メルヘンとファンタジーの国です。小さいころから昔話をいっぱい聞かせてもらって、絵本を読み聞かせてもらってきた国。そこがやっぱり、読解力が高まったことの相関があるのではないかと思います。

この写真ってご存じでしょうか、何の絵本か。『おおかみと七ひきのこやぎ』です。しかもこれは福音館書店から出ている『おおかみと七ひきのこやぎ』なんですけど、これ誰が書いても一緒じゃないんですけど、お母さんやぎが7ひきのこやぎにお留守番させるんです。でもおおかみが来るから気をつけてねって言って行くんですけど、やっぱりおおかみやってきてだまして7ひきのうち6ひき食べちゃうんです。そしてお母さん帰ってきてその惨状を見て泣くわけですよ、お母さんやぎは。でも一人やぎが出てきて、あのおおかみが食べちゃったんだよ、でも、あそこで寝てるよって言うとおなか大きくしてるやぎをはさみでちよきちよきちよきとお母さん切るんですね、よくおおかみ起きなかったなと思うんですけど、そしたらね、7ひきのうち6ひきが出てきて、最後お母さん仕返しするんですね。おなかに石をつめて、また針で縫い合わせて、よく起きなかったなと思うんですけど、大きくなったおなかで井戸に水を飲みに行ったらおおかみどぼんと落ちちゃって、死んじゃっ

た。そしてみんなが7ひきのこやぎとおかあさんやぎが、おおかみ死んだおおかみ死んだと喜びながら終わるといってお話です。これをある保育園で、これちょっと有名な先生の話なんですけどね、エピソードなんですけども、これをある保育園で読んだ。するとある一人の男の子がこう言ったっていうんですね。お父さんやぎは死んじゃったの？っていうわけです。でも、お父さんやぎ出てきませんね、このお話。だから先生はお父さんやぎ出てこなかったよねって言ったら、え、お父さんいたよっていうわけです。見つかります？お父さん。ほらあその場面、おおかみが入って来たとき。ほら、お父さんやぎいるじゃないって言うわけです。先生は、え、どこ？って言うわけです。見つかりましたね、そうそうそう。あの棚のなかのまんなか写真立てがあって、明らかにお母さんやぎとは違う大人のひげを生やした立派な角のやぎがいます。もちろんこれホフマンっていう人が書いたんですけども、このやぎ、もちろんあれがお父さんやぎだって説明はどこにも書いていません。だからお父さんやぎかどうかわかんないけどその子はそう思ったんでしょうね。そう。ここで今私がお話したいことは、特に幼稚園や保育園の先生は絵本を子どもたちに読むことよくあります。そうすると、読んでると、私が気づかないことを子どもは絵から気づくことよくありません？なぜ私が気づかないのに、子どもは気づくんでしょう。簡単なことですよね。大人は字しか読んでないから。子どもは絵から読み取ろうとしているから。これは実は重要なことではないかと思うわけです。子どもって実は字を読まない時期ってすごく大事なことなんです。最近でも一般的には早く字が読めることがいいことのようにみんな思ってるんですけど、字を読まない時期だからこそ読んでもらうことが大事なんで、つまり絵から読み取れる力ってすごく大事な力だっていうふうに思うわけです。これは子どもが大人よりも絵から読み取る力ってすごく、だから子どもたちがびっくりすることよくあります。こうやって気づく。つまり、でも子どもが早く一人で字を読み始めちゃうと見えなくなります。そうです。だから早く一人で字を読み始めればいって話じゃないわけです。

私たちが絵本を読んでも、子どもは絵だけ見ていない。私の顔を見てることがよくあります。そうです。信頼関係出てくると、ほんとにコミュニケーションで読んでますから、子どもたちは私の顔よく見てる。それだけじゃありませんね。私の顔見ながら私の語る口を見てることがよくあります。つまり彼らは私の語る言葉を聞き取っている。今日ね、多くの方がね、お疲れの方もいると思うんですけども、ちゃんと僕の話聞いてるとかって失礼ですね。人の話が聞けるってどういうことかっていうと、聞けるってやっぱりイメージが動いてるから人の話聞けるわけですよ。これって、すごく大事なことで、そういう意味でいうと絵本を読んであげるってのは、語る言葉から聞き取るという大事な経験をすると言えるかもしれません。ここにもね、去年、内田先生来られたので、言葉の話、あんまり私がするのはちょっとひきめを感じますけれども。実はさっきの『おおかみと七匹のこやぎ』の話も挙げましたけれども、絵本を読んであげるっていうことは、実はイギリス

なんかではブックスタートということを盛んに始めたんです。なぜこれを、赤ちゃんが生まれたら各家庭に何冊か良質な絵本を届けるんです。地域でやってらっしゃるかしら。やってるところもあるかもしれません。自治体のなかに。ブックスタートはそれって実は学力的にすごく向上したって成果あるんです。日本にもそういう調査があります。日本でもブックスタートをやっている、絵本に親しませるようにやってきてる地域は小学校1年生に入ったときに明らかに読書習慣がついているという調査もあります。そしてゲームの習慣がすごく少ないという調査も出ています。そういうことがあるように実は絵本を読んであげることが実はその後の、つまり早く字を覚えさせるとかっていうことよりもこの経験がすごく重要なのではないかということでは言われてることが一つです。

僕そんなことよりも大事なことはあると思ってます。わが家ね、絵本を子どもたちに寝る前によく読んであげることがあるんですけども、3人とも読んできましたけど、私、うちの2番目の子が5歳のとき、3番目の子が3歳のときにこの『すーちゃんとねこ』っていう絵本を読んだんです。『すーちゃんとねこ』って、これ佐野洋子さん、佐野洋子さんもう亡くなられちゃいましたけども『100万回生きたねこ』とか描いてる、この本はあんまり有名じゃないんですけど、今年読んであげたんです。そしたらうちの子の3番目の女の子、この子1番わかりやすいんです。これ読んであげたあと毎日のようにこれ読めっていうわけです。しかもこれ持ち歩くんです。子どもってそういうところあるじゃないですか。気に入るとこればっかり読めって時期ね。なんでこの『すーちゃんとねこ』が好きなんだろうと思ってたんですけど、ある日僕ね、ちょっとびっくりしたことに出会ったんです。このお話ってこういうお話なんです、このすーちゃんって女の子とねこちゃんだけ出てくんです。2人が歩いて木のところ行って、木に風船がひっかかるんです。そして、2人とも同時に見つけたんですけど、ねこちゃんはねこなんで木に登れるので風船を取ったんです。「これ僕の風船、これ僕の風船なの」って言ったら、すーちゃんってかわいい顔していやなやつなんです。ねこちゃんから風船奪い取って、私だってねこだって取れないわって行って奪い取ってそのまま先ととととと歩いていっちゃって、そして家のなかに閉じこもっちゃって、ねこちゃん入れてあげないんです。ねこちゃんは外から、「僕の風船、僕の風船」って言うのに、もういじわるしてすーちゃんは風船にちゅっちゅっちゅってしたりとかしながら嫌がらせするんです。で、もう夜になっちゃうんです。そして、ねこちゃん寂しくなってきた、そして、部屋の外で何かもう涙出そうになるぐらい真っ暗になって、風船ね、取られちゃって。そして、すると、この絵本が変わってるのは、場面ががらっと変わるんです。場面ががらっと変わって、どういう場面になるかっていうと、またねこちゃんさっきの木の上にいるんです。あり得ないですけど。で、そうすると風船飛んで来ないかなって待っていると、あふれるほど風船飛んで来るんです。こんな風船だらけになるんです、ねこちゃんが。そこにすーちゃんがさっきの風船持ってやって来るんです。そしてねこちゃんに言うんです。ねこちゃん、赤い風船ちょうだいって言うと、ねこちゃんの仕返しが始まります。どんど

ん赤い風船だけ、上にどんどんどんどん飛ばしてっちゃうんです。そして、ねこちゃん、青い風船ちょうだいて、青い風船だけどんどん上に飛ばしていっちゃう。そしてどんどんどん飛ばしていくと、最後2人とも一つだけの風船になるんです。そして最後に2人は風船をふっと飛ばしちゃって、最後2人の後ろ姿で終わるんですね。こういうお話なんですけど。ある日ね、わが家でこういうことがあったんです。妻とうちの3番目の女の子が、近所でお菓子をいっぱいもらってきたからテーブルに広げて、子どもたちを妻は呼んだんです。お菓子もらってきたからみんなおいでって言ったんです。そしてみんな集まり始めて、2番目のお兄ちゃんが来たんです。そしたら、3番目のうちの当時3歳の女の子が大きく手を広げて、2番目のお兄ちゃんに、おまえは来るかと、言ったんですね。当時ね、ほとんど男でした。上下の何とかレンジャーのつなぎ着てきましたから、ほとんど男で、おまえは来るなって、どんなしつけしてるうちでしょうね。で、そうすると2番目のお兄ちゃんが、なんで俺は駄目なんだよと、もう一触即発の状態です。よし、お父さんの出番と思って、なんでイマちゃんそんなこと言うのと聞いたら、そしたらもうぼろぼろ涙を流してね、「これ全部イマちゃんのお菓子なの、これ全部イマちゃんのお菓子」って言うんですね。このイントネーションどっかで聞いたイントネーションなんですね。あ、「これ全部ねこちゃんの風船、これ全部ねこちゃんの風船、これ全部イマちゃんのお菓子、これ全部イマちゃんのお菓子なの」。え、イマちゃん、ねこちゃん。そう、きょうだいで年齢がちょっとしか違わない時期のお子さんとかお持ちの方はよくわかると思うんですけども、上の子が下の子のものをいつも取っていっちゃう時期ってあるじゃないですか。まさにこの時期です。で、だからほとんどだから、3番目の女の子はねこちゃん状態です、時期が。すーちゃんは2番目のお兄ちゃんのこと。そうです。イマちゃん、ねこちゃんだったの。そう。3番目の子ってわかりやすい子で、大好きになった絵本って、こういう物語と自分の置かれてる状況をだぶらせて読んでることが、すごい多いということに気付かされるんです。

ほかにもいっぱい例があるんです、彼女に関しては。わかったぞ、子どもって、さっき泣いた子がもう笑ったって多いじゃないですか。大人って何か嫌なこと誰かに言われるとすぐ根に持ちますよね。私この人とずっと口きかないんだとかってね。だけど子どもって切り替え早いと思いませんか？で、そのことの一つ大事なことのなかに、ファンタジーの力ってあるんじゃないかと思うわけです。このこと言った人は誰かかというと、亡くなられた河合隼雄先生という方です。なぜ小さい、子ども時代、児童文学、絵本が大事かって言うと、ファンタジーの力って生きてく上ですごい大事なんだってことを、河合先生はさかんに言いました。特に晩年もそのことをずっと言われ続けました。

13. ファンタジーがもつ力

うそっこのファンタジーの力が、現実を乗り越えてく力なんだ。だからイマちゃんは、すごく実はその時期つらかったけれども、お話に自分を重ねながら、現実を乗り越えよう

としていたってことがあるんじゃないか。そうすると私はこのときにある映画を思い出したんです。『となりのトトロ』というやつです。これって、となりのトトロ、トットーロって歌うから、明るい映画だと思いがちじゃないですか。だけど考えてみたらこれ暗い話ですよ。だって2人の姉妹がなんで田舎に越してったかって言えば、あれたぶん、お母さんが入院したからですよ。あれ最初から最後までお母さんが入院しちゃった。お母さん戻って来れるんだらうかという不安ななかを、でも天真爛漫に生きる2人の姉妹の話ですよ。そう、そのときにファンタジーの力が、ものすごく大事ですね。冒頭から、まっくろくろすけが現れますもんね。あんなものいないのに。あの力は、2人は実は心配なのに、明るい自分を出しちゃう、そこがあるわけです。でもそのあと面白いですね。トトロと一緒に出会ってない、あの2人の姉妹は。下の子が先に会ってるんです。どうやって出会ってるかというと、そうです、あの日は、前の日にお母さんに会ってる日です、病院に行って、その翌日なんです。お姉ちゃんは学校に行っちゃってます。お父さんは家にいるんだけど、大学の先生で仕事して遊んでくれないんです。で、何となく昨日の余韻を残しながら一人で遊んでいる。ふっとさみしくなったんでしょう。そのときにあのいばらのトンネルのなかに入って行って落ちたのが、あのトトロの上です。最初怖いのかと思ったら、トトロはその自分を全面的に受け止める。まさにファンタジーの存在でした。そうです。で、あのあと見てください。メイちゃん明るくなってますから。

ファンタジーの力は、つらい現実を持ってんだけど、それを乗り越える力を、実は持つてんじゃないか。しかも、さらに重要なこと。トトロっていうのは何の言い間違いか。トロルの言い間違いです、これは。トロルを知っているメイちゃん。つまり昔話やお話の世界に親しみを持つてる子。つまりファンタジーの世界に近い経験をしてる子っていうことも言えるかもしれません。でもじゃあ、なんでサツキちゃん、小学校3、4年生ぐらいのサツキちゃんは、なぜ一緒に出会えていないのか。これは勝手な大豆生田の仮説ですけども、サツキちゃん、病院に行ってお母さんに会った日、あのとき髪の毛とかしてもらって結ってもらっている場面って、覚えてるでしょうか。サツキちゃん、かわいい、甘えん坊の顔をしているんです、最後。本当に甘えん坊の顔をして、翌日がらっと顔が変わるんです。お母さんの顔になるんです。お母さん代わりにしようとして食事を全部作り、メイちゃんの面倒を全部見るわけです。大人を生きようとするわけです。そうです。大人には簡単にファンタジーは訪れない。そして、でも訪れる日がやってきます。それは雨が降った日でした。傘を持ってバス停にお父さんを迎えに行きます。そして、そのときにバス停に迎えに行ったときに、お父さんがバスで来ないから、雨がざあざあ降ってくる。そして小さなメイちゃんは眠いと言って、サツキちゃんの小さな背中の上で寝ている。雨がざあざあ降って、そして頼りのお父さんは帰って来ない。お母さんは本当に帰って来れるんだらうかという、絶望のどん底で、となりのトトロは現れる。まさにあれは象徴的な意味で、すごくそのファンタジーの力。その現実を乗り越えるということを物語ってるのではないかと勝手に大豆

生田は解釈したりします。でも今、大豆生田はここですね、この場面ですね。でも、変なことを言いました。絵本読んであげることが大事だと言いながら、今私が話したのは、トトロのDVDの話です。

このことについて、これ大事な話なんです。このことについて宮崎駿本人がコメントしています。あるお母さんがこういうふう宮崎に言ってるんです。うちの子、トトロ大好きで毎日DVDを見せていますって言ったら、宮崎駿はそのお母さんにこう言いました。ありがとうございます。ただ、売っという何なんですけど、『となりのトトロ』のDVD見せるのは年に1回にしてください。と、宮崎本人が言ってるんです。むしろ大事なことは、大好きなお父さんやお母さんが絵本を読んであげることです。このことのほうが、はるかに大事です。というふうに言ってるわけです。つまり、絵本を読んであげることの1番大事なことから言うのは、まさにその福音館書店を作った松居直先生はじめ、多くの絵本の専門家が言ってることです。絵本は読んであげるツールです、と言っています。

もちろん一人で読んだって構わないですけども。でも、むしろ絵本の多くの専門家が言ってるのは、自分一人で読めるようになって、小学校に行っても、大人が読んであげてくれて言ってるわけです。小学校4年生ぐらいになって、お母さん、僕もう一人で読めるからもう勘弁してって言うまで、読んであげてくれて言ってるわけです。それはなぜか。読んであげることによって、子どもに何が残るかと言えば、愛されたという実感が残る。すごく大事なことはないか。このことを証言してるのは、松居直先生の息子の松居友さんっていう方。今、ミンダナオ島に行ってますけど。彼が小さいころのことが、いかに読んでもらったことが、大人になった今でも生きてるかっていう話は、別の本で書かれてますが、そういう意味で言うと、絵本を読んであげるといふうなことは、まさに愛された実感。今日、私がさかんに話した自尊感情の問題とつながっている。

ファンタジーの世界ということが、現実を乗り越える力を持つてる。聞く力、読み取る力、イメージする力等々の学ぶ力の根っことなってる。そして昔話ということもありますけども、ここまでにいたします。

そういう意味では、いまどきの子育てに大事なことっていうことで、自分らしさが十分受容される体験といいました。そして熱中、集中して遊ぶ体験。そして直接体験が少なくなった時代のなかで、直接体験、知的好奇心を持つような体験、想像力・創造力が育まれるような体験。で、そして実はだからそういう意味でいうと子育て中の親っていうのも、すごくやっぱり子育てのことで、すごくいろいろ悩むことがある。でも子どもってやっぱりひとり一人与えられてるたまものっていうか、やっぱり違うと思うんです。僕は三者三様、うちは3人いますけど、それぞれいろいろです。なかには少しだけ勉強できるのもいるし、まったくできないのもいるし、すごく人間関係上手なのもいるし、ものすごく下手なのもいるし。それから運動がすごく得意なのもいるし、まったくだめなのもいるし。同じように育てきてもやっぱりひとり一人の持つてるものが違う。でも、そのそれぞれが持つて

るものが、やっぱりよりよく出てくるのって、何かっていうと、あなた結構すごいかもしれない。それは私が今あるのも、自分の母親、最初、私、冒頭に話しましたが、あなた結構先生とかできたりするんじゃない、というようなことが、私の根底に残ってるように、そのことが大事なのではないか。ね。そしてそのときに、でもだから親がその子育て、しつけ、早くから何かさせなきゃということよりも、もしかすると、親自身もまた自分らしく生きてること。最近その親、その何て言うかな、子どもにとってどういうお父さんやお母さんが好きかという、やっぱり笑ってるお父さんやお母さんが好きです。

ファザーリング・ジャパンの安藤さんという方は、笑ってる父親を日本中に増やそうと言ってます。たぶんそのことって、すごく大事なことなんだろうというふうに思います。そうすると、親もまた自分らしく、子どもとともにある。つまり自分らしく生き生きしてる大人がそこにいることっていうことが、もちろんそれ以外にも大事なことはいっぱいあるけれども、そういうことが大事なのかなっていうふうに思います。そういう意味で、保育をされてる先生方も、それから子育てをされてる親の方も、やっぱりその自分自身がハッピーであることっていうことが、やっぱりすごく大事な、いまだきの子育てに大事なことではないかなということで、今日話を終わらせていただこうと思います。ですので、皆さんご自身を大事にしてください。ありがとうございました。



司会者

大豆生田先生、本当にありがとうございました。とても楽しいお話を、たくさんの示唆がありました。時間がきているのですが、ここでご質問のある方、ぜひ手を挙げてください。少し時間をいただけます。何でも結構です。いかがですか？何かお聞きになりたいことはありませんか？よろしいですか？どなたか何か、伺いたいこと。

質問A

あ、お話どうもありがとうございました。実際、私は子育てをしている専業主婦です。で、先ほど最初のほうに、先生が親になってから、自分の子育て、ミルクをあげてるときにイライラしてしまうって経験をされたとおっしゃってたんですが、そのときにやはり、怒鳴ってしまうタイプとかっていう経験をされたそうですが。私も毎日、叱るというより怒鳴ってる状態が多くて、うまく自分の感情をコントロールできないんですね。何かいい方法が

あったら教えてください。

大豆生田先生

ね。本当そうですね。一般的な子育て本には、感情的に怒るのではなくって、冷静に叱ることが大事だって書いてあるんですね、よく。僕の本では実は、そんなことできないって書いてあるんです。ふふふふ。怒られそうなんですけど。それは自分が親になって、本当にこれはやっぱり生活に巻き込まれてるから、感情すごく出ちゃう。でもそれはでも、あんまり感情的に怒ることはよくないだってことは、みんなわかってるんですよ。で、何かそれをどうコントロールしてるかということなんですけどね。大きなことで言えば、やっぱり自分のことを、自分の時間を大事にするっていうか、一つそのことを、大きなことで言えば、結局やっぱり感情的に怒ってるって、やっぱり自分ですよ、原因はね。だからそういう意味でいうと、やっぱりその場面だけのことじゃなくって、日々、自分自身がハッピーであること。つまりたぶんそこに、やっぱり自分がイライラする原因が、単に子どもだけじゃなくて、僕の場合、たとえば夫婦のことがあったりとか、何かそこがイライラする原因がありますよね。だからそこが少しクリアになると、すごくやっぱり、感情的にならなくてすむということが、少しはあるかなというのが1点です。それからもう一つは、こないだ、『すくすく子育て』でわりあいそのテーマをやったんです。そしたらそれこそ民間療法じゃないですけど、面白かったんですね。いろんな民間療法があるんです。冷えピタをここに貼るとかね、すぐにシャワーを浴びに行くとかっていうふうに、何かなるほどねって思うんですけど。だから、その人なりの気持ちの切り替え。なかには夫を蹴り飛ばすという人もいましたけど、それは虐待ですからもうやめましようと言ったんですけど。何か自分なりの気持ちの切り替え方。自分の場合、どうすると1番、だからやっぱり感情的になって、少し部屋を替えてみちゃうとかっていうのは、よくある手ですよ。少し自分がもう冷静になる。つまりそのときはもう向き合わないほうがいいんですね、子どもとね。イライラしたときには、向き合わない。だから感情があって、別に感情的になったっていいんです。子育てしたら出るんで。そのほうが人間らしいとも言える。ただ、問題は今、密室で育児してると、それがどんどんやっぱりエスカレートしちゃう。昔のお母さんだって、怒ってたと思うんです。だけど昔はなんでよかったかって言うと、やっぱり第三者が介入する機会いっぱいあった。おばあちゃんみたいな人が、いいから、いいから、あめあげるからみたいな人がいただけ、それがいないで、核家族で子どもとお母さんだけでその状況になるのは、あまりよろしくないの。そういう意味で言えば、感情に出ちゃったら出ちゃったでいいんだけど、そのあともう、なるべく、ぴしっと短くが基本としたいので、どうその部屋別に部屋を替えるとか、シャワー浴びるとか、何かその自分なりのその感情の変化の見つけ方ってことを探されるっていうのが1番かなと思います。ただ、それは合うのは、それぞれのやり方が違うので。ということで、答えになったかどうか分かりませんが。でも感情的になっちゃうもんですから。どうぞご自身を大事にしてください。ありがとう

ございます。

質問B

すみません。子育て支援施設に勤務してる者なんですけれども、いろんな方がいらっしゃって、先ほど、ためになるご本、ご講義をお聞きして、それと真逆。やはり感情、情緒的な教育よりも早く言葉を教えるとか、あとはこう先へ先へと、こう学力重視みたいな子育てをしてお母さんがいらっしゃいまして、その気持ちもわからなくはないんですけど。それを否定しないで、その今日教えていただいたような方向に何とかこう。うん。アドバイスと言うほど、子育てはさまざまなので、できないと思うんですけども、そのような方向に持ってくような、いい何かヒントがあれば。

で、そのお母様自身は、自分の子育てにとっても自信を持ってるとおっしゃって。今までいろいろ言っても、でも、でも、でもという感じで、なかなか聞く耳を持ってはくださらないんですが、私としては、こうお子さんの目を見ていながら、お子さんとしてもう少しこういい面、伸ばせる面があるかなというのは、日ごろ見てて思うんですね。ただ足りないものが情緒的な面とか。実際このお子さんもう本が読める。字が読めるということで、お母様は鼻たかだかなんです。何かヒントがありましたらお教えいただきたいと思います。

大豆生田先生

牧野先生どうしたらいいですか？難しいですね。僕はだから、僕その相談の場だとすると、私はたぶん今日話したようなことを面と向かっては言わないかなというか、とにかく話を僕はかなり聞くことになっちゃいますね。何かたぶんそういうふうに、何かやっぱり焦らざるを得ないような、たぶんその人の歴史みたいなものが、たぶん重層的にあると思うので、私はただそういうふうに思うような気持ち、ああ、そうかって思って、ああ、そうだね、そんな気持ちになっちゃうよねって。でもどこかでそういう方も、そのなかにふっと不安な気持ちになったりとか、何かそういうことを聞くことに、私は徹しちゃうかなというふうに思います。そういうふうに思ってしまうあなたもオッケーっていうか。何か僕は何かそこに徹しちゃう。だから、そうでない。そうではなくてねっていうことは、うん、なかなか、たぶん入らないと思うし。うん。その方の話をかなり聞くところになんか。ただ、ただ、彼女のほうから私に聞かれた場合には、うん、私だったら、こんなふうに考えたりするんだよ。だって、ちょっとね、少し知識もあったりするから。何かこんなふうなこともよく言われてるよ、っていうことは、そこではお話するかもしれないけれども、あちらから聞こうと思わない限り、私は、そういう場では申し上げないかなというふうに思います。こういう場では、もちろんこういう話をしてますけれども、何かすごく人がそういう考え方になるのって、ものすごくやっぱりその人の歴史を背負っているのだから、何かやっぱりその歴史に簡単に入っていけないというふうに、すごく思っていますので、そんなふうなことかなっていうふうに。ごめんなさい。だからたぶん即効的にその人を変え

るのは、すごく難しいかなっていうふうに思っていますが。あまり回答になっていませんけれども。ありがとうございます。

司会

さすがにいいお答えをいただきました。大豆生田先生、本当に長時間、ありがとうございました。

II. Tiny（障がいのある子どもと家族の支援）実践報告

子ども生活学部 専任講師 土 沢 薫

子育て支援研究センターTinyでは、障がいのある子どもとご家族を、楽しい遊び活動などを通して支援している。活動も3年目に入り、Tinyな（ちっちゃな）集いとしてスタートした本活動は、参加者のニーズを大切にし、保育者や音楽療法士を目指す学生の実践力の向上を見守りつつ、我々も共に育ち合いながら、地道に活動を重ねている。

以下に、平成25年度下期の活動の内容と、Tinyの実践を支える学生たちの様子を中心に伝える。

1. 活動の現状

主な活動として、「しょうがいのある子どもと家族のためのあそびの集い」を行っている。障がいのある子どもやそのきょうだい児、子どもを取り巻く大人たちが、障がいの有無に関係なく、自分らしくのびのびと楽しめることを大切にしている。

障がいのある子どもたちは、障がいの重さや障がいの種類にかかわらず参加することができる。継続して参加するご家族も多い。

Tinyは、学生たちが毎回大勢参加して活動を支えている。今後、地域の保育や子育て支援、障がい児者福祉の場での活躍が期待される学生たちにとって、実践的学びの場になっていることは、活動の大きな特色である。

スタッフは、同じ活動に参加しながら、子どもそれぞれの楽しみ方で自己を発揮し遊びに没頭できるよう、見守りかかわっていく。遊びの内容は、教員や学生が、それぞれの専門性や持ち味を生かしつつ、楽しみながら工夫を凝らして準備する。

継続開催している「あそびの集い」以外にも、チャリティーコンサートや季節のスペシャルイベント、特別支援学校やレスパイトケア施設などへの出張Tiny隊など、障がいのある子どもと家族への支援と、周囲に理解の輪を広げるための活動を、積極的に柔軟に行っている。



図1 マスコットキャラクター
タイニーくん

2. 活動スタッフ

子ども生活学部の教員と音楽科音楽療法専攻の教員とが協力し合って、学生サークルTiny隊のメンバーと活動を進めている。これらスタッフに加え、教職員や学生および卒業生のボランティア参加の皆さんに活動が支えられている。例えば、本報告内の活動では、平成25年12月8日（日）実施の第9回あそびの集いにおいて、リトミックがご専門の山口先生に大変お世話になり、「ドキドキわくわくクリスマス♪」というテーマに合わせて、リトミックを生かした動きと季節感あふれる音楽あそびを楽しんだ。

3. 「しょうがいのある子どもと家族のためのあそびの集い」について

(1) 活動の概要

1) 開催場所

宇都宮共和大学長坂キャンパス5号館4階 保育実習室

2) 活動時間

10:00～12:00

3) 参加対象

乳幼児期から小学校低学年ぐらいまでの障がいのある子どもとその家族
それ以外の方でも、あらかじめ連絡をくだされば見学可能

4) 「あそび活動」の大まかな流れ

①受付

②開始まで各自で学生と自由あそび

③はじまりの音楽あそび

④メインのあそび活動

⑤リラックス&おやつ&自由なおしゃべりタイム

⑥おわりの音楽あそび

(2) 平成25年度下期の活動

1) 平成25年10月6日(日): 第8回あそびの集い

①活動内容

テーマ	「子どもあそぼう!おとなしゃべろう!!」
主な遊び	子どもたち) 自由遊び 親) 座談会
当日の様子	<p>はじまりと終わりの音楽あそびは、いつものように全体で行い、それ以外は、初めての試みとして、親子別々の活動を行った。</p> <p>子どもたちは、親と離れ、教員スタッフや学生たちと自由遊びを楽しんだ。子どもたちが時間を忘れて好きな遊びに熱中している様子が見られた。若さと体力溢れる学生たちと一緒に遊ぶうち、うれしくてテンションが上がり過ぎてしまう子どももいるが、学生側には、子どもが自然にクールダウンできるような関わりを工夫する様子もみられた。</p> <p>並行して、親は、日頃の子育ての様子や悩みなどを分かち合い、自由におしゃべりし合った。それぞれの子育てに変化と成長があり、涙と笑いとドラマがあり、それぞれに驚いたり、共感したり、参考になったり、先輩ママの助言に力を得たり、あっという間に時間が過ぎていたようだった。安心して子どもをスタッフや学生に任せることができ「話に集中できた」「時間が短くて、もっと他の人の話を聞いたかった」等の感想が聞かれた。</p>

②活動中の状況【写真1～4 子どもも親も、それぞれに充実した時間を過ごしたり、全体の活動で盛り上がりたりする様子がみられた】

写真1



写真2



写真3



写真4



2) 平成25年12月8日（日）：第9回あそびの集い

①活動内容

テーマ	「ドキドキわくわくクリスマス」
主な遊び	クリスマスらしい歌やダンス、工作など
当日の様子	<p>駐車場に入るところから、サンタクロース姿の男子学生が出迎えた。受付もサンタクロース姿で対応した。大人も思わず笑顔がこぼれ、子どもたちは、目を輝かせたり、びっくりして見つめたり、いつもと違う表情をみせていた。</p> <p>メイン活動は、学生たちのクリスマスソングのハンドベル演奏からスタート。続いて、クリスマスにちなんだ歌や手遊び、パネルシアターで歌あそびをした。その後、三角帽子の工作や、ジングルベルの歌に合わせて鈴を使ったダンスで身体を動かした。クリスマスのウキウキした雰囲気の中、盛りだくさんの内容を思い思いに楽しんでいる様子がみられた。</p> <p>子どもたちの個性や障がいの様子は様々だが、自分の興味や活動レベルに合わせて自由に参加する。そのように受容的な雰囲気の中で、音の苦手な子が徐々に音楽に興味を示したり、工作に取り組むのが得意でない子が物づくりに集中し始めたり、初めての活動にもマイペースで参加するなど、自分のもっている力を無理なく発揮して楽しんでいる様子がみられた。一緒に参加した親御さんもリラックスして楽しんでいるため、子どもたちも活動に一層取り組みやすくなるようだった。</p> <p>「こういう楽しいイベントになかなか参加しにくいので、今日は親子で本当に楽しめた」などの感想が寄せられた。</p>

②活動中の状況【写真5～9 クリスマスの雰囲気を一緒に楽しもうと準備した活動。学生たちが、張り切って盛り上げる。子どもたちも思い思いに楽しむ様子がみられた。】

写真5



写真6



写真7



エナジーチャームをそっと耳元へ

写真8



写真9



サンタクロースの差し出す楽器をじっと見つめたり触ったりする子どもたち

3) 平成26年2月23日（日）：第10回あそびの集い

①活動内容

テーマ	「今日は思いっきりあそび隊！」
主な遊び	絵の具のお絵かきあそび、ひな人形作り
当日の様子	<p>活動の始まりは、いつものように音楽あそびで、ピアノやパネルシアターに合わせて、打楽器を演奏したり、歌をうたったりした。</p> <p>歌が好きな子、楽器演奏に夢中な子、ピアノを弾くのが大好きな子、大きな音は苦手だけど少し離れてリズムをとっている子。それぞれの子どもの音楽への触れ合い方はさまざまだけれど、一人ひとりが自分のペースで楽しむことを大切にすると、それぞれの子どもの個性が生き生きと輝き出す。</p> <p>この日のメイン活動は、絵の具のお絵かきあそび。画用紙と紙皿に思い思いに色を重ねていく。筆だけでなく、ローラーや、手や足を使ってダイナミックに色付けし、個性あふれる描画が出来上がった。紙皿のほうは、描いた後、乾かしてから半分に折って、顔をつけると、ゆらゆら揺れるお内裏様&お雛様が出来上がった。</p> <p>学生たちは、継続的に参加するうちに、それぞれの子どもの様子を落ち着いて見守り対応することができるようになってきた。</p> <p>その後の自由遊びでみんなに人気だったのが、新聞プールだった。</p> <p>紙片を波しぶきのように舞い上げて楽しんだり、プールにすっぽり埋もれてゴロゴロしたり、身体全体を使って、思い思いのあそび方で戯れていた。</p> <p>親御さんからは、「絵の具のあそびは家ではさせにくいけど、すごく集中して取り組んでいてびっくりした」などの感想があった。</p>

- ②活動中の状況【写真10～15 汚れや壊れることを気にせずに、思いっきり遊ぶ様子が見られた。継続的に参加し慣れてきた学生がゆったりかわると、子どもたちも身体を預けてきたり、甘えたりしていた。】



写真10

写真11



写真12



写真13



写真14



写真15



(3) 活動に参加している学生等について

長坂キャンパス学生サークルの一つであるT i n y 隊は、T i n y の活動に継続的に参加協力し、活動内容への積極的提案と実践、イベントの運営協力などを行い、主体的に活動を盛り上げていくことを目的として発足した。長坂キャンパス内の宇都宮共和大学子



写真16 【「あそびの集い」の準備：学生たちの練習風景】

ども生活学部・宇都宮短期大学音楽科・人間福祉学科の学生が多数参加している。

T i n y 隊サークル以外の学生たちも、障がい児とのかかわりや障がい児保育に興味をもつ学生は自由に活動に参加できる。継続参加は難しくても、まずは障がいのある子どもに慣れることからスタートして、回数を重ねるごとに積極的に活動できるようになっている。

また、この活動に共感した音楽療法士や保育士・幼稚園教諭である卒業生たちがボランティアとして参加し、共に活動し振り返りを行うことで、学生のよきモデルとなり、卒業生の実践的リカレント教育の場にもなっている。

(4) 「あそび活動」前後における学生に対する教育的支援

1) 活動前

障がい児との触れ合い経験のない学生や初めての学生でも安心して活動に臨めるよう配慮している。T i n y ボランティアの心得えの小冊子を準備して、初参加の学生には、口頭での説明と共に配布している。

準備段階から学生が加わり、教員と共に、必要に応じて材料や道具の準備、活動内容の練習等を行う。

当日の準備等は学生が積極的にかかわり、教員の指導の下、会場整備、駐車場および会場案内、受付等を学生が担う。

なお、活動に入る際に、学生はマスコットキャラクター（タイニーくん）入りのTシャツを着用する。学生にとっては自然にT i n y スタッフとしての自覚と一体感をもちやすくなり、服装の安全・衛生面や汚れ等の心配がなく、参加親子にもT i n y スタッフであることがわかりやすいため好評である。

2) 活動中

毎回の活動で行われる、始まりの音楽あそびと終わりの音楽あそびは、主に音楽科教員の指導の下で、音楽療法士を目指す学生を中心に子ども生活学部の学生も加わって行われる。

各回のメインのあそび活動については、各教員の指導を受けつつ、学生や卒業生が主体的に協力して行い、または補助に入って活動できるようにすることで、実践的な学びの場となっている。

自由遊びやそれ以外の場面でも、学生たちは、子どもたちと積極的にかかわる経験に加え、保護者の話を伺ったり、親子で遊ぶ様子に直に触れることで、教科書からは得られない多くのことを、体験的に実感を伴いつつ学んでいる。



写真17 【参加親子と自然に語る学生たち】

3) 活動後

参加家族の皆さんが帰られると、遊具やマットの片付けと清掃をスタッフと学生たち全員で行う。

その後、すぐに活動の振り返りをする。まず、個人の振り返りと自己評価について、個人シート「T i n y ボランティア活動の記録」に記入する。その後、皆で振り返りの話し合いをする。その際、学生の質問に教員が答えたり、各自の課題をみつけたり、活動中に生じた疑問や不安を解消したり、活動全体の課題を共有したりしながら、実践的学び合いを行っている。

4. まとめ

T i n y の活動は、地域および本学の現状と、参加する子どもや学生たちの成長、参加して下さるご家族の実情や期待、スタッフの願いや希望などが重なり合い、高め合い、育ち合いながら進んできている。

障がいがあってもなくても、どんな人にとっても、子ども時代を生き活きと自分らしく幸せに送れることはとても大事であり、その大切なことが守られることを願って、これからも地道に活動を継続していきたい。

今回報告した「障がいのある子どもと家族のためのあそびの集い」は、T i n y の柱となる重要な活動である。そして、障がいのある子どもと家族を対象としたこのような活動だけでなく、更に、広く一般の方々も対象に共に楽しむ活動（チャリティーコンサートや季節イベント等）も行っている。障がいがあるからではなく、障がいがあってもなくても、そこにいる皆が当たり前のように自分らしく楽しめる、違和感なく充実したひと時を過ごし、その場に心地よい一体感が生まれるような活動を目指したい。

本稿では、T i n y の活動を支え、地域の保育や福祉の担い手として育ちゆく学生の様子を中心に伝えました。明るく元気なT i n y 隊の学生や卒業生たちと共に、地域の皆さまのお力をお借りしながら、私たちが日々成長していきたい。

(プロジェクトメンバー)

准教授 中畝 治子

専任講師 石本 真紀

非常勤講師 長尾 恵子

宇都宮短期大学音楽科 准教授 山本久美子

Ⅲ. 地域の幼稚園との交流を取り入れた 保育者養成プロジェクト実践報告

子ども生活学部 准教授 高柳 恭子

1. 平成24年度取り組みの反省と平成25年度に向けて

本プロジェクトも今年度で3年目を迎える。平成25年度からは1年生から3年生まで在学することにより授業時間数も増え、交流のための準備時間も計画的に確保する必要が出てくる。平成24年度の反省を踏まえ平成25年度の取り組みの方向性を次のように考えた。

- ① 交流の時期：幼稚園実習や保育所実習、彩音祭と時期が重なり学生の負担が大きかった。実習や諸行事を軸に交流の時期を見直す。→平成25年度は年間3回予定。
- ② 交流の内容：幼稚園の要望を取り入れ、盛りだくさんになってしまった。どの授業の中で実施するのか検討し、子どもが遊ぶ時間を十分に確保できるようにする。
- ③ 交流対象学生：平成24は主に2年生が関わったが、1～3年生までの学生の体験について系統的に整理し、かつ実習の体験とも関連させながら構造的に考える。
- ④ 授業との関連・位置づけ：交流に必要な時間数や学生の参加の様子から、交流時期に関連する授業全体の中で位置づけることが必要。
- ⑤ 実施時期の関係で授業時間不足のため、交流後の学生の振り返りを十分に生かせなかった。振り返りを活かし、改善した計画をもう一度実施できるようにし学生の学びの定着を図りたい。みどり幼稚園だけではなく、同一プログラムで他園にも参加を呼びかけてはどうか。→平成25年度実施の方向で検討していく。
- ⑥ 日常的（曜日を決める等）に大学を開放し、グラウンドで子どもと自由に遊ぶ、子ども図書館（設置？）で読み聞かせをするなどの場を設定し、学生が主体的に活動できるような交流を企画してはどうか。または、授業で経験した部分保育を実践できる場として交流を企画していく。→今後検討していく。

これらの反省を踏まえ、本プロジェクトでの学生の体験と幼稚園実習や保育所実習での体験、また、開講科目との関連を考慮し、幼稚園との交流計画を検討していくこととする。

	実習関係	学生に必要な体験	幼稚園との交流での体験	授業関連
1 年 春		<ul style="list-style-type: none"> ☆学生自身が遊ぶ、子どもと共に遊ぶ体験を重視 ・鬼ごっこ等遊びの体験 ・園庭（宇大附幼）での遊びの体験 ・園外保育での交流（自然なかかわり） 		<ul style="list-style-type: none"> 生活講座Ⅰ 人間とは何か スポーツと健康Ⅰ 保育原理 図画工作Ⅰ フィールドワークⅠ

1 年 秋		・地域の公園等での遊びの体験 (遊具と遊び) ・芋ほりの手伝い(ナーサリース クールとまつりに依頼)	みどり幼との交流① (1月)3年生と合同 *遊びの体験 *子どもの観察記録の 取り方 *3年生から学ぶ	生活講座Ⅱ 人間と心理 図画工作Ⅱ スポーツと健康Ⅱ 保育内容総論
2 年 春		・宇大附幼戸外活動参観…… ☆保育所実習までに多分野での 教材研究を実施することを重 点にする ☆保育内容の授業では部分保育 ができるように模擬保育の実 施、指導案を作成する	みどり幼との交流② (5月) *体を動かして楽しめ る内容を中心に	発達心理学 保育内容自然・環境 保育内容健康 保育内容身体表現 保育内容人間関係 幼児体育Ⅰ フィールドワークⅡ
2 年 秋	幼稚園観察実 習(10月) 保育所実習(2 月)	☆保育内容の授業では部分保育 ができるように模擬保育の実 施、指導案を作成する ☆保育所実習に向けて0～3歳の 指導案の特徴や様々な指導案 の形式について理解 ☆幼稚園や保育所の一日の流れ やそれに伴う保育者の動きに ついておおよそ理解する	みどり幼との交流③ (11月) *教材研究・計画立案・ 進行などの体験を中 心に	保育の心理学 教育心理学 乳児保育演習Ⅰ 保育内容言語 保育内容造形表現 保育内容音楽表現 幼児体育Ⅱ 子どもと生活研究 言語表現技術
3 年 春	施設実習 (6月)	課題 保育実習Ⅰから保育実習Ⅱにど うつなげていくか		幼児教育課程論 乳児保育演習Ⅱ
3 年 秋	保育・施設実 習(10月)	・彩音祭に向けての活動(9～11 月) *総合表現的な内容 ☆この時期、保育方法に関する3 つの授業と関連させながら保 育所実習に結び付けていける ようにしていくことが重要	みどり幼との交流④ (1月)1年生と合同 *保育の構想・企画立 案・指導案・進行等 全て *保育の評価の実際を 経験する	保育内容基礎演習 保育指導法Ⅰ 保育方法論
4 年 春	幼稚園本実習 (6月)	☆この時期、保育方法に関する2 つの授業と関連させながら幼 稚園本実習に結び付けていけ るようにしていくことが重要		保育指導法Ⅱ 保育内容基礎演習

2. 平成25年度実施計画

第1回交流 平成25年5月31日(金)1限準備、2限交流(予備日:5/24(金))

- 1 内容(案) 春の自然で遊ぶ・体を動かして楽しむ等
- 2 担当者 河田・山口・月橋(日吉・高柳・市川)
- 3 該当学年 2年生
- 4 関連授業 幼児体育Ⅰ・保育内容身体表現・保育内容自然、環境、保育内容健康・保育内容人間関係

第2回交流 平成25年11月29日（金）1限準備、2限交流（予備日：11/28（木））

- 1 内容(案) 造形的な活動・焼き芋・秋の自然で遊ぶ
- 2 担当者 中畝・桂木・山口（日吉・河田・加藤・月橋・市川・田所・高柳）
- 3 該当学年 2年生
- 4 関連授業 保育内容造形表現・保育内容音楽表現・言語表現技術・保育内容言語・乳児保育演習・（保育の心理学）

第3回交流 平成26年1月24日（金）1限準備、2限交流（予備日：1/29（水））

- 1 内容(案) 冬の自然で遊ぶ・行事的なもの
- 2 担当者 月橋・桂木・市川・加藤・高柳（日吉・駒場・中畝・山口）
- 3 該当学年および関連授業
1年生（フィールドワークⅠ）3年生（保育内容基礎演習Ⅰ）

<備考>

- * 関連授業の担当で交流にかかわる授業配当を検討、決定する。
- * 担当者については太字が主担当。
- * 交流実施日の6週間前までには活動内容について幼稚園と打ち合わせを実施する。

3. 幼稚園との交流の実際

第1回交流（平成25年5月31日）については、「研究センター年報」第3号に記載。

（1）平成25年度 第2回交流活動

「動物になりきろう！・焼き芋で秋の自然に親しもう」

①活動の概要

1. 日 時 平成25年11月29日（金） 2限目
2. 場 所 アリーナ、グラウンド、かまど
3. 参加者 みどり幼稚園園児65名（年長24名、年中19名、年少22名）
子ども生活学部2年生 55名
4. テーマ 動物になりきろう、焼き芋で秋の自然に親しもう
5. 目的 学生：教材研究を進め、園児との触れ合いを通して子ども理解や発達理解を深める。
園児：学生との交流を通して、表現遊びや焼き芋を楽しむ。
教員：園児と学生との交流の様子から、授業内容、方法、カリキュラム等を振り返る。
6. 準備 キーボード、アンプ、動物帽子（学生用）、場の拠点（トイレトペーパーで造形）

絵本「できるかな」(大型版)

炭、薪、いも、アルミ、トンガ、ブロック類、軍手、水(消火用)など
 ※動物帽子(ネコ・ゴリラ・ペンギン・ゾウ)で4グループに分かれる。

グループの分け方は幼稚園にお任せする。

※子ども用の動物帽子については、中畝が11/13(水)に幼稚園に出向いて作り方をお伝えし、保育の中で作っていただく。

7. 担当

表現活動：中畝(造形表現)、山口(音楽表現)

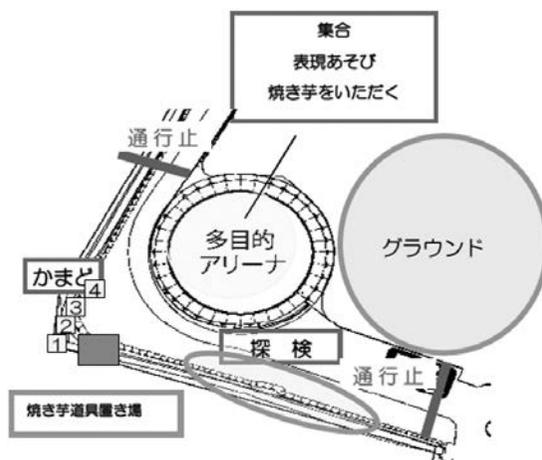
焼き芋：桂木(子どもと生活研究)、月橋、河田

振り返り・関わり：高柳、田所、土沢

記録：間野、蟹江、駒場、北岡、

その他：市川

8. 環境構成



9. おおまかな活動の流れ

時間	子どもの活動	学生の動き	備考
9:10		<ul style="list-style-type: none"> 学生集合、出席確認。 窯の準備。 	<ul style="list-style-type: none"> 身支度確認
10:50	<ul style="list-style-type: none"> ○来校 ・荷物を置き、排泄(アリーナ)。 ・動物帽子を持って、基地に集合する。 ・挨拶をする。 ・今日の活動の流れを知る。 ・焼き芋窯に集まる。 ○焼き芋をする ・芋を火に入れる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもを迎え、アリーナに誘導する。 荷物を置き、排泄誘導。 ・基地に子どもを誘導し、グループをつくる。 帽子は基地におくように伝える。 ・挨拶をする。 ・今日の活動の流れを伝える。 ・焼き芋の窯に誘導する。 ・安全に留意しつつ、火を感じられるよう働きかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・火傷等事故には十分に注意する。

11:20	<ul style="list-style-type: none"> ・アリーナに戻る。 ○動物になりきろう <ol style="list-style-type: none"> 1) 絵本「できるかな」をみる。 2) 動きやボディーパーカッションなど動物の表現を楽しむ。 3) 動物帽子を被る。 4) アンサンブルをする。 5) ダンスをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・アリーナに誘導する。 ・絵本「できるかな」を読み聞かせる。 ・子どもと一緒に動物の動きを考えたり、ボディーパーカッションを楽しむ。 ・名前を確認しながら、動物帽子を子どもに渡す。 ・アンサンブルやダンスをリードしつつ、子どもと楽しむ。 	
11:50	<ul style="list-style-type: none"> ・やきいもを取りに行く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・窯に子どもを誘導し、芋を持ってアリーナに戻る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・火傷等、事故には十分に注意する。
12:00	○焼き芋を食べる	<ul style="list-style-type: none"> ・アリーナに戻り、グループごとに芋を割り、中身の色やホクホク感をみせる。 ・焼き芋を子どもと半分こして一緒にいただく。芋の色やホクホク感、おいなどを楽しみながらいただく。 	
13:00	(園児はパン給食を食べる) ○帰園	(学生は3限目授業) (Aクラス(空き時間)は子どもを見送る)	

②活動の過程（授業への位置づけ）

保育内容造形表現（中畝）	11/20（水）2限	動物帽子
	11/27（水）3限	動物の拠点づくり
保育内容音楽表現（山口）	11/20（水）3限	動物の動き、アンサンブル
	11/27（水）2限	動物の動き、アンサンブル
子どもの生活研究（桂木）	11/11（月）2・3限	焼き芋試し
	11/21（木）1限	計画
	11/25（月）2限	危険予測と安全管理
	11/28（木）1限	前日準備
	11/29（金）1限	実践
言語表現技術（田所）	11/29（金）2限	実施
保育内容言葉（高柳）	11/29（金）3限	振り返り

③取り組みの様子



写真1 絵本の読み聞かせ



写真2 動物帽子



写真3 イモにアルミを巻く



写真4 イモを焼く

④反省及び今後の課題

<活動の内容について>

- ・ 活動の内容が「なりきって表現する」ことが中心になるため、子どもにとっても「なりきる」までの雰囲気づくりがなかなか難しい活動であった。子どもは、周囲の抵抗が少なく自由な雰囲気を感じた時に自分なりの空想の世界に入り込み「なりきる」ことができるが、新しい場で、情報も多く、自分の世界に浸りこむには困難な状況だったと思われる。
- ・ 動物に「なりきる」ための動物帽子については来校以前に幼稚園で制作し、当日身に付けてきたため、子どもたちは目的をもち張り切って来校してきた。それだけに、実践の場面で、子どもたちを創造の世界に十分に誘えなかったことへの反省が大きい。
- ・ 焼き芋については、子どもにとっても学生にとっても貴重な体験である。来年度に向けても続けていきたい内容である。

<学生の姿から教員の気づき>

- ・ 学生もまた、予想に反して子どもなりの表現が出てこないことに焦りを感じ、学生の身体表現を押し付けるような形になってしまったことへの戸惑いを感じながら活動していた様子であった。
- ・ 活動の展開をよく理解できていない学生がいた（活動の最中は指導案を見ることができないため）。時間の流れの中での自分の行動が把握できず、右往左往する学生が目立った。このことについては、振り返りでの学生の反省も多々あった。

<事前準備と科目間の連携について>

- ・ 活動の準備は3つの授業の中で十分に行ったが、子どもとの交流場面はそれらが総合されることなので、2時間という時間の流れの中で、しかも子どもたちの活動の様子に応じながら臨機応変に展開していくことの難しさを痛感させられる交流であった。
- ・ 活動の準備が大学祭の前後であったため学生の意識が集中しなかったこと、またリハーサルの時間が十分に取れなかったこと、学生のみの一方向的リハーサルであったため、子どもたちの様子が十分に予想できなかったことなど多くの反省を残した。

(2) 平成25年度 第3回交流活動

「寒さに負けずに冬の遊びを楽しもう！」

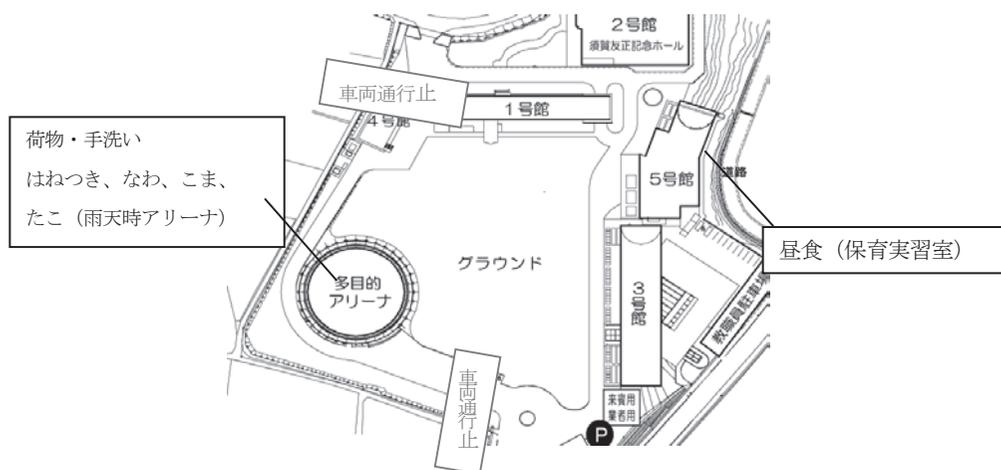
①活動の概要

1. 日 時 平成26年1月24日（金） 2限目
2. 場 所 グラウンド、アリーナ、保育実習室（昼食時）
3. 参加者 みどり幼稚園65名（年長24名、年中19名、年少22名）
子ども生活学部1年生45名、3年生39名
4. テーマ 寒さに負けずに冬の遊びを楽しもう
5. 目 的 学生（3年生）：教材研究および計画立案を進め、1年生に指導・助言することを通して、保育の理解を深める。
学生（1年生）：園児との触れ合いを通して、子どもの内面や発達の理解を深める。
園児：学生との交流を通して、伝承遊びに親しむ。
教員：園児と学生との交流の様子から、授業内容、方法、カリキュラム等を振り返る。
6. 担当教員 高柳、月橋、桂木、市川、加藤（保育内容基礎演習ⅠおよびフィールドワークⅠ担当）

7. 活動の流れ

時間	子どもの活動	学生の動き
9:10		○集合・出席確認、準備（遊びコーナーの設定）
10:50	(1) 来校 (1バス：年長・年中) ・荷物を置く (アリーナ)。 ※来校 (2バス 年少) ・荷物を置く、排泄。 ・集合・挨拶をする。	(1) 子どもを出迎える ・活動に期待感が持てるよう、朗らかな笑顔で ・トイレに案内する。
11:00	(2) 冬の遊びを楽しむ ●遊びの紹介を受ける。 はねつき、こま、たこ、なわなど ●好きなコーナーで遊ぶ。	・集合を呼びかけ、挨拶をする。 (2) 冬の遊び ○コーナーの紹介をする はねつき、こま、たこ、なわなど ○各コーナーで子どもと一緒に遊ぶ (年少1対1、年中・長グループで) ・子どもの意欲・主体性を大切に、一緒に遊ぶ、見守る、待つなど様々な関わり方を試みる。 ・発達過程に配慮し、子どもの実態に応じて挑戦できるように関わる。
11:50	●集合・終わりのことば ●荷物を持ち、4F保育実習室へ移動	○集合・終わりのことば ・移動を見守る
12:10	(3) 昼食 (保育実習室) ●排泄・うがい・手洗い ●昼食準備 ●ごちそうさま	(学生は各自昼食) ○学生はアリーナに再集合、片づけ後、解散
13:00	(4) 帰園 ●排泄・片付け	

8. 環境構成



9. 備考

- 昼食等は保育実習室でとる。暖房をつけておく。
- 雨天時は、アリーナ内のみで活動。

②活動の過程（授業への位置づけ）

3年生：保育内容基礎演習

- 1/8（水）2～3限 交流活動のねらい、大まかな活動の理解
- 1/15（水）2～3限 教材研究（学生の遊び体験、教材の吟味、指導法の検討）
- 1/22（水）2～3限 指導計画の理解と日案の作成
- 1/29（水）2～3限 環境の構成、
リハーサル（1年生と遊び内容の共通理解、役割分担）
- 1/31（金）2限 交流活動実施
3限 振り返り

1年生：フィールドワークⅠ

- 1/9（木）1限 凧、コマを使った遊びの体験
- 1/22（水）2～3限 交流保育のねらいと諸注意、教材準備
- 1/29（水）2～3限 環境の構成、
リハーサル（3年生と遊び内容の共通理解、役割分担）
- 1/31（金）2限 交流活動実施 3限 振り返り

③取り組みの様子



写真5 風で遊ぶ



写真6 フープコーナー①



写真7 フープコーナー②



写真8 コマ作り



写真9 布ぼんコーナー



写真10 凧作り・凧揚げコーナー

④反省及び今後の課題

<活動の内容について>

- ・ 遊びの内容は3歳児から5歳児を視野に入れた子どもの発達や興味・関心に沿うものであり、子どもたちも生き生きと取り組むことができた。
- ・ 遊びに対する教材研究も十分な時間が取れ、学生それぞれ（3年生）が自信をもって1年生に伝えることができた。

<学生の姿から教員の気づき>

- ・ 子どもたちの取り組みの様子を見て、学生たちが自分たちの準備したことについて達成感が持てたことがよかった。
- ・ 子どもとのかかわり方や教材研究への姿勢、具体的な説明の仕方など、1年生は3年生から実際の姿を通して学べたことが大きな成果であった。3年生にとっても、伝えることを通して自分たちの体験が確かなものとなっていくようである。

<事前準備と科目間の連携について>

- ・ 今回は保育内容基礎演習Ⅰでの学びを活かした活動の内容（科目間の連携は無し）

であったので、事前の準備なども十便に時間が取れ、学生の意識も集中して取り組めた。

- ・ 3年生にとっては1年生に伝える、教える、相談に乗るといったことが意欲や張り切りにつながるのではないか。
- ・ 3年生の振り返りでは、教材の選択に立ち返り、深く省察できた。これからの幼稚園本実習に向けて期待が持てる内容であった。

4. 平成25年度の反省と平成26年度の取り組みについて（平成26年3月26日実施）

参加者：みどり幼稚園（岩本園長、吉羽教諭）

大学（日吉、高柳、川田、月橋、土沢、桂木、市川）

○大学側として

- ・ 第3回の冬の遊びは、1年生の満足度が高かった。1年生と3年生が一緒に活動したことにより、3年生に子どもとのかかわりを教えてもらったり、モデルにしたり、安心・安定感を持って活動に取り組むことができた。
- ・ 活動回数を年3回にしたことが適切だった。次年度も同様のペースで行いたい。
- ・ 平成26は完成年度であり、卒論等新しい取り組みが始まるなど、多忙となりそう。みどり幼稚園以外の園との交流は、また次の課題としたい。
- ・ 秋は実習や大学祭など多忙であるため、みどり幼稚園との活動と大学祭の活動を乗り入れて行うことが有効だった。次年度もそうしたい。
- ・ 振り返り学習を充実させたい。実践から時間が経ってしまうと実践直後の感動や反省がしぼんでしまう。
- ・ 金曜日は行事が多いため、授業回数確保が困難。水曜はどうか。幼稚園と相談の上、曜日を決定する。
- ・ 学生が上手くいかない時、園の先生方がフォローして下さることに気づかない学生も多い。保育者の立場から振り返りコメントをいただくと学生の学びに繋がる。そうした機会を設けたい。

○幼稚園側として

- ・ 平成24年度の年間5回から年間3回に減って残念に思っていたが、とても有意義だった。
- ・ 交流も2年目になり、学生主体で活動を展開する姿を見て、その成長を頼もしく感じている。
- ・ 1回目1の交流では学生が司会を担う姿が頼もしかった。体を思い切り動かす経験ができることがありがたい。次年度もぜひ身体を動かす活動や、ボールを取り入れた活動なども行いたい。
- ・ 2回目はウィルス性の感染症が流行した時期で、園の準備や子どもの体調が万全で

はなかった。動物帽子がかわいく魅力的で教材のヒントをいただいた。体を動かすリズム遊びは短時間でも楽しめた。焼き芋は引き続き行いたい。

- ・ 3回目はコーナーを2か所選ぶことで、一人ひとりの子どもがじっくり活動に取り組むことができた。全部を回りきれなかったり、1か所に集中していた子も自分なりに納得していた。帰園してからも遊びの続きをする子どもの姿があった。未満児クラスの子どもにフープが人気だった。早速、園でもフープの環境をつくった。いろいろな遊びの場や学生がいることで、自然に好きな遊びを発見できたのがよかった。学生と子どもとが対等に遊べた。
- ・ 各コーナーでは学生同士が相談して段取りを組んでコーナーを運営する姿がよいと思った。
- ・ 事前準備からぜひ連携していきたい。事前打ち合わせを6週前くらいに行えれば、園でも当日の活動の準備ができるため、子どもが大学で用意してくれた環境にスムーズに移行できる。
- ・ 交流以外にも、園外保育などで来校し、大学のグラウンドで身体を動かして遊ばせていただきたい。

平成25年度の課題であった開講科目との関連を考慮し授業を展開することについては、おおむね目標を達成することができた。学生と幼稚園児との交流は、各授業で学修したこととの総合的な活動である。また、この活動を各授業の観点から振り返ることにより、多くの学びを得ることができる。振り返りの時間こそ貴重であるが、今年度はなかなかその時間を確保することが困難であった。次年度への課題となる。

(プロジェクトメンバー)

教授 日吉佳代子
教授 河田 隆
教授 駒場 利男
准教授 中畝 治子
准教授 山口 晶子
准教授 月橋 晴美
講師 土沢 薫
講師 桂木 奈己
講師 市川 舞

IV. 平成25年度「子育てネットワークプロジェクト」

子ども生活学部 教授 加藤 邦子

1. プロジェクトの目的

地域に暮らす未就学児をもつ家庭を対象として、父親を含めた親子同士、家族同士、異世代間の交流を促進し、就学前の子どもたちの健やかな成長を促進する機会を提供することを目的とする。詳細については、子育てネットワークづくりプロジェクト（加藤ほか、2013）を参照して下さい。

2. 活動概要

(1) 地域の子育てネットワークづくり

平成24年度の活動に引き続き、地域の親子を対象とした子育てネットワークづくりを促進した。子ども生活学部の教員が5回のうち3回の企画を担当し、親子遊びの後で育児上の困難について話し合うことで、ネットワークの機会を提供することができた。

(2) 「親子遊びの会」の活動内容の充実

宇都宮共和大学子ども生活学部5号館保育実習室において「親子遊びの会」第3回～第7回を開催した。（親子の自由遊び・設定遊び・親同士の話しあいの3部構成とした）

①平成25年度の実施状況

第1回（トータル第3回目） 2013年5月18日（土） 9時30分～12時

親子の自由遊び、設定遊び「音楽であそぼう」（父親と母親）、子育てフリートーク
参加者 23組 57名 参加スタッフ：学生4名 教員6名

第2回（トータル第4回目） 2013年7月6日（土）9時30分～12時

親子の自由遊び、設定遊び「みんなで絵を描いてあそぼう」（柿の木幼稚園母親）、子育てフリートーク

参加者 16組 36名 参加スタッフ：学生2名 教員5名

第3回（トータル第5回目） 2013年9月28日（土）9時30分～12時

親子の自由遊び、設定遊び「身体を使ってあそぼう」（河田教員）、子育てフリートーク
参加者 10組 20名 参加スタッフ：学生2名 教員5名

第4回（トータル第6回目） 2013年12月14日（土）9時30分～12時

親子の自由遊び、設定遊び「リトミックであそぼう」（山口教員）、子育てフリートーク

参加者 24組 63人参加 参加スタッフ：学生5名 教員6名

第5回（トータル第7回目） 2014年2月22日

親子の自由遊び、設定遊び「ひな祭りの飾りづくり」（長尾教員）

参加者 10組 26人参加（うち2歳未満8人） 学生2名 教員5名

②振り返り

- ア. 親子同士のネットワーク、学生と親子、教員と親子の交流内容は、回を重ねるとともに、無理なく自然な流れで進められるようになって相互交流が進んでいる。
- イ. 子どもの年齢に応じた子育て上の悩み・迷いを親同士が話し合えるよう援助した。
- ウ. 親子遊びの会を楽しみに通ってくる常連さんが増えている。今度いつですか？という問い合わせもあり、親子で期待している様子が伝わってくる。4回と5回には、「おみやげ：クリスマスツリー、作品：ひな飾り」をお持ち帰りにしたところ、大変好評であった。一方で、親の主体的参加をうながし、親主導の活動を入れていきたいと思っているが、今年度5回のうち、保護者による企画が2回、教員によるものが3回であった。呼びかけはしているが、主体的に企画や提案をしていただけるよう、今後方策を考えていく必要がある。
- エ. プロジェクトの運営費を活用して、お土産、教材づくりのための絵の具、画用紙等材料を購入した。学生が親子の姿をイメージしながら製作し、概ね好評で喜んでいただいている。
- オ. 0歳、1歳代の乳児が親子遊びを楽しめるように、遊具（木のおもちゃ）を購入した。音を楽しんだり、感触を試す姿が見られ、親子の遊びが促されている。
- カ. 学生ボランティアは2から5名で、土曜日に授業がある2年生、3年生は参加が見込めないため、1年生の参加を募るが、アルバイトや用事があるためか、なかなか定着しない。今後呼びかけを積極的に行いたい。
- キ. 幼稚園の行事や地域のイベントと重なると、出席できない方が多くなる。一方で新規の方を誘ってくださる方もおり、新メンバーの参加も見られる。申し込みをして、参加する、というシステムが定着してきており、ほぼ申し込み通りの参加者である。

3. 研究活動

（1）「地域子育て支援施設の利用者調査」の実施

第4回親子遊びの会参加者に、調査（無記名）の説明を行い、協力を呼びかけた。ご協力いただける方にご回答をお願いした。この調査は、平成25年11月～12月に関東・関西にある子育て支援施設51ヶ所の利用者（未就学児を持つ親）を対象に実施したものである。（詳しくは、子育て期の親がひろば支援者と関係を築くための要因（加藤，2014）を参照して

下さい。)

(2) 調査目的

子育て支援施設の参加者は誰を頼りにし、その人とどのような関係を築いているか、支援者との関係のあり方が子どもとの関係性にどのように影響しているかについて明らかにすることであった。

(3) 調査結果

協力者28名(27—45歳, M. 36歳, SD4.7)にご回答いただいた項目の結果を報告する。

①地域子育て支援施設(ひろば)で利用者が気軽に相談でき手助けしてくれる人。

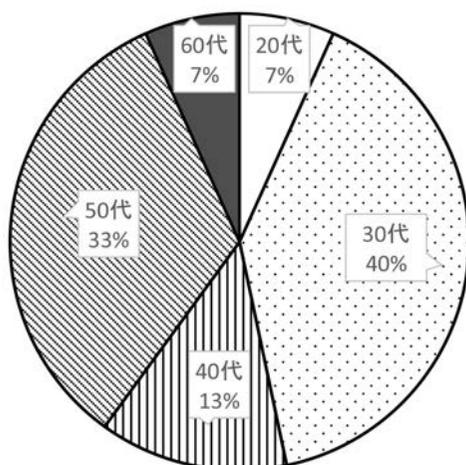


図1. 「ひろばで気軽に相談できたり、助けてくれる人」の年齢

親子遊びの会の参加者(男性4名, 女性24名)自身は、27歳～45歳で、20代10.7%、30代75%、40代14.3%で、平均年齢は36歳である。子育てひろば、つどいの広場などに親子で参加した経験をふりかえってもらい、「気軽に相談したり、助けてくれる人」(ここでは『ひろば支援者』と呼ぶ)について尋ねたところ、1人以外はすべて女性と回答していた。男性と答えた回答者は父親であった。ひろば支援者は30代が4割で一番多く、50代(33%)、40代(13%)と続いた。平均年齢は42.3歳(はば29歳～60歳)でひろば支援者はどちらかという、利用者本人に近い年齢の方であることが示唆された。異世代間の方に助けられるというよりは、自らの年齢の近くか少し上の先輩に気軽に相談している実態が窺える。また回答者のうち1名は、男性のひろば支援者をあげていた。親子遊びの会でも男性教員が相談にのったり、子どもと遊ぶモデルになっており、参加者にとって貴重な存在であることから、今後支援者としての男性の存在も重要になると考えられる。

次にそのひろば支援者に会った時の子どもの年齢を尋ねた。最も多かったのは、子ど

もが0歳台で60%（9名）、1歳台や2歳台、妊娠中と答えた利用者も存在した。このことから子育てサロンやつどいの広場には、わが子が赤ちゃんの頃から参加し、継続した関係を築いていることが予想される。

②配偶者以外でもっとも手助けしてくれる人はどんな人か。

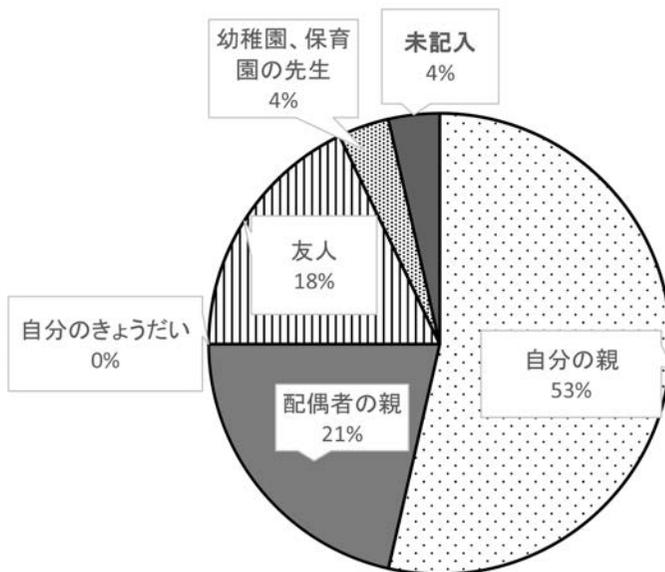


図2. 「配偶者以外で子育てを最も手助けしてくれる人の続柄」

配偶者以外で子育てを最も手助けしてくれる人について、「自分の親」とした人が半数以上で、配偶者の親が21%。このように最も手助けしてくれるのは「親族」とした人はほぼ75%である。友人や先生など「非親族」を挙げた人は2割、記入のない人は4%であった。親族による手助けを得る上で重要な要因であると考えられる「自宅と実家との距離」については、平均値は3.1（SD=1.15）で、「電車・車使用で1時間以内のところ」であった。隣居や同居、歩いて片道30分以内に住む人、電車・車使用で片道1時間以内のところ、いずれも14.3%で、全体のうち5割足らずの人は実家が近いといえるが、半数の実家は交通機関を利用して片道1時間以上かかると答えていた。親族が遠方であっても、困った時に助けてくれる人として重要な役割を果たしていることが示唆された。

③調査地域による違いについて

「地域子育て支援施設の利用者調査」は平成25年11月～12月にかけて、関東・関西の地域子育て支援拠点や子育て支援施設51ヶ所に協力していただいた調査である。プロジェクトの加藤邦子が文部科学省日本学術振興会の科学研究費補助金を受け、平成24年～26年度の

基盤研究C（課題番号24530887研究代表加藤邦子）として取り組んできたもので、各子育て支援施設に協力を募り、利用者から1300人を超える回答を得た。本稿では親子遊びの会の特徴を明らかにするために、全体の平均値と比較してみる。

ア. 回答者自身の属性の違い

親子遊びの会の協力者の平均年齢は36歳であったが、全体平均は、34歳で親子遊びの会の方が有意に高く、子どもの数も1.76（SD=0.52）と全体1.55人よりも多かった。自宅と実家の距離は、全体と比較すると実家との距離に近い人が多いことが示された。

イ. ひろば支援者・最も手助けしてくれる人の年齢の違い

ひろば支援者の平均年齢は、42.3歳で、全体平均40.71歳（SD=9.14）と比べると親子遊びの会の協力者の方が高いことがわかった。最も手助けしてくれる人の年齢は全体56.7歳で有意差はみられなかった。配偶者以外で最も手助けしてくれる人の年齢には違いはみられなかったが、回答者自身の年齢が有意に高かったことと関連して、ひろば支援者の年齢も高くなっていると考えられる。

ウ. 関係性の違い

母親全ての回答（N=1269）を対象として、もっとも子育てを手助けしてくれる人・ひろば支援者・子どもとの関係性について尋ねた項目に対して因子分析を実施し、「最も手助けしてくれる人へのコミットメント」「ひろば支援者へのコミットメント」「子どもへのコミットメント」「関係による制約感」「対人的苛立ち」の5因子の構造を仮定して、各因子得点を求めた。ここでコミットメントとは関係への動機づけを示す概念である（Rusbult, 1983, 加藤, 2007;2009）。全体の因子得点の平均値（N=1038）と親子遊びの会（N=19）の値とを比較して、親子遊びの会の参加者の特徴を明らかにした。その結果、最も手助けしてくれる人、わが子への関係には差が見られず、関係による制約感、対人的苛立ちなど否定的感情にも差が見られなかった。一方で「ひろば支援者へのコミットメント」には有意差が認められた。全体の因子得点の平均値は-0.01（SD=1.00）であったが、親子遊びの会の平均値は0.49（SD=1.10）で、5%水準で有意に高いことが確認された。他の子育て支援施設に比べ、ひろば支援者との関係への動機づけが高い人たちが参加していると考えられる。

4. 平成25年度のまとめ

研究結果から示唆されることとして、子育て支援施設の参加者は異世代より同世代や少し先輩の人とのネットワークを望んでおり、配偶者以外で親族、非親族から子育て支援を受けていること、ひろば支援者へのコミットメントが高いという実態が明らかになった。

参加者は20代～40代で幅があり、学生、教員も加わり、多様で重層的な関係を体験することが、ネットワークづくりへの動機につながっていることが示唆された。子育てネットワークの活動の目的に合わせて、親子遊びの活動の充実、研究活動の充実を図ってきた結果、5回の活動を通して地域の親子、教員、学生の協働によるネットワークづくりが促進された

ものと考えられる。今後の課題として、多様な関係、重層的な関係によるネットワークを広げ、かつ深めるために、異なる世代同士の結びつきを促進するような活動を取り入れていくことが必要である。こうしたまとめを受け、平成26年度の取り組みの方向性を確認したい。

- ① 親子同士のネットワークだけでなく、異なる世代同士の関係、とくに学生と親子、教員と親子のネットワークづくりをすすめる。
- ② 子どもの年齢に応じた子育て上の悩み・迷いを親同士が話し合えるよう援助する。
- ③ 参加者が主体的に参加できるように工夫する。
- ④ 学生が主体的に参加できるように工夫する。

【引用文献】

- 加藤邦子, 2007, 父親, 母親が子どもへのコミットメントを維持する要因分析, 家族社会学研究, Vol.19. No.2:7-19.
- : 2009a, 父親の子どもへのコミットメントを規定する要因－Rusbultの投資理論の拡張モデルを専業主婦家庭に用いて, PROCEEDINGS 08, お茶の水女子大学:37-47.
- : 2009b, “Factors affecting Japanese Fathers’ and Mothers’ Commitment to Children: Extension of Rusbult’ s Investment Model” PROCEEDINGS 05, Ochanomizu University :103-111.
- : 2009c, 育児期の父親が子どもとの関係性を高める要因－フォーカス・グループ・インタビューの質的分析, PROCEEDINGS 08, お茶の水女子大学:23-35.
- 加藤邦子, 牧野カツコ, 河田 隆, 田所順子, 長尾恵子, 2013, 親子遊びの会－子育てネットワークづくりプロジェクト, 研究センター年報, 第3号:183-190.
- 加藤邦子, 2014, 子育て期の親がひろば支援者との関係を築くための要因－栃木県の地域子育て支援施設における調査から, 保育・教育・福祉研究, 第12号:1-18.
- Rusbult, C. E., & Buunk, B. P., 1993, Commitment processes in close relationships : an interdependence analysis, Journal of Social and Personal Relationships, Vol.10:175-204.

(プロジェクトメンバー)

教授 牧野カツコ

教授 河田 隆

非常勤講師 田所 順子

非常勤講師 長尾 恵子

地域福祉開発センターの 取り組み

I. 「地域福祉勉強会」報告

人間福祉学科 准教授 古川和稔

1. はじめに

宇都宮短期大学地域福祉開発センターでは、平成23年度と24年度の2年間、「介護職員スキルアップ講座」を開催した。現職の介護職員を中心に、2年連続で約100名が参加され大変好評だったが、本年度はさらに発展させる形で、平日夜間に全5回で開催する「座談会形式」の勉強会を開催している。

以下に、本講座の概要と現時点での経過を報告する。

2. 講座のねらい

(1) ねらい

- 1) 宇都宮短期大学として地域福祉の向上に貢献すること
- 2) 地域で活躍している卒業生をフォローすること
- 3) 就職先のネットワークを強化すること
- 4) 現場のニーズや課題を知ることにより本学の教育研究の充実に資すること

(2) 対象

福祉実践現場に勤務されている方、福祉に関心がある市民の方

(3) 会場

宇都宮短期大学 長坂キャンパス 5-502教室

(4) 日程と講座内容

日 程	内 容
6月17日（月）	福祉実践現場の現状について
7月22日（月）	自立支援介護について
9月30日（月）	認知症ケアについて
10月28日（月）	ケアマネジメントについて
11月25日（月）	キャリア形成について

主催：宇都宮短期大学地域福祉開発センター

協力：栃木県老人福祉施設協議会21世紀委員会

(5) 講座内容

1) 「福祉実践現場の現状について」(平成25年6月17日)

地域包括ケアシステムと、介護福祉実践現場の現状と課題について講義した後、本テーマについてグループディスカッションを行った。

※ 講義内容については資料①参照

2) 「自立支援介護について」(平成25年7月22日)

全国老人福祉施設協議会が中心になって進めている「自立支援介護」について解説した。その後、本勉強会参加施設から、自立支援介護の成果や課題についてのプレゼンテーションを行った。

※ 講義内容については資料②、プレゼンテーション内容については資料③を参照

3. おわりに

本稿は第2回終了時点までの報告であるが、参加者を固定してのシリーズでの勉強会であるが故、参加者相互の交流が生まれてきている。このようなネットワークの構築は、全県的な介護福祉実践のレベルアップには不可欠なものであり、地域福祉開発センターとしては、今後も継続してこのような場を提供していきたいと考えている。

資料①

主催：宇都宮短期大学 地域福祉開発センター
協力：栃木県老人福祉施設協議会 21世紀委員会

地域福祉勉強会(第1回)

宇都宮短期大学 人間福祉学科
介護福祉専攻 准教授
古川 和穂
(理学療法士・介護福祉士・社会福祉士・介護支援専門員)

本勉強会の予定

- 第1回(6月17日)
相互交流と3回目以降の内容検討
- 第2回(7月22日)
自立支援介護の実際
事例発表とディスカッション
(晴風園、マイホームきよほら)
- 第3回(9月30日) フレゼン資料作成
- 第4回(10月28日) フレゼン①
- 第5回(11月25日) フレゼン②

地域包括ケアシステムを構築

- 団塊の世代が75歳以上になる
2025年(平成37年)までに完成
- 施設から地域(住宅)へ
- 短時間で頻回なサービスを提供
- 地域(住宅)で暮らしながら、施設と
同様のサービスを提供

地域包括ケアシステムの整備

- 医療との連携強化
- 介護サービスの充実強化
- 予防の推進
- 見守り、配食、買物など、多様な生活支援
サービスの確保や権利擁護など
- 高齢期になっても住み続けることができる
高齢者住まいの整備

本勉強会の目的と方向性

- 福祉従事者、あるいは地域福祉に関心をも
つ参加者が積極的に交流を図り、ネット
ワークを強化する
- 参加者が関心をもっている課題について、
解決の方策を検討する
- 一般的な講義形式ではなく、参加型の勉
強会とする
- テーマに即した内容で、発表やディスカッ
ションを行う(アウトプット型勉強会)

地域福祉の方向性
地域包括ケアシステム

日常生活圏域 (30分以内で駆けつけられる圏域)

生活支援 介護 医療
住まい 予防

それぞれの内容

医療との連携強化

- ・24時間対応の在宅医療、訪問看護やリハビリテーションの充実強化
- ・介護職員によるたんの吸引などの医療行為の実施

9

予防の推進

- ・できる限り要介護状態とならないための予防の取組や自立支援型の介護の推進

10

見守り、配食、買物など、多様な生活支援サービスの確保や権利擁護など

- ・一人暮らし、高齢者夫婦のみの世帯の増加、認知症の増加を踏まえ、様々な生活支援（見守り、配食などの生活支援や財産管理などの権利擁護サービス）サービスを推進

11

高齢者住まいの整備

- ・一定の基準を満たした有料老人ホームと高専賃を、サービス付高齢者住宅として高齢者住まい法に位置づけ
- ・高齢者円滑入居賃貸住宅（高円賃）、高齢者専用賃貸住宅（高専賃）、高齢者向け優良賃貸住宅（高優賃）のいわゆる既存3施設は廃止され、サービス付き高齢者向け住宅に一本化

12

地域包括ケアシステムの
展望

13

創設された
介護サービス

14

定期巡回・随時対応型
訪問介護看護
(加算率:4.0%)

15

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

- ・重度者を始めとした要介護高齢者の在宅生活を支えるため、日中・夜間を通じて、訪問介護と訪問看護を一体的に又はそれぞれが密接に連携しながら、定期巡回訪問と随時の対応を行う

定期巡回・随時対応サービス（定期巡回・随時対応型訪問介護看護）の基準・報酬
について（社保審一介護給付費分科会第80回（H23.9.22）資料1）を元に作成

16

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

- ・地域密着型サービスの一類型として創設
- ・対象者は要介護者のみ(介護予防サービスは規定していない)
- ・身体介護サービスを中心とした一日複数回サービス
- ・看護や生活援助サービスについても一体的に提供

定期巡回・随時対応サービス(定期巡回・随時対応型訪問介護看護)の基準・報酬について(社保審一介護給付費分科会第80回(H23.9.22)資料1)を元に作成 17

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

- ・訪問介護と訪問看護が一体的又は密接に連携しながら、定期巡回型訪問を行う
- ・利用者からの通報により、電話やICT機器等による対応・訪問などの随時対応を行う

定期巡回・随時対応サービス(定期巡回・随時対応型訪問介護看護)の基準・報酬について(社保審一介護給付費分科会第80回(H23.9.22)資料1)を元に作成 18

複合型サービス
(加算率:4.2%)

19

複合型サービス

- ・地域密着型サービスとして位置づけ
- ・今般、小規模多機能型居宅介護と訪問看護の複数のサービスを組み合わせた複合型事業所を創設し、看護と介護サービスの一体的な提供により医療ニーズの高い要介護者への支援の充実を図る

複合型サービス(小規模多機能型居宅介護と訪問看護)の基準・報酬について(社保審一介護給付費分科会第80回(H23.9.22)資料2)を元に作成 20

複合型サービス

- ・要介護度が高く、医療ニーズの高い高齢者に対応するため、小規模多機能型居宅介護のサービスに加え、必要に応じて訪問看護を提供できる仕組みとする
- ・別々に指定しサービス提供するよりも、小規模多機能型居宅介護事業所に配置されたケアマネジャーによるサービスの一元管理により、利用者のニーズに応じた柔軟なサービス提供が可能
- ・事業者にとっても、柔軟な人員配置が可能

複合型サービス(小規模多機能型居宅介護と訪問看護)の基準・報酬について(社保審一介護給付費分科会第80回(H23.9.22)資料2)を元に作成 21

介護職員の職域は？

22

栃木県の
専門職の現状

平成23年度看護・介護の現状
出典:栃木県保健福祉部保健福祉課

23

介護福祉士登録者数

- ・人口10万人あたりの登録状況
- ・667.3人 ○ ○ 全国で40位
- ・1位 島根県: 1,260.8人
- ・47位 大分県: 186.5人
- ・北関東では…
 - ・群馬県 807.5人(27位)
 - ・茨城県 636.2人(41位)

24

社会福祉士登録者数

- ・人口10万人あたりの登録状況
- ・**95.0人** ○○○ **全国で37位**
- ・ 1位 岡山県: **158.0人**
- ・ 47位 茨城県: **79.0人**
- ・ 北関東では…
 - ・ 群馬県 **104.1人(31位)**

25

看護職員就業状況

- ・人口10万人あたりの登録状況
- ・**656.6人** ○○○ **全国で41位**
- ・ 1位 高知県: **1,114.6人**
- ・ 47位 埼玉県: **486.9人**
- ・ 北関東では…
 - ・ 群馬県 **715.3人(34位)**
 - ・ 茨城県 **575.7人(44位)**

26

**自立支援
と
楽々介護**

27

社会福祉士及び介護福祉士法 第四十四条の二

社会福祉士及び介護福祉士は、その担当する者が個人の尊厳を保持し、自立した日常生活を営むことができるよう、常にその者の立場に立つて、誠実にその業務を行わなければならない。

28

介護保険法 第一条

この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

29

一方で…

- ・ 楽々介護技術講座
- ・ 持ち上げない介護技術講座
- ・ 腰痛予防の介護技術講座

30

WHO憲章における「健康」の定義

"Health is a dynamic state of complete physical, mental, spiritual and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity."

完全な肉体的(physical)、精神的(mental)、Spiritual及び社会的(social)福祉のDynamicな状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない

31

すなわち

32

それぞれにとっての「自立」

- ・ **障害児**
身体的自立、精神的・社会的にも自立
- ・ **障害者**
IL運動が求めてきたように、「社会的自立」
- ・ **高齢者**
「身体的自立の喪失」から要介護状態に

33

自立支援介護 とは…

34

よく聞く説明…

- ・ 「出来ること」は本人に！
- ・ 「出来ないこと」だけを手伝う



これは自立支援？

35

自立支援介護とは

利用者の自立性の回復を目的



科学的根拠に基づく
積極的な支援！

36

自立支援介護の実際

- ・ 全国老人福祉施設協議会(全老協)の取り組み
- ・ 平成16年度から「介護力向上講習会」
- ・ 30か所を超える「おむつゼロ特養」
- ・ 胃ろうから常食へ

37

栃木県では…

38

今年度より本格スタート

- ・ 栃木県老協主催で研修開始
- ・ 年間6回の研修
- ・ 今年度は約30施設が受講

39

地域の仲間として
よろしくお願い
申し上げます！

・ 個人ホームページ <http://fukurawa-2010.com/>
・ ブログ <http://ameblo.jp/carlostochigi/>

毎週水曜日 9時～13時まで
栃木放送 “ラジっちゃん？” に出演中

40

資料②

主催：宇都宮短期大学 地域福祉開発センター
協力：栃木県老人福祉施設協議会 21世紀委員会

地域福祉勉強会(第2回)

宇都宮短期大学 人間福祉学科
介護福祉専攻 准教授
古川 和穂
(理学療法士・介護福祉士・社会福祉士・介護支援専門員)



自立支援介護とは…

2

自立支援介護とは

利用者の自立性の回復を目的

↓

科学的根拠に基づく積極的な支援!

3

自立支援介護の実際

- ・全国老人福祉施設協議会(全老施協)の取り組み
- ・平成16年度から「介護力向上講習会」
- ・50か所を超える「おむつゼロ特養」
- ・胃ろうから常食へ

4



栃木県では…

5

今年度より本格スタート

- ・栃木県老施協主催で研修開始
- ・年間6回の研修
- ・今年度は約30施設が受講中

6



自立支援介護の基礎理論

7

基本ケアの徹底

- ・水分(1500ml)
- ・食事(1500kcal)
- ・排泄
- ・運動

8

大切なこと！

専門職としての
“誇り”

9

専門職とは

- ・基礎知識
- ・技術
- ・役割の認識

10

専門職に求められるもの

- ・熱意
- ・知識

(by 竹内孝仁)

11

介護過程を展開する！

専門職として支援するための思考過程

12

要望とニーズの違い

- ・要望(デマンド)
- ・ニーズ(問題の原因)

13

家事(調理)が困難なAさん

- ・要望は？
- ・ニーズは？

14

要望型ケアプラン

- ・「食事を作って欲しい」

↓

ヘルパーが食事を作りに行く

15

ニーズ型ケアプラン

- ・「食事を作って欲しい」

↓

調理が困難な原因を考える
→ アセスメントを行う

16

アセスメント

- 生活障害をもたらしている「原因」を発見する作業
- 情報を集めるだけではアセスメントにならない

↓

鍵は「知識」にある！！

17

よいよい生活

↑

問題解決

ケアプラン

ケア

Kato Fumikawa

18

高齢者のADL・IADL

意欲

機能 環境

活動力・体力

19

自立支援介護の実践例

- 成功体験の共有
- チーム作り
- 水分量アップと常食化
- 職員定着に向けて

Kato Fumikawa

20

成功体験の共有

- 通用門などに掲示
- 申し送りで伝達
- 事例発表の場

Kato Fumikawa

21

水分量アップと常食化

- 栄養士との連携強化
- 色々な飲み物(予算に応じて粉末ジュースなども)
- ゼリーの種類増加(お茶、スポーツドリンク、果実ジュースなど)
- テーブルにセットし、グループダイナミクスの活用
- 容器の工夫(例:ヤクルトの容器)
- 外食やライブ調理(家族対応含む)

Kato Fumikawa

22

チーム作り

- 講習会参加者が孤立しないようにディスカッション
- 風通し良く、何でも話せる環境
- 「部下から上司へ」は難しいことを自覚する
- “出来ない理由”から“出来る工夫”

Kato Fumikawa

23

資料③

介護力向上に関わって・・・

特別養護老人ホーム晴風園
介護士 桑野雅也

1

介護力向上委員会の設立

- 全国でも「オムツ0、胃ろう0」を目指している施設が多数あり、成功例も多くある。(県内ではひまわりがオムツ0特養である。)
- 職員間で情報交換を行い、歩行訓練を実施できるかどうかの検討・反省・再実施を行うことで内容の振り返りを実施
- 当園では長期間の車いす生活から下肢の拘縮などが見られている方が入所されていたため座位保持訓練から開始する例もあった。

2

「オムツ0、胃ろう0を目指す」

【「水分」「食事」「排泄」「運動」の理論を学ぶ。】

- 水分一日1500cc
- 常食の提供
- トイレ・PTイレで排泄(便)
- 及び、下剤の中止
- 運動(歩行練習)

(一日の水の出入り)

入

- 飲水 1500ml
- 食事 700~1000ml
- 燃焼水 200~300ml

出

- 尿 1500ml
- 不感蒸泄 700~1000ml
- 便 200~300ml

3

初年度の動きとして

- 全国老協主催の介護力向上講習会に参加する。参加前の当園オムツ使用率は58%であり、排便場所がオムツの方が48%となっていた。
- (昨年度参加された施設は179施設。当園の取り組み前暫定ランキングの発表では、179施設中145位であった。)
- 7月1日現在のオムツ使用率は18%となっている。

4

最初の動きとして・・・

- 歩行器の不足や介助方法の模索、歩行練習時の介助負担が強く職員によっては未実施になる事が多くあった。水分摂取に関する方法の検討、職員間での理解に差が見られる、などからなかなか思うように進まない事が多々あった。不足物品の購入や勉強会などを少しずつ実施し理解を得ていった。
- 介護力向上委員会設置後すぐに、水分提供量の増加・常食の提供・日中オムツの方のオムツ外し及びトイレPTイレでの排泄・立位可能な方の歩行練習を行っていた。運動は特に難しく、実施できる方は少人数であった。

5

徐々に職員間での理解も深まり、対象者のオムツ外しや歩行なども実施できていたが・・・

- 12月にノロウィルスによる集団感染、1月後半から2月にかけてインフルエンザの流行、内容の理解不足・結果がうまく表れない事から職員のモチベーションが低下するなどがあり、トイレ・PTイレへの誘導意欲が低下・特に時間が必要となる歩行練習などが思うように実施することが出来ない。対象としていた利用者のフロア移動や、亡くなる等も重なりつつ新年度となる。

6

初参加、初年度途中経過、委員会の立ち上げで感じられたこと・・・

- ・全職員間で情報の共有をすること、また介護方法の変更を実践することはとても労力が必要であった。職員の間でも考え方や介護力に違いがあり全員で共通の内容を実践していくことがとても難しく感じられた。
- 看護師として勉強してきた内容や病院などで培ってきたもの、用語の使いなどが介護力向上の内容と違うことが多く、看護師が疑問に思う事が多く生じていた。

7

自分自身が感じていた課題としては・・・

- ・初年度初期から、利用者へのアセスメント方法が参加前と同じ状況であった。
- 当園ではスタートしてすぐにオムツ外しや運動などを全利用者対象としていた。通常業務の上に新しい内容を実施しようとする、実際に動くのは通常業務を行っている現場で働く職員であり、両方を行おうとするならば大変な労力が必要である。それらを考えると各棟・各ユニットで対象者を数名に限定し歩行や水分摂取の方法をある程度確立させてから全利用者を対象とすれば良かったのではないかと思う。しかし・・・平職員である自身が訴えても特に変化を望むことが難しく感じられていた。

8

- 記録方法を早い段階で検討していかないと、介護力の記録書類や日中のパソコン業務に追われて業務時間に勤務が終わらない。
- 参加前に行っていた普段の介護に加えて講習の内容が重なり、利用者の心的負担・職員の身体的負担が現れ、双方ともにストレスを抱えていたと思われる。
- 介護職員の中でも、施設職員・パート職員・派遣職員全員の意識に差があり、日によって介護に差が生まれていた。
- 看護と介護の連携を取る為に、どう動いていくべきかがわからなかった。
- 水分摂取が難しい方への摂取方法の検討が必要であり、講習参加前の方法のままでは摂取量アップに限界がある状況であった。

9

2年目、約3カ月が経過し感じられたこと、思っていること・・・

- 夜間独語が聞かれていた方が良眠される日数が増えた。
- 歩行に関して、多くの家族の同意が得られてきている。歩行するにあたってのリスクに対する同意も得られている。
- 全棟・全ユニットの水分摂取量の平均値が増えている。
- 歩行者数と距離が前年度より増加している。
- PT・トイレ・トイレでの排泄を行う方が増え、自然排便が見られる時があり下剤が減った。

11

逆に・・・

- 日中の会議が多く、週に何度も会議が重なることもあり歩行訓練などがうまく実施できない。特に職員が少人数のフロアやショートステイを受け入れているフロアでは、3人介助が必要などの歩行困難な方の歩行練習を実施するための人数と時間が確保できない時が多々ある。
- 結果がすぐに表れないことは分かっているが、普段行ってきた介護に加えて介護力向上の内容を実施するとなるとなかなか職員のモチベーションが保てない。
- 歩行を率先して行う人、そうではない人・・・人によって介護量に差があるのではないかと・・・。

13

などなど・・・

- まだまだ勉強不足の点多々ありますが、介護士が勉強することは利用者にとってプラスになる事も多くあります！

ご清聴ありがとうございました(—_—)!!

15

二年目に入り・・・

- 栃木県にて介護力向上講習会の分校が立ち上がり当園ではそちらに参加することとなる。
- 「水分」「運動」など理論4項目の各分科会が毎月毎月の勉強会・状況報告会がスタート。
- 歩行器が購入され各棟・ユニットに配置される。
- 研修として数名で、前年度介護力向上講習会に参加されていた県内他施設の見学を実施。
- 自身のユニットでは、水分摂取量・日中トイレ・トイレ使用者数・常食提供者数・歩行者数・歩行訓練の回数・距離数の増加が見られ始めている。

10

- 常食化に管理栄養士も力を入れた成果として常食者が増えた。入れ歯の再購入者も前年度に比べて増えてきている。
- 新年度となり歩行器が購入される(各棟、各ユニット一台ずつ)。これにより歩行準備に利用者を待たせることなく歩行に移れる回数が増えた。
- 全職員参加で勉強会などを開き時間をかけて徐々にお互いの理解を深めていくことで、介護職の理解と行動、看護職としては納得できないことはあるものの、協力を得ることが可能な状況になってきた。

12

- 前年度課題としていた内容で、アセスメントを作成・実施・評価・検討・再実施に関しての全職員の意識が薄い。意識だけの問題ではなく、記録を行う時間があまりに確保できないことはどのように考えているのだろうか。これらをすべて実行するための方法が、一部の職員しかできないであろう勤務後の時間や自宅に持ち帰っての仕事となってしまうのはどうなのだろうか・・・。理想論ではあり勉強の意味でこれらの必要性も自身で分かっているのだが、業務をこなした上で介護力向上に臨んでいるため、遅くまで残る・自宅で記録業務などを行う等、勤務外でも仕事をするのがよとされるなど暗黙の了解が習慣として残っているように感じるが・・・。

14

Ⅱ. 平成25年度市民大学（前期）講座専門学習プログラムを終了して

人間福祉学科 教授 天 野 マ キ
 音楽科 准教授 山 本 久美子
 音楽科 准教授 崎 谷 直
 人間福祉学科 講師 平 賀 紀 章
 人間福祉学科 助教 大 出 里 香
 人間福祉学科 助教 勝 浦 美智恵

はじめに

平成25年度市民大学（前期）講座は、平成25年5月18日（土）から6月29日（土）まで、6回にわたって、実施されました。「ミドルの心豊かな生活のために～子育てと介護のはざまの中で～」というのが、今回のメインテーマでした。宇都宮短期大学の6名の教員が、社会福祉、介護、音楽の領域から、「親の介護」と「子育て」のサンドウィッチ状態におかれたミドル世代の方々に焦点をあてて、少しでも、問題解決の糸口をさぐって頂きたいと願いながら、講義に挑戦しました。以下に、その概要をご報告させていただきます。

1. 平成25年度市民大学（前期）講座専門学習プログラムの全体像

平成25年度市民大学（前期）講座専門学習プログラム

コース名	Ⅱ 現代社会		宇都宮短期大学連携講座	
テーマ (タイトル)	ミドルの心豊かな生活のために ～子育てと介護のはざまの中で～			
概 要	<p>“中年の危機”といわれるようにミドル世代には、子どもの教育や老親の介護の問題など家族にかかわる問題が生じがちです。その一方で、自分自身の体力にも衰えを感じ始め、健康の大切さを実感している方も多いことでしょう。</p> <p>本講座では、このようなミドル世代の方々の悩みに答えるとともに、日々の生活を心豊かに過ごすための方法（クラシック音楽の楽しみ方や心を癒す音楽療法）について学んでいきます。</p>			
会 場	人材かがやきセンター研修室 (中央生涯学習センター5階)	期 間	5月18日から6月29日の土曜日 午前10時00分から12時00分まで	
定 員	30名	受講料	3,000円	

内 容

回	期日	学習テーマ	講師	学習方法
1	5月18日 (土曜日)	子育てと介護の狭間で (1) —子ども(中高生)との付き合い方—	宇都宮短期大学 人間福祉学科 助教 勝浦 美智恵氏	講義

2	5月25日 (土曜日)	子育てと介護の狭間で (2) —介護の相談事例から—	宇都宮短期大学 人間福祉学科 教授 天野 マキ氏	講義
3	6月1日 (土曜日)	中年期の安定した生活のために —一国の社会保障制度から—	宇都宮短期大学 人間福祉学科 講師 平賀 紀章氏	講義 演習
4	6月15日 (土曜日)	中年期の食生活をめぐる課題 —お食事カードバイキングで健康チェック—	宇都宮短期大学 人間福祉学科 助教 大出 理香氏	講義 演習
5	6月22日 (土曜日)	音楽のある生活 (1) —クラシック音楽の楽しみ方—	宇都宮短期大学 音楽科 准教授 崎谷 直氏	講義 演習
6	6月29日 (土曜日)	音楽のある生活 (2) —音楽療法による癒し—	宇都宮短期大学 音楽科 准教授 山本 久美子氏	講義 演習

2. テーマごと学習内容の概要

平成25年度宇都宮市民大学（講座）報告

ミドル世代の心豊かな生活のために ～子育てと介護のはざまの中で～

(1) 第1回「子育てと介護の狭間で (1) 一子ども（中学生）とのつきあい方」

宇都宮短期大学人間福祉学科 助教 勝浦美智恵

(平成25年5月18日)

思春期の子どもとの関わり方がテーマであるため、各年代の発達課題や、思春期の子どもの特徴を考慮した具体的な関わり方について話をさせていただいた。

ここでは、子どもと関わる側自分を見つめなおすことの重要性も伝えたいと考えていた。そのため、最後に自分の希望などを表現する簡単な個人ワークを行った。希望を書いたり、絵を描く作業があるため、受講者の方々は戸惑っていた様子だった。ゆっくり思いをめぐらしながら作業をする方、ユニークな絵を描く方、ダイナミックに書き綴る方など、それぞれのペースで作品づくりに取り組む様子が見られた。そこでは受講者の方々と少しお話ができ、「楽しい」という言葉もいただけた。自分らしく生きる姿を思春期の子どもに示すということも重要なことではないかと感じたため、それをお伝えし締めくくった。

地域に出向き、直接お話ができる機会の大切さを今回の市民講座でも感じた。今後さらに、地域の方々のニーズ・希望に沿った講座を提供できるように工夫していきたいと思う。

(2) 第2回「子育てと介護のはざままで (2) —介護の相談事例から—」

宇都宮短期大学人間福祉学科 教授 東洋大学名誉教授 天野マキ
(平成25年5月25日)

自己紹介

天野〈平田〉マキの原点 (「助産婦雑誌」昭和40年10月号・医療書院より)

日本の原風景 1



●約2000世帯の中で開拓した100世帯を一軒一軒訪問し歩く。後ろは客車を改造した家。

ドヤ街の母子とともに 助産婦平田マキさん

「助産婦雑誌」昭和40年10月号(医学書院)より



●簡易旅館とその内部：薄暗い廊下に面して両側に3畳の部屋が並び、そこに夫婦、家族が暮らす。



日本の原風景 2



●家族計画指導、妊産婦指導・育児指導、それにケースワーカーとしても活動



●各家庭を訪問し妊産婦指導



●育児指導



●妊娠3ヶ月の母親を伴い福祉事務所へ。母親に代わり、なぜ堕ろしたいかの実情訴える。



●ドヤの青年会にも出席して結婚活動、生活指導をする。

日本の原風景 3



- 婚姻届、出産届けをしない。このままでは永久に悪循環が続く。今日も三文判を買って区役所へ。



- 仕事を休んだ父親と退院する奥さんを迎えに貧育会病院行く。



- 貧育会病院のメディカル ケースワーカーのところへ貧育医療の相談へ

日本の原風景 4



- 平田さんが出勤する「神愛児童館」
保育園があり、ボランティアによる学習会や子供会がある。
地域の子供たちの悲惨な状態を見て、故賀川豊彦氏が創設。



- 仲間たちと活動方針を検討する。

平田さんの仕事は、胎児を含めた母体の福祉と、新生児と、成人した児童が再び母体となったときにまでつながるのである。

そして彼らが意識の高い、価値観の高い人間に育つための、最初のカギをにぎるのである。価値観の高い、意識の高い子どもたちは、いつか地域の悪循環をたちきり、荒廃した人びとに光を与えるだろう。

「ミドル世代の 心豊かな生活のために」

—子育てと介護のはざまの中で—

宇都宮短期大学人間福祉学科
天野 マキ

はじめに

「冷静に自分を見られる人というのは、謙虚な人。だから自分には欠けたところがあると思っている。」

そういう人は、他人の話に耳を傾けるものだ。聞くということは、相手から学ぶ姿勢があるということだ。

そういう人は自分のことをよく知るとともに、もっと自分を成長させたいと考えている人である。」

新渡戸稲造

文京区家族介護者のつどい 〈ふれあいいいききサロン〉



1. 私の考える ミドル世代について

- 1) ミドル世代の定義と考え方
年齢的 思想的 その他
- 2) ミドル世代の生活の実情
相談事例から

2. 心豊かな生活とは

- 1) コミュニケーションの創造と開発
- 2) レクリエーションの方法に関する自分なりの創造活動
- 3) 他者への思いから発生する自立と自律

3. 子育てと介護について

- 1) 子育て観について
- 2) 介護観について
- 3) 子育てと介護のサンドウィッチ状態について

4. グループ・セッション

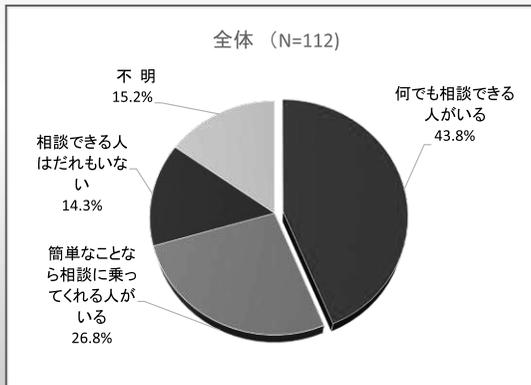
- 1) ミドル世代について
- 2) 心豊かな生活について
- 3) 子育て観について
- 4) 介護観について

5. 社会的子育て（保育）と社会的介護の活用方法

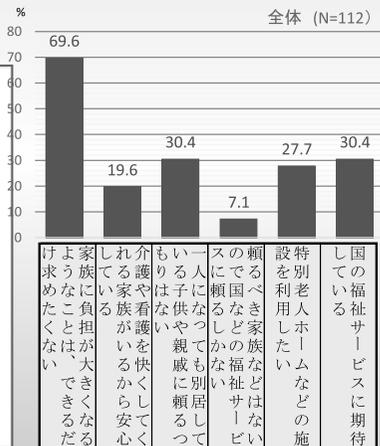
- 1) 社会的子育て（保育）の活用方法
- 2) 社会的介護の活用方法について

おわりに

<相談相手の有無>



<自分の介護についての意見>



●調査概要

「社会福祉に関するアンケート」

- 対象者：宇都宮市の4つの老人福祉センター施設利用者 (N=112)
- 調査主体：宇都宮短期大学人間福祉学科 (天野マギ、平賀 紀章)
- 調査期間：平成24年12月
- 調査方法：面接または自記入調査

(3) 第3回「中高期の安定した生活のために 一国の社会保障制度から」

宇都宮短期大学人間福祉学科 講師 平賀紀章
(平成25年5月25日)

1) 本講座の趣旨

今回のシリーズは「子育てと介護のはざま」というサブテーマの中での開催であった。少ない参加者数とはいえ、それぞれが問題意識を抱えながら場に臨ませていただいた。2時間という限られた時間であり、最近は「法改正」で話題になっている「生活保護」の制度について触れさせていただいた。

2) 本講座の構成

問題意識をできるだけ明確化させるために、前半はスライド(資料①)参加者一人一人に「今、社会保障(制度)で気になること」を語っていただく。「子育て」「介護」はもちろん「年金」「医療」「生活保護」「雇用」の話題にまで多岐にわたり、今回の講座に対する関心の高さを感じた。後半は、スライド(資料2)を使用し前述の「生活保護」をめぐる動き、そしてこれから生活保護制度をはじめとした社会保障制度をどう見ていくのか、社会保障制度をどう支えていくのかという意識を高めていくねらいを持ちつつ展開させていただいた。

3) 本講座における効果、そして今後の展開

少人数の参加者ということを含みに2時間を展開させていただいた。短時間の講座だったので、数量的な評価はできなかったが、「現在の社会保障制度の担い手」「将来の社会保障制度の担い手を育てる」「近い将来社会保障制度の受け手」としての受講生の皆さんに対して、今、これらの制度をどう見るのか、そしてどう一市民として動き、アピールし声を上げていただくのかの一助になれば幸いである。

この講座をわずか1回にとどめるだけではなく、さまざまな機会の中でこのような内容の講座を展開できるとよいと考えている。

資料①

宇都宮市民大学
「ミドル世代の安定した生活のために」

宇都宮短期大学 人間福祉学科
平賀 紀章

1

第1部
「社会保障制度」への誘い

2

なぜ社会保障制度が必要なのか？

3

日本国憲法第25条

- ・すべて国民は健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
- ・国はすべての生活部面について、「社会福祉」、「社会保障」「公衆衛生」の向上、増進に努めなければならない。

↓

生存権

4

日本国憲法第13条

- ・国民は「個人」として尊重される。
- ・生命、自由、及び幸せの追求については、他の人の迷惑にならない限り、尊重される。

↓

幸福追求権

5

とはいうものの???

6

皆さんがもしもこうなったらどうする？

- ・お金がない
- ・仕事ができない
- ・頼れる親戚・友人がいない
- ・売り払う土地や貴重品がない

7

そんなコトになったら困る（怒）！

8

憲法13条、25条の約束違反だ！

なので、国では社会保障制度を整え、国民福祉の向上を目指すのだ！

9

しかし、国も無尽蔵にお金があるわけではない！

10

国は私たち（保護者、先生方、そしてワタシ^_^;）の働いた賃金から義務として「税金」や「保険料」を徴収（日本国憲法第30条）し、そのために使っていく

↓
「富の再分配」機能

11

社会保障制度が必要とされる背景①

「格差社会」

- お金持ちの人が減りお金のない人が増えている。
- ・特にここ数年の日本は拡大の一途、
 - ・子どもにかかる公費は先進国中、最低のレベル

12

社会保障制度が必要とされる背景②

「少子高齢社会」

- 高齢者が多くなり、子どもが少なくなっている
- ・働く人の減少
 - ・介護が必要な人の増加

13

えええっ！それは家庭や近所の人たちの「助け合い」でできないの???

14

昔はそれでよかったが、それも限界。

☞なので「国」や公的なところで、責任をもってやるのだ！

15

社会保障制度とは？

- ①保健・医療
- ②社会福祉
- ③所得保障
- ④公衆衛生
- ⑤雇用

→「税金」で運営しているもの（税方式）と、改めて「保険料」をとっているもの（社会保険方式）とがある

16

①保健・医療

17

健康保険

病気・けがをした時、「健康保険証」を持参し、医療機関で治療していただき、その割割かを自分で負担して、残りを保険者（保険を運営する組織・団体）が支払ってくれる。

- ・一部の病気は自己負担が少なくなったり、なくなったりする。
- ・自己負担が多くなったら、一部を補助してくれる制度がある（高額療養費）。

18

②社会福祉

19

児童福祉

主に18歳未満の人たちへの福祉制度

- ・保育所、児童養護施設
- ・里親
- ・子育て相談
- ・子どもの非行への対応
- ・子どもへの虐待への対応
- ・障がいを持つ子どもの療育 など

20

高齢者福祉

高齢者の方々への福祉制度

- ・介護保険制度
- ・生きがい保障
- ・就労
- ・独り暮らし高齢者や高齢者のみの家庭への援助
- ・高齢者への虐待への対応 など

21

障がい者福祉

障がいを持つ人たちへの福祉制度

- ・身体障がい
- ・知的障がい
- ・精神障がい
- ・介護
- ・就労
- ・医療 など

22

母子（父子）寡婦福祉

母子（父子）家庭への福祉制度

- ・福祉資金の貸付
- ・生活相談
- ・施設の利用
- ・就労への援助
など

23

③所得保障

24

その1. 年金制度

高齢期の生活の基本部分を支える制度
→世代世代の助け合いに基づく

25

年金制度は高齢期を支える
ものだけではない！

→「老齢年金」だけではない。

26

こういう年金制度もある！

- ★障害を持ったら・・・障害年金
- ★家族が亡くなったら・・・遺族年金

27

その2. 生活保護制度

他に頼れる人や制度などが無い！
→国民生活最後のセーフティネット

28

生活保護を受けるには？

福祉事務所（市役所）に相談
↓
調査（資産・能力）
↓
決定

29

④公衆衛生

30

「公衆衛生」の制度

- ◎健康診査・診断（病気の予防）
- ◎心の健康
- ◎難病への取り組み
- ◎水・食品・医薬品の安全性の確保
などなど・・・

31

⑤雇用

32

雇用をめぐる社会保障制度

- ◎雇用保険
 - ・会社を退職（解雇、倒産）したときの所得保障
 - ・職業訓練
- ◎労災（労働者災害補償）保険
 - ・仕事中的ケガ
 - ・仕事が原因の病気
 - ・通勤時間中のケガ・事故
 - これらに対し、医療費、休業補償、死亡時補償が給付される

33

その他の社会保障制度

- ◎税金の控除
- ◎災害被災者への支援
- ◎中国残留邦人への支援

など

34

ええっ、こんなもまで社会保障なの(° o°)!?

- ◎住宅
 - 特に日本の住宅は狭い
 - バリアフリー
- ◎会社の有給休暇
 - リフレッシュするのも社会保障の一環！
- ◎教育
 - 将来への「投資」なのだ！

35

皆さんにこれからしていただきたいこと

- ◎勉強する
 - ・将来への「投資」なのだ！
 - ・一見「ムダ」と思えるものも、将来役に立つかも知れない(^_^)
- ◎ニュースや新聞を見る
 - 社会の情勢に敏感になる
- ◎選挙に行く
 - 社会保障は「政治」と密接に関係します！！

36

第1部、終了

続いて、第2部にまいります！

37

資料②

第2部
最近の社会保障をめぐる動きから
～生活保護制度をめぐる

1

問題意識

生活保護制度の「改正」問題

背景
某芸能人の家族の生活保護受給に対する
バッシング

↓

不正受給の防止
扶養義務の強化

2

さて、生活保護であるが。。。

3

生活保護制度の理念って???

生活保護法第1条より

- ・日本国憲法第25条の理念に基づく
- ・国が生活に困窮するすべての国民に対し
- ・困窮程度に応じて必要な保護を行う

↓

- ①最低限度の生活を保障
- ②自立を助長

4

しかし、理念とはちがう実態が(>_<)

5

理念と実態とのかい離

その多くが役所の窓口の対応(「水際作戦」)

- ・「親族扶養」を強く「要請」
- ・「仕事がないことを証明しないと保護できない」
- ・「住所がないと保護できない」 etc

↓

制度の拡大解釈、または誤解

6

これは担当者の責任か？

「そう思わない」

- ・生活保護費の「適正化」
- ・1人の担当者に何百人もの被保護者

↓

制度の不備、仕組みの限界

7

世界で類を見ない日本の生活保護の現実

- ★「補足率の低さ」
日本:約18%
フランス:91.6%
ドイツ:64.6% (生活保護問題対策全国会議、2010年)
- ★生活保護費の対GDP比の低さ
日本:0.6%
イギリス:5.0%
アメリカ:1.2% (OECD社会支出データベース、2007年)

8

日本の生活保護制度は利用しづらい
((+_+))

9

さかんに言われている「不正受給」

- ①金持ちの家族がいるのに扶養しない
- ②昼間からパチンコ、飲酒

10

①について

家族もしくは親族間扶養についての「義務化」はかえって保護が必要な人まで保護を躊躇わせる

…講座担当者の実感として、特に「きょうだい」になるとさらに困難になる

11

②について

これは「不正受給」ではなく、「不適切使用」!

この場合は、役所の担当者が介入し、不適切使用を改める。

生活が成立しないほどひどい場合は依存症の可能性があり、適切に受診。



被保護者の自己責任ではなく、援助の問題!

12

そもそも「不正受給」と言っても!

その割合は保護費全体の99.6%!!
(厚生労働省調査、2010年)
その0.4%も担当者の説明不足、誤解によるものも含む

それよりもあまりにも低い捕捉率、保護費の低さ

13

生活保護へのバッシングについて

憲法で保障された権利、それをわずか1%未満の「不正受給」のために後退させるのか?



われわれのもつ権利や尊厳を自らの手で損ねる

ネットをボロボロなザルにするのか!?

14

「私には関係ない」ではない!

わたしも数日で「ホームレス」状態!

- ・落ちるのはアツという間
 - ・「やりなおし」がしづらい
 - ・這い上がることがしづらい
- それが日本社会!!

15

では、どうすればいいのか?

1. 生活保護に対する正しい理解
 - 真の社会保障・セーフティネット
 - 社会保障はみんなのもの
2. 「排除しない」社会を目指す
 - 何度でもやり直せる
 - 「社会的包摂」の実践

16

ミドル世代の方がしてほしいこと

- ★ご自身がされること
 - ・1部でご紹介したことの実践！
- ★お子さんやお孫さんに対して
 - ・「学ぶこと」「知ること」の奨励
 - ・「やり直し」への容赦
 - ・しかし、フリーターの奨励はしない！
(社会保障の支え手に！)

17

ご清聴、ありがとうございました。

平賀 紀章 拝

18

(4) 第4回「中高期の食生活をめぐる課題 ―お食事カードバイキング健康チェック―」

宇都宮短期大学人間福祉学科 助教 大出理香
(平成25年6月15日)

開講時期は当初の予定であった平日の夜間の方がよかったと考える。日中暑い中での開催であったためか、受講生が少ない理由の一つと感じた。

健康意識が高い受講者であったため、「食事・運動・休養」の三つの話を伝えることができたのではないかと考える。しかし、内容が多すぎたため、内容を深く掘り下げて理解できたかは定かではない。次回、このような機会がある場合はアンケートなどを実施し、受講者の理解度を確認すべきである。少人数であったせいも、アットホームな雰囲気講座を運営できたことが何よりよかったのではないかと考える。

受講者数が少なかったことから、今後の課題として受講者年齢層およびニーズを把握した上で講座を企画すべきと考える。

ミドル世代の食生活をめぐる課題

2013/06/15 (土)
宇都宮市民大学

宇都宮短期大学 人間福祉学科
助教 大出 理香

1

本日の予定

- お食事カードバイキングで健康チェック (食事の振り返り)
- 口コミチェック・口コミ
- おまけ

2

ミドル世代の食生活をめぐる課題

- ✓ メタボリックシンドローム
- ✓ 口コミティブシンドローム
- ✓ 親の介護
- ✓ 子育て

3

体験しましょう！栄養教室

- 0.5単位お食事カードバイキング
- 食事は楽しむもの
- 普段通りのお食事を



名古屋学芸大学 山内恵子 著書より

4

「私の食事マップ」を作りましょう

- 自分の体の状態を知ろう
- 自分に必要なエネルギーを知ろう
- 自分に合った食事選択方法を知ろう
- あなたの食事マップを完成させよう

名古屋学芸大学 山内恵子 執筆より

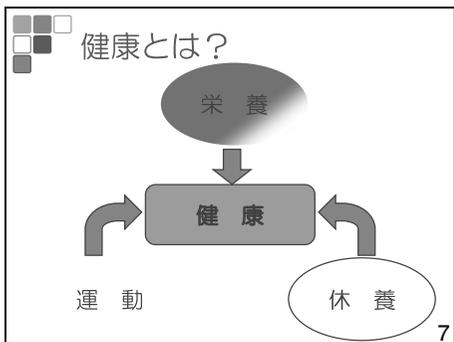
5

振り返ってみましょう

- バランス
- 食事を選ぶパターン
- 「私の食事マップ」との比較
- 何をどれだけ食べられる

名古屋学芸大学 山内恵子 執筆より引用

6



健康を維持するために

- 栄養 各々の食事量
- 運動 ロコチェック ⇒ ロコトレ
- 休養 質の良い睡眠

8

ロコモとは

- 運動器症候群
- ロコモティブ シンドローム (locomotive syndrome)
- 「運動器の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態になること
- 2007年 日本整形外科学会提唱
- ロコトレ実践

<http://www.jpaa.or.jp/locomo/teigi.html>

9



身体活動

とにかく動く
正しい姿勢

緑：背骨
青：仙骨
水色：座骨

11

十分な睡眠

眠っている間にカラダは作られる
疲労回復

12



■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □

まずは自分の健康づくりから

- 今すぐできることから始めましょう！

14

■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □

歯の健康

- 噛む力と下肢筋力との関係
- 歯周病も生活習慣病
- 歯科治療、義歯の確認
- 半年に1度は歯のメンテナンス

よく噛むために

15

■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □

血糖値が高い方へ

- 血糖上昇を防ぐ食べ方

1. 野菜
2. おかず
3. ごはん

※ 主食は抜かない！

16

■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □

血圧が高い方へ

- 減塩
- 運動（歩くなどの軽いもの）
- 節酒
- 禁煙

過度の減塩による脱水や食欲減退には注意！

高血圧治療ガイドライン2009 特定非営利活動法人日本高血圧学会

17

■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □

便秘は万病のもと

- 規則正しい排便習慣
- 水分・食物繊維を十分に
- 適度な運動を

腹圧をかける運動

18

■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □

熱中症対策

- 食事はぬかない
- こまめな水分補給
- 汗をかく習慣を

図3-1 水分の摂取と排泄

パーセントは「体重比」

熱中症環境保健マニュアル（2011年5月改訂版）より引用

Exercise Physiology 第4版, 1996, 53-54より引用, 改変

19

■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □
 ■ ■ ■ □

熱中症対策

- 水分組成（0.1～0.2%の食塩と糖分を含む）
- スポーツドリンク（成分表示）
- 麦茶0.5～1リットル＋梅干1個
- 手作り：1Lの水＋ティースプーン半分の塩（2g）に角砂糖を好みで溶かす

※ 主治医に要確認

http://www.obu.ac.jp/health/healthborder/care_00/index.html 大塚製薬HPより

20

参考資料

あなたの体に必要なエネルギーは？

◆あなたの目標エネルギー量を計算してみましょう◆

(ア) 身長(m)	(イ) 標準体重(kg)	(ウ) 性別	(エ) 基準値	(オ) わたしの食事量

標準体重(kg) = 身長(m) × 身長(m) × 22

標準体重(kg) × 生活活動別エネルギー基準値 = 1日の摂取エネルギー量(kcal)

◆生活活動別エネルギー基準値◆

軽労作(デスクワークが主な人、主婦など)	25~30kcal/kg (標準体重)
普通の労作(立仕事が多い人)	30~35kcal/kg (標準体重)
重い労作(力仕事の多い職業)	35~ kcal/kg (標準体重)

※ 標準体重(kg) × 基準値(kcal/kg) = kcal

あなたの標準体重(kg) × 基準値(kcal/kg) = kcal

あなたの1日の必要エネルギー量

身長	標準体重	必要エネルギー量	
		×25kcal/kg (軽労作) 標準体重より軽い人	×30kcal/kg (普通の労作) 標準体重より重い人
145cm	48kg	1200	1300
150cm	53kg	1300	1400
155cm	58kg	1400	1500
160cm	63kg	1500	1600
165cm	68kg	1600	1700
170cm	73kg	1700	1800
175cm	78kg	1800	2000

◆あなたは、何kcalになりましたか？

エネルギー	穀類・豆類	たんぱく質	肉・魚・卵・大豆・チーズ	肉類・魚類・鶏肉・牛乳・ヨーグルト	乳製品	果物	油	調味料	嗜好品
1200kcal	5	4	1	1.5	1	0.5			
1400kcal	6	4	1	1.5	1	0.5			
1600kcal	7	4	1	1.5	1	0.5			
1800kcal	8	5	1	1.5	1	0.5			
2000kcal	9	5	1.5	1.5	1	0.5			

©名古屋学芸大学 山内恵子

私の食事マップ

あなたの体を健康に保つために、あなたに合った食事をみつけましょう。何も特別なことをする必要はありません。少し工夫だけの、手軽な方法をご紹介しますので、チャレンジしてみてください。

シートの流れに沿って計算してみましょう！

1. 自分の体に合ったエネルギー量は？

①病気を遠ざける理想体重を知りましょう。

身長(m) × 身長(m) × BMI 22 = 理想体重(kg)

例) 1.55m × 1.55m × 22 = 52.85 ... 52.9kg

②あなたに必要なエネルギー量を知りましょう。

理想体重(kg) × 体重1kg当たりに必要なエネルギー 30kcal (25-30) = 必要エネルギー量(kcal)

例) 52.9kg × 30 = 1587 kcal

※冷房を受けている方は理想体重の標準量にしてください。

2. 適量食べる数え方

エネルギー計算を簡単にするために、「80kcal=1単位」として考えます。あなたは何単位ですか？

必要エネルギー量(kcal) ÷ 80kcal = 1目の単位

例) 1587 kcal ÷ 80 = 19.8 ... 20単位

©名古屋学芸大学 山内恵子

3. バランス良く食べるには？

①バランスよく食べるために単位はやみ表の食品の分類を参考にしましょう。特徴によって6つに分かれ、表1と表3の量によって一人一人調節します。

表	穀類	果物	肉・魚・卵・大豆・チーズ	乳製品	油	野菜	調味料
表1	表1半	表2	表3	表4	表5	表6	
特徴	糖質を多く含む	たんぱく質を多く含む	たんぱく質を多く含む	たんぱく質を多く含む	油を多く含む	ビタミン・ミネラル源	精質・脂質等を含む

さっそくあなたにピッタリの単位配分に挑戦してみましょう！

②あなたの単位を振り分けてみましょう！ (単位早見表を参考に)

表	穀類	果物	肉・魚・卵・大豆・チーズ	乳製品	油	野菜	調味料
表1	表1半	表2	表3	表4	表5	表6	
単位							

3食に分けて考えてみましょう！

	朝	昼	夕
表1 (主食)			
表3 (主菜)			
表6 (副菜)			

1単位は手のひら1つ分

3食しっかり！

3つがそろうのがバランスの良い食事

あなたにピッタリの食事であなたの健康を保ちましょう。

©名古屋学芸大学 山内恵子

短時間でできる介護食

1. 「海老と貝柱のクリーム煮」ドリア (1人分)
エネルギー268kcal, タンパク質10.4g, 塩分1.2g
※みずすい：塩味に問題のある人にも食べやすいメニュー

【材料】(1人分)
レトルト白粥150g、海老と貝柱のクリーム煮1P (100g)、冷凍野菜ミックス20g、粉チーズ大さじ1 (5g)

【作り方】
① 冷凍野菜ミックスを電子レンジで20-30秒加熱しておく。
② 耐熱容器に白粥を入れ、①の野菜、「海老と貝柱のクリーム煮」をかけて粉チーズをふる。
③ 180℃のオーブンで焼き色ががつくまで焼く (10分程度)。

2. クリームシチュードリア エネルギー191kcal, タンパク質4.8g, 塩分1.2g

【材料】(1人分)
やわらかごはん150g、クリームシチュー1P (100g)、冷凍野菜ミックス20g、粉チーズ大さじ1 (5g)

【作り方】
① 冷凍野菜ミックスを電子レンジで20-30秒加熱しておく。
② 耐熱容器に白粥を入れ、①の野菜、クリームシチューをかけて粉チーズをふる。
③ 180℃のオーブンで焼き色ががつくまで焼く (10分程度)。

上記のメニューの応用編。
ツナの油揚げ豆腐などを加えエネルギー、たんぱく質を増やすことをお願いします！

2013/06/15

短時間でできる介護食

3. 「ミートソース」ドリア エネルギー179kcal、タンパク質9.1g、塩分1.4g

【材料】(1人分)
レトルト白粥 150g、ミートソース 1/2P (90g)、冷凍野菜ミックス 20g、粉チーズ 大さじ1 (5g)

【作り方】
① 冷凍野菜ミックスを電子レンジで30-30秒加熱しておく。
② 耐熱容器に白粥を入れ、①の野菜、ミートソースをかけて粉チーズをふる。
③ 180℃のオーブンで焼き色がつかまで焼く(10分程度)。

1のメニューの応用編。

4. いわし卵とじ丼 (1人分)
エネルギー303kcal、タンパク質17.4g、塩分1.2g
飲みやすい：咀嚼に問題のある人にも食べやすいメニュー

【材料】(1人分)
いわし焼付け用 1/2 冊 いわしの身 40g 佃煮 20g、鶏大さじ1、おろししょうが 小さじ1、卵1個、やわらかく炊いたごはん100g、すりごま小さじ1/2 粒、好みで粉山椒など

【作り方】
① いわしは縦半分に分ける。
② いわしにしょうがをおろし、卵にいわしと佃煮、酒を入れる。
③ ②の卵を火にかけて、沸騰したら焼き卵をまわしかけ、卵が半熟状になるまで加熱する。
④ ごはんとすりごまを混ぜ、器に盛り付け、③をのせ出来上がり。

やわらかく炊いた発芽玄米ごはん100g使用。栄養成分は本のまま記載
[5分でもできる簡単] 京都栄養アドバイザー「E-mail」、松井弘美・佐藤雅子・井上真代・大野麻帆子、中央法規出版株式会社、2010より引用改定

アレンジメニュー：さんまのかば焼きを用いても。
すりごまが使用できない方用アレンジ：たれにすりごまを加え、エネルギーアップを

2013/06/15

短時間でできる介護食

5. とり大根 (1人分)
牛肉の大根煮と大根の炊き合わせを改造
エネルギー132kcal、タンパク質11.8g、塩分1.1g (参考値)
飲みやすい：咀嚼に問題のある人にも食べやすいメニュー

【材料】(1人分)
大根 30g (お好みでも)、やきとり肉 1/2 冊、鶏大さじ2

【作り方】
① 大根は皮をむき、乱切りにし、ラップをして電子レンジに1分かける。
(大根をやわらかくなるまで加熱する) 鍋でいったん煮てやわらかくしても。
② 小鍋にやきとり肉、佃煮、①の大根、酒を加えて味がなじむまで煮る。

牛肉大根煮の改良使用。栄養成分は本のまま記載
[5分でもできる簡単] 京都栄養アドバイザー「E-mail」、松井弘美・佐藤雅子・井上真代・大野麻帆子、中央法規出版株式会社、2010より引用改定

6. 焼き肉ポテト (1人分)
エネルギー163kcal、タンパク質4.4g、塩分0.6g
飲みやすい：咀嚼に問題のある人にも食べやすいメニュー

【材料】(1人分)
豚バラ肉 50g、焼き肉のたれ (市販) 小さじ1、サラダ油適量、じゃが芋 30g (中1/3)

【作り方】
① 肉にたれをもみ込み、サラダ油で焼く。
② じゃがいもは皮をむいてからラップで包み、電子レンジに1-2分かけやわらかくする。
③ ①と②をフードプロセッサーでなめらかにする。
④ 肉の形にして焼き肉のたれをぬる。
※ 煮えたと絡りが出て固くなるので、出来たてを召上りして下さい。

本日の用焼き肉を使用。栄養成分は本のまま記載
[5分でもできる簡単] 京都栄養アドバイザー「E-mail」、松井弘美・佐藤雅子・井上真代・大野麻帆子、中央法規出版株式会社、2010より引用改定

アレンジ：肉は豚肉(焼き鳥用など)と、じゃがいもは冷凍レンジ対応ポテトをレンジで加熱して、④から同様で作成する。
アレンジ②：肉をステーキターモンに変更してオリーブ油を小さじ1程度加え、④から同様で作成する。

2013/06/15

短時間でできる介護食

7. かぶのかにあんかけ (1人分)
エネルギー49kcal、タンパク質4.1g、塩分1.1g
飲みやすい：咀嚼に問題のある人にも食べやすいメニュー

【材料】(1人分)
かぶ (皮を除いて正味 60g) 小1個
A: 和風だしの素 (粉末) 小さじ1/2、みりん 1/2、醤油 1/3、水 1/4 カップ
B: カニ缶 15g、しょうが小さじ1/4、片栗粉小さじ1 (水大さじ1で溶いておく)

【作り方】
① かぶは一口大に切る。
② 耐熱皿にかぶを入れてラップをかけ、電子レンジに1分半かける。
③ 鍋にAの材料を入れ、沸騰するまで加熱する。
④ Bの材料を混ぜ、③に加え、片栗粉でとろみがつくまで加熱して出来上がり。

本では電子レンジで加熱
[5分でもできる簡単] 京都栄養アドバイザー「E-mail」、松井弘美・佐藤雅子・井上真代・大野麻帆子、中央法規出版株式会社、2010より引用改定

8. カステラプリン (2個分)
エネルギー161kcal、タンパク質6.6g、塩分0.2g
飲みやすい：咀嚼に問題のある人にも食べやすいメニュー
飲み込みやすい：むせ、嚥下が少ない、嚥下に問題のある人が食べやすいメニュー

【材料】(2人分)
カステラ 1 切れ 50g、卵 1 個、牛乳 150cc、砂糖大さじ1、バナナエッセンス少々、はちみつ少々

【作り方】
① カステラは一口大に切る。カステラはプリン液がしっかりと広がるようにする。
② ボールに卵を入れてはぐし、牛乳、砂糖、バナナエッセンスを加えてよく混ぜる。
③ 器にカステラを盛り付け、②を入れる。
④ 180℃のオーブンで10分加熱する。

本では電子レンジで加熱
[5分でもできる簡単] 京都栄養アドバイザー「E-mail」、松井弘美・佐藤雅子・井上真代・大野麻帆子、中央法規出版株式会社、2010より引用改定

2013/06/15

短時間でできる介護食

9. ふんわりさば団子 (1個分)
エネルギー261kcal、タンパク質20.2g、塩分3.1g

【材料】(1個分)
A: さばの水煮佃煮(骨・佃煮を取り除いた正味) 50g、長ネギ 3cm、片栗粉大さじ1/2、みそ小さじ1/2、はんぺん 50g、卵 1/2 個、酒大さじ1/2、生姜 5g
B: だし汁 200ml (1カップ)、めんつゆ大さじ1、酒小さじ1 片栗粉大さじ2/3

【作り方】
① 器にAを入れる。
② なめらかになるまでかくはんする。
③ 器にBを流して、②をスプーンですくって薄し、一乗したら片栗粉でとろみをつける。

10分以内で作るらくらくメニュー①の作りかた

アレンジ①：さば味噌煮佃煮に変えて、みその分量を半分に。
アレンジ②：いわしかば焼き佃煮に変えて、みその分量を半分に。

10. かばちゃとクリームチーズのデザート (1個分)
エネルギー261kcal、タンパク質20.2g、塩分3.1g

【材料】(1個分)
冷凍南瓜 (皮を取り除いた) 80g、クリームチーズ 60g、コーヒーフレッシュ 2 個、砂糖大さじ1、プレーンヨーグルト大さじ1、アイスラテ 20~50g

【作り方】
① 冷凍南瓜を電子レンジで加熱する。
② クリームチーズは電子レンジで温める(固い場合)。
③ 器に①、②、コーヒーフレッシュ、ヨーグルト、砂糖を入れる。
④ なめらかになるまでかくはんする。

カステラはプリン液の残りを使用して固さを調整に使用。栄養成分は本のまま記載

10分以内で作るらくらくメニュー①の作りかた

アレンジ①：クリームチーズを加熱し、加熱タイプのヨーグルトに変更
アレンジ②：クリームチーズをカスタードソース裏ごしタイプに、ヨーグルトをコーヒーフレッシュに変更しても。
アレンジ③：さつまいもを皮をむいて同様にしても。

2013/06/15

□ 単位早見表

参考例です。地方のある方は、指示に従ってください。

エネルギー (kcal)	単位	穀類		果物		肉・魚・卵・大豆		乳製品		油		野菜		調味料	
		表1	表1半	表2	表3	表4	表5	表6	表7	表8	表9	表10	表11	表12	表13
1200	15	6	0	1	4	1.5	1	1	1	1	0.5				
1280	16	6	1	1	4	1.5	1	1	1	1	0.5				
1380	17	7	1	1	4	1.5	1	1	1	1	0.5				
1440	18	8	1	1	4	1.5	1	1	1	1	0.5				
1520	19	9	1	1	4	1.5	1	1	1	1	0.5				
1600	20	10	1	1	4	1.5	1	1	1	1	0.5				
1680	21	11	1	1	4	1.5	1	1	1	1	0.5				
1780	22	11	1	1	4	1.5	1	1.5	1	1.5	1				
1840	23	11	1	1	5	1.5	1	1.5	1	1.5	1				
1920	24	12	1	1	5	1.5	1	1.5	1	1.5	1				
2000	25	12	1	1	5	1.5	2	1.5	1	2	1.5	1			
2080	26	12	1	1	6	1.5	2	1.5	1	2	1.5	1			
2160	27	12	2	1	6	1.5	2	1.5	1	2	1.5	1			
2240	28	13	2	1	6	1.5	2	1.5	1	2	1.5	1			
2320	29	14	2	1	6	1.5	2	1.5	1	2	1.5	1			
2400	30	15	2	1	6	1.5	2	1.5	1	2	1.5	1			

主食量 主菜量 副菜量

一日の食事スタイル

りんごなら半分。みかんなら2つ。

200ml

©名古屋学芸大学 山内恵子

ロコチェック

ロコモチャレンジ!

自分のロコモ度は、「ロコチェック」を使って簡単に確かめることができます。7つの項目はすべて、骨や関節、筋肉などの運動器が衰えているサイン。1つでも当てはまればロコモの心配があります。0を目指してロコトレ(ロコモーショントレーニング)を始めましょう。

- | 項目 | チェック項目 | チェック欄 |
|----|---|--------------------------|
| 1 | 家の中でつまずいたり滑ったりする | <input type="checkbox"/> |
| 2 | 階段を上るのに手すりが必要である | <input type="checkbox"/> |
| 3 | 15分くらい続けて歩くことができない | <input type="checkbox"/> |
| 4 | 横断歩道を青信号で渡りきれない | <input type="checkbox"/> |
| 5 | 片脚立ちで靴下はけけなくなった | <input type="checkbox"/> |
| 6 | 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である(リットルの牛乳パック2個程度) | <input type="checkbox"/> |
| 7 | 家のやや重い仕事が困難である(掃除機の使用、布団の上げ/下ろしなど) | <input type="checkbox"/> |

©2017 株式会社 健康産業
copyright©2017 Japan License Challenge Promotion Committee. All rights reserved.

ロコモを防ぐ運動「ロコトレ」

続けることが肝心です。

「ロコトレ(ロコモーショントレーニング)」でいつまでも元気な足腰を。

人と比べることなく
無理せず自分のペースで
行いましょう!

ロコトレはたった2つの運動です。毎日続けましょう!

バランス能力を鍛えるロコトレ「片脚立ち」

30秒×1セットずつ、1日3回行いましょう。

足裏の広い部分と、お尻の中心部分の骨を軸として行いましょう。

ポイント

- ①背中もまっすぐに立て、背すじを伸ばし、お尻もまっすぐに立てましょう。
- ②足もまっすぐに立て、お尻もまっすぐに立てましょう。
- ③お尻もまっすぐに立て、背すじを伸ばし、お尻もまっすぐに立てましょう。

ポイント

足裏の広い部分と、お尻の中心部分の骨を軸として行いましょう。

下肢筋力を鍛えるロコトレ「スクワット」

30秒×1セットずつ、1日3回行いましょう。

足裏の広い部分と、お尻の中心部分の骨を軸として行いましょう。

ポイント

- ①背中もまっすぐに立て、背すじを伸ばし、お尻もまっすぐに立てましょう。
- ②足もまっすぐに立て、お尻もまっすぐに立てましょう。
- ③お尻もまっすぐに立て、背すじを伸ばし、お尻もまっすぐに立てましょう。

ポイント

足裏の広い部分と、お尻の中心部分の骨を軸として行いましょう。

ロコトレにプラスするならこんな運動。自分の体力に合わせてやってみましょう!

カーフレイズ(かかと上げ運動)

ポイント

1日の回数: 日あたり10~20回(できる範囲で) × 2~3セット

フロントランジ(足元の運動)

ポイント

1日の回数: 日あたり5~10回(できる範囲で) × 2~3セット

(5) 第5回「音楽のある生活(1)ークラシック音楽の楽しみ方ー」

宇都宮短期大学 音楽科 准教授 崎谷 直
(平成25年6月22日)

はじめに

一般の人に聞いて見ると、「クラシックのCDを買いに行っても、どこに何が置いてあるのかわからない」という意見が多く、そこで、「クラシックCDをどう買うか?」と称して、クラシック音楽の曲種のあらましを説明し、クラシック音楽に対する垣根を取り除き、多くの方にファンになってもらおうというのが本講座の目的である。

各論に入る前に、クラシック音楽と言われるものの時代範囲を決めておきたい。大体バロック時代の終わり1750年から19世紀いっぱい、古典派・ロマン派の時代と言われており、普通クラシック音楽と言えばこのあたりの曲をいうので、今回はこの範囲で進めていきたい(私の知るCDショップでは、ハイドン以前をまとめて「音楽史」としている。さすがにJ.S.バッハやテレマンは別枠にしているが)。

<器楽編>

クラシック音楽は、大きく分けて「器楽」と「声楽」に分かれる。要するに、楽器の音楽と歌の音楽である。

① 交響曲(シンフォニー)

器楽の中でも規模が大きく、作曲家が力を込めて作曲した曲で、古典派時代に成立したソナタ形式(注1)によった第1楽章を持った多楽章の(基本は4楽章)、いわばオーケストラのための「ソナタ」(注2)というべき曲。

シンフォニーは語源的に「完全な協和の響き」という意味で、交響曲という訳語は本来の意味をよくとらえている。

交響曲の形を完成させた人はハイドンで、番号つきのものでも104番までの曲が残されている(「交響曲の父」といわれている)。

ほぼ同時代のモーツァルトは41曲(ハイドンよりかなり少ないが、早く亡くなったことと、創作の中心が交響曲ではなかったということが大きい)。

ベートーヴェンは9曲だが、規模の拡大、第9では声楽を導入するなど大改革を加えた。

その後、主にドイツ・オーストリアでいろんな作曲家によってかかれている。

シューベルトは以前9曲と言われたが、現在は8曲(「未完成」は8番が7番に、9番「グレート」は8番になった)。メンデルスゾーンはオーケストラのためのものは5曲(弦楽のためのものが10曲以上ある)、シューマンは4曲、ブラームスも4曲、ブルックナー9曲、マーラー9曲(番号は9番までだが、多くの作曲家が9番までで亡くなったのをいやがり、本来9番目だっ

た交響曲を「大地の歌」として番号を付けなかった。完成した作品は10曲である)。

その他、周辺の国でも作られチェコのドボルザークは9曲、ロシアのチャイコフスキーは6曲、フィンランドのシベリウスは7曲残している。

フランス・イタリアではあまり作られなかったが、ベルリオーズの独創的「幻想交響曲」は大変有名である。フランク・サンサーンスも曲は有名だが数は少ない。

② 管弦楽曲

交響曲以外のオーケストラ曲をいい、したがって曲種も多い。

序曲・・始めオペラの幕開きに演奏された曲がオーケストラのコンサートでも単独に演奏されるようになった曲で、モーツァルトの「フィガロの結婚」序曲、「魔笛」序曲、ロッシーニの「セビリアの理髪師」序曲、「ウィリアムテル」序曲等。

しかし、後に「演奏会用序曲」という曲が書かれるようになった。タイトルの情景、雰囲気オーケストラで表した曲でその後の「交響詩」に繋がるものである。

メンデルスゾーンの「フィンガルの洞窟」、シューマン「マンフレッド序曲」、ドボルザークの「謝肉祭」など多数ある。

組曲・・組曲自体はバロック時代からあったが、この場合の組曲は、舞台作品に使われたナンバーを何曲かまとめたものである。演劇の付随音楽から作られたものに、メンデルスゾーン、「真夏の夜の夢」、ビゼー「アルルの女」、グリーク「ペールギュント」などがある。バレエ音楽から作られたものでは、チャイコフスキーの「白鳥の湖」「眠りの森の美女」「くるみ割り人形」が有名である。

また、もともと組になっているものを音楽化した組曲もある。ムソルグスキー「展覧会の絵」、ホルストの「惑星」などである。

交響詩・・序曲でも触れたが、タイトルにまつわる情景等を表現する管弦楽曲が交響詩というジャンルをとるようになった。この名を初めて使ったのはリストだということであるが、その後多くの作曲家が作品を生み出した。多くは単一楽章だが、多楽章または組曲形式のものもある。スメタナの「わが祖国」は交響詩組曲と言える作品であるし（「モルダウ」が有名）、R.シュトラウスの作品の主要な分野でもある。

舞曲・・舞曲自体はバロック時代にも盛んにやられていたものであるが、この時代になるとそういう古典舞曲は姿を消し、各地の民族舞曲をもとにした作品が表れる。バレエなどの中のナンバーとして書かれたりしていたが、やがてそういう舞曲のスタイルで書いた曲集が表れるようになった。ブラームスの「ハンガリア舞曲」や、ドボルザークの「スラブ舞曲」等である。

一方で、オーストリアの舞曲レントラーから発達したウイナワルツが登場し、ヨハン・シュトラウス父子の楽団が大人気を博し、庶民の間に広がっていった（ポピュラー音楽の走りだといわれている）。

その他・・・単独で作られた作品や、歌曲からのオーケストラ編曲等がある。むしろ少数かも知れない。

③ 協奏曲

独奏楽器とオーケストラが協奏（競奏）する曲。協奏曲も古くからあったが、ソナタ形式が成立して独自の形式を持って発展した。交響曲と似ているが、厳密には違う（基本的に3楽章）。

ほとんど全ての楽器のための協奏曲があるが、やはりピアノのためのものが圧倒的に多い。有名な曲では、モーツァルトの27曲（特に後期は人類の宝）、ベートーヴェンの5曲、ピアノの詩人ショパンの2曲（最近2番も有名）、シューマン1曲（ロマン派の結晶）、ブラームス2曲（ピアノ付き交響曲）、チャイコフスキー第1番（3曲あるが何故か1番だけが超有名）、ラフマニノフ3曲、グリーグ1曲。

バイオリン協奏曲では、モーツァルト5曲（ピアノ協奏曲と違い若い時代が多い）、ベートーヴェン1曲、メンデルスゾーン2曲（昔はホ短調のものしか知られてなかった）、ブラームス1曲、チャイコフスキー1曲、シベリウス1曲が知られているが、バイオリニストが作った協奏曲は多数ある。

チェロ協奏曲は、ハイドンの2曲（ハイドンはトランペット協奏曲も有名）、あれだけ色々な楽器のために書いたモーツァルトになく、ベートーヴェンにもないが、ピアノ・バイオリンとのトリプルコンツェルトはある。同様に、ブラームスにはバイオリンとのダブルコンツェルトがある。シューマンに1曲、ドボルザークに1曲ある（ドボルザークの最高傑作という人もいる）

④ 室内楽

小編成のアンサンブルのための曲である。ここでは圧倒的に弦楽四重奏が多い。弦楽四重奏は最も基本的な室内楽の編成と言えるが、これもハイドンが確立し、多数の作品がある（83曲）。モーツァルトはハイドンの作品を手本に苦労して作曲し（27曲）、さらにベートーヴェンが交響曲の場合と同じく、規模その他を拡大した（17曲）。

その後多くの作曲家が手がけ、オペラ作曲家以外の作曲家はほとんど作品を残している。

とはいえ室内楽には様々な編成、曲種があり変化に富んでいる（弦楽5重奏、6重奏、ピアノトリオ、ピアノ四重奏、ピアノ5重奏等）。尚、木管楽器は木管5重奏が基本となり（Fl.Ob.Cl.Fg.Hr.）、金管アンサンブルは団体によって編成はそれぞれ違うようである。

⑤ 独奏曲

文字通り様々な楽器が独奏する楽曲である。普通ピアノ伴奏が付く。独奏楽器だけの曲の場合、無伴奏とつくことが多い（但しピアノ独奏にはつかない）。

これも圧倒的にピアノ独奏が多い。曲種もピアノソナタから小品まで様々ある。

<声楽編>

声楽も大きく分けると、リートとオペラに分けられる。

リート

歌曲と言われるジャンルである。

ハイドン・モーツァルト・ベートーヴェンもリートを作ってはいるが、まだ一つのジャンルとして力を持つものではなかった。質量共に優れたリートを生み、それを藝術的ジャンルに押し上げたのはシューベルトである。彼は短い生涯に600曲以上のリートを書いた。

その他、リート作曲家として重要な作曲家に、シューマン・ブラームス・ヴォルフ・マーラー・R.シュトラウスがある。

<オペラ>

言うまでもなく歌（声楽）とオーケストラ（器楽）の総合芸術である。

実は、芸術作品の歴史としての音楽史に関係なくいつもオペラが西洋の音楽史の底辺にあったのである。

オペラが成立するのは1600年頃であるが、主にイタリア各地で発達しヨーロッパ各地に広まった。

オペラは様々な要素から成り立っており、それぞれが聴きでのある音楽になっている。中でも中心はアリアであり、有名なアリアはそのオペラの顔になっている。その他、重唱、合唱、バレエ等、独立して演奏されることも多い。

主なオペラ作曲家、イタリア人では、ロッシーニ・ドニゼッティ・ベッリーニ・ヴェルディ・プッチーニ、ドイツ系では、モーツァルト（人類の宝）・ウェーバー・ワーグナー・R. シュトラウス、フランス系では、ビゼー、スラブ系では、チャイコフスキー・ムソルグスキー・ボロディン等。

【受講生の反応】

受講生の数は8名と少なかったが、また、非常に基本的な事柄の説明が多かったにも拘らず、静かに熱心に耳を傾けてくれた。

休憩時、終了後に、自らの意見、感想を述べに来られた方もいて、反応に手ごたえを感じた。

【実施しての所感】

「クラシック音楽の楽しみ方」という、そのものずばりのタイトルを与えられて、色々考えることが出来、私自身に大変有益な講座であった。はじめに述べた訴えは、取り敢えず訴えることはできたと思う。

この「クラシック音楽の楽しみ方」というテーマは、もっと深めることはできると思うが、実際にどうすればよいか、意外に簡単ではないという予感がする。

いずれにしても、受講生の音楽歴（あってもなくても）等、知っていれば、話の焦点がより絞れると思う。

反省点としては、もっと音を聴かせる時間があっても良かった。また、講座の内容で、声楽のジャンルに、「重唱」と「合唱」を落としてしまった。

以上であるが、次回の講座の為にも、受講生の声を聞かせていただくことを希望したい。

(6) 第6回「音楽のある生活(2)―音楽療法による癒し―」

宇都宮短期大学 音楽科 准教授 山本久美子
(平成25年6月29日)

概要

①講演

当日使用したパワーポイント(参照)に沿って、話した。音楽療法につながる歴史や音楽療法の目的、対象、内容等

②ワーク

- ・歌は心理的、社会的な働きばかりではなく、身体的な機能に働きかけ、健康や寝たきり防止に役立つこと→「パタカラ」の歌、
- ・自然に近い音がする楽器を操作しながら、子どもがえりを実感→オーシャンドラム、レインスティック、触覚ビーズ、エナジーチャイム等
- ・音楽の初めと終わりを自分で決め、半音がないため、自由に広がっていく感覚を体験出来る五音音階→音階ベル
- ・同世代の流行った歌をみんなで歌うことで、若い時を思い出し、発散したり、回想する→高校三年生、美しき10代等
- ・「振ると鳴る」といった簡単な操作でできるトーンチャイムを各自が持ち、大判の簡易楽譜を見ながら、順番に鳴らすことで、和音を作り、音に包まれている感覚を体験し、余韻を楽しむ→アメージンググレイス
- ・「受講生の反応」

『音楽療法の歴史が大変興味深かった。音楽が治療として用いられる機能があることがわかり、実感できた。歌うことが寝たきり防止になることなど、具体的にわかった。簡単な楽器を自分で音を出すことで、癒されていく経験ができた。音楽はやっぱり楽しいと思った。』と感想をいただいた。

うつむきがちな受講者がいて、そっと気にして いたが、終盤、前に出ていらして楽器を積極的に探索していて、視線を向けて くださるようになり、安心した。

受講者同士が徐々に和やかになっていった。

・「実施しての所感」

「皆さんはどんな音楽が好きですか」とおききしたところ、フォークソング、演歌、唱歌等あったが、一番多かったのは、フィーリングミュージックだった。そこで、ワークの中身を癒し系にもっていき、受講者のみなさんが選択する題材や内容にこじらが合わせていく手法で、会を進めていったことで、受身的ではなく、積極的にワークしたり、受講者同士の会話が弾んだり、音楽が皆さんをつないでいく様子が見られた。

日時：平成25年6月29日（土）10:00～11:50
場所：中央生涯学習センター5階
人材かがやきセンター研修室

音楽のある生活

～音楽療法による癒し～

宇都宮短期大学 音楽科 准教授
山本 久美子

1

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ 生死を緊張から、くつろぎの中の食事

人間を取り巻く平和な楽しい気分



音楽を生み出す原動力

優しく、楽しく、陽気で人の笑い声や幸福な気分と調和
する、食事時の音楽、愛や自然をテーマにした音楽

2

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ 先祖や死者の霊が人を苦しめる

呪術師シャーマンが悪霊を追い払うための魔術として使う
奇妙なせん音、ラッセル音、唸り声などの騒音、恐ろしく
て身震いするようなおどろおどろしい音



娯楽文化

現代の精神療法の本質に通ずる役目を果たす

3

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ ピタゴラス

数を万物の根本原理→万物は数の関係により秩序を作る
音を構成する2音間の振動数の比→比類のない調和の関係
私たちの体→健康という調和のとれた機能や心と体の関係



音楽の調和は乱れた心身の調和を調整する力がある

4

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ アリストテレス

心の中の鬱積した感情や葛藤を自由に表現することにより
心の緊張を解く→ カタルシス

興奮的な音楽によって、興奮がcaえて鎮められる

→ 同質の原理



音楽療法におけるアリストテレスのカタルシス効果、同質効果

5

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ 教会と世俗

神への信仰を高める→グレゴリア聖歌→

オルガンのみ→クラシック音楽

庶民の音楽→笛、太鼓、弦楽器、鳴り物

→吟遊詩人→芝居小屋→集団の活力向上



音楽の多様性

6

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ 名音楽療法士 ダビデとファリネリ

イスラエルのサウル王の精神の不統制をハープで

癒したダビデ

イタリアのカストラートテナーファリネリは

メランコリーに悩んだフェリペ5世の病を治した

7

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ 近代音楽療法

音楽療法の先進国 アメリカ

帰還傷病兵の増加と士気の回復

統一組織結成→音楽療法士の養成と教育



日本の音楽療法への影響

8

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ 日本の音楽療法

日本神話→天の岩戸伝説

平安時代の源博雅の伝説

歌念仏、幕末の世直し

歌舞による一種の精神の解放



9

はじめに...

音楽療法の歴史

◆ 日本の音楽療法

医者、心理家、教育者等が各地で研究、実践

をはじめ、イギリスのチェリストジュリエット

アルバンの来日により、一気に士気が高まる



日本音楽療法学会設立

10

音楽療法とは

音楽療法の定義

◆ 「音楽の持つ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的に計画的に使用すること (日本音楽療法学会の定義)

2001年4月1日 日本音楽療法学会発足。
音楽療法士の身分法制定に向けて、音楽療法士の育成
音楽療法の普及・啓蒙を行い、5,500余名の会員が所属。
理事長 日野原重明

11

音楽療法とは

音楽の対象者

- ① 心身に障害のある子ども、成人の方
- ② 精神疾患の患者さん
- ③ 高齢者（認知症を含む）の方
- ⑤ 終末医療を受けている方
- ⑥ 予防医学としての対象
- ⑦ 生きがいを持ち、つながりたいと感じている対象

12

音楽療法とは

音楽療法の役割

社会の中で

- (1) 人と人との絆を回復する
- (2) 遊びの復活
- (3) コミュニケーション
- (4) 発達、機能回復に活用
- (5) 記憶の再生に役立つ
- (6) QOLの向上

療育、教育、医療、福祉の分野で広がっています

13

音楽療法とは

音楽の機能

- ★ 歌うことは口腔ケア
- ★ 楽器を鳴らすことは自分の身体を知ること
- ★ 身体表現は音楽によって、動きをコントロールすること
- ★ 鑑賞することは、人生をクリーニングすること

14

セラピストとは

相手のために、音楽を活用して、目的にそって、支援する人

- ① 相手をまず何よりも理解するよう、努力する
- ② 幅広い音楽の活用ができる
- ③ 自分を客観的に見ることができる
- ④ 関連領域の職種の方と連携できる

いつも相手から学び続ける優しくてタフな人

15

音を体験しよう

2 音楽は様々な感覚に働きかけます

「音に触れる」 ライアの音を聴く

「音を見る」 オーシャンドラム、
レインスティック

「音を聴く」 サウンドハート
アンクルン

「動きを促進する」 スカーフ

楽器は様々な手の操作を促す

「打つと鳴る」

「引っ張ると鳴る」

「ふると鳴る」

「まわすと鳴る」

「吹くと鳴る」

「歩くと鳴る」

「両手の協応を促す」

音を伝えあう

・音楽はコミュニケーション

トーンチャイムでのやりとり

・集団音楽活動は社会性を育てる

さあ、一緒に鳴らしましょう、オーラリー
(トーンチャイム、ハンドベル)

音楽は感覚の統合を高める

「一人一人が違う体内テンポ」 30秒間の心地よい
テンポ
2人一組で歩く

「聞きながら、動く、止まる」 リトミック

「模倣する」 ハンドプレイ

「見ながら歌う」 パネルシアター

楽器でお互いを共有しよう

- ・聞きながら楽器を操作する
- ・見ながら楽器を操作する
- ・約束を理解して楽器を操作する
- ・隣にいる人を感じながら楽器を操作する
- ・最後の音が消えるその時を一緒に味わう
- ・余韻を楽しむ
(ハンドベル、トーンチャイムの演奏)

ハナミズキ

D	C	B	A	G	E	D	D
B	A	G	#F	E	C	B	B
G	#F	E	D	C	A	G	G

D	D	D	A	B	A	G	#F
B	B	B	#F	E	#F	E	D
G	G	G	D	E	D	C	B

そ ろ を おしあけて てをのぼす君 五月の

E	A	D	A	B	A	G	A
C	#F	B	#F	E	#F	E	#F
A	D	G	D	E	D	C	D

こ と ど う か きてほしい みずきわまできてほし

D	D	#F	G	A	B	#F	G
B	B	D	E	#F	G	D	E
G	G	B	C	D	E	B	C

い つほみを あげよう にわの ハ

A	D	D	C	B	A	G	D
#F	B	B	A	G	#F	E	B
D	G	G	#F	E	D	C	G

ナミズキ う す べにいろ の かわいい きみのね はて

G	A	D	C	B	A	G	D
E	#F	B	A	G	#F	E	B
C	D	G	#F	E	D	C	G

ないゆめがちゃんとお わ りますように きあとすきなひと が ひゃく

G	A	D	D	D	G	A	D
E	#F	B	B	B	E	#F	B
C	D	G	G	G	C	D	G

ねん つづきますように ひゃくねん つづきますように

D
B
G

音は沈黙から生まれ、沈黙に帰っていきます。
今日の皆様と過ごした一瞬一瞬は、2度と来ない
「今、この時」「この場」です。
「かけがえのない今」をこれからも、心から大切に
にしたいと思います。

ご静聴ありがとうございました。



おわりに

全体的に、定員30名を満席にすることはできませんでしたが、職員の方々も参加され、学習内容は、おおむね、好評でした。講座前後に相談を受けたり、終了後に、宇都宮短期大学の演習等に参加する受講者の方もおられたり、今後の市民大学講座の方向性を示唆して頂けたと感じております。特に、宇都宮市社会福祉協議会が実施しております福祉協力員のシステムに出会うことができましたことは、受講者からの大きな贈り物だったと、感じております。講座終了後も、短大での演習に参加されている受講者は、今年度、市社会福祉協議会から福祉協力員の委嘱を受けておられ、宇都宮短期大学が地域社会に貢献できる方向性についての大きな示唆を頂いております。さらに、市民大学講座が、有効であったことを確認させて頂きましたことに、深く感謝申し上げます。

3. 資料および写真

・平成25年度前期 宇都宮市民大学パンフレット

20周年記念講演会
(宇都宮短期大学共催事業)

■倉本裕基氏講演会
【ピアノ音楽の楽しみ】……………2

専門講座

I ふるさと地域学コース

1 宇都宮市での地震災害の歴史と防災…3
～地震対策について考えてみませんか～

II 今を読み解く
現代社会コース

2 ミドル世代の心豊かな生活のために…4
～子育てと介護のはざまの中で～
(宇都宮短期大学連携講座)

III 暮らしを彩る
教養・文化コース

3 俳句入門講座……………5
～はじめての五七五～

4 郷土に輝く作家たち……………6
～ふるさとを語る～

5 生活の中にある「なぜ」……………7
～みまわす身のまわり 意外と科学的～

IV コミュニケーション学
コース

6 古里宇都宮の伝統文化探訪…8
～祭りにかける人々の情熱をさぐる～

●主催 / 宇都宮市 宇都宮市教育委員会
●実施 / 宇都宮市民大学運営協議会

表紙デザイン
情報メディアアーツ専門学校
ビジュアルデザイン科
後藤友香さん

II 今を読み解く現代社会コース 宇都宮短期大学連携講座

2 ミドル世代の心豊かな生活のために
～子育てと介護のはざまの中で～

概要

“中年の危機”といわれるようにミドル世代には、子どもの教育や老親の介護の問題など家族にかかわる問題が生じがちです。その一方で、自分自身の体力にも衰えを感じ始め、健康の大切さを実感している方も多くごです。

本講座では、このようなミドル世代の方々の悩みに答えるとともに、日々の生活を心豊かに過ごすための方法(クラシック音楽の楽しみ方や心を癒す音楽療法)について学んでいきます。

会場 人材かがやきセンター
研修室(5階)

期間 5月18日から6月29日の土曜日
午前10時から正午まで

定員 30名

受講料 3,500円

回	期日	学習テーマ	講師	学習方法
1	4月21日(日)	市民大学20周年記念講演会 ～ピアノ/音楽の楽しみ～	作曲家・ピアニスト 倉本 裕基氏	講演会
2	5月18日(土)	子育てと介護のはざまの中で(1) ～子ども(中高生)との付き合い方～	宇都宮短期大学 人間福祉学科 助教 駒浦 実智恵氏	講義
3	5月25日(土)	子育てと介護のはざまの中で(2) ～介護の相談事例から～	宇都宮短期大学 人間福祉学科 教授 大野 文子氏	講義
4	6月 1日(土)	ミドル世代の安定した生活のために ～国の社会保障制度から～	宇都宮短期大学 人間福祉学科 講師 平賀 紀雄氏	講義
5	6月15日(土)	ミドル世代の食生活をめぐる課題 ～お食事カードバイキングで健康チェック～	宇都宮短期大学 人間福祉学科 助教 大出 理香氏	講義 演習
6	6月22日(土)	音楽のある生活(1) ～クラシック音楽の楽しみ方～	宇都宮短期大学 音楽科 准教授 崎谷 道氏	講義 演習
7	6月29日(土)	音楽のある生活(2) ～音楽療法による癒し～	宇都宮短期大学 音楽科 准教授 山本 久美子氏	講義 演習

II 今を読み解く
現代社会コース

4

・会場（宇都宮市中央生涯学習センター5階・人材かがやきセンター研修室）



・チラシ 宇都宮短期大学連携講座

「ミドル世代の心豊かな生活のために～子育てと介護のはざまの中で～」

平成26年度 講師 宇都宮短期大学連携講座（宇都宮短期大学連携講座）

ミドル世代の心豊かな生活のために

～子育てと介護のはざまの中で～

“中身の豊か”といわれるようにミドル世代には、子どもの教育や家族の介護の問題など家業にかかわる問題が盛んであります。その一方で、自分自身の後進にも及ぶ心配の、健康の未知さも感じている方も多くいらっしゃいます。このようなミドル世代の方々の悩みを解消するとともに、日々の生活の心豊かに過ごすための講座（ワークショップ）を開催いたします。

日	日程	学習内容	講師
1	5/18(土)	午前10時～ 正午	宇都宮短期大学 人間福祉学科 助教 藤岡 美智子 氏
2	5/25(土)		
3	5/31(土)	宇都宮短期大学 人間福祉学科 教授 天野 マチ 氏	宇都宮短期大学 人間福祉学科 講師 中塚 紀彦 氏
4	5/16(土)		
5	5/22(土)	宇都宮短期大学 音楽科 准教授 横谷 直 氏	宇都宮短期大学 音楽科 准教授 山本 久美子 氏
6	5/29(土)		

◎会 場 人材かがやきセンター5階
 ◎定 員 30名
 ◎学 費 3,000円
 ◎申込締切 平成26年5月18日(土)（必着）
 ※この日、申込受付などの業務は終了させていただきます。

【宇都宮短期大学】ミドル世代の心豊かな生活のために「申込方法」

人材かがやきセンター

1. 電話 窓口で申し込み
 市役所生涯学習センター4階「人材かがやきセンター」
 (土日を除く 月～金曜日の8:30～17:15)にお申し込みください。

2. FAXで申し込み
 下記申込書に記入し、市役所生涯学習センター4階「人材かがやきセンター」へ
 FAXでお申し込みください。FAX番号 028(652)6938
 【宇都宮短期大学申込書】

申込書名	ミドル世代の心豊かな生活のために「子育てと介護のはざまの中で」
住所	〒
（フリガナ）氏名	()
電話番号	
年齢	歳
希望の性別	希望の性別をお印字の氏名（フリガナ） () 年齢 () 歳 ※5月6日～既卒生の乳幼児児対象。平成26年4月1日現在での年齢

3. FAXで申し込み
 ①申込書名 ②希望の性別 ③住所 ④氏名（フリガナ） ⑤年齢 ⑥電話番号 ⑦既卒児の有無（有の場合はお印字の氏名・フリガナ・年齢（5月6日～既卒生の乳幼児児対象。平成26年4月1日現在での年齢））を記入し、市役所生涯学習センター4階「人材かがやきセンター」までお申し込みください。

※お申し込み・お問い合わせ先
 〒320-0808 宇都宮市中央1-1-13
 市役所生涯学習センター4階「人材かがやきセンター」
 TEL 028(652)6932 FAX 028(652)6938
 メール collaga@city.yamanomachi.lg.jp
 窓口受付時間：土日を除く 月～金曜日の8時30分～17時15分

◎申込締切 平成26年5月18日(土)（必着）
 ◎結果通知 受講の可否は、後日申込書に通知します。
 ◎対 象 宇都宮市内に在住・在勤・在学している人
 ただし、市外の人も受講できます。
 ※お申し込みについては、市役所生涯学習センターに使用させていただきます。目的外には使用いたしません。

- ・宇都宮市社会福祉協議会「福祉協力員制度」の概況

(宇都宮市社会福祉協議会ホームページより)

福祉協力員制度

同じ地域で暮らす住民として、見守りや声かけなどを行う『地域住民相互の支えあい』を進める活動を目的とした制度であり、自治会や民生委員児童委員協議会などの関連機関と連携を図りながら福祉のまちづくりを進めていきます。

※ 現在、地区社協に福祉協力員制度を設置

市内に約2,220の方が地域の中で活動しています。



④ 選出方法

地域の中の関連団体の代表者・学識経験者・福祉に関心があり理解と熱意のある市民の中から約50世帯に1人の割合で自治会長より推薦していただいています。

④ 福祉協力員の役割

- 受け持ち地域における福祉ニーズの把握と福祉問題の早期発見（見守り・声かけ・訪問活動）
- 把握した福祉ニーズを関連機関に伝達する。
- 福祉サービス等の情報を必要な方に伝達する。
- 近隣のボランティア協力者を発掘する。
- 地域で実施している事業や行事への参加・協力を行う。（例えば、敬老会・ふれあい会食会・地区文化祭・地区まつりなど）



平成25年度 富士見地区 福祉協力員 研修会資料

25.6.13.開催

1. この地域で、いつまでも暮らし、生活して行く為にも、地域住民が助け合い、安心して暮らせる福祉社会を目指し、宇都宮市、市社会福祉協議会、地区社会福祉協議会等と連携し活動を実施して参ります。

2. 福祉協力員の活動の充実、強化について
 - 1」福祉協力員は、各自治会長が推薦し、市社会福祉協議会が委嘱する事になっております。
今年度は、継続者31名で46%、新規者37名で54%になっております。
 - 2」福祉協力員は、自治会内の約50世帯を担当区域として、区域内の65歳以上（障害者を含む）の高齢者の見守り、声かけ活動を積極的に実施します。
 - 3」特に、一人暮らし、二人暮らしの高齢者の安否確認を実施し、孤独死などを防止するための活動を行う。
 - 4」各自治会で開催する敬老会に参加、協力して頂きたい。
 - 5」ふれあい手作り会食会への参加、協力について
富士見地区では、手作り会食会を開催しており、この活動は、福祉協力員の皆様の協力があつてこそ、開催が出来るのです。
 - 1 開催前の献立等の準備打ち合わせ。
 - 2 開催当日の会食等の作成。
 - 6」手作り会食会は、6月から3月まで、年間10回開催予定になっております。
 - 7」福祉協力員の皆様を7班に編成し、毎回班より1名の方に参加して頂き会食会の準備、食事の作成等をして頂きますので、協力を御願い致します。
 - 8」地区開催の文化祭への参加、協力
会場に「福祉まつり」のテントを出して、市社会福祉協議会と連携して福祉活動を行っています。

9) 「安心安全情報キット」事業の実施について

- 1) 24年度は、地区内の75歳以上の一人暮らし、二人暮らしの高齢者の中で希望する方に配布致しました。
- 2) 25年度は、今年度中に65歳から75歳になる高齢者の内、希亀する方について調査して頂き、報告して頂きます。障害者を含みます。
- 3) 福祉協力員の皆様は、自分が担当する区域内の該当者のうち、希望する高齢者を把握して、後日 地区社協に報告して頂きます。

10) 福祉協力員の皆様をお願いしておきたい事は、戦前、戦中によく使われた「向こう三軒両隣り」の言葉のような富士見地区を構築して行くよう、皆様の力を結集して地域福祉のために貫献して頂きたくお願い申し上げます。

- ・福祉協力員に関する情報
（「宇都宮社協だより」より）

うつのみや 社協だより

平成25年4月20日発行

編集発行 148号

社会福祉法人
宇都宮市社会福祉協議会
宇都宮市中央1丁目1番15号
宇都宮市総合福祉センター内
電話 028-636-1215
FAX 028-638-9856
http://www.usunomiya-shakyo.or.jp
宇都宮市社会福祉協議会 様

安心・安全情報キット配付事業



ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯、障がいのある方などに、「安心・安全情報キット」を配付する事業を実施しています。

安心・安全情報キットとは、かかりつけ医や持病、緊急連絡先などを記入した情報シートを専用のプラスチック容器に入れて、冷蔵庫等に保管していただくことで、緊急時に救急隊員等がその情報を活用して適切な処置に役立てるものです。



配付先や取り扱いについて確認し合い、配付後の見守り活動につなげます。

この事業は、キットの配付を通して、地域住民どうしの見守り・声かけや、関係機関の連携・協働が促進されるよう、地区社会福祉協議会が主体となり実施しています。

平成25年2月現在、22地区社協で7,068件配付しており、平成28年度までの5年間で、39地区すべてにおいて配付をする予定です。

「うつのみや社協だより」は、「回覧」です。よろしくお願ひ申し上げます。

志願金率100%
再委託を依頼しています

Ⅲ. 社会福祉士国家試験対策について

人間福祉学科 講師 平賀 紀章

1. はじめに

本学人間福祉学科社会福祉専攻は、社会福祉士国家試験の指定科目を履修し、それを卒業の要件としている。卒業生は2年の実務経験の後国家試験を受験するが、卒業から受験時にかけての制度変更等があり、そのための対策を他の養成機関よりも頻繁にかつ有効に講じなければならない。

おりしも、社会福祉士国家試験の合格率は高くなく、平成25年1月に行われた試験の合格率は18.8%であった。本学卒業生も1人でも多く合格していただくため、また地域にいる社会福祉士国家試験受験生のために本年度は下記の講座を企画している。

2. 社会福祉士国家試験受験準備講座

本学では「社会福祉演習Ⅲ」を開講しているが、ここでは主に在大学生を対象に社会福祉士国家試験受験への準備の一環としている。この講義を卒業生にも開放し、本学専任教員のオムニバスにて下記の予定で実施する。

No	月日	曜日	時限	科目	担当教員
1	9月3日	火	4	高齢者に対する支援と介護保険制度	平賀 紀章
2	9月13日	金	3	障害者に対する支援と障害者自立支援制度	平賀 紀章
3		金	4	保健医療サービス	平賀 紀章
4	9月17日	火	3	低所得者に対する支援と生活保護制度	平賀 紀章
5	10月25日	金	3	児童や家庭に対する支援と児童・家庭福祉制度	勝浦美智恵
6	10月25日	金	4	相談援助の基盤と専門職	勝浦美智恵
7	10月29日	火	4	相談援助の理論と方法	勝浦美智恵
8	11月22日	金	3	現代社会と福祉	天野 マキ
9		金	4	社会保障	天野 マキ
10	11月29日	金	3	福祉行財政と福祉計画	天野 マキ
11		金	4	地域福祉の理論と方法	天野 マキ
12	12月13日	金	3	社会理論と社会システム	堀 圭三
13		金	4	社会調査の基礎	堀 圭三
14	12月20日	金	3	心理学理論と心理的支援	勝浦美智恵
15		金	4	就労支援サービス&更生保護制度	平賀 紀章

注) 3時限：13時05分～14時35分

4時限：14時45分～16時15分

IV. 平成25年度栃木県食生活改善推進団体連絡協議会総会研修会 高齢期における食事のポイントと低栄養予防について

人間福祉学科 助教 大 出 理 香

1. はじめに

平成25年6月19日（水）栃木県食生活改善推進団体連絡協議会総会研修会の講師を務めた。主催者側の要望もあり「高齢者における食事のポイントと低栄養予防について」研修を実施する。主催者の要望もあり、「ロコモティブシンドローム」、「高齢期における食事のポイント」、「低栄養予防について」の3部構成の研修会を実施した。

対象は栃木県内に在籍する食生活改善推進団体連絡協議会（食生活改善推進員）の方である。参加人数は会員100名、市町事務局担当者20名、健康福祉センター事務局担当者5名、栃木県保健福祉部健康増進課8名の計133名であった。

研修会について以下に報告する。

2. 研修会の概要

(1) 研修会の概要

開催日：平成25年6月19日（水）15時～16時

会 場：栃木県庁本館6階大会議室2

(2) 研修会内容

1) ロコモティブシンドロームについて

ロコモティブシンドローム (locomotive syndrome)：運動器症候群ともいう。「運動器の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態になることである。2007年日本整形外科学会提唱される。

ロコモチャレンジの「ロコチェック」を参加者全員に実施。項目は以下のとおり。

1. 家の中でつまずいたり滑ったりする
2. 階段を上るのに手すりが必要である
3. 15分くらい続けてあるくことができない
4. 横断歩道を青信号で渡りきれない
5. 片脚立ちで靴下がはけなくなった
6. 2kg程度の買い物をして持ち帰るのは困難である
7. 家のやや重い仕事が困難である

以上の項目で1つでも当てはまればロコモの可能性あり

ロコチェック実施後、ロコトレ（ロコモーショントレーニング）の実践。

バランス能力を鍛えるロコトレ「片脚立ち」を片脚につき1分。片手で椅子を持ち、不安定にならないよう実施した。聴き足など、左右さがあることへの気づきも促す。

さらに下肢筋力を鍛えるロコトレ「スクワット」を椅子の背もたれに手をかけながら数回実施した。暗い中での便座に腰を下ろすイメージでの実践。呼吸は止めないよう口で数を数えながら実施するよう促した。ロコトレを日常生活の中にうまく活用できるよう、歯磨き時の片脚立ちや、ソファや椅子に腰かける際のスクワットを推奨する。

2) 高齢期における食事のポイント

加齢に伴う能力の低下は、感覚機能、筋力、消化・吸収、味覚、咀嚼力、消化不良・便秘などがある。咀嚼・摂食嚥下困難の方が食べにくい食べ物は、誤嚥した事例を用いながら紹介した。食事介助のポイントは、姿勢、一口の分量、スピードや温度について説明する。咀嚼・摂食嚥下しやすい調理法、食べやすくする工夫・注意点、やわらかい食事の提供は、食材の選び方や調理器具、酵素などを紹介。介護食は、スーパーや薬局、インターネットなどで購入可能なことを説明。簡単にできる介護食レシピを配布し、自宅で実践していただくよう紹介した。

3) 低栄養予防について

低栄養、低栄養のリスク要因の説明を行う。

低栄養を防ぐには、楽しく食べる、歯の健康、趣味や生きがいをもつ、適度に身体を動かすことが必要である。

食生活の振り返りとして参加者全員に10食品群シートの記入を促す。10食品群シートとは、肉類、魚介類、卵・卵製品、牛乳・乳製品、大豆・大豆製品、海藻類、いも類、果物、油脂類、緑黄色野菜を少量でも食べたら○をつけるものである。

歯の健康については、特に噛む力と下肢筋力との関係を強調した。

趣味や生きがいをもつことについては、日々地域の方への食生活改善活動を担っている方々であり、地域での健康づくりへ貢献していることへ賞賛する。

4) 参加者の質問

- ・咳が止まらないのはなぜか。
- ・ADLとは何か。

3. おわりに

栃木県食生活改善推進団体連絡協議会総会後の研修会であったこともあり、導入に運動を使用したのは好評を得たと考える。「高齢者における食事のポイントと低栄養予防について」という幅広いテーマでの1時間という研修会ではあったが、食生活改善推進員の反応を

うかがう限り、おおむね理解されたと推察される。会員の方の年齢に合致したテーマであったことも理解された一因と考えられる。

ロコトレの片脚立ちやスクワットは日々の生活の中で取り入れやすい運動であったためか、食生活改善推進員だけでなく、健康増進課職員の方より好評をいただくことができた。

ロコモティブシンドロームは、第二次健康日本21目標にも掲げてある問題であり、メタボリックシンドロームとの関係性も深く、今後さらに認知度を高めていかねばならない課題である。

宇都宮短期大学として、さらに行政機関と連携し、地域住民への情報発信、地域貢献として介護予防の実践活動が今後の課題と考える。

【引用文献】

松月弘恵・住垣聰子・井上典代・大沼奈保子,2010,『5分でできる介護食』, 在宅栄養アドバイザー「E-net」, 中央法規出版株式会社.

クイジナートサンエイ,2012,『おうちで作るらくらくミキサー食レシピ』, 株式会社クイジナートサンエイ.

熊谷修,2011,『介護されたくないなら粗食はやめなさい』, 講談社.

熊谷修著,東京都高齢者研究・福祉振興財団監修,2006,『栄養改善のアクティビティ』, ひかりのくに株式会社.

V. 高齢者の食事に対する自主研究グループ活動報告

人間福祉学科 助教 大 出 理 香

1. はじめに

平成20年栃木県栄養士会福祉協議会所属の管理栄養士有志8名により、高齢者の食事に対する自主研究グループ「ピュアフード研究会」を発足させた。現在、高齢者福祉施設勤務者、医療機関勤務者、地域活動（在宅栄養士）、健康管理教育研究会所属のものが在籍している。

2. 会発足の目的

平成17年度の介護保険制度改正により、介護保険施設では「栄養ケア・マネジメント」が開始となった。栄養ケア・マネジメントを日々実践する中で、栄養リスクの高い利用者が摂食嚥下困難を持つということが明白となる。きざみ食のリスクが提唱され、きざみ食に代わる食形態として黒田留美子氏推奨の「高齢者ソフト食」が注目され、高齢者ソフト食について研究するための会が発足された。

3. 研究会活動について

会の運営：各会員の会費で賄われる

活動拠点：鹿沼市

活動頻度：原則として毎月1回開催

毎年、年度初めに活動内容を検討し、年間スケジュールを決定している。現在は、高齢者ソフト食を提供している福祉施設メニューの実践および会員所属施設での活用について検討を行っている。

活動内容

1. 高齢者ソフト食の研究、調理実践
2. 業務用介護食試食および活用範囲についての検討
3. 販売メーカー主催の研修会
4. 酵素を使用した調理実践、活用範囲についての検討
5. 災害時非常食献立作成
6. 高齢者ソフト食実践施設メニューの調理実践

調理実践メニュー例

鶏の唐揚げ（常食のおかず、ソフト食のおかず）

常食（主食ごはん）では、鶏肉（もも）を通常の唐揚げにし、ソフト食では、鶏ひき肉（もも肉）を使用し、やわらかく飲み込みやすい形態してある。

4. おわりに

有志により発足した研究会であり、会の規模も小さく、所属施設における理解も少ないのが実情である。会の活動を公の場での活動報告などにつなげていけたらと考える。

現在、高齢者の食産業は売り手市場であり、今後様々な「介護食」が開発されると思われる。市販品をいかにおいしく、安全に提供するか。さらに安価な介護食が提供できるよう、自己研鑽をし続けることが必至である。情報の共有化も欠かせない。

今後の課題として、会の栄養士だけでなく、施設所属の調理従事者へ調理実践が可能となるよう施設内においての働きかけが急務である。近い将来、小規模多機能の施設職員に対して、何らかの情報提供ができればと考えている。

自主研究グループ支援も地域貢献活動の一つであり、何らかの形で地域福祉開発センターとして関わっていきたい。

【引用文献】

成田和子著,黒田留美子監修,2010,『家庭でできる高齢者ソフト食レシピ』, 河出書房新社.

卷末資料

I. 子育て支援研究センター活動報告（平成25年度）

1. 主催したイベント

(1) 子育て支援研究センター主催「幼児期から青年期までの子どもの発達と教育のために」

第1回公開講座（6月29日（土））

研修会「子どもの育つ力を信じよう」

宇都宮共和大学子ども生活学部准教授 高柳 恭子

講演会「支援を必要とする子どもに寄り添うということ」

特定非営利活動法人だいじょうぶ 理事長 畠山 由美先生

第2回公開講座（7月20日（土））

講演会「思春期の子どもたちの悩みと子どもを伸ばす力」

白梅学園大学学長 汐見 稔幸先生

第3回公開講座（9月21日（土））

講演会「家族のこれから — 受験、就活、婚活、保活 —」

中央大学文学部教授 山田 昌弘先生

第4回公開講座（10月12日（土））

研修会「心、頭、体を育てる音楽」

宇都宮共和大学子ども生活学部准教授 山口 晶子

講演会「発達障害児の支援活動をしたい人のために — 私たちができること —」

白梅学園大学子ども学部教授 堀江まゆみ先生

第5回公開講座（11月30日（土））

研修会「昔話や昔の遊びを 今楽しく」

宇都宮共和大学子ども生活学部 非常勤講師 田所順子

講演会「いまどきの子育てに大切なこと」

玉川大学教育学部准教授 大豆生田啓友先生

(2) T i n y

・10月6日（日）：第8回あそびの集い「子どもあそぼう！おとなしゃべろう！！」

・12月8日（日）：第9回あそびの集い「ドキドキわくわくクリスマス」

・2月23日（日）：第10回あそびの集い「今日は思いっきりあそび隊！」

(3) 親子遊びの会

- ・第1回（トータル第3回目） 5月18日（土）

親子の自由遊び、設定遊び「音楽であそぼう」（父親と母親）、子育てフリートーク

参加者 23組 57名 参加スタッフ：学生4名 教員6名

- ・第2回（トータル第4回目） 7月6日（土）

親子の自由遊び、設定遊び「みんなで絵を描いてあそぼう」（柿の木幼稚園母親）、子育てフリートーク

参加者 16組 36名 参加スタッフ：学生2名 教員5名

- ・第3回（トータル第5回目） 9月28日（土）

親子の自由遊び、設定遊び「身体を使ってあそぼう」（河田教員）、子育てフリートーク

参加者 10組 20名 参加スタッフ：学生2名 教員5名

- ・第4回（トータル第6回目） 12月14日（土）

親子の自由遊び、設定遊び「リトミックであそぼう」（山口教員）、子育てフリートーク

参加者 24組 63人参加 参加スタッフ：学生5名 教員6名

- ・第5回（トータル第7回目） 2月22日

親子の自由遊び、設定遊び「ひな祭りの飾りづくり」（長尾教員）

参加者 10組 26人参加（うち2歳未満8人） 学生2名 教員5名

2. 地域での保育所・児童館・福祉施設等でボランティア活動

(1) 宇都宮市ゆうあいひろば（子どもの遊び場）でのボランティア

内 容	件数	人数
工作ボランティア	2件	4人
ゆうあいフェスタ等イベント	4件	30人

※毎月2月に、子ども向けイベント「ゆうあいフェスタ」を実施、スタッフのご指導の下、学生がイベントを企画・運営する。

(2) 児童館でのボランティア

内 容	件数	人数
イベント（2ヶ所）	5件	38人
ダンス指導（1ヶ所）	5件	21人

(3) 子育てサロンでのボランティア

内 容	件数	人数
プール遊び補助 (2ヶ所)	2件	15人
イベント (1ヶ所)	2件	18人

(4) 社会福祉施設でのボランティア

内 容	件数	人数
障害児・障害者支援事業所 (3ヶ所)	3件	23人
障害者支援施設 (5ヶ所)	6件	27人

(5) 自立援助ホームでのボランティア

内 容	件数	人数
イベント (1ヶ所)	1件	2人

(6) 東日本大震災復興支援チャリティーコンサート

内 容	件数	人数
(1ヶ所)	1件	6人

(7) その他

内 容	件数	人数
県・市主催イベント (2ヶ所)	2件	10人
講演会での託児 (1ヶ所)	1件	2人

Ⅱ. 地域福祉開発センター活動報告（平成25年度）

1. 主催した活動

(1) 宇都宮短期大学 地域福祉公開講座「地域福祉勉強会」(全5回)

- ① 6月17日(月) 福祉実践現場の現状について
- ② 7月22日(月) 自立支援介護について
- ③ 9月30日(月) 認知症ケアについて
- ④ 10月28日(月) ケアマネジメントについて
- ⑤ 11月25日(月) キャリア形成について

(2) 障がいのある子どもと家族の支援のためのチャリティ・ジャズ・コンサート

9月22日(日) 宇都宮共和大学長坂キャンパス 須賀友正記念ホール

主催：宇都宮共和大学子育て支援研究センター、宇都宮短期大学地域福祉開発センター

共催：特定非営利法人「うりずん」

(3) 彩音祭 地域福祉開発センター展示

11月16日(土)、17日(日)

- ① x両展示(協力：栃木トヨペット)
- ② 福祉用具展示(協力：ヤマシタコーポレーション)
- ③ 農産物等の直売コーナー(協力：JA宇都宮長坂地区組合)

(4) 社 x 社士国家試験直前対策公開講座

12月21日(土) 東京アカデミー講師を迎えて実施

2. 地域での福祉関連イベント等への学生・教職員ボランティア派遣

(一部活動は宇都宮共和大学子ども生活学部と重複、9月15日現在)

内 容	件数	人数
高齢者福祉施設イベント(栃木県内)	4件	20人
障がい者福祉施設イベント(栃木県内)	2件	8人
その他、地域でのイベント等(栃木県内)	4件	21人
合 計	10件	49人(のべ人数)

3. 個人（専任教員）による地域福祉活動

- (1) 宇都宮市民大学「ミドル世代の心豊かな生活のために」実施報告
(天野マキ、山本久美子、崎谷直、平賀紀章、大出里香、勝浦美智恵)

- (2) 社会福祉士国家試験対策講座（開放授業含む）（平賀紀章）

- (3) 「栃木県食生活改善推進団体連絡協議会研修会」報告（大出理香）
高齢期における食事のポイントと低栄養予防について

- (4) 「高齢者の食事に対する自主研究グループ活動」報告（大出理香）

			第1回中学・高校庭科セミナー 北九州家庭科教育研修会	基調講演講師 基調講演講師	(株)東京書籍関西支社 北九州たまごの会
子ども生活学科	教授	日吉佳代子	埼玉県幼稚園連合会 北部ブロック研修会 栃木県幼稚園教育研究大会 栃木県真岡市幼稚園連合会 研修 保育所主任保育士研修 潜在保育士に対する講習 栃木県福祉人材・研修センター運営委員	分科会指導 助言者 指導助言者 研修講師 研修講師 講師 委員	埼玉県私立幼稚園連合会 栃木県幼稚園連合会 栃木県真岡市幼稚園連合会 栃木県社会福祉協議会 宇都宮市 栃木県社会福祉協議会
子ども生活学科	教授	駒場利男	栃木県立宇都宮東高等学校・学校評議員 大学出張講座「ロンドン歴史散歩」	講師	栃木県教育委員会 宇都宮中央女子高校
子ども生活学科	教授	加藤邦子	臨床発達心理士資格認定 委員会 臨床発達心理士資格指定科目取得講習会 平成25年度（第57回）東京都保育研究大会 平成25年度栃木県思春期版家庭教育支援 プログラム指導者研修 「宇都宮市子ども・子育て会議」	委員 講師 助言者 講師 委員	一般社団法人 臨床発達 心理士認定運営機構 同上 社会福祉法人 東京都 社会福祉協議会 栃木県総合教育セン ター生涯学習部 宇都宮市
子ども生活学科	教授	河田 隆	日本シャトルボール協会 栃木県レクリエーション協会 栃木県スポーツ推進審議会 栃木県民スポーツレクリエーションフェ スティバル「とちまるフェスタ」 公益財団法人宇都宮市スポーツ振興財団 宇都宮市社会教育委員会 宇都宮市指定管理者選定委員会 宇都宮市人づくり推進委員 那須塩原市民大学運営委員会 「平成25・26年度保育所新任保育士研修会」講演 「平成25・26年度社会福祉施設新任職員 研修会」講演 「第24回全国スポーツ・レクリエーション祭」 平成26年度スクールカウンセラー活用事業 （平成25年度足利市立毛野 中学校・富田中学校・毛野小学校・ 毛野南小学校・富田小学校） 平成25年度第3回放課後子ども教室・第5 回学校支援ボランティア活動研修会	副会長 副理事長 委員 運営委員 評議員 （議長） 委員 専門委員 委員 委員 講師 講師 運営役員・ パネリスト カウンセラー 講師	日本シャトルボール協会 栃木県レクリエーション協会 栃木県 栃木県 公益財団法人宇都宮市 スポーツ振興財団 宇都宮市 宇都宮市 宇都宮市 那須塩原市 栃木県社会福祉協議会 栃木県社会福祉協議会 栃木県 栃木県 鹿沼市

			平成25年度とちぎ元気キッズ育成事業子どもの体力向上指導者研修会 平成25年度幼小中高児童生徒指導研究協議会 平成26年度栃木県スポーツ推進委員新任研修 平成26年度実習指導者講習会 平成26年度スキルアップセミナー I	講師 講師 講師 講師 講師	栃木県 芳賀教育会 栃木県 栃木県看護協会 栃木県
子ども生活学科	教授	和田佐英子	日本地方自治研究学会 国税モニター 栃木県立美術館評議員 (公益財団法人)下野奨学会 栃木県社会教育委員 栃木県社会貢献活動推進懇談会 栃木県新しい公共支援事業運営委員会 栃木県地震被害想定調査検証委員会 栃木県コミュニティ協会研究推進委員会 荒川圏域河川整備計画懇談会 栃木県国土利用計画審議会 宇都宮市市政研究センター企画アドバイザー 宇都宮税務署管内租税教育推進協議会	理事 モニター 評議員 評議員 委員 会長 委員長 委員 委員 委員 委員 アドバイザー 委員	日本地方自治研究学会 国税庁 栃木県立美術館 下野新聞社 栃木県教育委員会 栃木県 栃木県 栃木県県民生活部消防防災課 栃木県コミュニティ協会 栃木県河川課 栃木県 宇都宮市 宇都宮税務署
子ども生活学科	准教授	中畝治子	NPO法人グリーンママ NPO法人こども応援ネットワーク NPO法人「Yネット横浜」 NPO法人「市民セクター横浜」 重度心身障害者通所施設「みどりの家」 障害者母親グループ「マザーズジャケット」で連続講座開催、自助ミーティング活動、子育て相談 神奈川県立保健福祉大学実践教育センター障害児者支援課程、子ども支援課程 鹿沼市民間保育園研修 横浜市障害児地域訓練会「レインボー」造形教室 精神障害者支援スペース「ここわ」講演会 ギャラリーナナ「ココロはずむアート展」 障害のある方たちの作品発表展 三島さんしんギャラリー善夏休み子どもワークショップ 東日本大震災チャリティー展出品	理事 理事 福祉オンブズパーソン 第三者評価 評価委員 評議員 講師 講師 講師 講師 企画 講師	神奈川県 鹿沼市 横浜市

子ども生活学科	准教授	山口晶子	千葉県我孫子市保育士のための幼児音楽教育指導 特定非営利活動法人 リトミック研究センター リトミック研究センター千葉第一支局 児童厚生員2級研修「表現活動」 「子育てママのセンス↑講座」 市民大学 「体・頭・心を育てるリトミック」 「乳幼児と親の家庭教育 子育て広場」 県立学校民間講師招へい事業 子どもとの音楽遊び及び職員研修「楽しく音楽と触れ合おう！」 新・家庭応援講座 「体・頭。心を育てるリトミック～感性を豊かに」 第60回栃木県幼稚園教育研究大会分科会 「保育の中に生かすリトミック」 実技研修「リトミックをしてみよう 楽しいリズムゲーム・保育におけるリトミックとその実践」 職員研修「楽しく音楽と触れ合おう！-2-」 リトミック体験授業 保育所保育士研修会 リトミック実技 子どものリトミック 新・家族応援講座 『親子でリトミック』～感性を豊かに～ 第20回全日本私立幼稚園連合会 関東地区教員研修栃木大会第11フォーラム 『保育を生かすリトミック』	研究室研究員 支局長・顧問 講師 講師 講師 講師 講師 講師 講師 講師 講師(助言者) 講師 講師 講師 講師 講師 講師	我孫子市保育協会 茨城県保健福祉部 子ども家庭課 宇都宮市北生涯学習センター 宇都宮市 宇都宮市中央生涯学習センター 栃木県立鹿沼南高等学校 済世会病院宇都宮乳児院 宇都宮市北生涯学習センター 栃木県幼稚園連合会 宇都宮地区幼稚園連合会 済世会病院宇都宮乳児院 小山北桜高校 栃木県社会福祉協議会 あゆみ北保育園 宇都宮市北生涯学習センター 全日私幼連関東地区
子ども生活学科	准教授	高柳恭子	宇都宮市社会福祉施設事業者選考専門委員会 鹿沼市子ども・子育て会議 平成25年度保育士試験（栃木県会場） 社団法人全国幼児教育研究協会平成25年度文部科学省委託「幼児教育の改善・充実調査研究」検討委員会 社団法人全国幼児教育研究協会平成26年度文部科学省委託研究検討委員会 平成26年度保育士試験（栃木県会場）	専門委員会 会長 採点委員 検討委員 検討委員 採点委員	宇都宮市子ども部 鹿沼市保健福祉部 (社)全国保育士養成協議会 (社)全国幼児教育研究協会 (社)全国幼児教育研究協会 (社)全国保育士養成協議会

			鹿沼市公立保育園民営化に伴う受諾候補者評価委員会 社団法人全国幼児教育研究協会 新・家庭応援講座 社団法人全国幼児教育研究協会平成26年度免許状更新講習 栃木県幼稚園教育研究大会 栃木県幼稚園連合会資質向上選抜養成講座Ⅷ 平成25年度埼玉県国立幼稚園教育研究会 平成25年度茨城県幼稚園新規採用教員研修 平成25年度幼稚園教育研究協議会	委員長 支部理事 講師 講師 講師 講師 講師 講師 講師	鹿沼市保健福祉部 (社)全国幼児教育研究協会 宇都宮市北生涯学習センター (社)全国幼児教育研究協会 (社)栃木県幼稚園連合会 (社)栃木県幼稚園連合会 埼玉県国立幼稚園教育研究会 茨城県教育委員会 石川県教育委員会
子ども生活学科	准教授	月橋春美	公益社団法人日本キャンプ協会 日本シャトルボール協会 栃木県キャンプ協会 栃木県スポーツ推進審議会 栃木県レクリエーション協会	運営委員 理事 理事 委員 理事	公益社団法人日本キャンプ協会 日本シャトルボール協会 栃木県キャンプ協会 栃木県 栃木県レクリエーション協会
子ども生活学科	講師	土沢 薫	栃木県障害者施策推進審議会 栃木県臨床心理士会産業委員会 東日本大震災被災児童等支援事業 子どもの心と遊び研修会 栃木県スクールカウンセラー 職場のメンタルヘルス出前講座 平成25年度養護教諭2～5年目研修 平成25年度養護教諭10年目研修 平成25年度東陽中ブロック合同研修会 清洲ワンツープロジェクト研修会	委員 委員 講師 スクールカウンセラー 講師 講師 講師 講師 講師	栃木県 栃木県臨床心理士会 栃木県臨床心理士会 栃木県教育委員会 栃木県教育委員会 栃木県教育委員会 栃木市教育委員会 鹿沼市立清洲第一・第二小学校
子ども生活学科	講師	桂木奈巳	第23回全国ネイチャーゲーム研究大会 全国幼児教育研究大会 学校の森・子どもサミット東京大会	運営委員 講師 講師	日本シェアリングネイチャー協会 (社)全国幼児教育研究協会 林野庁
子ども生活学科	専任講師	石本 真紀	自立援助ホーム星の家 「平成25年度福祉サービス苦情解決研修会(保育)」	運営委員 研修講師	NPO法人青少年の自立を支える会 栃木県運営適正化委員会
子ども生活学科	専任講師	市川舞	「ベビーシッター養成講座」	講師	宇都宮市北生涯学習センター
子ども生活学科	専任講師	羽石道代	文化庁学校訪問演奏会事業	演奏者	文化庁

学科	職位	教員氏名	委嘱の内容		
			名称	職位	設置者
人間福祉学科	学科長 教授	中川英子	栃木県県立校スクールカウンセラー 宇都宮短期大学附属高校・中学校スクール・カウンセラー 介護福祉士養成大学連絡協議会（全国）	スクールカウンセラー スクールカウンセラー 理事	栃木県教育委員会 須賀学園 介護福祉士養成大学連絡協議会
人間福祉学科	社会福祉専攻 主任 教授	天野マキ	社会福祉法人「青少年と共に歩む会」 児童自立支援施設 社会福祉法人 ばる特別養護老人ホーム いきいきタウンとだ 特別非営利活動法人りすシステム 任意 後見・生前契約受託機関 東洋大学社会福祉学会 日本社会福祉学会 学会誌 文京区介護保険市民オンブズマン Boston University, School of Social Work Dean's Advisory Board 公益法人 私立大学情報教育協会社会福祉学教育FD/ICT 活用研究委員会 「家族介護者のつどい」 社会福祉法人「芳香会」 連合栃木総合生活研究所 (社会福祉調査研究活動／宇都宮大学との共同研究)	理事・ 評議員 理事・ 評議院 理事 顧問 査読委員 代表 A Member アドバイザー 代表 監事 主査	社会福祉法人「青少年と共に歩む会」 社会福祉法人「ばる」 特別非営利法人りすシステム 東洋大学 日本社会福祉学会 文京区民 Boston University 公益法人私立情報教育協会 文京区民有志 社会福祉法人「芳香会」 連合栃木総合生活研究所
人間福祉学科	介護福祉専攻 主任 教授	百田裕子	フードバレー栃木推進協議会上都賀地域 高付加価値化推進委員会 うつのみや産学官連携推進ネットワーク運営委員会 うつのみやりんご料理コンテスト うつのみや次世代産業イノベーション推進会議	委員 運営委員 審査員 委員	上都賀農業振興事務所 宇都宮商工会議所 宇都宮農業協同組合 宇都宮市
人間福祉学科	准教授	山屋恵美子	介護保険認定審査会 地域福祉開発センター活動	委員 講師	東京都板橋区 宇都宮市
人間福祉学科	准教授	堀 圭三	出前授業「自分と他人のかかわりの働きかけ」	講師	栃木県立黒羽高校
人間福祉学科	准教授	平賀紀章	栃木県運営適正化委員会 栃木総合生活研究所 「福祉サービスのあり方に関する研究会」 (宇都宮大学との共同研究)	委員 研究員	(社福) 栃木県社会福祉協議会 (一社) 連合栃木総合生活研究所

			市民大学講座 「ミドル世代の心豊かな生活のために」 社会福祉士国家試験受験学習会 社会福祉士国家試験対策講座	講師 講師 講師	宇都宮市教育委員会 (公社) 東京社会福祉士会 (公財) 横浜YMCA
人間福祉 学科	講師	小野篤司	宇都宮市地域密着型サービス運営委員会 社会福祉施設新任職員研修	委員 講師	宇都宮市 栃木県社会福祉協議会
人間福祉 学科	講師	勝浦美智恵	宇都宮市民大学 専門講座学習プログラム	講師	宇都宮市教育委員会
人間福祉 学科	助教	大出理香	糖尿病予防教室 介護予防講座 「おいしく食べて、幸せ長生き」 福祉協議会研修会高齢者の 「食べること」への支援 宇都宮市民大学講座ミドル世代の心豊かな生活のために～子育てと介護のはざま の中で～「お食事カードバイキングで健康チェック」 栃木県食生活改善推進団体連絡協議会研修会「高齢期における食事のポイントと低栄養予防について」	講師 講師 講師 講師	栃木市大平総合支所 芳賀町 (社) 栃木県栄養士会 宇都宮市 栃木県保健福祉部健康増進課

IV. 宇都宮共和大学子育て支援研究センター規定

(設置)

第1条 宇都宮共和大学内に宇都宮共和大学子育て支援研究センター（以下、研究センターという）を置く。

(目的)

第2条 研究センターは保育・幼児教育・子育て支援分野を中心にした学際的、実証的な調査・研究をおこなうとともに、地域福祉の向上に資する政策提言をおこなう。

2 上記調査・研究の推進によりわが国の保育・幼児教育・子育て支援分野を中心にした理論、政策の発展・向上に貢献するとともに、その成果を本学の教育内容に反映させることにより、本学の教育の充実、高度化を図る。

3 上記研究成果を地域社会に還元するとどまらず、地域社会との積極的な交流を図ることにより、地域福祉の向上に貢献する。

(事業)

第3条 研究センターは第2条の目的を達成するため、次の事業をおこなう。

- 一 保育・幼児教育・子育て支援分野を中心にした自主研究，共同研究
- 二 保育・幼児教育・子育て支援等にかかわる受託調査・研究
- 三 保育・幼児教育・子育て支援関連資料，データの収集，整備
- 四 保育・幼児教育・子育て支援等にかかわる政策提言
- 五 保育・幼児教育・子育て支援の人材育成を目的としたセミナー，講座等の開講
- 六 講演会，シンポジウム，公開講座，研究会等の開催
- 七 経営等診断，研修，コンサルティング活動
- 八 大学，研究機関，企業，行政等との交流，連携活動
- 九 研究年報，研究レポート，ニューズレター，研究成果等の発刊
- 十 その他第2条の目的達成のために必要な事業

(事業推進)

第4条 自主研究は，客員研究員が研究員の半数未満のプロジェクトチームないし研究会により推進するものとする。ただし，研究員1人でも可とする。

2 共同研究は，研究費の全部または一部を当研究センター以外の諸組織，機関等の研究助成を受けて実施する研究を指すものとする。

3 受託調査・研究は，当研究センター以外の諸組織，機関からの依頼とその目的達成のために実施する調査・研究を指すものとする。

4 第3条の諸事業は毎年度の事業計画及び予算にもとづき、研究センター長に対し、文書にて起案し、成果を報告するものとする。

(組織)

第5条 研究センターは、センター長、副センター長、運営委員長、研究員、事務職員をもって構成する。

一 センター長、副センター長、運営委員長は本学専任教員のなかから本学学長が任命する。ただし、副センター長は必要に応じて置くことができる。

二 研究員は第3条の事業を遂行する意志のある本学および学校法人須賀学園の専任教員とする。ただし、学長が必要と認める場合は、本学専任教員以外の者を研究員に任命することができる。研究員の任期は2年(年度基準)とし、再任は妨げない。

三 学長、副学長および学部長は特別研究員として研究にたずさわるとともに、研究センター事業全般に関し、指導、助言を行うことができる。

四 事務職員は本学学長が任命する。

2 自主研究、共同研究及び受託調査・研究の遂行にあたっては、本学教員以外の共同研究者を客員研究員として参加させることができる。客員研究員の任命は研究センター長がおこない、その任期は当該研究等の完了時を上限とする。

3 研究センターの事業や活動を検討するため、全研究員参加の研究員会議を必要に応じて開催することができる。

4 当研究センターの発展を支援し、貢献が可能な学外の研究者、経営者等に名誉顧問、研究顧問を委嘱することができる。名誉顧問、研究顧問の委嘱は学長がおこない、その任期は2年とする。顧問は研究センター長の求めに応じて、助言、指導等をおこなう。

(運営)

第6条 センター長は研究センターを統括し、副センター長はこれを補佐する。

2 研究センターを運営し、諸事業を遂行するため、運営委員会を置く。運営委員会は運営委員長が主宰し、運営委員長が指名する数名の研究員を運営委員とする。ただし、運営委員長は運営委員のなかから、必要に応じて副運営委員長を指名することができる。

3 研究員会議はセンター長が召集し、主宰する。

4 センター長、副センター長、運営委員長、副運営委員長、運営委員の任期は2年(年度基準)とする。ただし、再任を妨げない。

(運営委員会の業務)

第7条 運営委員会は次の業務を推進し、研究センターの円滑な運営を図る。

一 各年度の事業計画の策定及び予算原案の作成

二 研究員から提出される自主研究、共同研究及び受託調査・研究の企画書、予算案査定

- 三 保育・幼児教育・子育て支援等にかかわる政策提言の検討
- 四 第3条五, 六, 七の諸事業の企画, 運営, 実施
- 五 研究年報, 研究レポート, ニュースレター, 研究成果等の刊行, 発表
- 六 研究センターの施設・設備, 資料等の整備及び管理
- 七 その他研究センター運営に必要な業務
(予算及び会計処理)

第8条 研究センターの予算は次の収入による。

- 一 各年度の本学予算に定められた研究センター経費
 - 二 第3条に定められた受託調査・研究等の諸事業による収入
 - 三 寄付金
 - 四 その他の収入
- 2 受託調査・研究等に関する予算配分・原稿料等の基準については別に定める細則によるものとする。
- 第9条 予算執行にかかわる会計処理は本学の同規程を準用する。ただし, 出張旅費等については, 名誉顧問, 研究顧問及び客員研究員にも適用されるものとする。

附 則

この規程は平成22年11月3日から施行する。

V. 宇都宮短期大学地域福祉開発センター規定

(趣 旨)

第1条 宇都宮短期大学人間福祉学科地域福祉開発センターは、学内はもとより、学外と連携した調査・研究を推進するとともに、その成果を地域住民や福祉施設の職員等を対象としたセミナーや講演会等の活動に反映させることによって、地域福祉の開発に貢献することを目的とする。

(組 織)

第2条 地域福祉開発センターの構成は、宇都宮短期大学教員および学外からの研究員とする。

- 2 センター長は人間福祉学科専任教授とし、センター業務を統括する。その下に運営を担当する委員会を置く。
- 3 必要に応じて客員研究員を含めた研究会を置き、他大学や研究機関とも連携する。
- 4 情報確保および交流のために学外の関連機関や行政等と連携する。

(任 期)

第3条 センター長は学長が委嘱し、任期は2年とする。再任は妨げない。

(活 動)

第4条 センターの活動は、次の各号とする。

- 一 学外の研究機関や地域の企業を含めた新分野、テーマによる学際的調査、研究(自主・共同)の実施。
- 二 地域社会や企業からの受託研究、共同調査の実施
- 三 シンポジウム、講演会、公開講座、出前授業等の開催
- 四 地域の要請に応えた人材育成(セミナー等)の活動
- 五 機関誌の発行による情報提供
- 六 地域社会に役立つ統計のデータベース整備による公開
- 七 その他

(予 算)

第5条 センター活動に関わる予算は、独立採算の運営を目指す。

(事 務)

第6条 地域福祉開発センターは、宇都宮短期大学人間福祉学科施設内に置き、事務担当は委員会が行う。

附 則

この規程は、平成14年4月1日から施行する。

子育て支援研究センター運営委員 (◎センター長 ○運営委員長)

◎牧野カツコ、○加藤邦子、中畝治子、山口晶子、蟹江教子、石本真紀

地域福祉開発センター運営委員

◎中川英子、○天野マキ、平賀紀章

表紙デザイン 中畝治子

第4号編集担当 蟹江教子

研究センター年報 第4号	
発行日	平成26年10月31日
編集・発行	宇都宮共和大学子育て支援研究センター 宇都宮短期大学地域福祉開発センター 〒321-0346 宇都宮市下荒針町長坂3829 TEL 028-649-0511(代) FAX 028-649-0660 e-mail : kosodate@kyowa-u.ac.jp Website : http://www.kyowa-u.ac.jp
印刷	株式会社 松井ピ・テ・オ・印刷
定価	1,000円 (消費税込み)

