

認める励ます保育

(2003.1.6)



私は、車で移動することが多いが、電車に乗ったり、街の中を歩いたりすることが好きだ。しかし、不愉快になることが多い。詰めればまだ何人かは座れるのに、股を広げて、座席を占拠している我が物顔の若者。コンビニの前で、パンツ丸見えのウンコ座りでタバコをふかしてしている女の子たち。この子達は、どんな躰を受けてきたのだろうか、考え込んでしまう。誉める子育てと言って、誉めることばかりが良いような風潮があるが、それより「本気」で叱ることが少ないような気がする。

アルピニストの野口健さんは、思春期に家庭の崩壊などで非行に走り、荒れていた。自分のことをしっかりと見て理解してくれていた先生に、殴られた時、先生は目にいっぱい涙をためていた。この人は自分のことを本気で心配してくれているのだと思った。そして、心から信頼したと言う。

年中、口うるさく、小言ばかり言って、自分の都合で「早く〇〇しなさい。」「〇〇ではダメでしょう。」の連発をしている親は、「叱ってばかりいないで、一つ叱って二つ誉めよう。」などと言われると、ドキッとして深く反省してしまうのである。誉めるべきでもないのに、やたらと誉められるのは、あまり居心地の良いことではない。反対に、のべつ叱られてばかりいると、ただの雑音で、「うるさい」としか感じなくなってしまう。誉めるにしろ、叱るにしろ、他人に評価されて動くことになる。そして、誉められるのは叱られるより、いいに決まっているが、誉められるから「やる」、叱られるから「やらない」のでは困る。誉めたり叱ったりするのは、余程の時しかない。ルールに反すること、弱い者いじめをする時だけは、厳しく叱らなければならない。それより、その子どもを良く理解し、その子の行動に共感し、できないことができるようになるまで、ゆったりと待つ、励ますことである。

その前提として、子どもが望ましい習慣を身につける環境を整えなければならない。「遊びながらご飯をたべるんじゃない！」と言いながら、親がテレビや新聞を見ながら食事をしていては・・・。



幼児教育・家庭教育と学力

(2003.2.3)



詰め込み教育の反省から、「ゆとり」が叫ばれるようになった。そして、新しい「学力観」、時代の変化の中で、新教育要領の実施に伴う学習内容変更に対し、学力低下論議が沸騰した。更に、教育課程実施状況調査の結果について、その論議は一層沸騰してしまった。

自分の子ども時代を考えてみると、何でそんなに騒ぐのかと、考え込んでしまう。私の子どもの頃は、もっと自由であった。学校が楽しくて、誰よりも早く登校してよく遊んだ。学校が終わると、カバンを家の中に放り投げるようにして、外に遊びに行った。夕闇がせまり暗くなると、お腹がグウグウ鳴ってお母さんの夕食が恋しくなる。お腹が一杯になればぐっすりと眠るという毎日が、貧しくはあったが、子どもの生活として充実していた。そんな生活の中でも、学ぶ力はしっかりと身に付けていた。だから、勉強しなければならない時、自ら学ばなければならない時には、寝る間も惜しんで勉強するようになった。幼児期、少年期は、「頭」に詰め込む時代ではなく、行動や言葉を通し、じっくりと「体」に付け、しみじみと「心」に染み込ませる時代であると思う。

先の教育課程実施状況調査では、ペーパーテストの他に、子ども達の意識調査が同時に行われた。そこで、考えてみれば当たり前のことなのだが、興味深いデータが出ている。授業で分からなかったり、疑問を抱いたことについて、自分で調べたり、先生に尋ねたりする子どもや、朝食を必ずしっかりと摂る、学校に持って行く物は自分で揃え確認する、等の**基本的生活習慣が身に付いている子どもほどペーパーテストの得点が高い**という結果になっている。人間の基本的な力は、自分で考え、工夫し、解決していくことである。自分でじっくり考えることは、時間がかかることである。覚えさせることが多いと、考えさせずにどんどん先を急がなければならないから忙しくなる。私達は、すぐに解答を出して、その答を教え込むことばかりに注意を注いできたのではないだろうか。子ども達に、疑問を投げかけ、考えさせ、それに、じっくりと対応することをしてきただろうか。子ども達の興味や、やる気を引き出す工夫をしてきただろうか。基本的生活習慣、集団でのルールを身に付けることを重要視してきただろうか。これらのことは、すぐに点数になって現れないが、成長してからはっきりと現れて来る。そして、それは、目に見えない、幼児期の教育、家庭教育に負うところが多い。幼児期に、目に見える結果を追い求めてはいけないうだが・・・。



掲示板開設一年

(2003.3.1)



双葉学園〔四つのふたば文化幼稚園〕のホームページに掲示板を開設して、一年ほど経ちました。掲示板を開設した理由は、次のようなお話しがきっかけでした。

ある日、私のところにメールが届きました。そうしたメールを皆さんに読んでもらいたいと思ったからです。〔しかし、残念なことにその後は、こうしたメールは届いていませんが・・・〕たしか、こんな内容でした。

「浅田先生、私のこと覚えていますか？私は〇〇です。私は浅田先生のこと、幼稚園のこと忘れていません。土手へ散歩に行ったこと、先生の大きな手にぶら下がって歩いたこと、みんな良く憶えています。私は小学校、中学校、高校、大学の校歌はみんな完全に歌えません。ほとんど忘れてしまったと言った方がいいかもしれません。しかし、先生が作ったと言う、あの幼稚園の園歌はフルコーラスで歌えます。そして、あの園歌を私は毎日持ち歩いています。・・・私の友達も、ふたば文化幼稚園の卒園児ではないのに、毎日持ち歩いています。・・・携帯電話の着メロになって。・・・」

私はメールを読みながら、こみ上げて来るものを抑えることができませんでした。ふたば文化幼稚園で過ごした日々が、きっと充実して楽しかったのだと思います。**楽しく、豊かな幼児期を過ごした人間はきっと人生を豊かに過ごせると思います。**

幼稚園が子ども達の心のふる里になってくれたら、とても嬉しいことです。もう一度、原点に戻って、楽しい豊かな幼稚園作りに励まなければならないと決意させられた私への応援メールでした。



子どもに絵本を！

(2003.4.16)



絵本がうれなくなってきたそうです。少子化だからではありません。幼稚園でも、良い絵本を紹介して、保護者の皆さんに購入をお勧めしていますが、一時期に比べ、急激に減っています。ほとんど絵本を購入しない人がいます。私は、とんでもない世の中になったものだ、と嘆いています。決して、本屋さんの宣伝をしている訳ではありませんが、絵本は子どもの発達に欠かすことができないものです。豊かな心、伸びやかな情緒を育てるために最も有益です。

絵本は子どもに読ませるものではなく、大人が子どもに読んであげるものです。特に、お父さんに読んで頂きたいと思います。お父さんが胡座をかいて、その中にすっぽりと入ると、絵本の世界が広がります。絵の中で、子どもはいろいろなイメージを描きます。お父さんの大きな懐に抱かれると、ゆったりとした気持ちになります。そして、太く低い声が、耳元で囁くように響き、体に染み、心に伝わっていきます。

絵本は、体と心で聞くものだ、と思います。殺伐とした現代社会の中で、心が通い合い、親子の絆がしっかりとしたものになります。子どもの心も安定し、優しい人間に育ちます。絵本に親しんだ子は、言語もしっかりとします。本にも親しむようになります。しかし、そのことを目的にしないで欲しいのです。まず、絵本は楽しい、面白い、そして、その絵本の世界でイメージをいっぱい広げ、楽しみと喜びに満たされると、自然に絵本の中の言語を心の中に貯え、文字に興味を持ち、想像力が豊かになっていきます。

幼稚園でも、絵本をいっぱい読んであげるようにしていますが、やはり絵本は、お父さん、お母さんに読んでもらいたいものです。どんなに忙しくても、絵本はたったの5分程度で読めます。お金がないから絵本を買わないのではなく、忙しいから読めないのではなく、子どもに心が向いていないから、子どもに読んであげる気持ちがないから、読んであげないのではないのでしょうか。沢山の絵本は必要ないです。図書館や幼稚園から借りてきた中から、子どもが好きなものを買ってあげ、繰り返し読んであげてください。子どもは心を開き、ご両親の愛情を深く感じるでしょう。



生きる力とは

(2003.5.6)



一年間の自殺者が3万人をはるかに超え、交通事故の死者よりも多くなってしまいました。小中学校の教育目標は、「生きる力」を育てることです。「生きる力」とは、自ら課題を見つけ、自らが考え、決断し、そして、実行することだと言います。

しかし、それだけでは足りないと思います。実行し、「自ら責任を負う」ところまでいかなければならないと思います。自分で考え、自殺を実行してはならないのです。責任を負うとは、行なった結果について自らだけでなく、自分の周りの社会に対しても責任を自らに帰すことです。自分の周りの人々に対しても、誠実であることだと思えます。しかし、前述の内容が「生きる力」と言えるでしょうか。「生きる力」とは、夢や希望をどれだけ持っているか、で違ってくると思います。即ち、生きる力とは「夢」や「希望」だと思えます。ナチスの収容所で生き残った人々は、体力がある人ではなく、生きる「希望」を持っていた人だそうです。人は、先が見えない時、夢や希望を失った時に絶望します。どんなに苦しくとも、一筋の光さえあれば、そこに向かって前進します。ナチスの絶望的な弾圧の中でさえ、ルイ・アラゴンは、教えるとは「希望」を語ること、学ぶとは誠実を胸に刻むこと、であると叫びました。

私たちは、子ども達に希望を語って来たでしょうか。「希望」を語るとは、人生は楽しい、人といふことは楽しいと言うことを体で覚え、心に浸み込ませることです。楽しい体験と思い出を、たくさん持てる生活を子ども達に与えることです。楽しい体験とは、「自己充実」することです。「自己充実」は目的もなく、ただ遊んでいるだけの時にはありえません。自己課題に挑戦し、失敗を乗り越えた時に実現します。小中学校では、授業がわかり、おもしろい時に、学校が楽しくなります。幼稚園では、何でも好き勝手にやっていいよ、と言う時にはありえません。保育の中味が充実した時こそ楽しくなります。思い切り、とことん好きなことに取り組む時に実現します。

日本軍に蹂躙された絶望的な祖国を思いながら「絶望の虚妄なることは希望に同じ」と魯迅は言っています。今、希望を失いかけている日本と日本人に問いかけているような気がします。どん底の今こそ、「希望」の時、「これから」という時だと思えます。そして、子ども達は未来です。希望そのものです。この子らに夢を託さなければなりません。

教育にもっと予算を！



子どもは未来

(2003.6.1)



日本社会への評価が下がっている。世界は、日本の将来に対し不安を抱いている。当の日本の青少年自身が、将来への希望を失っている。今後日本は良くなるか、との問いに、殆どの若者が、もっと悪くなると答えている。子ども達は、社会の未来である。急激な少子化、バブル期以降、耐える力を失い、ふやけてしまった青少年。年長者と若者との意見の違い、生活習慣の変化から、いつの時代も、年長者は「今の若者は・・・」と、言い続けてきたが、今はそれとは違うように思う。バブル時代を過ごした日本社会全体が、どこかおかしくなって、子ども達も、そんな社会の空気を吸って、敏感に反応している。そのつけが廻ってきている。

そして、その責任を教育界と子ども達に、押し付けているように思う。経済界を中心に、急に教育に口を出し始めた。子ども達が弱くなったのも、学力低下したのも、今の教育体制が悪いから、と言う。もっと学習内容を増やし、子ども達を厳しく指導していかなければならない、と言う。そして、教育界のトップは批判されると、すぐに動揺し、右往左往して、方針を変えたり、言い訳をしたりしてしまう。信念がないから、批判に対して堂々と論陣を張れない。

私は、「つめ込み」を反省し、「ゆとり」教育に向かったことは、間違っていなかったと思う。基本的な学習をしっかり身につけさせ、落ちこぼしをせずに、誰もが授業を分かり、分かるから楽しくなる授業を、子ども達に保障しなければならない。子ども達は、「どんな時に学校へ行きたくないか」との問いに、授業が分からない時、授業が面白くない時、友達とうまくいかない時、と言っている。誰もが理解し身につけなければならない基礎基本は、つらくとも、繰り返し、反復し、学習しなければならないが、それを乗り越えた時に学ぶ喜びがある。教師は、興味・関心を引き出し、分かりやすい授業に腐心しなければならない。

学習内容を増やし、子ども達を厳しく締め上げれば、授業に追いつけない子が増え、学習意欲を失ってしまう。学校、教師に何でも押し付けず、「しつけ」「基本的生活習慣」「社会のルール」は、基本的には家庭、社会が責任を負うべきである。勿論、学校も集団生活の中でのしつけはやらなければならないが、まず学校には学ぶ楽しさがなければならない。子ども達が、子どもらしい生活を保証される中で、社会性、意欲、耐える力を、身につけていくことが、日本の未来につながるように思う。幼稚園でも、幼児が幼児期にふさわしい生活（即ち、遊び=学習）を送る中で、自己充実することが大切である。

最後にバートランドラッセルが、その教育論の中で、数十年前のロンドンの子ども達に必要なこととして言っている言葉を、全ての大人達に贈りたいと思う。『今子ども達に必要なことは、まず大人の監視から、特に母親の干渉から開放すること、そして、太陽の下で思いきりほたえること（じゃれつき、興奮して取っ組み合い、笑い転げること）である』と言っている。



心の知

(2003.7.1)



D・ゴールドマン著の「EQ:心の知能指数」に、マシュマロテストの驚きが書かれている。「即座に手を伸ばしたグループと、我慢できたグループの間には、情緒や社会性において劇的な差が生じていた。4歳の時、誘惑に耐えることができた子は、青年になった時点で、より高い社会性を身につけ、対人能力に優れ、きちんと自己主張ができ、人生の難局に適切に対処する力がついていた。少々のストレスで破綻したり、行き詰まったり、後退したりせず、プレッシャーにさらされても狼狽したり混乱することが少ない。困難な課題にも、進んで立ち向かい、難しそうだからと言って投げ出したりしない。自分に自信を持ち、信頼に足る誠実さを持ち合わせている。

さらに驚くべきことに、4歳の時に忍耐強く待つことのできた子どもは、そうでない子どもと比較して、学業の面でもはるかに優秀であった。自分自身の感情や、他人との関係をうまく処理する能力もまた、知性の一部、しかも人生を最終的に大きく左右する知性だ。」と述べている。

大分前になるが、ロバート・フルガムの著書「人生に必要な知恵は、すべて幼稚園の砂場で学んだ。」がベストセラーになったことがあった。幼児期に、人間としての基礎がつくられてしまうこと、どう育ったかで社会人になった時の資質が問われることが書かれていた。2つの著書は、幼児期の教育の重要性を表している。

これらを実証する調査結果が、アメリカで発表された。最良の教育条件で保育を受けた子ども達と、保育を受けなかった子ども達123人を27歳まで追跡調査・研究した結果、幼稚園教育を受けた子と受けなかった子では、高等教育進学率、就職率、福祉受給率、逮捕歴で、倍近い差が生じている。このことは、社会が負担する経費でも、大きな差が出る。失業対策費、犯罪防止と対応のための経費、福祉費用では、膨大な社会的出費になる。教育に支出する経費の数倍の損失を負うことになる。さらに、大きな問題となるのは、教育の質の低下と社会の混乱が、将来にわたる人的な社会資本を疲弊させ、社会の力、国の力を低下させてしまうことである。いかに社会投資としての教育投資が有効、かつ重要であるか分かる。そこで、問題なのは、幼児期の保育（教育）の質である。幼児期に育つ力は、文字、数といった知的教育の一面だけを捉えてはならない。幼児期には、社会的な知性・・・自分の感情をコントロールする力（自制心）、人とコミュニケーションする力（協調性）、意欲（やる気）、自尊感情（自信）、情緒・情操といった力を育てなければならない。こうした力が、少年期、青年期の基礎となるのである。そして、この知性は、大人との信頼関係の中で、友達との自然な交流と、たくさんの直接体験を通し、小さいうちから体に染み込まれるようにして育っていくのである。

最近、ケンカひとつできない。すぐに、やった、やられたで、親が目くじらを立ててしまう。子ども達の小さな冒険にも、すぐに「危ない！」小さなケガでも、大騒ぎになってしまう。子ども達は多少危険なこと、大人の考えと違うやり方で、創造的に遊び、学習をする。子ども達は、雲梯から落ちてケガをすることがある。2～3年に一度位は、骨折することもある。しかし、毎日毎日、落ちて落ちて、手のひらの皮がズリむけても、真剣な眼差しでチャレンジし続け、二段目、三段目と成功を重ねていく時、やればできる、僕は大胆な者だ、と意欲と自信を深めていくのである。大きくなって、少しぐらいの困難にぶつかっても、「幼稚園の時の雲梯に比べたら、どうってことない」と言えるようになる。友人関係、遊びの中には、厳しい子どものルールや、つらいこともある。それを乗り越える体験をする子ども達を、暖かく

優しい眼差しで見守るか、厳しく辛い〈しかし楽しい〉体験はなるべく回避させてしまうかで、子どもの将来は違ってくると思う



依存と自己責任

(2003.9.2)



海外に行くと、町中以外は殆ど信号がないことに気付く。信号がなくとも、交差点やサークルでは、必ずストップして先に交差点に入った方が、同時の時は国により左か右が優先される。信号があっても、歩行者は信号に関係なく、車が来なければ、車の来る方向に注意しながら渡って行く。歩道から車道に出る路面に、Look Rightなんて書いてある。渡っても良いが「自己責任だよ、」と言っているかのようだ。日本は、どこもかしこも信号だらけである。車の往来が殆どないところでも、住民は信号を付けてくれと要求するらしい。そして、車が来なくとも、信号が変わるのをじっと待っている。何でこんなところに信号が必要なのか、一台も通過する車がないのに、どうして青になるまで待っていなければならないのかと、疑問になることがある。

足のすくむような断崖絶壁に行く途中に、注意書きの看板があるだけであった。皆がそうしているように、私も腹ばいになって、体をずらしながら崖っぶちに頭をのり出し下を見ると、岩壁に白波が立っていた。足の裏が浮き、目まいがして吸い込まれそうな恐怖を感じた。危険だけれど見たければ見なさい。しかし、「自己責任だよ」という事らしい。日本だったら、立ち入り禁止にして、嚴重にフェンスで囲っているに違いないと思った。

世界の価値観調査というものがある。「自分の国が攻められたら、国を守るために戦うか」という設問に対して、「戦う」と答えた日本人は15.6%で、59ヶ国中最下位であった。しかし、「国民が安心して暮らせるように、国は、もっと責任を持つべきだ」という答えは65.7%に上る。そして、国民としての責任を負わず、選挙にも行かないのである。「国が何かをしてくれるというより、国（社会）のために何かできるかを自らに問え」という理想には程遠い。決して滅私奉公や、他国を顧みない偏狭なナショナリズムに組するつもりはないが、日本人みんながパラサイトになって、**国や社会への無責任と依存の性向**が強まっていると思う。いつも、事が起こると**自分で責任を負わず、他人のせいにする**。幼稚園の門の外でころんでケガをすると何も言わないが、一步園内に入って自分の不注意でころんでケガをすると、幼稚園のせいにする。

今、子ども達に「**社会力**」が欠けているといわれる。人や社会に積極的に関わり、上手に生活していく力だけでなく、更に**自分達の社会をより良い社会に創り上げる意欲や能力**が欠けているといわれる。私は子ども達の見本となる大人にその力が欠けていると思う。教育の目的は、子ども達が、社会人として「**自立**」することである。簡単に言えば、**自分のことは自分ですること、そして人のせいにしないことである**。多様な考え、多様な方策の中で、柔軟に自分で「**考え**」「**決断**」し、自らの手で「**実行**」し、その結果について**自ら「責任」を負う**ことが「**自立**」である。そして、**社会にも責任を負う**ことが社会人として自立することである。一部の政治家のように「**秘書が勝手にやったことだ**」などと、人のせいにしない人間を作ることが教育の目的である。私はこれを「**自立のサイクル**」と称している。この**自立のサイクルの最良の実践が「遊び**」である。その結果について、子ども達は決して他人のせいにしない。この「**自立のサイクル**」を幼児期に十分に体験することで意欲も、能力も、体力までも育ち、世界に貢献できる社会人としての基礎が作られる。

絵本のすすめ

(2003.10.1)



最近の子ども達は、バーチャルの世界で育っています。バーチャルの世界が、映像を通して洗脳するように、子ども達の脳に入ってきます。テレビのポケモン現象に見られるように、子ども達は、どぎつく強い刺激ばかり受けていると、異常な興奮状態の中で、頭ばかりカッカして、感情をコントロールできない人間になってしまいます。殺伐とした暴力的な場面の多いテレビゲームや、ビデオの中で育つ子ども達は、しっとりとした生活からかけ離れ、暴力に慣れ、自己抑制が出来ず、切れやすくなります。英才教育と評して、よく行われている“フラッシュカード”なるものも、その一つのような気がします。エッセ英才教育なるもののほとんどが、暗記中心で、思考し、想像し、豊かなイマジネーションを湧かせる時間を与えず、次から次へと追い立てるように記憶させるだけです。考えていたらダメなのです。人間として最も大切な能力は、じっくり思い巡らし、考える力だと思います。考える力がある子は、人の心を思いやり、他人に共感できる、人間としてのやさしさを持っています。

前置きが長くなりましたが、映像を通して、バンバン子どもの頭の中に侵入してくる世界とは違う「絵本」の読み聞かせをしてあげて欲しいと願っています。テレビ、ビデオの世界は、自分の頭で考える時間などお構いなしに、どんどん場面が流れていってしまいます。幼児には、それをコントロールする力がまだありません。絵本の世界は、自己許容量内で進みますので、じっくりと考えさせ、自分の中に取り込むことができます。絵本はお父さん、お母さんの声を耳で聞き、心地よく体の中を通り、その声が心に染み込んでいきます。絵を見て、絵の中で、イマジネーションを膨らませます。イマジネーション豊かな子は、人を思いやる力を育てます。そして心を育てます。

絵本は、大人が、子どもに読んであげる本です。子ども達が、絵を見ながら読んでもらう時、絵本の世界が広がり、不思議な働きをし、大きな世界をつくります。耳で言葉を聴き、目で挿絵を見ていますが、実は挿絵を読んでいるのです。絵の中にある言葉を読む、そして、同時に耳から言葉の世界を体験します。そして、子ども自身が本当の絵本を自分で作る（想像、創造する）のです。自分で読むと言葉と絵本の間に溝ができ、時間に差ができてしまいます。文字だけで読む、言葉だけで想像する前に、たっぷり絵本の世界を体験することが、幼児期には欠かせないのです。知識を身に付ける前に、豊かに感じる体験が必要なのです。まず親が良い絵本を選び（選ぶ力が必要、又良い本は何度読んでも良い）、心を込めて（子どもに読んで上げる前に自分で何度か読む）、さらっと語り（くどくど説明や質問は決してしない）、はっと気づかせるようにします。松居直さんは、子どものために役立つ本は作らないと申しています。科学絵本も、知識や情報を伝えるためでなく、「わーっ」と驚いたり「すごい！」と感心したり、「へえー」と発見することが大切、と申しています。

テレビを消して、良い絵本を毎日読んであげてください。



徒歩通園のすすめ

(2003.11.1)

NOVEMBER 

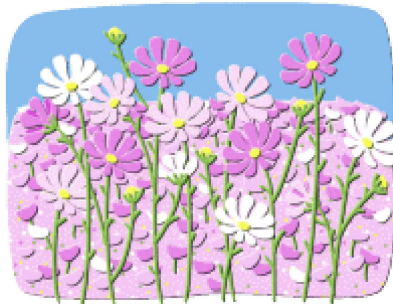
人類は直立二足歩行をするようになった時から、飛躍的に進化したと言われていいます。しかし、文明の発展と共に、歩行することが少なくなってしまいました。二足歩行で進化した人間は、歩行しなくなって退化し始めているのではないかと思うことがあります。

駅のホームから、前のビルを眺めると、ガラス窓の向うで、顔を真っ赤にして、ランニングマシンの上を、懸命に歩いている人が見えました。オリに入れられたハツカネズミが車輪の中で、走り続けている光景を思い浮かべました。歩くことしか移動の手段のない地の人が、この光景を見たら何と言うだろう……。「あの人は、何か悪いことをして罰を課せられたのか？」と思うのではないかと。歩かなくなった分、ランニングマシンに乗って、歩行の不足を補っているのでしょうか。しかし、機械の上を歩くことによって、取り戻すことができるのは、運動量だけだと思います。歩かなくなって、失ったものを取り戻すことはできません。

子ども達の情緒の発達、社会性、人との関わりのまずさ、相手を思いやる優しさの欠如、が指摘されています。子ども達の心の発達に異変が起きているのではないかと思うことがあります。もっと、身近な自然に触れたり、親や、近所の人、友達と関わり、心の触れ合いをしていれば、少しはよくなるのではないかと思います。集団で群れて遊ぶことと、親子での徒歩通園の減少も、異変の原因の一つだと思います。

いつも自動車を利用し、歩かなくなると、足腰が弱まり、自然に親しむ経験が欠けてしまいます。歩くことは、子どもの運動能力の発達を促すだけでなく、コミュニケーションや、自然の事物、現象について学びます。車に乗っていた時は見過ごしていた、側溝の中からのぞいた可憐な花に心を動かしたり、風の中に、木々の変化に、季節の移ろいを全身で感じたり、行き交う人との挨拶、言葉かけに人との心の触れ合いを感じます。歩くことは、色々な事物や事象、人と触れ合うことです。心と体で体験し、心と体を育てることなのです。

親子で歩くと、一緒に色々なことに出会ったり、それを通して対話ができます。そして、心が繋がり、絆ができます。車で時間を短縮して、セカセカ生活するより、のんびりゆったりと歩いてみる方が豊かでしょう。幼稚園でも、もっと園外に出て歩きます。



食育

(2003.12.1)



最近「食育」という言葉をよく聞きます。食べることは、生きるうえで、大切である。それは、栄養をとり、体を健やかにすることだけでなく、心を育て、安定した精神を保つことにもつながる。また、バランスの悪い、いいかげんな食事をしていると、いつもイライラしたり、切れやすい人間になってしまうと言う。

今夏、アイルランドをレンタカーで周遊した際に、2つの光景に出会った。ダブリンから出発してダブリンに戻るコースで、出発の時だけはホテルをとり、間はすべてB & Bだった。ホテルの朝食は豪華なバイキングだった。日本人の若いカップルが何人かいた。彼らは食べきれないほど料理を運んできては、ちょっと手を付け、食べちらかし、テーブルを汚し、出ていった。片付けをしているボーイさんはどんな思いをしているかと考えると、同じ日本人として、とても恥ずかしい思いをした。B & Bでは、旅行者が食堂と一緒に朝食をとった。一泊朝食付三千円のB & Bですが、質素ではあるが、手作りの心のこもったアイリッシュブレックファーストだった。私達夫婦は早速食べ始めた。ふと気がつくると他の2組の夫婦は、互いに手を取り合ってお祈りをしているではありませんか。しばらくお祈りが続いて、顔を上げ、十字を切ってから静かに食べ始めた。私達はその光景を眺めながら、自分達がとてもいやしそうで、恥ずかしくなった。次の食事からは、手を合わせ、食事ができることを感謝するようになりました。

お母さん方の中には「うちの子は食べてくれないのよね」どうしたらもっと食べてくれるのかしらとお困りの方がいる。幼稚園でも、ダラダラ食いの子がいる。一口食べては徘徊し、周囲の子にチョコカイを出し、食い散らかしている子がいる。よく聞いてみると、一人で食事をしている子が多い。子どもが一人でテーブルに座っている姿は、なんとも寂しい、食欲がなくなる。正しい食生活ができるはずない。こんな話を聞いたことがある。冷蔵庫をいつもパタンパタンと開けたり、閉めたりして「何かない？」と言います。空腹かと思うと、食事は食べようとしない。思い切り遊んで、お腹がグウグウ言うのではなく、いつでも食べものがあり、お腹の空腹感があるのではなく、心の空腹感があるのではないか。冷蔵庫のドアのパタンパタンという音は心の寂しさを伝える音なのかと思う。

お腹が空いてグウグウというほどの充実した生活をして、食べ物に感謝して、家族が揃って食事をすることが何より幸せで食欲をそそののである。

