

ソではずんでみましょ。自然に笑顔と会話がはづんでくるはずです。それが子どもの心とからだの扉を開き、そのパワーは大きな可能性につながりま

す。「はずむ」ことは、子どもの未来を拓くことなのです。

(筑波大学)

はずむ心をつくる身体

鈴木みゆき

「はずむ」という言葉を聞いて、真っ先に思い浮かぶのは、二十年前、長女が保育所で習つてきたある手遊びを披露してくれた時の表情です。こぶしをどんどん打ち鳴らし、メロディとまでは呼べないけれどフレーズを口ずさみ、それはそれはうれしそう

に、目を指したり口を尖らせたり……。ああ、この子の心がはずんでいる！娘のその躍動感が、私の中に飛び込んできたような一瞬でした。世の中、何が起こるか、わかりません。私は娘と一緒に遊ぶ中で、「手遊び」の楽しさを発見し、一緒に作つた作

品？がきっかけとなつて、遊び歌の創作にはまつてしまひました。今では、家でポンポンを持つて踊つてゐる私に、「年齢を考えてね」と冷やかな励ましをくれる娘ですが、あの時の得意そうな表情を思ひだすたび、心が温かくなつてきます。

創作する中で、一番怖い批評家は子ども達でした。レコードイングが終わるたびに「こういう歌なのよ」と聞かせるのですが、つまらないと思うと三分で三人ともいなくなります。面白いと思った時

は、すぐに替え歌を作つて歌つたり、踊りだしたりするのです。不思議なことに、反応が豊かだった歌ほどおかげさまでヒット作といわれる結果になりました。仲良しの保育所や幼稚園の子ども達にも聞いた。でもらつたり、一緒に遊んでみました。結果は同じです。

「はずむ」は伝染するのだと、思いました。



です。赤ちゃんをあやしながら実はあやされてい
る、遊ばせ遊び歌は、オトナの気持ちを穏やかにし
てくれます。赤ちゃんも、キヤツキヤツと笑った後
は、満足した顔でゆつたりと見つめ返します。弾ん
だ後は「おさまる」のです。上手な表現ができない
のでもどかしいですが、ポーン。ポーンとはずんだ
ボールが、やがて静かに地面に落ち着くように、
すっと穏やかになっていく、「はずむ」結果の一つ

でも最近、子ども達と遊んでいて何となく違和感を覚える時があります。無理に誘われて嫌々遊んでいるとかではありません。つまらないから？ 私と

いうオトナと付き合うのにつかれたから？ 原因は

何だろうかと考えました。なぜ、私は彼（彼女）が「はずんでいない」と感じるのだろうか？と。ある時、一緒にままごとをしていて、私の中に彼（彼女）の遊んでいる表情が飛び込んでこないのだと気づきました。子ども達は、遊びの中で様々な表情を見せてくれます。一緒にジャングル探検に行けば、ワニにも出会うし、ゴリラにもなります。子ども達は本当にそこに作り出せるのです。ワニに出会ってしまったら！ ゴリラになつてバナナを食べたら！ それはもう、ドキドキ、わくわく、「はずむ」オノマトペの大洪水です。でも、気にかかる子どもは、そうではないのです。

遊んだ後で、保育者と話し合いをすると、保育者からも「気になる子」として名前が挙がつたりします。そして「実は朝食を食べてこなくて……」「午睡から目覚めないので……」という生活リズムの問

題に話の焦点が移っていくのです。

リズムという言葉にひかれ、学生時代からお世話をになつた先生を訪ね、もう一度勉強しなおすことにしたのは、この「はずまない」心との出会いからです。勉強していく中で、ヒトが「リズムの動物」であることを、子どもの成長がリズムによって支えられていることを知りました。リズムは「はずむ」時間軸上のゲシュタルトです。例えば、朝、目覚めと共に体温は上昇していきます。動いていいよ、といふサインです。「早起きは三文の得」かもしれません。夜、ぐっすり眠つている時に、成長ホルモンが集中して分泌されます。「寝る子は育つ」。これは正しいのです。

昨年、保育所に協力を仰ぎ、一歳児の睡眠－覚醒リズムの調査をしました。保育者が、案じている子ども達の中に、午睡から起こす子どもが多く、「指差し」「囁語」の発達に有意差があり、人の気持ち

に関心が薄い、と情動面を心配していることがわからりました。子ども達の心と身体がつながっていることを、改めて感じました。

心が「はずむ」ためには、身体のリズムもちゃんとはずんでいないといけないのでしょう。そしてそれは、人との関わりから生まれるものなのです。すつきり目覚めて、たくさん食べて、いっぞい遊んで、ぐつり眠って……身体がはずむと心だってはすむことができるのです。

当たり前の子ども達の生活が、今はとても難しい

時代になつてきています。でも、だからこそ、子どもに関わる私達は、遊びの中の豊かな「はずむ」心を、そして、それを作る身体を、大切にしていきたいと思うのです。同時に、子ども達の「はずむ」姿で、私達はどれほど励まされ、「はずむ」ことができるか、心に「おさめて」おきたいと思います。

Aちゃんが「誰のお母さん？」と私に聞くのです。『誰のおばあちゃんじゃなくてお母さんだつて！』と心がジャンプしました。でも冷静を装って、謙虚に（？）担任の「M先生のお母さんなの」と答えると、Aちゃんは側にいたBちゃんに耳打ちした後、二人得意気に「わかった！ M先生のお姉さんでしよう！」と言ったのです。その日一日、私がどれほどシアワセだったか、心がはずんでいたか、言うまでもありません。

(聖德大学短期大学部)

*二〇〇一年春、小児神経科医達と「早起きサイント」というHPを立ち上げました。

ご高覧いただければ幸いです。

<http://www.hayaoki.jp>