



ソではずんでみましょう。自然に笑顔と会話がはずんでくるはず。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、長女が保育所で習ってきたある手遊びを披露してくれた時の表情です。こぶしをとんとん打ち鳴らし、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、この子の心はずんでいいる！ 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、何が起ころるか、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、一緒に作った作



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。一緒の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！ ゴリラになっ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」として名前が挙がったりします。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……」という生活リズムの間

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になった先生を訪ね、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、というサインです。「早起きは三文の得」かもしれない。夜、ぐっすり眠っている時に、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」「喃語」の発達に有意差があり、人の気持ち

