



現実から離れ、現実をとらえなおす — 子ども時代の遊び、芸術を含む教養

こんにちは。昨年度までほぼ毎年「ミニミニ講座」でお話しする機会を頂いた茶谷薫と申します。今年の初めころから、現在まで1年近く、コロナ禍で不安を抱え続けてこられた親御さんも、ご親族もたくさんいらっしゃると思います。病気だけではなく、不況の懸念が重なるのは本当につらいことです。

不安なとき、景気が悪くて困ったとき、人間には何が大事でしょうか。見解は分かれますが、私は遊びの気持ちを加えて生活を楽しむ工夫と、その基盤となる芸術を含む幅広い教養が重要だと考えます。

自粛期間も今も辛い思いをされている方には大変申し訳ないのですが、私は在宅勤務中心になり、誰にも会えなくなったとき、ストレスによる過食と不眠が激減しました。もともと人と話すことが苦手で、読書、空想、絵や文章をかくこと、頭の中に映像作品を台詞や音楽を含めて構成・再現していくことが好きだったので、ひとりでもいられる自粛生活は不安の中の精神安定剤となったのです。また、感染リスクの低い近所の散歩を通じ、町の面白いものを発見したことや、毎食の調理が、生活を心地よいものにしてくれました。これらはすべて私の子どもの頃の遊びの延長です。子ども時代に身につけた遊びが大人になってからの辛いときにも役立つのです。

「新しい日常」という言葉がありますが、歴史を振り返れば、感染症の大流行、天災、外圧、戦争、革命などで「新しい日常」は繰り返し生まれてきました。今は何千回目かの「新しい」日常なのでしょう。例えば、天然痘が猖獗を極めるたび、世界や国内の勢力図が大きく塗り替わり、庶民の暮らしにも多大な影響をもたらしました。約1100年前の十和田湖（実は火山）の大噴火では、甚大な被害が出たと考えられています。約150年前には、欧米列強による世界進出で開国を余儀なくされ、明治維新が起き幕藩体制が倒れ、生活も伝統とされていることも大変化しました。大きな社会不安が起きるたび、人々は生活様式を変更し、時には宗教や学問などをふくめた考え方も変えてきたのです。今は、近代的な学問、技術、医療が発達し、病原体の実態も科学的に理解できるので、それほど怖くないと思えます。

もちろん、新型コロナウイルスの不明点は多々あり、他の感染症の流行のリスクもゼロではなく、完璧な未来予測もできないため、不安が全て解消されるわけではありません。そこで、気持ちや物の見方・感じ方を変えてくれるのが、小説やマンガ、アニメ、映画、演劇、絵画、立体、音楽等を含む芸術作品です。いつときでも辛い現実から離れ、心を飛翔させると、気持ちが軽くなります。それだけではなく、視点が変わるので、苦しさも楽しさに転換することもできます。

私は子ども時代の辛いときも、遊びと芸術作品、さまざまな本に書いてある科学や歴史のお話に救われました。身近にある大変さ、例えば時には泣きたくなる子育てや介護も、芸術を含む教養の力、遊び心を加えた工夫をする力があれば、気持ちを楽にする瞬間を増やしていけるのではないかと希望を見出しています。皆様方にとり、これまでの「にこにこワークショップ」や「にこにこ通信」も、そのような場となることを願っています。



げんき体操



安心できる人に自分の体をゆだね、いろいろな動きを体験することによって、子どもは自分の体を動かすことを楽しめるようになっていきます。

ゆらゆら ぶーらん

あそびかた

- 後ろから子どものわきの下に手を入れ、ゆっくり左右に揺らします。
- 慣れてきたら、少し大きく揺らしてあげましょう。
- 子どもを抱えたまま、その場でクルクルまわっても喜びます。



ひこうき ぶーん

あそびかた

- ひざを曲げ、バランスをとりながら、子どものわきの下を支え、揺らします。
- 慣れてきたら、ひざを伸ばして足の裏に子どもを乗せ、ゆっくり上下に揺らします。



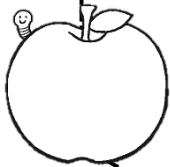
手作りおやつを紹介

レンジで簡単！りんごのパウンドケーキ

生のりんごをそのまま加えることで、シャリッとしたほどよい食感を楽しめます。



材料 (牛乳パック型 1 台分)
りんご・・・1/2 個(約 100 g)
A ホットケーキミックス・・・200g
牛乳・・・70ml
卵・・・1 個
はちみつ・・・大さじ 1/2
油・・・大さじ 1/2



Point

- ・竹串をさしてみて生っぽい生地がついて来なければ OK! ついてくる場合は追加で加熱してください。
- ・お子さんの月齢に合わせて、油やはちみつの分量は調整してください。

絵本の紹介

● どんどこ ももんちゃん ●



作：とよた かずひこ
出版社：童心社

ももんちゃんが、どんどこどんどこ走っていきます。
川を渡って山を登って、どんどこどんどこ。

作り方

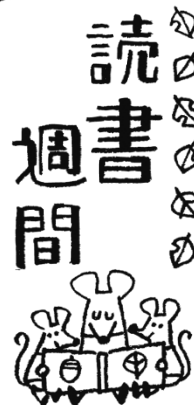
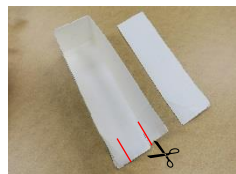


- 1 りんごは皮がついたまま、小さめの角切りにします。
- 2 ボウルに **A** をいれて混ぜ合わせる。
- 3 **2** に、**1** を加えてよく混ぜ合わせる。
- 4 牛乳パック型に、生地を入れて、ヘラで平らにならす。
- 5 型にふんわりとラップをして、電子レンジで 5 分加熱する。
- 6 ラップをしたまま粗熱を取り、お好みの大きさに切る。



牛乳パック型の作り方

1. 牛乳パックの側面をひとつ切り取る。
2. 注ぎ口側の 2ヶ所に切り込みを入れる。
3. パーツを重ねて、マスキングテープを貼る。



10月27日～11月9日は「読書週間」で、27日は「文字・活字文化の日」です。親子で読みたい絵本を選んだり、本にふれる機会をつくったりしてみましょ。たくさん本を見ることで、本に興味を持つきっかけになるといいですね。

手作りおもちゃの紹介

パクパクどうぶつ

大きな口にごちそうをいれてパクパク食べさせましょう。
ペットボトルに洗濯ネットを付けてつくります。

作り方

2ℓのペットボトル

1



カッターやはさみで切る
切り口にはビニールテープを貼って
カバーする

2



切る

ファスナー

洗濯ネット

ペットボトルにパンチで
穴をあける



ネットに目打ちで穴をあける



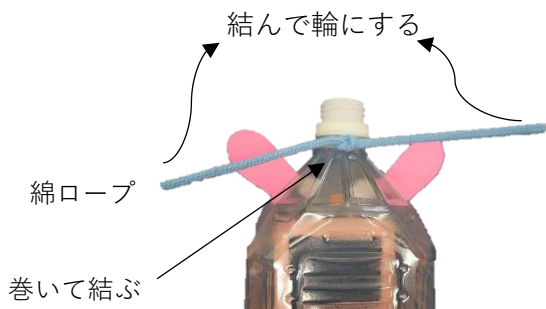
たこ糸の先にセロハンテ
ープを巻いて通しやすい
ようにする
交互に通して縫うように
付ける

3



ビニールテープで巻く
画用紙やシールを貼っ
て顔や耳をつくる

4



結んで輪にする

綿ロープ

巻いて結ぶ

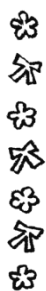


たくさん食べさせたら、ネットのファスナーを
開けて、取り出してあげましょう。繰り返して
食べます。

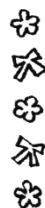


食べ物は、新聞紙や
折り紙を丸めて野菜
や果物をつくってみ
ましょう。

子育てメール相談



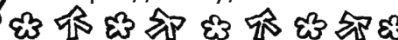
メールで子育て相談を実施しています。しつけ、
遊び、ことば、発達など子育てに悩んだときや困
ったときは、お気軽にご相談ください。メールの
回答までには 1~2 週間程度お時間がかかる場合
もあります。ご了承ください。



ご相談フォーム →



<https://bit.ly/2FMJJEct>



← HP



← Twitter