

いまこそ「親子で一緒にあそぶ」ことを始めましょう



はじめに

マスコミによる「コロナ報道」の中には、親子で「一緒にいる時間」が増えたことが、「ストレス」から「虐待」につながりかねないと、危惧する内容の報道が見られるようになってきました。このような「コロナ情報」が「家族で一緒にいる」という状況を、マイナスイメージとして作りあげてしまうのではないかと強く懸念します。

そこで

もともと「家族」とは、「好きな人」同士が築いて、「心地」よく、「幸せ」に暮らすための「基地」である。

ことを確認しましょう。

まず、四六時中「コロナ情報」に一喜一憂しないで、「コロナ報道」から離れる時間を作りましょう。

そして、

- ① 家族で一緒に何か出来る時間が出来た
- ② 自分の好きな本や映画や音楽が楽しめる時間が出来た
- ③ マインドフルネスに取り入れる時間が出来た

などと、プラスイメージで生活を作り直しましょう。

※「自分を休ませる練習」(矢作直樹著文響社刊)が参考になります。

さて、こんな時だから「遊び」が必要だ！という、メディアによる遊び「アプリ」。特に「絵本アプリ」などは親に喜ばれます。こどもたちは、本当は、親による生の声での「読み聞かせ」を求めているのに。このような「プログラム」は、時間制限をしないと、いつの間にか「依存症」の危険性もあります。

良心的遊び擁護論者からも処方箋よろしく様々な「プログラム」が提案されます。「科学」から「芸術」まで、幅広い手作り遊び「プログラム」も提案されます。多くは、「子どものため」の「プログラム」です。

ここに「落とし穴」があります。今、子どもは、多くの大人たちの「不安」や「恐怖」や「疑心暗鬼」を「間主観」的に感じ取って、こども自身の心身も緊張しています。通常の「遊び心」が萎えてしまっています。こんな事態に、遊んでいていいのんだろうかと、親の気持ちを「忖度」し、真面目に「自粛」する子どもも中にはいます。いや多いと思います。

つまり、ただ「遊び環境」を整えるだけでは、このような状況を打開することは出来きません。そこで、私をご提案するのは以下のことです。

では、なぜ今「親子で一緒に遊ぼう」なのでしょう。

大事なのは「親子（一緒）遊び」です。子どもの遊び環境を整えて、見守るのではありません。ちょっとだけ付き合っただけあげる（遊んであげる）のとも違います。親が、大人が“本気”に“真剣”に子どもと一緒に遊ぶことだと、早川たかしは提案するのです。

まずは皿回しで親子で遊びましょう。

お父さんが皿と棒をもって、かっこよく皿を回すと、子どもは「お父さん、かっこいい」といって、お父さんを尊敬のまなざしで見ます。また、お母さんはその光景を見て「お父さん、すごいわねえ」とお父さんを見直します。周りにお父さんお母さんが見ていると、子どもは俄然張り切ります。皿が回せるようになると、“パパ回ったよ みてみて！”とできた喜びは10倍にも100倍にも膨れ上がります。“回せた！できた！”喜びは大きな“自信”になります。

このように、大人と子どもが“他愛ない”ことを一緒に遊ぶことが信頼につながり、子どもは大人ってすごいと尊敬していくのです。夫婦関係も円満に、家族関係が丸くなっていきます。

「家族が一緒に遊ぶ」ことは子どもの育ちにとって、大切に重要な意味があります。

- ①健全でプラスの「間主観性」（「相互主観性」）が家族間の心身に生まれ、育ちます。
- ②「安全基地」（メアリー・エインズワース）が子どもの心身に形成されます。

「間主観性」や「安全基地」は、本当に家族に「危険」や「危機」が迫ったときに、助け合い、支え合うために役立つことになるでしょう。何こそ、心の安定感（「免疫力」）を高め、大きな「コロナ対策」にもつながるのではないのでしょうか。

- ③「甘え」（土居健郎）は、「不安」がつのる時にこそ、大切です。「一緒に遊んでいる」時に、自然に「甘え」が生まれます。「一緒に遊ぶ」ことによって、乳幼児期の成長に大切なこれらの「要素」を育て直すことも可能なのです。

もう一つ大切なのは、「お父さん（大人）が、遊ぶんだから、子どもの僕も遊んでいいんだ」と、子どもたちの「忖度」への「君たちは今いっぱい遊んでいいんだよ！」という強いメッセージを発することにつながるからです。

※参考：「遊びは子どもの主食です」（日本小児科医会メッセージポスター）

では、なぜ今「皿回し」遊びなのでしょう

「皿回し」は、遊ぶことの面白さを、見ても感じてでも分かりやすく、伝えやすいツールです。

①回して遊んで楽しむ！は、遊びの「王道」だからです。

人は生まれたときから、「回るモノ」を見たり、「回して遊ぶ」おもちゃを与えられたり、遊園地では体を回転させて楽しむモノがいっぱいあります。皿回しもその一つです。

私は皿を回した瞬間、「きゃー」と驚喜したように叫んだり、目の玉が飛び出んばかりに驚いたりする、多くの人々（大人も子どもも）の「顔」を見てきました。

赤ちゃんは、大人が回して喜んでいる姿を見るだけで笑います。2歳児になると指を立てて、その指の上に皿を載せて上げると喜びます。3歳児からは自分で棒をもたせ、親が手を添えて指南すると、回すことが出来ます。自分一人で出来たかのような錯覚で、「エッヘン、どうだ！」という表情をします。4歳児からは一人で取り組めるようになります。

皿回し遊びは、まさに赤ちゃんから大人まで老若男女が楽しめるのです。

②「皿回し」という意表を突いた「ツール」から発せられる、面白さがある、子どもだけでなく、多くの大人も魅了できる。

「皿回し」は一見すると他愛ない代物。ビニール製のちゃちなおもちゃを回すバカバカしい遊びのように映る。私が回して、皿がきれいに回転すると、「ウォー」と驚き、不思議に感動する。そして、「遊び心」に火がつく。

以下は感情の変化である。

「①先ほどまでバカにしていたのに、“自分もやってみたい”と。→棒と皿を手に持ち遊んでみると、“簡単にできるさ”という気持ちが吹き飛ぶ。→失敗の連続に焦る。”どうして回らないのだ”→子どものように“悔しい”気持ちが湧き、遊びに夢中になる→10分後皿がふっと棒の上できれいに回転→“できたーっ”“やったー！”“みてみてっーオレだって出来たぞ”心に”子ども”が蘇る。」

回ったとき、真面目な大人ほど、天と地がひっくり返るほど面白いらしい。こども環境学会の総会でそんな人を多く見てきた。理事のO氏もその一人だ。O氏は最初、私が皿を回す姿を等閑視されていた様子だった。その後、私がブースにいない折、離れた階段の下で練習をされていた。今ではO氏は私を”学兄”と書かれたお便りがと届く関係になりました。(笑)

このように「皿回し」遊ぶ前の感情と「出来た」という後の感情の「ギャップ」が、希な「面白さ」醸し出す、私にとっては、セレンディピティー的に賜った特別な「相棒」ともいえるツールなのである。

③家庭でも簡単に入手でき、持ち運びが可能だからです。

私が「皿回し」と呼ぶツールは、正式には「スピニングプレート」という大道芸の道具の一つです。私はそれを取り入れた子育て支援の講演を全国で行ってきました。人呼んで「遊びのワークショップ付き講演」。講演後には「遊びの駄菓子屋」を開店させていただき、3万枚の皿を販売してきました。全国の施設や家庭で活躍していることでしょう。

2011年3月11日後、渡辺久子氏（児童精神科医）は、当初は躊躇していた。「原発が爆発し、福島が疑心暗鬼に陥り混乱している時に、皿回しでボランティアなんてまだ早い、時期ではない・・・」と。6月末郡山では「震災後郡山子どもの心のケアプロジェクト」が組織されていた。氏はこう呼びかけてこられた。「一緒に皿100枚もって郡山へ行くわよ！今だから行くのよ。」と。9年前が蘇ってきた。

「一緒に遊ぶ」の遊び方は、他にもいっぱいあります！

「皿回し遊び」に特化して、ご提案してきましたが、実は遊びの内容や方法は何でもいいのです。家の中にあるモノを使って、日常の生活で営まれていること何でも。「台所は遊び場です」とイメージしてください。勿論、お母さんお父さんと「一緒に」お料理することは素敵な「遊び」ではないでしょうか。大変な「片付け」だって、「一緒に」したら、喜びや笑顔が生まれるに違いありません。お母さんに「感謝」の気持ちも湧くでしょう。

洗濯物たたみも、お母さんが横に「一緒に」にいと、楽しい作業になるでしょう。きれいにたたんだタオルを積み上げることだって「遊び」です。

お掃除だって、汚れていたところがピカピカになることも、嬉しいし楽しみになります。

これまで慌ただしく過ごしてきた「暮らし」や「日常」を、「遊べる」時空が出来ると発想を変え、頑張らず、ゆったりしなやかに、「一緒に」楽しもうではありませんか。

「かくされた悪を注意深くこぼむ」眼ももちましよう

遊びは緊急事態になればなるほど、疎んじられ、等閑視され、奪われます。大戦中もそうでした。「遊んでいる場合じゃない！」と、子どもたちは働かせられました。遊ぶことを我慢させられました。せめて、家庭こそが遊びを守る砦になってください。

こんな時、権力者は「緊急事態」をかさにして、悪さを企むことがあります。

私の好きな「生きる」（谷川俊太郎）の中に、「生きていくということいま生きていくということそれはミニスカート・・・それはピカソすべての美しいものに出会うということそしてかくされた悪を注意深くこぼむこと」という有名なフレーズがあります。

最後に、こんな時だからこそ、大人は子どもたちの前で笑顔でいましょう。

「だいじょうぶ、だいじょうぶ」と自分たちや子どもたちを励まし、「いつでも、おとうさんもお母さんのそばにいるから、安心だよ」と。

皿を回せば家庭が回る

家庭が回れば地域が廻る 地域が廻れば社会が回る

回れ回れ地球も回る

「遊んでばかりしていなさい」

(早川たかし)

〈いただいたメールから〉

早川先生こんにちは。ご無沙汰いたしております。

先日は、メールありがとうございました。返信がすっかり遅くなり、申し訳ございません。知らぬ事とは言え、失礼いたしました。先生も大変だったのですね。奥様のご逝去、謹んでお悔やみ申し上げます。

ところで、添付の文章、拝見いたしました。そして、とても感動、共感いたしました◎ 先生のおっしゃる通りです！！ 今こそ、「目いっぱい遊んで」ほしいと心から願います。遊び方を知らない親子に、サイコーの遊びを伝える先生の活動は本当に頭が下がります。DVD 化、とても楽しみにしております。

6 月の北海道の小児科医会全国フォーラムも中止になりました。10 月の風の盆は…？ 富山もコロナ感染者が増えて大変そうですね。宮崎はまだ序の口ですが、「コロナ疎開」で都会からの流入者が人知れず増えつつあり、緊張感が増しています。先生も、くれぐれもお身体ご自愛くださいませ。

どんぐり子ども診療所（宮崎市）・糸数ともみ