



第31回 子育て応援団

「こどものこころを育む子育て」

ナーサリールーム園長

あいいく病児保育室室長 神山 まり子

毎日の子育てご苦労さまです。子育ては、楽しいですか、疲れませんか、それとも……。そうですね!!一言では言い表せませんよね。それが「子育て」だと思います。今回は、この季節にちなんだ「お散歩でこどものこころを育む」のお話しです。

このさわやかな季節、お天気に誘われてお散歩に出かけることが多くなるかと思えます。子どもは、身近な自然の中であそびを通して五感で感覚を磨き、五感で感じとることによって「感性」が磨かれます。感じとるには視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚の5つの感覚が必要です。それを五感と呼びます。五感が培われますと「感性」が磨かれます。

五感を使うことで、前頭葉が育ち、その前頭葉は、思考力や想像力を豊かにしてくれます。人間らしくありたい意欲や感情をコントロールする大切な役割をつかさどる司令塔の役割をしております。

人が何かを認識するときには、必ず五感から情報を取り込み、五感に入ってくる印象を受け止めそれを脳で判断します。だから小さい時からの五感を使った経験が必要であると考えます。

「お散歩」は、五感を育てる宝庫です。さわやかな風や、すべすべなはっぱやふわふわのはっぱ、木洩れ日、ほのかなひかりや草花など、いろいろ経験をすることができます。日向と日蔭、どんな風、雨、雫、水たまりなど水を楽しめる場所や春夏秋冬四季を感じる場所など自然の中は、五感を使って遊べる引き出しがいっぱいです。

自然とかかわる経験が、五感を使い、子どもたちの「感性」を豊かにしてくれます。自然や生き物などに触れ合うことによって、子どもの関心を広げることができます。泥んこあそびや虫とり、友だちと夢中になって走り回ることなど一年中たくさん経験させてくれます。

特に乳幼児期に、この五感の土台が育つと言われていています。五感は、使えば使うほど磨かれ、使わないと退化していってしまいます。そのため乳幼児期は、この五感を使って育つと言っても過言ではありません。ですから「ぶらぶらお散歩」をたくさん楽しめるといいですね。

その五感は、固定されているものではなく正に育てるものです。赤ちゃんの時代から育っていくことで、それが次の原動力に繋がっていきます。

実は、人には五感を超える感覚も存在していると言われていますが、ご存知ですか。それが、いわゆる「第六感」です。虫の知らせによって何かを認識する能力や目に見えないものを見る力です。五感は、目に見えるものを認識するのに役立っていますが、六感は、目に見えないものを感知する感覚(能力)です。六感は、五感が発達していないと育たないと言われていています。危険を察知する能力であったり人の気持ちを理解する力になったり正に「生きる力」そのものです。

赤ちゃんであっても自ら育つ力があります。しかし周りの大人の援助が必要です。「こころ」は、数値で表せばいいのですが、残念ながら表せません。そばにいる大人が共感してあげるだけで十分です。子育ては、10人いたならば10の方法があり、100人いたならば100の方法があつていいのです。いい子に育てなくてはという使命感も必要ですが、ご両親は、お子さんに楽しませてもらっている、活力をもらっている、元気をもらっていると思える気持ちになれるといいですね。

親子で「ぶらぶらお散歩」を楽しみながら、いろいろな発見して五感を使い、美しいものやしなやかさなど微妙なものをじっくり観察し触れあじわうことで、こころもからだも成長したいですね。いろいろの発見で好奇心も高まり「ちいさな科学者」が誕生することでしょう。

また、午前中のお散歩には、小さいうちから正しい生活リズムが身に付きます。お散歩のような適度な運動は、昼食時の食欲増進にもつながり、お昼寝もスムーズになります。体も使い一石二鳥です。

そしてもう一つは、相手に伝えたいことを表現する伝達の方法の手段です。どうしても人という存在が、必要不可欠です。人は、心の触れ合いの良さ、あたたかさ、快さ、お互い響き合い共感し合い次への原動力になります。共感することでより興味が広がりより知識が広がるでしょう。それには、自分を認めてくれる人、つまり相手(大人)が必要です。子どもがキャッチしたものを身近な大人が柔軟に受け止められる力が必要になってきます。子どもたち一人ひとり、たくさんの可能性を持っています。その可能性を十分に自由に表現できるには、子どもの活動が豊かに展開する環境が求められます。そのため大人は、自分なりに魅力ある人格を磨くことが必要になってきますね。つまり「感性」です。これからもお子さまに、思いやる気持ち、愛しいと思える気持ちを大切にしてくださいね!!

ナーサリールームでは、「体験保育」や「育児相談」もしております。お気軽にいらしてください。