

公園の遊びが子どもと親を育てる

遊びは子どもの権利

タレント
大神いずみさん

おおがみ・いずみ/福岡県出身。元日本テレビアナウンサー。夫は元巨人軍選手で野球解説者の元木大介氏。男の子2人の母、主婦としての顔を持ちながら、バラエティー番組やドキュメント番組、ラジオDJ、司会など多岐にわたり活躍中。

東京学芸大学名誉教授
小澤紀美子先生

こざわ・きみこ/北海道生まれ。東京学芸大学教授、東海大学大学院客員教授を経て、現職。こども環境学会会長も務める。著書は『これからの環境学習』(まちはこどものワンダーランド) (風土社) など多数。

「国連子どもの権利委員会」では、子どもの権利条約第31条で「児童がその年齢に適した遊び及びレクリエーションの活動を行う権利」を認めています。同権利委員会が、昨年4月に発表したジェネラルコメント(GC17)には、「遊びやレクリエーション・創造性のための時間と空間を作り出すことを支援する社会の態度が必要」という内容が盛り込まれています。

「子どもの遊びの権利」を守るために公園でできることは、東京学芸大学名誉教授の小澤紀美子先生と、フリーアナウンサー大神いずみさんが、武蔵野市の「むさしの市民公園」で語り合いました。

外遊びの必要性

大神 今日息子二人を引き連れて来てくれました。早速、走り回って遊んでいます。

小澤 都会では自由に走れるところはないから、広いところに来ると嬉しいですね。

大神 私が子どもの頃は、遊ぶところもたくさんありました。でも、若いお母さんが、自分自身あまり外で遊んでいなかったと話しているのを聞いたことがあります。

小澤 自分が遊んでいないと、どのように遊ばせれば良いのかわからないですね。

社会性を育む

大神 子どもたちが遊んでいるところを見ていたのですが、並んで遊具を使ったり、大きい子どもが小さい子どもに気を使ったりしている。小さな社会ができていて、いいなと思いました。そういう子ども同士の話、聞いていくのがいいですね。

小澤 公園には、様々な年齢層の親たちが来ます。お互いにコミュニケーションをとることで、親としても成長していくことが

大神 みなさん、教育的なことには、熱心に取り組むのですが、小澤 体の発達には順次性があります。遊びは脳の発達の土台です。お母さんから少し離れて、子ども同士が「群れて遊び、互いに刺激し合う」ことでホルモン分泌も促進されます。この力は塾では身に付きません。

身体能力を育む

小澤 スポーツとは異なる体の動かし方を、「遊具」がある事でできるのです。

大神 それに、地域の方々の目があるというのは、小さな子どもを持つ親にとってはありがたいことですね。

も公園の魅力。例えば、斜めに登る運動は背筋と腹筋を使い、電車や床に座ったり、足を投げ出して座ったりしてしまうのも、背筋力がつかないから。

大神 怪我はさせたくない、でも子どもはちよと冒険的な遊びをしたい。そのバランスが難しいですね。

小澤 小さな怪我をたくさんすることで、大きな怪我を避けることができるようになります。危険回避を

意欲的な心を育む

大神 でも、遊びの時間は、つい削ってしまうがち。宿題、食事と優先順位を付けていくと、小澤 ももちろん、勉強する習慣づけは大切。とはいえ、小さなときに無理矢理、長時間やらせても駄目。成長に合わせて少しずつ時間を増やして、段々に長い時間に対応できるようにします。まずは、遊んで、食べて、よく眠ること。そうすれば、集中力も増す。子どもの時間は全てつながっているのですから。

あんまり揺らさないでね

子どもにとっても、親にとっても学ぶことが多い公園。これを利用しないのは本当にもったいないこと。我が家の子どもたちも、今日は転んだり、すべったりしてかすり傷がいくつかありました。でも、楽しく遊べたので、今夜はぐっすり眠ることでしょう(笑)。

これは何のお花かわかるかな?

自然に触れる



きれいなものや、目を楽しませてくれるものを大切にするのを覚える。

公園の遊びは楽しいぞ!

全国で展開される「子どもの遊び場」活動紹介



●岩沼市里の杜中央公園(里の杜あそび場)
宮城県岩沼市の里の杜中央公園で月に3回、「自分の「やってみよう」活動」を実施している。

●京都市宝が池公園「子どもの楽園」宝が池プレイパーク
子どもと保護者のための広場。豊かな環境を生かして、自然の不思議や仕組みに気づき学ぶ「自然あそび教室」や、三世代交流イベントなどを京都市都市緑化協会が実施。



●パークエンジェルの会(足立区)公園にきた子どもたちのあそびを広げる手助けと、ダメと言わずやってみようという姿勢を見守るパークエンジェルの活動を実施。

砂場で遊ぶ



砂遊びでは、「作って壊す」を体験できる。道具の貸し借りもきちんと教えるようにする。

みんなで遊ぶ



スポーツクラブと公園の一番大きな違いは、自分たちでルールを作り、遊びを生み出すこと。

遊具で遊ぶ

バランス感覚を磨きながら、イレギュラーな動きへの対応力も要求される。順番に遊んだり、小さい子どもへ配慮したり、周囲の大人が注意することも必要。



「ひろげよう 育てよう みどりの都市」全国大会

◆日時 平成26年10月29日(水)
第1部 先進事例発表会(午前)
第2部 全国大会(午後)
◆場所 ニッショーホール・会議室(日本消防会館 港区虎ノ門2-9-16)
ご希望の方はどなたでも ご参加いただけます
※詳細については(一社)日本公園緑地協会(<http://www.posa.or.jp>)にて後日発表いたします。