

NPO 法人ライフスキル研究所
<http://lifskill-npo.org/>
<http://lifskill.blog.so-net.ne.jp/>

ライフスキル研究所だより Vol.39

表現通し自分にであう 『私のための絵本』



焼け野原となった心斎橋筋
 (矢追又一氏撮影:朝日新聞より)

子どもたちの内面は
想像以上に複雑



大空襲の翌朝一空は赤黒い血のような色だった

9月から12月にかけて、子どもべや伏尾台教室のダビンチコース(小3~小6)では、『私のための絵本』を制作しています。自分という存在が自覚される時期の子どもたちの人間関係はかなり複雑で、好き嫌いが明確になり、学校においても対人関係のトラブルを引き起こしかねない心情が醸されつつあるようです。そのような思春期に入る前の彼らに、今までに獲得した感情経験をふりかえり、その大切さに気づいてもらいたくて、この課題を提案しました。「こんなことをしているとき私はご機嫌」「今思い出してもがっかりすること」「自分の心を形にすると」などのテーマに沿って、自分の生活体験や感情経験、人間関係、夢や希望を見つめ、絵にしていきます。

1ページ目のテーマ「こんなことをしているときわたしはご機嫌」を少しご紹介しましょう。彼らを喜ばせるシーン(現実 or 願望)とは、「ひとりでテレビをみている」「友達と外で遊ぶ」「犬とふれあっている」「ブランコに乗っている」「雲にのってみたい」「運動会」「友達と旅行に行つて遊ぶ」「遊園地やUSJ、ディズニーランドにいっている」「すてきなことをしている」「植物の観察をしている」「家の中でかぎ針編みをしている」「外で絵をかいている」「いつか木のうえにツリーハウス

をつくるのが夢」「いろいろな動物を飼ってほしい」「動物の言葉を話せるようになりたい」「湖や海、芝生に座ってスケッチや楽器を吹いたりして気ままな時間を過ごす」etc. それぞれ自分自身の気持ちに焦点をあわせながら創作します。完成時には心の成長が期待できるものとなるでしょう。「がっかりしたこと」では、シビアでクールな視線やデリケートな一面が見られます。が、内容は秘密にしておきましょう。

企画者である私自身は、子どもたちに提案する少し前からテーマに沿って描き始めていました。2ページ目の「思い出してもがっかりするよなできごと」をたどっていて浮かび上がったのは、重いシーンでした。1945(昭和20)年3月14日、大阪大空襲の翌日に、避難していた地下鉄心斎橋駅から外に出て見た、無残な街の光景です。「がっかり」という言葉には残酷過ぎる出来事ですが、5歳の私にとって、それは「がっかり」という言葉が一番ぴったりする体験でした。大阪市西区阿波座の家が焼夷弾を受けて内部から火を吹き始め、母や兄と御堂筋に逃れた私たちは、心斎橋駅のホームで多くの避難者と共に長い夜を明かしました。その翌朝に見た光景ほど幼い心に深い落胆を残したものはありません。あのとき、

私は生まれて初めて深い絶望を経験したのでした。

自らを被験者としてこの企画を進めながら最も感じるのは、イメージを表出することの心地よさ。一枚一枚描くたびに、「何かを語ることができた、伝えることができた!」と、ほっとした気持ちになります。人の生活には言葉では伝え切れない内容があり、また人はそれぞれに個別な存在ですから、その人の歴史ではだれもがかけがえのない主役です。自画像を描く巨匠ではなくとも、ごく普通の生活者が人生の岐路に立つ時、自分の過去を整理し未来をイメージして、身近な家族や子孫たちに自分のたどった人生を伝えるために描く—この絵本で語られる事実の中に、一人ひとりの顔が見えてくるのではないのでしょうか。ライフスキル研究所では、眠っている個人の生きた歴史を絵で残す企画を実現化する予定です。描画については、参加者が苦勞することのないように工夫していきます。『私のための絵本』にご興味のある方は、ぜひお問合せください。

心もからだも“食”が支えている 「おいしく」食べるために必要なこととは？

「食」の乱れが問題視されるようになってきました。食べることは本能に基づく行為ですが、人間にとって食は本能だけで為されるものではありません。そこには学習によって獲得される習慣や世代間で継承される文化があります。食は生の基本。私たちは子どものアート教室に食の体験を取り入れています。

作って食べた後は創作意欲もUP!

アートスペース子どもべやの「みんなで料理！」を担当して、今年で7年目になります。年1回の開催ですが、毎回楽しく参加してくれています。食材を切ったり、炒めたり、煮たりということに興味を持ち、楽しそうにやっていますし、自分で作った料理は、嫌いな食材が入っていても、少しは食べてみようとしています。いつもより多くの量を食べる子もいます。日常とは違う雰囲気、楽しくおいしく食べてくれる機会になっているようです。

最近、食べることに興味を示さない子どもが増えていると、ある保育所の所長が話されていました。そういう子どもは昼食前でもお腹を空かせた様子もなく、食事にとっても時間がかかるのだそうです。小児期の子どもを持つ親へのアンケートによると、子どもの食事で困っていることがあると答えた親が年々増えており、80%以上の親が遊び食いやむだ食い、時間がかかりすぎるなど食事がスムーズに進まないことで困っているとのことでした。

「食べる」ということは、学習しなくてもできることのように思われているかもしれませんが、実は発達の過程を経て身につけていくものです。しかし、親の都合などでその過程を踏んでいないと、噛めない子になったり、いつまでも自分で



食べようとしなかったり、食に興味を示さない子になってしまうようです。私たちは毎日特に意識することなく食べていますが、おいしく食べるには、成長過程に応じて一歩ずつ段階を踏んでいく必要があるのです。

「おいしく楽しく食べる」ことは、とても重要なことです。心が落ち込んでいるときは、食事でもまずく感じます。おいしいと思える時は、心も健康な時です。食事の時に、「はやく食べなさい」「こぼさず食べなさい」など、あまりいろいろ言われると、子どもはウンザリしてきます。だんだん食事がまずくなり、不必要に食事の時間が長くなっていきます。逆に、「おいしいね」といえる食卓であれば、嫌いな食材でも自然と食べられるようになります。会話の中で、季節の食材を話題にしたり、それにまつわる料理の話をするれば、食べる楽しさやおいしさも増し、食に関心を持つようになるでしょう。

「おいしい」といえる食卓—それが家族の健康を支えていると考え、活動しています。

●山下晶子(管理栄養士、大阪府栄養士会理事、ライフスキル研究所理事)

活・動・色・彩(かつどういろいろ)

●現場で使える！教員のためのアート研修●10月27日●

池田市立幼稚園・小学校教員対象研修「アートで心の健康をまもる講習会」の第1回目を行いました。2部構成のこの研修では、コミュニケーションを深めるアートや自分を見つめるアートなど、子どもの指導や自分自身のリフレッシュに役立つアートをお伝えしています。参加者からは、「保健室に来る子どもにやってみたい」「国際理解教育に応用したい」「特別支援学級での創作活動のヒントを得た」など手応えある反響。この後、11月、1月、2月に実施します。

●アートスペース「子どもべや」室町幼稚園教室オープン！●11月2日●

阪急池田駅に近い室町幼稚園にて子どもべやの新教室がスタート。同園の年中・年長園児を対象に毎月第1・3火曜の放課後、観察眼を養い表現力を高めるアートを行っています。(講師：井上佐知子)



■発行：NPO 法人ライフスキル研究所 ■編集：小村みち
〒563-0017 大阪府池田市伏尾台 1-32-17
TEL072-750-2797 FAX072-750-2805 E-Mail info@lifskill-npo.org
URL <http://lifskill-npo.org/> Blog <http://lifskill.blog.so-net.ne.jp/>

Information



アートスペース子どもべや 生徒募集中

伏尾台：第1・2・3(金)4:30-6:00

池田：第1・3(火)4:00-5:15

★NEW OPEN!★

室町幼稚園：第1・3(火)2:10-3:30

(同園の年中・年長児対象)

※日時に変更になることがあります

★詳細・お問合せはHP・TELにて

ライフスキル・アート研究会

今年度あと2回の開催です。

12/5、1/30(日)13:00~16:00

池田コミュニティセンター

会員 1,000 円／一般 2,000 円

『アートで心の健康をまもる ハンドブック』無料配布中



家庭や学校で手軽にできるアートワークを紹介する冊子(A5/32P)

※送料はご負担ください

★お申込みはHPより

研修・講演・ワークショップ講師

派遣します。ご依頼・お問合せは事務局まで。

SUPPORT US！寄付のお願い

ライフスキルの活動を支援くださる方、ご寄付は下記口座にお願いいたします。

■池田泉州BK 池田駅前支店
普通 6013901

■ゆうちょ 14060-27579361