

福島県郡山市でのキッズダンスプロジェクト報告① ～ダンスで笑顔と元気を！～

早稲田大学助教・JAKC アドバイザー 弓削田 綾乃

1. はじめに

軽快な音にあわせて、張り切って体を動かす子。保護者から離れ、おずおずと踊りの輪に加わる子。出会ったばかりのコーチと一緒に、笑い転げる子。3月の福島第一原子力発電所の事故発生以来、屋外活動の制限を余儀なくされた子どもたちと踊ったひと時、たくさんの笑顔に出会えた。

2011年7月30日から8月10日にかけて、福島県郡山市湖南町で、児童と保護者約450名を対象とした「郡山市湖南林間学校」が開催された¹。内容は、屋内プールでの水遊び、星空観察会、自然探索、工作など盛りだくさんである。これらのプログラムの1つに、「楽しく体を動かそう ダンス教室」が組み込まれていた。この「ダンス教室」を任されたのが、東北復興支援プロジェクト東北ライジング²のアレンジによる JAKC³と Firststep Japan⁴協同の「キッズダンスプロジェクト～ダンスで笑顔と元気を！～」である。割り当てられた時間は、低学年グループ 90分、中・高学年グループ 60分と短かったが、限られた時間の中でどのような体験をし、何を残せたのだろうか。プロジェクトの報告とともに、今、ダンスに何ができるのかを考えていきたい。

2. 郡山市湖南林間学校「君の笑顔は郡山の希望 いっしょにあそぼう！」

主催者は、郡山市や郡山市教育委員会等からなる「平成23年度郡山市湖南林間学校実行委員会」であり、福島の各報道機関が後援した。また、協力に公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパンと、サントリー東北子ども応援プロジェクトが入るといって、大がかりな林間学校である。にもかかわらず、現場のコーディネーターである教育委員会の方々は、「手作りのキャンプなんです」と口を揃えていた。企画やプログラム等の外部発注を極力避け、地元を知る方たちが、有志の手で、地元の子どものために作り上げたのだ。「君の笑顔は郡山の希望 いっしょにあそぼう！」の標語が示すように、日頃から子どもたちと親しく交わる方々ならではの温もりと配慮、そして希望が十分に伝わる林間学校だった。

参加者は、低学年グループ（1・2年生児童と保護者75組）と中・高学年グループ（3～6年生児童300名）とに分けられていた。日程は、低学年グループが7月30～31日の1泊2日で、中・高学年グループが8月1～3日と、8月8～10日の2回に150人ずつ別れて、各2泊3日おこなわれた。

活動場所は、いずれも郡山市立湖南小中学校（小中併設校）、少年湖畔の村、サニーランド湖南など、自然あふれる湖南地区内があてられた。そのうちダンス教室は、郡山市立湖南小中学校の体育館が会場となった。外部からの視察が多いという、この学校は、地元から寄付された木材を校舎のいたるところで使用し、ところどころに飾られた季節の花々と

ともに、自然の香りに包まれている。林間学校として過ごすのに快適な、清潔感あふれる会場だ。そもそも猪苗代湖西岸に位置する湖南地区は、山の緑と水に恵まれ、水田に稲穂が揺れる風光明媚な地という印象を受けた。

3. ダンス教室「ダンスで笑顔と元気を！」

私が参加したのは、低学年グループの7月31日（日）と、中・高学年グループの8月2日（火）だったため、これらを中心に記していく。まず、低学年グループについてである。

低学年グループのダンス教室

日曜日の朝8:00過ぎ、少年湖畔の村から児童と保護者を乗せたバスが、湖南小中学校に到着した。木の香が残る広々とした体育館に入ると、子どもたちは荷物を保護者に預けて、走り回ったりボールで遊んだり、朝から元気いっぱいである。8:30頃には集合し、福島県レクリエーション協会顧問の国馬善郎先生が、朝一番のウォーミングアップとして手遊びをしてくださり、心と体がほぐれたところで、60分間のダンス教室がスタートした。

まずはJAKC代表の竹内エリカ氏が挨拶し、「心と体をウォームアップ～どんなおともだちがいるのかな？～」で心と体をほぐした。反応ゲームや握手ゲームなど、アイスブレイキング⁵を目指したものだ。一例をあげると、コーチが1枚の布を放り投げ、手から離れている間は、「わぁ～～！」と大声を出し続けるというもの。布を投げると見せかけて投げなかったり、手でつかむと見せかけてつかまなかったり…。ひっかけがあるたびに歓声があがる。竹内氏と、親子イベントを数多く手がけてきたFirststep Japan代表の佐藤洋平氏の連携で、参加者の心をつかみ集中力を高めた。それと同時に、大声を出すことで緊張をほどき、他者との身体的接触を含めたコミュニケーションを、短時間かつ自然におこなえた。

ウォームアップの最後に3チームに別れ、それぞれ1人ずつのコーチとチームカラーが紹介された。洋平コーチ率いる赤チームは「あかべこ」、BOBコーチ率いる白チームは「たんぱん」、ひとみコーチ率いる黄チームは「たまご」と、ユニークなチーム名も披露され、子どもたちの歓声があがる。ちなみにコーチたちは、プロとして活躍するHIP HOPダンサーである。ちょっとした動きも洗練されており、子どもたちが魅了されていくのが伝わってきた。

最初にコーチたちのお手本ダンスを見てから、振り移しが始まった。曲は「ミッキーマウスマーチ」。竹内氏の声掛けで、全員でゆっくり踊ってみる。単純なステップや手拍子などを、一つ一つ順番に分解して教えるので、子どもも大人も覚えやすいようだ。その後、各チームに別れ、復習しながら何度か通してみる。コーチたちは、普段、首都圏のダンス教室で子どもたちに指導しているからか、チームの子どもたちへの目配りがなされ、笑顔で間をぬいつつ、「そう、上手！」「元気いいね！」「かっこいい！」と、のせて回る。そのうち、子どもたちはコーチの周りに集まり、大人たちは後方で見守りつつ一緒に踊る、という形になっていった。

30分ほど経過したところで、休憩を5分間とった。水分補給をする子、保護者のもとへ走る子などもみられたが、ほとんどの子どもたちは、自分のコーチのもとから離れない。コーチを中心として、各チームが団子状に、手をつないだり体をくっつけあったりと、コミュニケーションを楽しんでいる。このように短いながらも自由に触れ合う時間を過ごした後というのは、打ち解けてリラックスした雰囲気、かつ集中した姿がみられる。休憩後にはチームごとにオリジナルの振付を考えるという課題が出された。他チームに聞こえないようにこそこそ相談したり、逆に他チームの偵察に行ったりと、まるでゲームを楽しんでいるような時間が流れた。がむしゃらにダンスを練習するだけではない、この緩やかさが、子どもたちの心からの笑顔を引きだしていたのかもしれない。

最後に、1チームずつ順番にステージに上がり、ダンスを披露した。それほど長くないダンス曲だが、その子なりに、一生懸命踊っているのが伝わってきた。しかも、踊っているうちに笑顔になってくる。印象的だったのは、踊り終わると、誰の指示もないのに、全員で手をつなぎ、おじぎをしていたことだ。このことは、踊りで心が解放されたことを示すのではないだろうか。一緒に踊った仲間たちと身体的につながる、すなわち、開かれた心と心のつながりが自然にあらわれた行為なのではないかと考える。もちろん、そこに踊りの上手下手は関係ない。リズムダンスは、1人1人の「踊った」という満足感に目がいきがちだが、たった1時間強の短い時間でも、体だけでなく、心を解放し、他者とのつながりを築くことができるのだ。

最後にコーチたちが、ステージでダンスを踊って見せた。文句なくかつこいダンスは、子どもたちの目を輝かせ、ダンスとの距離をグッと近づけたといえよう。

子どもの変化～小さな一歩から

もちろん、全員が、最初から積極的にダンスに関わっていたわけではない。たとえば「たまご」チームでは、子どもたちがコーチの周りで踊っているときに、保護者（母親）から離れられず、後方で踊る男児がいた。この「たまご」チームは、曲中の「ヘイヘイヘイ！！」という掛け声が一番大きく、子どもも大人も積極的だったため、保護者にべったりの男児は目立ってしまっていた。しかし変化があらわれたのは、休憩時である。男児はコーチのもとへ行き、まずはコーチと、次いで他の子たちと一緒にふざけ始めた。そして、ダンス再開時には、そのまま子どもたちの輪の中にとどまり、保護者の方には一度も戻らなかったのである。コーチがこの男児の存在に当初から気づいていて、さりげないフォローをしていたことも功を奏したのだろう。この男児は、休憩時のコーチを始めとした仲間とのふれあいによって、小さな自立を達成できたのだと思われる。

その一方で、最初から最後まで保護者（母親）から離れない子もいた。踊りにあまり関心を示しておらず、もしかしたら集団行動が苦手なのかもしれない。しかし、全員で写真撮影をする際に誘うと、一時的に保護者から離れ、子どもたちの輪に加わり、笑顔をのぞかせた。これは、小さいけれど（もしかしたら彼にとっては大きな）成長だったのかもしれない。

れない。ダンスは、1人1人の状態に見あうスモールステップが確認しやすい活動だ。そうしたダンスを通した人間的成長を支援するのが、キッズダンスプロジェクトなのである。

この後、第2グループの75組が、第1グループと入れ替わり、同様のダンス教室がおこなわれた。これらの活動後に聞いた、子どもたちの感想をいくつか紹介したい。

「すごく楽しかった!!」「もう1回踊りたい!!」「次、いつ来るの?」「また来てね」「コーチ、かっこいい!(かわいい!)」「おなかすいちゃった!」

人間は充実感を味わうと、「もっともっと」という欲求が出てくる。これらの感想からは、そうした欲求が垣間見え、いかに充実した時間だったかがわかるだろう。また、空腹になるほど、十分に体を動かせたといえるかもしれない。あまり難しくない、メリハリのある踊りは、適度な全身運動になっていた。リズムに心と体をゆだね、仲間と楽しい時間を共有する。ダンス教室は、楽しみながら物事を成し遂げた達成感、運動がもたらす充足感、人と結びつく心の解放感をもたらすことができたのではないかと考える。

保護者の方々からは、「ダンスって、おもしろいんですね」「疲れました」というダンスそのものへの感想、「子どもが楽しそうでよかった」「嬉しそうに踊っている姿に感激した」という子どもの反応を喜ぶ感想などが聞かれた。



写真1. リズムにのって



写真2. オリジナルの動きを考える



写真3. ステージで元気に発表



写真4. 手をつなぎ笑顔でご挨拶

中・高学年グループのダンス教室

8月2日(火)、中・高学年(3~6年生)のダンス教室に参加した。低学年よりも1泊多い2泊3日の2日目の夕方のプログラムである。前夜、はしゃぎすぎたり、親元を離れた不安を訴えたりする子がいたということで、必ずしも子どもたちの体調は万全でないらしい。また、ダンス教室の直前プログラムが、湖南小中学校内の屋内プールでの水泳だったため、疲れ気味だろうことが予想された。さらに、全体のプログラム進行が遅れ気味で、60分間の時間が約半分に短縮された。そのため、予定していた内容の大幅な変更を余儀なくされ、コーチらが臨機応変に進めていくことになった。

しかしながら、からだほぐしを兼ねたアイスブレーキングを省略することなく始めたので、低学年同様3チームに別れた際も、コミュニケーションには問題ないように思われた。中・高学年グループで用いた曲は、明るく弾む感じの洋楽で、低学年のものよりも大人っぽい。ダンスの振りも、HIP HOPの簡単なステップとポーズが入り、技巧性をもたせている。それだけに、子どもたちは真剣に取り組んでいた。年齢があがり、「うまく踊りたい」という気持ちが強いのだろう。それでも、笑顔のコーチが間をぬうように声をかけていくと、笑い声があがり、楽しそうな雰囲気に包まれていた。

中・高学年グループは、時間の都合により、ステージで発表できなかったのが残念だった。最後に全員で1回通して終了したものの、「あれ、これで終わり？」という物足りなさが子どもたちの表情に浮かんでいた。しかしこの後、交代でダンス教室にくるはずの75名の到着が遅れるとのことで、急きょ、ダンス教室兼レクリエーションを続けることになった。物足りなさを解消するように、覚えてたのダンスを何度も繰り返した。そのたびに自分自身の上達を実感するのか、「もう1回!」という声があがっていたのが印象的だ。「もっと、もっと」という欲求のもととなる充足感があったのだろう。皆で写真撮影をしたあとは、佐藤洋平氏の声掛けで、会場全体を使うレクリエーションをおこなった。レクリエーションの最後は、全員で手をつないで輪になり、歩いたりジャンプしたりするものだった。これは大変盛り上がり、最後に手をつなぐ場面では、同じ時間を共有した仲間と、身体的・精神的につながる心地よさを味わえたのではないだろうか。

子どもの変化~恥ずかしさをのりこえる

時間の短縮により、予定を変更した内容ではあったものの、中・高学年グループでも、子どもたちの笑顔を引きだせたことに変わりはない。しかし、低学年グループでは見られなかった反応もあったので、以下にあげておきたい。

「恥ずかしい」この言葉を口にする子どもが、少なくなかったのである。これまで、このようなダンスはしたことがないという子もいて、とまどいや羞恥心をなかなか捨てられなかったようだ。それが顕著だったのが、次の子どもたちである。

ずっと踊りの集団から外れて見ている4~5年生の女兒6人がいた。声をかけると、「ダンスは恥ずかしい」「自分が踊るのは嫌」と、何度も口にしていた。それでも話しかければ、

そっぽを向くのではなく、嬉々として自分のことや前夜の様子などを話してくれる。この年頃特有の自我の葛藤などと解釈することができなくもないが、彼女たちの素直さに接すると、ダンスでも何らかの関わり方ができるのではないかという思いがわいた。

彼女たちが、唯一前に出てきた時があった。それは、最後にコーチたちがステージ上でダンスを披露した時である。一番前に陣取り、食い入るように見つめていた。そして、次の75名と交代するために体育館を出ていくときには、出入り口でコーチたちにハイタッチを求めてきた。自分で踊るのは恥ずかしくてできないけれど、コーチたちのダンスを見たことで、何かを受け取ったのだと思う。この女兒たちのように、ダンスとの関わり方は、人それぞれだ。その子どもなりの感性を信じ、いろいろな引き出しを用意してあげることが、1人1人の可能性を拓けるのだと改めて考えさせられた。

中・高学年グループで気になった子は、もう1人いた。踊ってはいるが、表情が暗い男児である。言われたことはやるが、心が拒絶しているのではないかと心配になった。担当コーチも、気づいていたようである。そのうち、動きの復習の合間に、コーチが子どもたちとタッチしながらスキップしてまわりだした。コーチの滑稽な声・表情・動きに反応して、その場がドッと沸く。これを何度も繰り返すうちに、硬い表情だった男児に、笑顔が生まれた。そして、周りの子とじゃれあったり、笑いながら踊ったりするようになり、体の動きも心なしか大きくなった。終了時に聞いた、この男児の感想は「疲れたけど楽しかった」だった。ダンスを見れば、心の状態がわかる。この出来事は、プロジェクトの目標である「ダンスで笑顔と元気を！」を体現しているように思えた。



写真5. ダンスの風景



写真6. 皆で総仕上げ



写真7. コーチからダンスのプレゼント



写真8. 全員で手をつないでつながる

終了後の感想を子どもたちに聞くと、「赤ちゃん（＝洋平さん）がおもしろい」「ひとみちゃんがかわいい」「ダンスがかっこいい」「あんなふうに踊れるようになりたい」という、コーチへの親しみやあこがれの声が多かったのは、高学年ならではだろう。また、ダンスそのものについては、「やっぱり恥ずかしい」「疲れた」というものから、「ダンスは楽しい！」「全部踊れるようになって嬉しい」「もっと踊りたかった」という、充実感を示す言葉も聞かれた。中・高学年グループは、時間の短縮や、身体的疲労などの制約が多かったが、この年代特有の問題を受け止めつつ、心と体の解放につなげられたのではないかと考える。

4. 子どもたちがおかれた現状

郡山市内を車で走ると、自動車を多く見かけ、飲食店内にも人はたくさんいた。が、屋外を歩いている人が極端に少なく、まずここで原発事故の影響を実感させられた。しかし、会場で出会った子どもたちは、元気いっぱいである。そんな子どもたちがおかれている状況について、「郡山市湖南林間学校」の副本部長である、郡山市教育委員会学校教育部長の岡崎強氏に伺ったお話をもとに、考えてみたい。

現在、教育現場は、市が指針として定めた「3時間ルール」に従い行動しているという。放射能の影響を考慮して、屋外活動は、1日3時間以内に抑えるというものだ。それはもちろん、学校内外の活動を含む。例えば、往復の通学で30分、体育の屋外授業を45分おこなったら、残りは1時間45分となる。学校の休み時間や、放課後の自由時間などに遊んでいたら、あっというまに経過してしまう時間だろう。何よりも、制限時間を気にしながら行動しなければならないという縛りが、誰にとってもストレスになることは想像に難くない。児童だけではなく、就学前の乳幼児をもつ保護者にとっても、外遊びをさせられないことで生じる問題は大きいと思われる。それでも郡山市は、地震による大規模な被害があったわけではないため、住み慣れた自宅で生活する市民が大半だ。目に見えない放射能という被害が、日常生活を縛っているのが現状なのである。

3時間ルールに象徴される教育現場への影響は、さらに深刻だ。まず、屋外での運動を思い切りできないことでの弊害があげられる。子どもの成長にとって、質の良い「食事・睡眠・運動」が欠かせないことは言うまでもない。特に「運動」は、子どもの発達段階にあわせて、適切な内容がある程度決まっており、学習指導要領は、それを網羅している。その年代に経験しておいてほしい運動、獲得しなければならない運動能力というものがあるのだ。例えば長距離走や広範囲のボールゲームなどは、屋外でおこなうのが好ましいが、制限される状況下では十分にできない場合がある。また、放課後に自転車で走り回るのも危険と言われるなど、様々な運動機会が奪われている。それはすなわち、運動能力の欠如、ならびに心身の成長の妨げにつながる可能性も否定できない。

また、体を動かさないことによる弊害とは別の次元での問題も出ているという。家庭の方針によって、屋外体育はさせないとか、学校給食ではなく弁当持参にするなど、ともすれば子ども同士の見えない壁の原因となってしまうかもしれない出来事や、家庭内での方

針をめぐる両親・祖父母ら周囲の大人の不和などがあると伺った。これらのことが、子どもたちに大きなストレスを与えていることは、容易に理解できるだろう。これに対して郡山市では、心の問題を重視したプロジェクトを始動させるなどの対策を講じている。

さらに、外部からの風評被害という問題も生じている。岡崎氏によれば、ある週刊誌に「郡山市の子どもに原因不明の体調悪化（だるさ、疲れなど）が出ている。放射能の影響だ」という記事が出たという。これは大きな誤解である。仮にこのような症状が出ているのだとすれば、それは心のストレスが原因と理解できるだろう。このような外部からの無責任な発言が、現地の人々を傷つけ苦しめているのは事実である。大人たちは、こうした被害からも、子どもたちを守らなければならないのだろう。

5. おわりに～今、ダンスができること

ここまで、郡山市湖南林間学校におけるダンス教室について、郡山市の子どもたちの現状も踏まえながら報告してきた。この林間学校は、スケジュール的に盛りだくさんの感もあるが、地元の方々が協力して実現させた、子どもたちへの愛情を肌で感じる活動であった。「今ある状況の中で、環境を整えてあげたい。できる限りの選択肢を用意して、要望にこたえていきたい」という教育委員会を始めとした郡山市の姿勢が、ひしと伝わってきた。

そのような中で、今回、ダンス活動を組み込んでいただけたことに深く感謝したい。学校教育においてダンスが必修化されたことからわかるように、ダンスには、心身の成長を促す効果が期待できる。そしてまた、踊りを見れば、その子どもの心と体の状態を知ることができる。今回のダンス教室では、このことを示せたのではないだろうか。願わくば、このような特殊な状況下にある子どもたちの日常に、ダンスを組み込んでいただけたらと思う。ダンスは、ある程度の空間があれば、可能な活動である。自己を表現し、さらなる心の解放につながられる活動である。好きな音楽やスタイルを選び、心と体をリズムにゆだね、仲間と心を通わせる、豊かで柔らかな時間をつくってあげてほしい。

そのために、具体的に何が必要か。それは、今回のような行動を振り返り、次につなげていくことだと思う。教育委員会の岡崎氏がおっしゃった、「今必要なのは、短期的支援よりも長期的支援」という言葉が強く心に残っている。今回のようなダンス教室を各地で開催することにより、短期的支援を繰り返し、結果的に長期的支援とすることは実現可能だろう。また、それとは違う方法での長期的な取り組みも可能だ。例えば、地元のダンス講師を各校に配置したり、学校の先生方に講習を受けてもらい、補助映像などを用いて定期的にダンスを実践したりするなどが考えられる。時が進めば、子どもたちによる自主的なダンス活動を引き出すことも期待できるだろう。モチベーションをあげるためのダンス大会の開催なども、教育的効果が高い。いずれにしても、ある程度のガイドラインと人材育成が必要になる。キッズプロジェクトでは、活動の先を見据え、ガイドライン作りと指導員養成に取り組んでいる。ここから、次のステップにつなげていけることを願っている。

今回の活動を振り返るにつけて、まず頭に浮かんでくるのは、嬉しそうに踊る子どもたち

ちの姿である。この笑顔が途切れないでほしいと、切に思う。夏休みが終わった今、子どもたちの現在と未来を真剣に考えて行動する多くの方々が、現場で奮闘していることを忘れてはならない。ダンス教室の会場となった体育館に掲げられた「絆」という文字の意味と力を、体現している方々だ。私たちは、ダンスの可能性を信じ、行動していくことの手ごたえと責任を、今一度自覚したい。ダンスを通して、1本でも多くの絆を紡ぎたい。

最後になりましたが、活動報告を快諾してくださいました郡山市・郡山市教育委員会の林間学校担当の方々に深くお礼申し上げます。資料を頂戴したり、貴重なお話を伺ったりすることができました。また、福島県レクリエーション協会顧問の国馬善郎先生、公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパンの方々にも、ご協力いただきましたことを深く感謝いたします。どうもありがとうございました。



写真9. 子どもたちの願いが書かれた短冊

左「外で遊べるようになりますように」

右「原発がストップして日本が平和になりますように」



写真10. 会場に飾られた「絆」の文字

脚注

- 1 平成23年度郡山市湖南林間学校開催要項（郡山市教育委員会提供資料より）
主催：平成23年度郡山市湖南林間学校実行委員会（郡山市、郡山市教育委員会、福島県キャンプ協会郡山支部、郡山市スポーツレクリエーション協会、湖南町区長会、ぐるっと湖南伝承会、郡山市小学校長会、郡山市文化・学び振興公社）

後援：福島民報社、福島民友新聞社、福島テレビ、福島中央テレビ、福島放送、テレビユー福島

協力：公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン、サントリー東北子ども応援プロジェクト

目的：屋外の活動が制限されている子どもたちに、夏休み期間中、湖南地区で宿泊体験活動を行うことにより、恵まれた自然環境の中で安心して、思う存分、笑い・楽しみ・学ぶ活動機会を提供する。

対象：低学年グループ＝郡山市内小学校児童1・2年生とその保護者 75組

高学年グループ＝郡山市内小学校児童3～6年生 各会150名ずつ300名

日程：低学年グループ＝平成23年7月30～31日（土～日）1泊2日

高学年グループ＝平成23年8月1～3日（月～水）2泊3日

平成23年8月8～10日（月～水）2泊3日

参加費：無料

- 2 東北復興支援プロジェクト 東北ライジング（代表理事 竹井善昭）<http://tohokurising.org/>
- 3 一般財団法人日本キッズコーチング協会（代表理事 竹内エリカ）<http://www.jakc.or.jp>
- 4 株式会社 Firststep Japan（代表取締役 佐藤洋平）<http://ameblo.jp/firststepproject01/>
- 5 緊張をほぐし、他者との心理的障壁を溶かすコミュニケーションワーク。