

## 福島県郡山市でのキッズダンスプロジェクト報告② ～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

開放的な広い体育館で、はしゃぎまわる子どもたち。そして、それを笑顔で見守る大人たち。幼稚園や保育所、公園や子どもの遊び場などで、日常的にみることのできる何気ない風景が、3月の東京電力第一原子力発電所の事故以降、ここ福島県郡山市では、なかなかみられなくなってしまった。

そんな状況下で、夏には「平成23年度郡山市湖南林間学校」がおこなわれ、約450名の小学生と保護者が宿泊体験を楽しんだ。それに引き続く形で、平成23年10月23日(日)、市内の幼稚園児とその家族を対象とした「オータムキャンプ in 湖南」が開催された。林間学校は郡山市教育委員会が主催したが、今回はPTAが中心となった。このオータムキャンプのプログラムの1つとして、夏と同様に、「キッズダンス教室」が組み込まれた。東北復興支援プロジェクト東北ライジング<sup>1</sup>のアレンジによるJAKC<sup>2</sup>とFirststep Japan<sup>3</sup>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！～」として、親子のふれあい遊びとダンスを実施したのだ。

今回印象的だったのは、思い切り体を動かす子どもたちの屈託のない笑顔と、大人たちの爽快な笑顔であった。こうした笑顔は、何を物語っていたのだろうか。家族揃って楽しい体験となったであろう時間を振り返りながら、考えてみたい。

### 2. 「オータムキャンプ in 湖南～走って、食べて元気な福島っ子を育てよう！！～」

このキャンプの目的は、「屋外での活動が制限されている子どもたちに、恵まれた環境の中で安心して思う存分、走って、笑って、食べて、楽しむ機会を提供する」とされている(実施要項より)。主催は郡山市PTA連合会で、郡山市幼稚園PTA連合会が共催する。夏の林間学校で主催者だった郡山市と郡山市教育委員会は、今回後援にまわるが、そもそもこの事業は、「郡山市震災後子ども心のケアプロジェクト」の主旨に賛同する旨が、実施要項に明記されている。その他にも福島県PTA連合会、湖南町区町会、湖南町商工会が後援し、協賛として、サントリー東北子ども応援プロジェクトと、公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパンが入った。

参加対象は、市内の幼稚園児の家族100組(1家族4名が上限)で、計362人という大人数になった。日程は、10月23日(日)の朝7時半に、市街地にある市役所からバスで湖南地区に移動し、午後5時には市役所へ戻り解散するものであった。昼食時間を長くとり、縁日や広場などで自由に過ごす時間があるなど、幼い子どもたちにも無理のない日程だった。

場所は、夏の林間学校と同じく郡山市立湖南小中学校(小中併設校)であった。木の香

りが気持ち良いこの学校には、小学校と中学校のそれぞれに広い体育館がある。キッズダンス教室は、中学校の体育館で行われた。一方、小学校の体育館にはブルーシートが敷かれ、いつでも休めるように配慮されていた。また、両体育館をつなぐ長い廊下に面した教室では、プラレール広場やミニ縁日などがつくられ、子どもたちの関心を引いていた。

主催側の説明では、猪苗代湖西岸に位置する湖南地区は、緑の山々に囲まれて、放射線量が低く、屋外で自由に遊ばせることができる唯一の場所だという。それゆえオータムキャンプでは、屋外でも遊ばせてあげたかったそうだが、あいにくの小雨模様で、それはかなわなかった。それでも、天井が高く清潔で開放的な体育館と教室で、元気に走り回る子どもたちの歓声を聞くと、その喜びようが伝わってきた。

### 3. キッズダンス教室「ダンスで笑顔と元気を！」

湖南小学校の体育館で、9時から開会式がおこなわれた。そこに、郡山市のマスコットキャラクターである「がくとくん」が登場し、大喜びする子どもたちと記念撮影となった。

その後、2つのグループに別れて、1グループは中学校体育館のキッズダンス教室へ、もう一方のグループはプラレール広場へと移動した。9時半から11時半までの間に、1グループ1時間ずつ、キッズダンス教室とプラレール広場とに交互に参加する。

#### 心と体の安定をはかる ふれあい遊び

最初にウォーミングアップとして、心と体をほぐす遊びがおこなわれた。主導するのは、親子イベントを数多く手がけてきた Firststep Japan 代表の佐藤洋平氏である。まずは、誰もが知っている歌「幸せなら手をたたこう」「おもちゃのチャチャチャ」を使った遊びである。「幸せなら手をたたこう」の「手をたたこう」の部分で、「足ならそう」「肩たたこう」「ぎゅってしよう」などと置き換えて、その通りの動きをするものだ。親子で肩をたたいたり、ギュー〜ッと抱きしめあったり…子どもたちがキヤーキヤー喜ぶのと同じくらい、保護者たちも、とても嬉しそうにんでいた。「おもちゃのチャチャチャ」は、歌に合わせて立ったり座ったりする遊びで、子どもよりもずっと重い体を、機敏に動かす保護者の姿が印象的だった。

続けて、佐藤氏が投げるタオルにあわせて、大きな声を出す遊び。タオルが手から離れている間、「わあー！！」という声を出すんだよ、と言われて、子どもたちの目は、1枚のタオルにくぎ付けになる。タオルを放り投げると見せかけて、投げなかったり、なかなか拾い上げなかったりと、ひっかけがあるたびに、会場がドッとわく。これで、集中力がグッとあがったようだ。

この最初のほぐし遊びによって、初対面の人同士の緊張が薄まり、柔らかな表情がみられるようになっていった。

その後は、JAKC 代表の竹内エリカ氏に交代して、親子ふれあい遊びをおこなった。まず、「1、2の3ジャンプ」では、「1、2の3でアリさんのジャンプ」「1、2の3で象さ

んのジャンプ」などと歌いながら、子どもが保護者に支えられてジャンプをし、最後はギュッと抱きつくというものだ。これは、竹内氏がアタッチメント理論をもとに考案し実践している「キッズジムプログラム」の一つで、ふれあいながら子どもの能力を育み、心身の調和をはかることが期待できる。子どもたちは、高いジャンプができると歓声をあげる。保護者との密着度も高く、乳幼児の身体遊びプログラムとして、適していると思われる。

その後、「ジャンケン列車」を歌いながらジャンケンし、勝った人の後ろに連なるうちに一つの大きな輪になった。そして、輪の合間にインストラクター4人が入り、そこから4グループに別れて、リズムダンスへ移っていった。

60分間の活動のうち、ここまでで約30分を費やしている。ダンスのように心と体を開放させる活動では、いかにアイスブレイキング<sup>4</sup>が重要かがわかるだろう。特に、幼児を中心とした活動の場合、確かな愛情と信頼を基盤としながら、自立の一步へつなげられることが理想的だ。この30分間で、初めてのひととでも身体的接触をいとわない、和やかな雰囲気をつくり出すことができていた。

### **本物のダンスに触れ 自立の一步へ**

4チームには1人ずつのインストラクター（＝コーチ）がつき、チームカラーとともに紹介された。洋平コーチ率いる赤チーム、BOBコーチ率いる青チーム、ひとみコーチ率いる黄緑チーム、信也コーチ率いる水色チームである。コーチたちは、プロとして活躍するダンサーである。順番に自己紹介のダンスを披露すると、子どもたちの目の輝きが増し、心をギュッとつかんだことがわかった。

今回のダンス曲は、「ミッキーマウスマーチ」。竹内氏の掛け声で、コーチのお手本を見ながら、ゆっくり踊ってみる。足踏みしたり、両手を広げたり、横に移動したり、手をたたいたり、ジャンプしたりと、難しくはない動きの組み合わせで、だんだん踊りをつくりあげていく。体幹を中心とした全身の基本的な動きを、リズムカルに展開する。こうしたダンスは、乳幼児期の成長発達に有効であると同時に、運動欲求を充足させ、「できた！」という自信にもつながるだろう。

その後10分ほどは、各グループに別れて練習となった。それぞれのチームによって、子どもと大人の位置関係が違っているのが興味深い。赤チームは、コーチの近くに子どもたちがいて、その周りに大人たちがおり、全体的に縦に長い。青チームと黄緑チームは、皆がコーチの近くにギュッとかたまりつつ、子どもたちが前方、その後方に大人たちがいる。水色チームは、子どもも大人も混在し、その中心にコーチがいる。三者三様の集まり方だが、いずれもコーチの近くには子どもたちが集まり、明るい声掛けに応じて、はじけるように踊っていた。

チーム分けした当初は、子どもは自分の保護者にくっついている状態だったのだが、いつしか離れていき、前へ前へと出てきていた。保護者は、子どもを見守りつつ、自分も踊るを楽しむ。親子それぞれの、自立の一步なのではないだろうか。

最後に仕上げとして、「カッコよく踊ろう！」という掛け声のもと、一斉に踊った。そして、インストラクターからダンスのプレゼントがあった。最初に、信也コーチのダンス。滑稽な動きで会場をわかせながら、全身を大きく使ってしなやかに踊り、最後に頭を床につけてクルクル回転するなど、硬軟つけたダンスで皆を魅了した。次いで、BOB コーチとひとみコーチのダンス。HIP HOP ダンサーとして活躍する2人の、切れ味のいいカッコいいダンスに見とれ、食い入るように見つめていた。このような素晴らしいダンサーたちと一緒に踊ったことは、子ども一人一人の中で、素敵な経験として残るだろう。

このようにして、親子ふれあい遊びから始まり、全身で思い切り動くリズムカルなダンスをやりとげ、参加者が一体となった活動は終わった。この後、もう1グループと交代して同じ内容が繰り返され、昼食を挟んで午後にはミニ縁日や苔玉つくりとハーブティ教室、椅子づくりなど、家族で楽しめるプログラムが続いた。

### **キッズダンス教室の感想**

キッズダンス教室終了後、何人かに感想を聞いてみた。子どもたちは「楽しかったー！」「またやりたい！！」「もっと踊りたいな〜」「コーチの踊りがかっこよかった！」などと、満足げな顔で、にぎやかに聞かせてくれた。一方保護者からは、「子どもが楽しそうで嬉しい」「子どもだけで離れて踊れてびっくりした」という、子どもへの思いや、「すごく楽しかった」「子どもよりも一生懸命踊った」「運動不足解消」「あまり激しい動きじゃなかったのに、疲れちゃいました」などの、自分自身が積極的に関わったことへの感想が伺えた。後述するが、今回の活動を通して、子どもだけでなく、保護者のストレスが想像以上に大きいことを知った。それゆえに、ダンス教室は、保護者自身が心と体を開放できる場となったのではないだろうか。

## **4. 子どもたちと保護者の現状とサポート**

### **会長のお話から**

主催者である郡山市 PTA 連合会の会長・伊藤典夫氏にお話を伺った。

現在、郡山市街の幼稚園・保育所では、屋外での活動を見合わせているという。一切の活動を、屋内でこなしているということだ。日差しを浴びながら、土の上で思い切り体を動かすことが、放射能の影響を恐れて、できなくなってしまった。子どもを預かる側としては、当然の対応だろう。しかし、それによる弊害は、決して小さくないと考える。

短期的にみれば、子どもたちの運動欲求を満たせず、ストレスがたまったり、体力が落ちて風邪をひきやすくなったりということがあげられるだろう。

長い目で見れば、人間の発達段階において、獲得しておくべき運動技能が、十分に獲得できない恐れがある。特に、運動の基礎ができる乳幼児期には、走る、跳ぶ、投げる、蹴るなどの基本的な能力だけでなく、瞬発力、空間認知力、巧緻性といった体の使い方を、運動遊びによって育んでいく大事な時期である。また、周囲の自然と出会い、触れ合いな

から遊ぶことが、心の成長を大いに助けることは、言うまでもない。屋外活動ができないことは、成長に何らかの影響を与えかねない可能性があることが危惧される。

伊藤氏は、「我々は、30年は戦っていかなければならない。大きな可能性を秘めた小さい子どもたちに、より気を配りたいと願っている」と語った。実際、小さな子どものいる家庭の転出者は多いという。しかし、地元に残り、将来を見据え、切り開く努力をしている市民は、非常に多い。このキャンプを主催したPTA連合会も、その1団体だろう。また行政側も様々な企画を進め、実践している。さらにNPOからの支援の申し出も多いと聞く。郡山市では、地域の方々が上手にチームを組み、様々な取り組みを進めていることに希望が感じられた。

そして、伊藤氏にお話を伺い、子どもだけではなく、その保護者への厚いサポートの必要性を痛感した。現状を心配して、夫婦の方針が別れたり、日頃のストレスをため込んだりして、家庭内不和を招くケースが起きているという。これは、夏に小学生児童を対象にした林間学校でも、教育委員会の方が問題として話してくれた。しかし、自己の欲求を我慢させ続けるには限界がある活発な乳幼児を抱えて、不安な毎日を過ごす保護者のストレスは、計り知れない。こうした現状を踏まえると、今回のキッズダンス教室で、保護者の方々が子どもと少しだけ距離を置き、主体的に楽しむ姿がみられたのは、有意義だったのではないかと思われる。

このオータムキャンプでは、先着順で100組をFAXで募集したところ、申込受付開始直後からFAXが殺到したという。電話が通じないからと、直接申込用紙を持参した保護者もいた。結局、2時間たたないうちに定員に達してしまい、参加できない親子が非常に多かったという。このような企画が、どれだけ待ち望まれているかがわかる。今回は幼稚園児に限ったが、本当は保育園児も対象にしたいし、希望する全ての親子に機会を提供したい――毎週でも、この安全な湖南地区に連れてきて思い切り遊ばせてあげたい、という伊藤氏の言葉に、強く共感した。

## 保護者のお話から

昼食は、地元の木がふんだんに使われた明るい体育館で、思い思いにちらばって食べた。食事は、つくたてのお餅やおにぎり、地元の野菜を使った豚汁や郷土料理などが、湖南地区のボランティアによって提供された。どれも大変美味しく、また、調理して下さった方々との語りも楽しかった。湖南地区の住民からは、自分たちができることを、可能な形で協力していきたいという気持ちが伝わってきた。このように、物や場所等だけでなく、人とのつながりが、継続的・安定的な活動の第一歩であることを改めて学んだ。

湖南産の温かく美味しい食事をいただきながら、周囲の参加者との話もはずんだ。その中でも、印象的だった2組のご家族を紹介したい。

申込が100番目で、ギリギリ参加できたことを喜んでいたのは、両親と6歳男児、5歳女児、8か月男児の5人家族だった。まずキッズダンス教室について、子どもたちは、「ダ

ンスって楽しい」「コーチがかっこよかった!」、両親は、「親の方が一生懸命踊ってしまった」「踊ったのはすごく久しぶりで、とにかく楽しかった」。普段の生活について伺うと、3月の原発事故後、しばらく家の中に閉じこもっていたけれど、大人も子どももストレスがたまり、喧嘩ばかりで精神的にまいってしまった。将来の病気は心配だが、今、十分に遊べないことで、問題が出るのもこわい。だから、少しでも外に行ったり、屋内で遊べる場所に車で出かけたりしているが、やはり大変だ。今回のオータムキャンプのような機会が、もっと頻繁にあると、ありがたいのだけれど…と訴えていた。

もう一組は、両親、小4女兒、4歳女兒の4人で参加していたご家族だ。小4の姉は、夏の林間学校にも参加しており、そのときのキッズダンス教室のコーチとの再会を、嬉しそうに話してくれた。彼女は、夏の林間学校で友達がたくさんでき、今でも忘れられない夏の思い出だという。小学校での運動会について尋ねると、体育館で学年ごとにおこなったという。そばにいた母親が、「なんだか寂しかった」とため息をついていた。夏の時点では、屋外活動は3時間以内という「3時間ルール」が市の指針と伺ったが、2学期になり、市街にある小学校では、1時間以内に制限しているという。そのため、外遊びするには、休日に車で遠い場所に行かなければならないという。こうしたことが、ご家族にとって、どれほど負担になっているか、想像に難くない。学校のことをよく話してくれた姉に比べて、おとなしい印象の妹は、「ダンスが楽しくて好き。もっといっぱい踊ってみたい」と話してくれた。家族で過ごす遠足のような一日を、心から喜んでいる様子だった。両親ともに「このような企画はありがたい。でも、参加できない人も多いから、普段から気軽に参加しやすいものをつくってほしい」と口を揃えていた。

## 5. おわりに～乳幼児に必要な運動遊びを探して

今回、キッズダンス教室という形で、このキャンプに関わり、強く感じたことが2つある。1つ目は、このような特殊な状況下では、子どもの発達段階を正確に理解し、それに合った全身的な運動遊びを工夫して提供することの重要性である。乳幼児期は、小学生以降の学習体制と異なり、心と体を開放する時間・空間で、のびのびと楽しみながら様々なことを獲得していく時期だ。心身の成長が著しく、個体差も大きい。例えば、キッズダンス教室で実践したような、ふれあい遊びや、体幹を中心としたリズムカルなダンスなどは、心の安定と体の育成をはかるとともに、自己を表現することで、心身の調和につながるだろう。それらは、人間として生きる基礎となる。運動の種類はダンスに限らないが、比較的場所をとらずに活動できるものとして、ダンスの可能性を模索したい。また、それを支援する人材の育成も重要だ。今回のキャンプでは、郡山市内の幼稚園教諭の方々が、ボランティアで多数参加していたのが印象的だった。

2つ目は、保護者もともにサポートすることの重要性である。今回のオータムキャンプでは、保護者の方々から、多くの不安と要望、そして前向きな声を聞いた。せきを切ったように話が止まらない方も少なくなかった。日常生活の困難を誰かに聞いてほしいという思

いの強さを感じると同時に、一人一人がよく学び考え行動していることに、非常に共感させられた。親子そろって、あるいは親だけでも参加できる恒常的な運動遊びプログラムの提供も、一つの有効な支援になるのではないかと考えさせられた。

しかしながら、上記のことは、行政をはじめとした現場の方々は、十分に承知していると感じる。現に、11月に入って、東北最大級の屋内遊び場「(仮称)郡山市元気な遊びのひろば」の開設(12月23日予定)が公表された。乳幼児から小学生までの子どもたちと、保護者を対象としているところが、大変有意義だと感じる。今を生きる子どもと保護者を守り育て、新たな事例が生まれるだろう。願わくば、こうした取り組みの一端に、親子のふれあい遊びや、自信と自立を促すダンス活動なども取り入れていただけたらと思う。

子どもを守る活動が、様々なつながりの力で大きく広がっていく。郡山市での取り組みは、そうした柔軟性と可能性をもっていると感じる。それが、一人一人の命を細やかに支えることになるのだろう。多くの人々の晴れやかな笑顔が、今後増えていくことを予感し、同じ幼児をもつ親としても期待を寄せている次第だ。

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PTA連合会ならびに担当役員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、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。

- 
- 1 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/>
  - 2 一般財団法人日本キッズコーチング協会(JAKC)(代表理事 竹内エリカ)  
<http://www.jakc.or.jp>
  - 3 株式会社 Firststep Japan(代表取締役 佐藤洋平) <http://firststepjapan.com/>
  - 4 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。