

5歳児にからだを教える

菱沼 典子

元三重県立看護大学/NPO法人からだフシギ

1. からだの知識をみんなのものに

健康課題を解決しようと医療機関を訪れた人々は、中にはいった途端、主人公の座から降りた感覚になり、一方医療職は身体の一から説明をしないと、病気の話、治療の話にたどり着けない、そんな経験を繰り返していませんか。健康行動をとる主人公は本人なのになぜ、という疑問が出発点でした。医療職と医療職でない人々との間には、圧倒的な情報量の差があります。健康に関する最も基本となる情報は、身体に関する知識です。

からだは人間の存在そのものですから、身体の知識を得ることは、自分を知ることの第一歩でもあります。この最も基本的な知識を皆が持ち、適切な健康行動がとれる社会を目指して、“からだの知識をみんなのものに”をスローガンに活動しています。

2. なぜ5歳児に？

「みんな」といったものの、どこで、誰に教えたらいいかを検討しました。養護教諭の意見は、小学生になると周囲の反応を見て、「気持ち悪い」「きたない」等とにぎやかになりがちで、幼稚園や保育所の年長児は素直に興味を示して聞くということでした。そこで小学校に入学する前の5～6歳児に焦点を当てることにしました。

5～6歳児は、身体の表面の部位の名称を知っており、身体の変化と生活体験を結びつけられ、身体の仕組みを理解するのは可能と考えました。子どもを通して家族に伝えることもねらいでした。

3. どうやって伝えるか—教材とプログラムの開発

身体全部を正しく、わかりやすく伝えたいと思ったとき、適当な教材がなく、教材作りから始めました。10ページの絵本8冊と解説書からなる「わたしのからだ」を作成し、絵本から絵を抜き出して、1部8枚の紙芝居も作りました。からだTシャツや、からだフシギの歌と踊りも作りました。

これらの教材を用いて、保育所や幼稚園などでおはなし会を実施しました。子どもたちは集中して参加し、先生方や保護者が驚くような理解と興味を示してくれました。

4. 「からだ先生」が普段の生活の場でタイミングよく伝える

私たちが出かけていくのは限界があり、また生活の中でタイミングよく話をする大切さもわかりました。それぞれの場でいつも子どもを見ている人が話せるように、「からだ先生」の育成を始めました。保育所や幼稚園、子ども園の先生方や看護師、司書、助産師、子どもを支援する色々な方達が研修会に参加し、「からだ先生」になっています。

保育所や幼稚園、子ども園はもちろん、クリニックや図書館、子ども支援のNPOあるいは高齢者との多世代交流の場などで、「からだ先生」がそれぞれ工夫して、おはなし会を実施しています。

5. 大学発NPO

この活動は、聖路加国際大学看護学部での2003年から5年間の文部科学省21世紀COEプログラムから始まりました。この研究はcommunity based participatory research (CBPR)という手法で行い、年長児をめぐる様々な人たちと協働しました。研究期間終了後もおはなし会が求められ、活動の拠点として2014年にNPO法人からだフシギを立ち上げました。

約20年にわたる活動から、子どもが体を学ぶことの意義を、改めて教えられています。子どもたちは目に見える「うんち」や「おしっこ」が大好きです。弟や妹が生まれることも体験しています。目に見えなくても、心臓がドキドキすること、心臓が血のお家であることを理解しています。骨を強くするために牛乳を飲む、と宣言する子もいます。お豆腐みたいに柔らかい脳が入っているから、頭はたたかないことも理解します。自分のからはすごい！よくできている!!という感動が、子どもたちが健康生活に取り組む結果になっていると感じます。

<関心のある方は、NPOからだフシギのホームページをご覧ください、是非仲間になってください。>