



◎感想（体験レポート）をお書きください。

（体験の様子がわかる公開可能な画像がございましたら、ご提供ください。）

今回の取材では、「子育てネットワーク寄居」というところの取材をしました。そこでは、「リトミック」ということをする団体と聞いて、初めはどのようなことをするのか全く分からず、音楽にあわせてダンスをしたりするのかなと思いました。

そして寄居町にある「カタクリ体育センター」という所に行きました。そこで北澤さんという代表に会いました。その多目的ホールを借りて活動をしているようです。活動日は、月に3回で金曜日の午前10時から11時30分です。そこはそんなに広くはありませんでしたが、そこで親子が5組ぐらい来てリトミックをしました。

そこで感じたことは、リトミックというのは、心と体を最大限に使う運動をすることだと思いました。ただいろんな動きをして、円を描いてリズムに乗って歩いたり、走ったりするだけなのに、意外と難しく頭を使うことだと感じました。親子で楽しく運動ができるので、育児に対してのストレス解消にとっても効果的なものだと思います。

この北澤さんは、東京音楽大学のピアノコースを卒業されていて、リトミックの時にとてもピアノ演奏がうまくて、性格もしっかりされている方ですごい人だと思いました。話も積極的にされる方で、いろんなことを知っている人だと思いました。

月に3回このような活動をしており、各月によってメニューが変

わるようになっている（ボールで遊んだりする時もある）。リトミックというのは、子供が持っている潜在能力をすべて引き出すような運動をしている。北澤さんはリトミックを23年間教え続けていて、ロコミで教えるようになったという（どうしても来てほしいというように言われたそうである）。今現在リトミックを教えている人数は200人ぐらいいるそうです（人が多すぎて予約待ちをしている人もいます）。CDのように規定の音楽ではなくて、いつどのような音楽（逆方向に回る合図があったり、止まったりする合図）になるかわからないというのがリトミックのいい所であり、北澤さんは自分でキーボードを持ってきて弾いているので、とてもリトミックの効果が出ていると思う。リトミックの効果というのは、例として3年間も続けている人では、どこにいても表情が豊かになり、どんなことでも自己主張や考える力が身に付くということです。特に表現力や想像性が身に付くようです。ダンスやおゆうぎにも表現力が生まれ、小さい頃から来ている人は発達が全然違うようです。最初は踊るのが苦手だったが、運動能力がなくても根性を出して出来るまでやる能力がつくようです。簡単に言うと、「自分からやる能力」が身につくということです。ここでは、子供たちがのびのびとやることを目的としているので、絶対に強制的にやらせたりはしないということです。失敗させることで成長し、自立心をつけさせるのです。そして、家にいてもはとぽっぽ体操をやっているようです。DV

とか傷ついたりするのも脳が出来上がる9歳までとなっている。母親のストレス解消にもつながる。これらは、音楽療法の偉い人から教えてもらったようである。出来なくてもいいよというように頑張る力をつけさせるのも大切である。

平成12年に「子育てネットワーク」を設立し、それ以降はいろんな母親と子供との交流がとても多くなっているそうです。

子供には、免疫力をつけさせるために、合成洗剤を使わずに、中性洗剤だけを使っているようです。

保育士になるためには、幅広い分野の勉強が必要であるということをお教えました。そして、保護者の意見をきちんと聞いてくれる保育士さんになってほしいと言っていました。今の保育士さんたちは、放射能汚染のことについてあまり気にしてくれていないようであり、保護者達は逆にとても気にしているので、その意見の食い違いが問題なようです。

ありがとうございました。

アンケート及び体験の様子が分かる画像データ（2枚程度）は、こちらへご提出をお願いします。

- 活動先NPO等
- （特）マツ荒川プロジェクト

