



特集

子どもと音楽

「音楽」は、親子の愛着を育む絆

- 子どもが自分の気持ちを上手に表現できるための親子の関わり
- 我が家の定番料理
表紙のレシピのご紹介「季節を楽しむ桜餅」



純真短期大学

〒815-8510 福岡市南区筑紫丘1-1-1

TEL 092-541-1513 FAX 092-552-2707

Email info@junshin-c.ac.jp

HP https://www.junshin-c.ac.jp/

食物栄養学科の
Instagramはこちら



食物栄養学科の
Twitterはこちら



子ども学科の
Instagramはこちら



子ども学科の
Twitterはこちら



☎ 0120-286-451

(入試広報係直通)



子どもと音楽

「音楽」は、親子の愛着を育む絆。



ひと昔前は、子どもに親しまれている音楽といえば、「童謡・唱歌」でした。しかし、現在は童謡や唱歌を知っている親世代が少なくなっています。また、音楽のデジタル化によって音楽が手に入りやすくなった一方、「親子でどのような音楽を聞けば良い？」といった声も聞こえてきます。そこで、「幼児期における音楽の効果」や「子育てと音楽の関係」について、純真学園系列の保育園「こどもの園 純真」の福田陽子理事長と純真短期大学子ども学科の豊辻晴香先生にお話を伺いました。

こどもの園 純真にて

対談

社会福祉法人晶(きよら)
こどもの園 純真 理事長

福田 陽子 先生

純真短期大学
子ども学科 講師

豊辻 晴香 先生

子どもの知能や感性、コミュニケーション力は、音楽を通して育まれる。

〈豊辻〉福田先生は、保育の現場で子どもたちと一緒に童謡や唱歌を歌うことが多いと思いますが、子どもたちとのふれあいの中で感じる童謡や唱歌の良さはどんなところでしょうか？

〈福田〉まず、童謡や唱歌は子どもが親しみやすい音程やリズムを考えて作られているので、子どもたちが無理なく楽しめることです。

〈豊辻〉確かに、小さなお子さんでもすぐに歌える歌が童謡にはたくさんありますね。

〈福田〉はい。また、音程やリズムだけでなく、歌詞も子どもたちの想像力をかき立ててくれます。歌いながら日本の情景や季節の美しさ、登場人物の気持ちなどを想像する楽しさがあります。

〈豊辻〉童謡や唱歌は子どものことをよく考えて作られているのですね。

〈福田〉そうですね。豊辻先生は、音楽教育や音楽療法などを専門にされていますが、「音楽」は子どもの成長や発達にどのような効果があるのでしょうか？

〈豊辻〉たくさんありますが、まず、歌や演奏、ダンスなどの音楽活動を親子や仲間と一緒にすることでコミュニケーションを図れることです。

〈福田〉人見知りの子が皆と一緒に歌ったり、踊ったりしたことで、お友だちの輪に入れたということは保育の現場でもよく見られます。

〈豊辻〉そして、歌詞を歌わなくても、ハミングや楽器演奏などの非言語的な音楽活動を通して、自分の気持ちを表現する楽しさを味わえることです。特に、言語領域が発達段階にある子どもの自己表

現には、音楽は効果的といわれています。

〈福田〉確かに、まだ言葉を話すことができない乳幼児の前でピアノを弾き、リズムに合わせて体を揺らしている様子を見ると、小さな子どもでも「この音楽が好き！」ということ表現しているんだと感じます。

〈豊辻〉音の振動や音楽の躍動感、メロディの美しさなどを体で感じる体験ができるのは、音楽ならではの力ですね。その他にも、子どもの「知能」や「言語能力」などの発達を促す効果や、ストレス緩和や集中力の向上など「情緒のコントロール」にも効果があるといわれているんですよ。

〈福田〉やはり子どもの成長・発達において、音楽は非常に重要なですね。



豊辻先生

“歌う、聴く”だけでなく歌詞や音から“想像する”。

〈福田〉では、音楽にふれる機会が少ないと、子どもの成長にどのような影響があると考えられますか？

〈豊辻〉「音楽がないと子どもが成長しない」というわけではありませんが、音楽にふれたり、周囲の人と音楽を共有したりする機会が少ないと、自己表現やコミュニケーション、そして心が動くといった経験が少なくなるので、とても残念ですね。

〈福田〉親子関係においては、「子守り歌」など音楽のつながりが薄いと、愛着も希薄になるといわれています。

〈豊辻〉そうですね。ですので、保護者や保育者には、子どもが音楽とふれあえる環境や機会を積極的に作ってほしいと思

うのですが、福田先生は保育の現場ではどのようなことを実践していますか？

〈福田〉基本として童謡や季節の歌を歌う機会を設けています。その際、歌詞から伝わる情景を想像したり、身近な話題と結び付けたりしています。また、クラシック音楽を聴くこともあります。音に合わせて動物の動きを真似したり、聞こえる音を鳥の鳴き声で表現してみたり。なるべく“歌う、聴く”で終わらせず、音楽から“想像してみる”ことを心がけています。

〈豊辻〉とても良いアイデアですね。

〈福田〉ありがとうございます。豊辻先生は、子ども学科の学生に音楽に関してどのような指導をしていますか？

〈豊辻〉まず、学生自身が多くの曲にふれあうことが重要と考え、ピアノの授業では初期段階から“子どもの歌”の弾き歌いに取り組んでいます。また、子どもにとって、保育者の歌や演奏が「曲との初めての出会い」となることも多いので、できるだけ正確な音程やリズムで歌えるよう練習に励んでいます。

〈福田〉保育の現場では大切なことですね。

〈豊辻〉また、「子どもが発信している表現や感情に気づき、共感し、受け止められる姿勢を持つ」ということを大切にしています。子どもの素直な感覚を否定しないことが子どもの自己肯定感を育むことにつながります。

〈福田〉その姿勢は保育者として何よりも大切だと私も思います。



福田先生

流行歌でもOK！親子と一緒に音楽を楽しむ気持ちが大切。

〈豊辻〉「どのように子どもと音楽を楽しめば良いかわからない」という保護者の方もいるかと思います。家庭でできる「音楽あそび」はありますか？

〈福田〉乳幼児期の子どもなら、寝かしつける時に子守り歌を歌ってあげましょう。2歳以上なら、童謡や子どもが好きな歌と一緒に聴いたり、歌ったりしましょう。もちろん流行歌でもOKです。お子さんと一緒にたくさん歌うことで、お互いに愛情を深められると思います。

〈豊辻〉あまり難しく考えず、「素敵な音楽にふれる」「音を楽しむ」という気持ちでお子さんと一緒に楽しんでほしいですね。



子どもが自分の
気持ちを

上手に表現できるための

親子の関わり



教えてくれたのは
純真短期大学
こども学科 富中 智恵 助教

子どもが「これがしたい」と主張するのは、わがままや反抗も含めて、とてもよいことです。そのような子どもの自己表現と私たち大人がどのように向き合うべきなのかを考えてみましょう。

自己主張ができない!?

近年、子どもから大人まで、自分の言いたいことを主張できない人が増えてきている印象があります。特に、自分の思いを伝える作業が重要な時期である幼児期でも、自分の思いを上手に主張できない子どもがいるという話をよく耳にします。保育現場においても、「自分の思いを主張する」能力は重要視されており、幼児期から子どもの自己主張を支援することが求められているのです。



自己主張とは…?

自己主張の方法には3つのタイプがあると言われています。①非主張的な自己主張であり、自分よりも相手を優先して主張しない自己主張。そして②相手の主張を聞かず自分の主張だけをするという攻撃的な自己主張。最後は③自己尊重の自己主張と呼ばれる自己主張です。自己尊重の自己主張は、①と②の中間に位置しており、相手の主張に寄り添いながら自分の主張もする方法です。そのため、対人関係を円滑にし、さらに個人のストレス軽減にも繋がることがわかっています。つまり、自己尊重の自己主張は、私たちが目指す理想的な自己主張の方法だと言えるのです。

自己表現タイプ

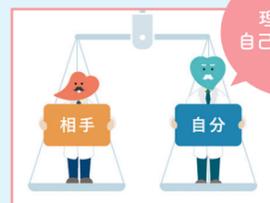


① 非主張的な自己主張
自分よりも相手を常に優先



② 攻撃的な自己主張
自分のことだけを考える

自己尊重が
欠けた
自己主張方法



③ 自己尊重の自己主張
自分のことも相手も配慮する

理想的な
自己主張方法

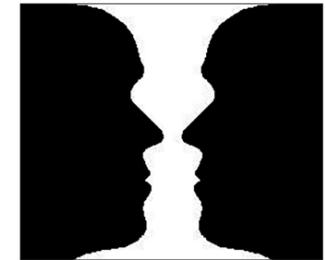
イラスト 株式会社 日本・精神技術研究所 ホームページより引用

Column

子どもが自分の気持ちを 上手に伝えられるようになるためには？

① それぞれの違いを認める

「私たちのものの見方は1つではない」「同じでなくても良い」「違って当たり前」と思うことが重要です。右の絵は、何に見えますか。白い盃に見える人や、2人の黒い横顔が見える人もいると思います。このように、1つの絵でも、見る人によって見え方や感じ方が変わるものであり、そしてどれも間違いではありません。それぞれの違いを認め、尊重することが子どもの自己主張を促す助けになるのです。



<https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Facevase.JPG>

② 子どもの持っている力を認める

自己尊重の自己主張は、自尊感情(自信)の強さと関連していると言われています。そのため、子どもの持っている力を最大限に活かし、自身の持っている力を子どもに気づかせるような対応も効果的だと考えられています。子どもの「できないこと」に目を向けるのではなく、「できること」や「その子らしさ」に目を向けて、「一緒に良いところをいっぱい伸ばそう!」とその子の良さを伸ばすような対応をすることがおすすめです。また、何を言っても認めてもらえるという経験は子どもにとって、自信へと繋がります。子どもの行動や発言を否定せず、その子らしさを受け止めながら大人が接していくことが、子どもの自己尊重の自己主張に繋がっていくと考えられます。



③ 子どもの話に耳を傾ける

自己尊重の自己主張は、共感性とも関連があることがわかっています。相手に共感できるという能力は、自分も相手も大切にしたい自己主張を行うことに繋がります。子どもは大人をモデルとして成長していきます。大人が子どもの行動や発言に対して、その背景を理解しようとする姿を見た子どもは、自分も相手の行動の背景を理解しようとするようになります。そのような経験が子どもの共感性を伸ばしていく1つの手段になるのです。だからこそ、大人は、子どもの行動や発言の背景にある気持ちに耳を傾けてあげることが重要なのです。

私たちは、人それぞれ異なる考えを持っています。それらを尊重するというを、まずは親子間で実践していくことで、子どもは自分の思いを自由に主張することができるようになるのではないのでしょうか。



我が家の 定番料理

チーズケーキ



◆◆◆◆ アレンジで楽しむシンプルケーキ ◆◆◆◆

長女がまだ小さい頃にママ友から教えてもらったのが、このチーズケーキです。材料をすべて混ぜ合わせフライパンで焼くだけで、とろとろ食感で濃厚な味わいに。今では成人した長女と一緒に作ることもあり、我が家の定番料理として受け継がれていると感じます。

元々、チーズケーキが大好きなので、このシンプルなチーズケーキに様々なアレンジを加えて楽しんでいます。砂糖をグラニュー糖に代えたり、小麦粉を米粉に代えたり…。材料だけでなく、トッピングも自由自在！今回はレモンを使ってさっぱりとした味わいにしましたが、家族に人気なのはブルーベリーです。焼いたリンゴやジャムをのせるのもオススメです。



こどもの園 純真 福田 陽子 先生

手土産としても
喜ばれる一品です！

作り方

【材料】(20cmフライパン 1個分)

- クリームチーズ…………… 200g(1箱)
- 生クリーム…………… 200ml(1パック)
- 小麦粉…………… 大さじ3
- 卵…………… 3個
- 砂糖…………… 100g
- ～お好みで～
- レモン汁…………… 1/2個分

- ① 材料をすべてフードプロセッサーに入れ、全体がなめらかになるまで混ぜる。
- ② フライパンのへりに合わせてクッキングシートを敷き、①を流し込む。
- ③ 中火で3分ほど焼いた後、とろ火で25分～30分ほど焼く。火を止めて、さらに予熱で5分ほど熱する。ケーキの中央に楊枝を刺して、生地がつかなくなれば完成。

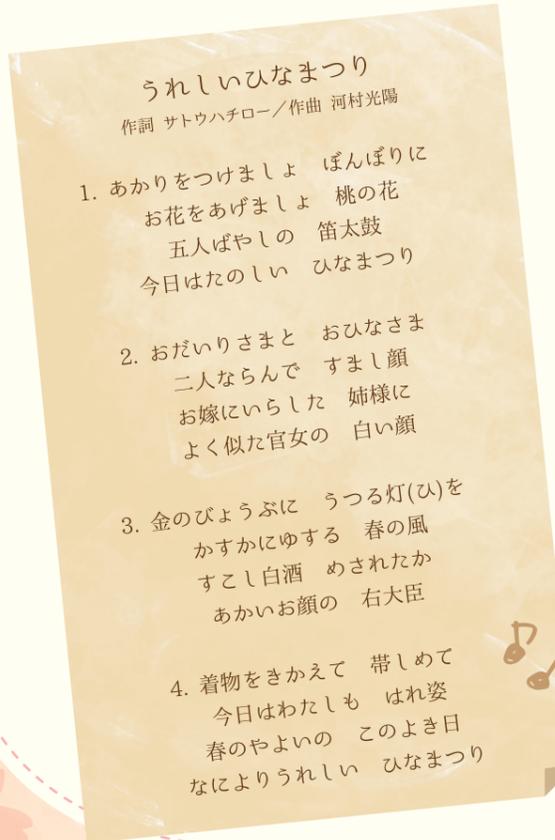
知って
楽しい!

ひな祭り



保育園でも3月にひな人形を飾って園児たちと歌います。よく知られたひな祭りの歌ですが、ちょっと難しい歌詞を子どもたちに分かりやすく伝える豆知識を紹介いたします。

ひな祭りは3月3日、女の子の健やかな成長を願う大事な年中行事の一つで、お雛様は"お嫁入り"しているところです。



うれしいひなまつり
作詞 サトウハチロー/作曲 河村光陽

1. あかりをつけましょ ぼんぼりに
お花をあげましょ 桃の花
五人ばやしの 笛太鼓
今日はたのしい ひなまつり
2. おだいらさまと おひなさま
二人ならんで すまし顔
お嫁にいらした 姉様に
よく似た官女の 白い顔
3. 金のびょうぶに うつる灯(ひ)を
かすかにゆする 春の風
すこし白酒 めされたか
あかいお顔の 右大臣
4. 着物をきかえて 帯しめて
今日はわたしも はれ姿
春のやよいの このよき日
なによりうれしい ひなまつり

* 1番の歌詞

「ぼんぼり」は灯り。「桃の花」は厄除けや不老長寿という意味が込められており、非常に縁起の良いお花となっています。「五人ばやし」というのは、雛壇の上から3段目にいる5人の少年たちで、太鼓・笛・鼓・謡い手などの楽器を担当しています。

* 2番の歌詞

「おだいらさまとおひなさま」が一番上にいる男側が「おだいらさま」、女側が「おひなさま」と思われがちですが本当は、「お内裏様」=一番上の二人をまとめて呼ぶ言葉で、「お雛様」=ひな壇飾り全てをさす言葉です。「お嫁にいらした姉様」は諸説ありますが、作詞したサトウハチローさんのお姉さんのことを表しているとされています。「官女」は女雛のお世話係を務めているとされている三人官女のことを表します。

* 3番の歌詞

「金のびょうぶ」には「これからの人生が金色に明るく輝きますように」という願いも込められており、お祝いの席では非常に縁起の良いものになっています。「右大臣」は左大臣の次に位が高く、任される仕事も天皇陛下の護衛など非常に重要なものばかりです。

* 4番の歌詞

「なによりうれしいひなまつり」にはひな祭りを過ごす女の子の様子が描かれています。ひな祭りの定番の歌として、よく歌われているものですが、実際に歌詞を見てみると、雛人形と、ひな祭りを楽しむ女の子の様子が描かれていることがわかります。



こどもの園 純真 園児と

表紙 レシピの ご紹介

季節を楽しむ桜餅

桜の香りがふんわり!春の訪れを感じる本格和菓子です。



【材料】(4~5個分)

- 水…………… 65g
- 道明寺粉…………… 30g
- グラニュー糖…………… 17g
- 中餡(小豆並餡)…………… 15g
- 塩漬桜葉…………… 4~5枚
- 着色料…………… 適量

【つくり方】

- ① 鍋に水を入れ、火にかけ、薄赤色に着色する。
- ② 沸騰したら弱火にし、道明寺粉を入れ、杓子などで静かに混ぜる。
- ③ おかゆ状になったら火を止め、グラニュー糖を加え混ぜる。
- ④ グラニュー糖を混ぜたら、ラップ等で蓋をして、1~2時間休ませたあと、布巾を敷いたセイロに入れ、10分蒸す。
- ⑤ 道明寺種(30g)で、固めの小豆並餡(15g)を包み、塩漬桜葉で巻いて完成。

ポイント

最初に着色料を加えたときより、色が濃く見える場合もあるので、色は薄目につけるのがオススメ。

作ってくださったのは
この先生!

甘じょっぱい桜の塩漬けを 味のアクセントにしました。

老舗和菓子店「ばんぎや」経営者。本学では、製菓実習で製菓・製パンを担当しています。「クリスマスケーキ」や「シュトレン」など、季節に合わせた取り組みは学生からも大人気です!

純真短期大学
食物栄養学科 客員教授
長末 光正 先生

