

RNC 西日本放送ラジオ番組

## CHIT CHAT RADIO 子育て CHAT ROOM

2021年4月20日 15時13分～15時39分



絶対おすすめ！佐々木正美と童話館とラジオドラマ

—鈴木先生、今月もスタジオにお越しいただきまして、ありがとうございます。  
—どうぞよろしく願っています。

よろしく願っています。

—今回は、子育てに役立つような本やサービスを鈴木先生に教えていただきたいなと思っております。まずは、子育て中の保護者に向けてお勧めの本をお願いします。

はい、子育ての本と言えば、私は「佐々木正美先生」イチオシですね。

—佐々木正美先生ってどんな方なんですか？

はい、児童精神科医の方なんですが、一九三五年生まれで二〇一七年に亡くなっています。先生はアメリカ留学されていて、その時に自閉症を持つ人のための療育プログラムを学ばれて、日本に紹介したことで有名な方です。

—児童精神科医でいらして、アメリカ留学されてお子さんのメンタルについて研究されたということですが、日本よりアメリカの方が進んでいるんですか？

そうですね。その分野では進んでいたもので、初めて先生が（療育プログラムを）導入されました。「佐々木正美」と検索すると、たくさん本がでてくると思います。ですが、「子どもへのまなごし」という本が有名ですね。三巻からなっていて、結構厚いので読むのが大変かもしれないです。オススメなのが「始まりは愛着から」（福音館書店）で、子どもが小さい時、赤ちゃんから小学生くらいに読むといいと思います。

—「始まりは愛着から」はどんな内容なんですか？

子どもにとって生きること上で大事なものは、おっぱいなどの栄養の他に、「親子の絆である愛着をつくること」なんです。人間は愛着をつくることから始まるって、長年の臨床経験や親子との関りから説明しています。「この本では乳幼児の育児の仕方だけでなく、不登校やいじめ、非行、依存症、発達障害など幅広い内容です。私たち親が子どもに何をすべきかをわかりやすく温かい言葉で書いてくれています。

—今、インターネットで鈴木先生がおっしゃる佐々木正美さんを検索したら、ほんとにたくさん本も出てくるんですが、お顔も優しい方ですね。誰に話しかけられても笑顔で答えてくれる方じゃないかな。

—そうですね。先生は、東京都町田市の方なんですけど、私も町田に住んでいたんです。それで幼稚園に講演しにこぎってくれたんです。

—では、実際にお会いしたことがあるとはですね？

—そうですね。でも先生がこんなにも有名で、こんなにも良い本を書かれているのを知らなかったの、サインも握手もしてもらわず、残念でした。本の話ですが、思春期になつたら、最近私も読んだんですが「抱きしめよう、わが子のぜんぶ」(大和出版)がいいですね。

—思春期のお子さんをお持ちの方は、やっぱり子育ても向き合ったらいいのかな、今まで通りにはいなくなつたと悩みが色々多いと思うんですけどね。

—そうですね。でも本のタイトル通りで、わが子のぜんぶを抱きしめる、つまり子どもすべてを受け入れるってことですね。受け入れると子どもが安心する。それで子ども自身が自分で歩いていく力が出てくる。思春期でつまづいている子どもをもつ親御さんにぜひ読んでもらいたいですね。先生の本には長い問臨床経験で出会ったいろんな親子の話が出てくるので具体的にわかりやすいです。これも暖かい感じの本です。

—ぜひ佐々木正美先生の本を「子どもへのまなび」(はじめは愛着から「抱きしめよう、わが子のぜんぶ」)三冊紹介してほしいなと思ってましたけど、それ以外にもありますが。

—そうですね。すべての本を読んだわけではないですが、最近読んだものに「ひとり親でも健全に子どもが育ちます」っていうのがあります。ひとり親の本を探して見つけました。

—今の時代に合っていますね。ただね、先程話がありましたが一九三五年生まれの佐々木さんですが、アメリカ留学は若い頃ですか？

—そうですね。二十代とかだと思います。

—そうですね。日米の、まあ戦後は随分欧米の文化、スタイルが日本に入ってきたんですけど、やっぱり子育てや家族のあり方の価値観の違いは特に当時はあったでしょうし、あと戦後からこの令和三年にかけてもすごく時代も変化してきているわけじゃないです



—今日紹介させてもらった本に関しては、Twitter にあげますね。先生は3人のお子さんを働きながら育ててこられたんですよね。大変だったと思いますが、先生がすごく大事にされてたのが子どもに絵本の読み聞かせをする「こと」なんですよ。

私は最初の十年くらいは専業主婦でしたので、子どもが小さいうちはべったりと自由に過ごすことができたんです。その後医学部に入ったので、実際働き始めた時には子どもは思春期でした。ですから、幼い子を抱えて働く大変さは経験してなくて。

—でもそれはそれで大変ですけどね。

まあね。それで私自身は絵本を読む「こと」をすごく大事にしています。

—私もよく保育園で絵本を読み聞かせしてあげてほしいと言われて、毎週子どもが絵本を借りてきて、それを一緒に読んで、絵本ノートに書いているんですね。それくらい絵本の読み聞かせの時間ってというのは、親子にとっても大事というのをおっしゃるんですけど、なんでそこまで絵本の読み聞かせって大事になってくるんですでしょうか。

そうですね、絵本を読むっていうのはいろんなメリットがありますが、やっぱり読む時は声が優しいじゃないですか。いつも怒ってガミガミ言っても、本を読む時は優しくして子どものために時間を使っている。

—そうか。向き合っている瞬間。

だから子どもと一緒にお母さんから愛情を感じられる大事な時間ですよ。

—しかも自分の為だけにしているわけじゃない。

そうですね。それが重要です。他には言葉とか、絵で頭の中のイメージが湧いたりするので脳の発達にはすごくいいですよ。話を最後まで聞く習慣がつく、まあ最初の時は絵だけ見てパッパッとページをめくったり、見たいところだけを見て、あとはポツと投げ捨てたりとか、もちろんそういうことでもあるわけなんですけど。

—鈴木先生お勧めの本ぜひとも教えていただきたいなと思っただけですけども。

はい、本は多分のべべ一万冊くらい読むのでいいと思いますよ。一人一冊は必ず読むので、三人で三冊を毎日読むといいのよ。

—三人までめてじゃなかったんですね。

そうですね、読んでほしい本が三人三様なんで。子どもって親がいいなと思った絵本を食いつかなごうともあるんですよ。すっごく難ごう。

—わかります、わかります。

これいいですよって思ったたら全然興味なくて「ふん」なんて言われて。子どもがこれ読んでつていうのは、大人からするとナンセンスな本で、ストーリー性が何もなかったり。これの何が面白いのって本を何回も読んでくわって。子どもの好みは良くわかんないですね。それで、ある時小児科クリニックで「童話館ブッククラブ」と言う冊子があったんですね。それが長崎の童話館で、0歳から十五歳までの子どもに厳選した本を毎月、子どもの年齢に合わせて送ってくれるんですよ。それに入会したら、私の本は外すことが多々あったに、専門家が選んだ本はほとんど外さなかったんです。子どももすごく喜んで。手間も省けました。

—ありがとうございます。

もう0歳から外さないんですよ。「童話館ブッククラブ」の冊子は、幼稚園や保育園、小児科クリニックや歯医者待合室に置いてあるのでも、ぜひご覧ください。

—今インターネット全盛の時代でも本当の本を郵送してくれるんですね。

そうですね。

—例えばどんな本が届くのですか？

子どもに童話館の本で覚えているのを聞いてみたんですが、二十一歳の末っ子はアーノルド・ローベルが書いたがまくんとかえるくんの物語が大好きだったと言っていました。

—あ、わかります。

「ふたりは友達」「ふたりは一緒」「ふたりはいつも」「ふたりはきょうも」というふたりシリーズがあるんです。それが良かったって言ってました。二十三歳の息子は、「シャーロットの贈り物」という豚と蜘蛛の物語がイチオシらしいです。「この話があまりにも気に入ったので、読書感想文を小五、小六、中一って三年連続これで書いてました。」笑

—中学に入ってもそれで？



—割とリアルな目標設定があるんですね(笑)

そつてつ。(笑)A4で表書いて、本のタイトルと読み始めた日と読み終わった日を書いて、百冊読めたら提出するんです。「褒美は五千円です。その話をしたら末っ子が自分はもう百冊できたと思って渡したら、幼稚園生くらいだったんですけど、「姉ちゃんはこんなに分厚い本読んでいるのに、あんたはこんな薄っぺらい本で五千円はダメだ」とか言っていて二百五十円に減額されたんだけど二十一年越しにクレームつけられちゃった(笑)

—そつてつの子どもは絶対覚えてますよねー私も似たような経験があつて、もう本当にリアルに覚えています。その下げられた瞬間。(笑)

「最初から言ってくれたらよかった」って、なんで貰おうとした時に多すぎて減額されるわけです(「いい怒られちゃった(笑)」「めんねー」)って言つて。

—そつはちゃんとルールを作つて守らないといけなかったんですね。

そんなに早く百冊読み終わると思わなかったんですよ。絵本はちゃちゃつと読めちゃうから。二十分もかからずにパツと読めちゃうじゃないですか。でも幼稚園生にとっては、字を読むのは大変だったはずですよ。反省です。

—その時つてわからないものですよ。五千円は大きいです。鈴木先生、今回もありがとうございます。

ラジオの中でご紹介できなかった、イチ押しサービスをお知らせします。  
ラジオドラマなんですが、十五分で一話です。イメージをふくらませる音楽と効果音、そして一流の語りが子どもたちを物語の世界に誘います。

**NHKラジオ第一放送**『お話でこい』**毎週月曜～水曜 午前九時半～四十五分**  
私が医学部受験を決めたのは、末っ子が三歳のとき。まだまだ、読み聞かせをしてほしい年頃です。ですが、受験勉強をするのに、その時間さえも惜しくなってしまうました。それで、最初は自分の読み聞かせの声を録音して聞かせていたのですが、このラジオドラマを見つけてびっくり！子どもが夢中になって、じつとお話を聞き続け、その集中力に驚きました。成人した今も、あのお話がよかったと言つたり、「ママが自分にくれたこと」で一番良かったのは、『お話でこい』を聞かせてくれたこと」といっほど。ぜひ、子どもに聞かせてあげてください。

<今回紹介した本たち>

抱きしめよう、  
わが子のぜんぶ



大和出版



はじまりは  
愛着から

人を信じ、自分を信じる子どもに

児童精神科医  
佐々木正美



福音館書店

