

Be a Clown!

クラウンになろう！

大棟 耕介

道化師



おおむね・こうすけ 1969年愛知県生まれ。筑波大学卒。名古屋鉄道株式会社退社後、有限会社プレジャー企画を設立し、代表取締役となる。2006年、NPO法人「日本ホスピタル・クラウン協会」理事長に就任。現在、サーカス公演の他、日本全国、世界各国の病院を慰問している。著書に『ホスピタルクラウン』（サンクチュアリ出版）がある。

クラウンという職業

私の職業は、道化師（クラウン）です。15年間、国内だけでなく海外でもパフォーマンスをしています。サーカスの中でパフォーマンスするだけでなく、小学校や遊園地、誕生日会や病院の中でも活動しています。

日本におけるクラウンの存在は、色物として考えられています。しかし、欧米においては「貴方はクラウンですね」というほめ言葉があります。そうです、欧米におけるクラウンのステイタスは、日本では想像できないほどのものです。それは、サーカスの中でいちばんの高給取りがクラウンというところからも証明されますし、ヨーロッパの芸術学校では、歌や楽器演奏、彫刻やデッサン、演劇やダンスを学んだ生徒の中のトップクラスがクラウンになります。

クラウンになぜステイタスがあるか。それはクラウンのマルチ性です。もう少し説明すると、脇役性と逆転能力です。サーカスの中でクラウンは脇役です。主役は空中ブランコや綱渡り、そしてお客様です。しかし脇役のクラウンはとても大切な仕事をしています。

開演1時間前に会場に着いたお客様を飽きさせないように出迎える。開演までに期待感を膨らませる。演目の間で、場面転換に時間がかかるときに客席に入って注意をひきつける。綱渡りなどではわざと落ちる。ハプニングが起きたら真っ先に飛び出る。帰りにお見送りをする。

ジャグリングでわざと失敗したり、マジックでインチキをすると、子どもが声を上げて注意をしたり、ツッコミを入れてきます。子どもとクラウンの立場が逆転しています。相手に合わせ、そして相手の上からではなく、下にもぐりこんで持ち上げてあげるのです。クラウンは、その場に何が必要なのかを読み取る能力、そしてそれに対応できる能力をもっていなければいけません。

病気の子どもたちにできること

クラウンの種類のひとつに、ケアリング・クラウンがあります。これは今私がいちばん取り組んでいる分野で、アメリカではホスピタル・クラウンとか、ナーシング・クラウンともいわれます。1980年代にアメリカの有名なサーカス「ビッグアップルサーカス」のクラウン、マイケル・クリス

チャンセンが、サーカスの休みの期間、入院中の友人の子どもに対し、クラウンとしてお見舞いに行ったのが始まりといわれています。その後、映画『パッチ・アダムス』で、このような病院の中でのクラウンが注目され、世界中に広がっていきました。毎年11月に、私は、「パッチ・アダムス」と一緒にロシアの施設や病院を半月で15か所ほど回っています。

こんな体験がありました。

数年前、新潟で大地震があった年に、大洪水に見舞われた兵庫県豊岡市へと、私はボランティアに行きました。新興住宅地に流れ込んだ泥をとる作業をしていたとき、私たちが作業をしている道に面した家の横の駐車場に、小学校3、4年生程度であろう女の子がいました。体操座りをして、作業を見ているその顔にまったく表情はなく、ただただ呆然としているその子を見たとき、私は自分の仕事の重要性を感じました。

例えば、戦地で生きている人たち、病院で療養している人たち、被災地で沈んでいる人たちは、呼吸量が少なく、筋肉が緊張している状態が長く続いていると私は思います。「国境なき医師団」と同じように、「国境なき道化師団」も存在します。戦地や病院、被災地にも「笑い」が必要なのです。病院での活動を少し紹介します。病院という大人の社会において、子どもは子どもらしく振る舞うことができなくなります。しかし、クラウンと接することで、子どもが本来の社会性・能動性・創造性を取り戻していくきっかけができます。

実際には、単にベッド脇でマジックをしたり、風船をプレゼントしたりするわけではありません。定期的な訪問の中で、信頼関係を築き、クラウンの脇役の力で、子どもの創造性を膨らませ、子どもを主役にしていきます。わかりやすく話しますと、クラウンがパフォーマンスをして拍手をもらうのではなく、子どもがパフォーマンスをして、クラウンが拍手をしてあげるような駆け引きをします。そのほうが、子どもは主体的に行動を取れるし、自信がついていきます。そして病気を治すことに集中するため、よい子になっていきます。だからわざと一緒になっていたずらをするこもしばしばです。当然、個人の性格や趣味を読み取りながら行うので、非常に難しいです。したがって、多くの経験と高いスキルが必要となるため、

単に興味があるというだけで参加させることはありません。十分にトレーニングを行ったうえで、私がセレクトしたクラウンだけが参加できる活動になっています。

その効果は絶大です。子どもの口数が増えるだけでなく、ベッドから起き上がり、ベッドを降りて、彼らから近づいてくることもあります。言葉の1つひとつに、子どもらしい創造性や能動性を感じられるようになります。病室に入る私たちを驚かせようと、ベッドの下に隠れていて、飛び出してくる子どももいます。病室内で動きが少ないことにより、緊張している彼らの筋肉が、バランスの取れた弛緩状態に変化していくことが、そばにいてわかります。

子どもを主役にするというスタンス

このようなスタンスは、一見クラウンの必要とされない日常においても同じです。

私が講演をしているときも、会場全体が真剣に耳を傾けてはいるが、聴講者の緊張や、呼吸量が少なくなることを感じる時があります。そのようなときはいったん話をやめ、パフォーマンスを入れて会場を和らげます。お互いにリラックスした状態で、アクション・リアクションが常に見える講演にしたいからです。

私だけが道を外れましたが、実はわが家は教員一家です。実際に学校における教員の皆さんがもしクラウンになれば、子どもは喜んでわくわくして学校へ行くでしょう。クラウンのように子どもの顔を見て、子どもに合わせたテンションで、こちらが能動的に彼らを下から持ち上げ、クラウンのような大げさなアクションで子どもに同調してあげれば、まさしくそれが校内、学級内での児童に対するコーチング技術となります。

先生方の児童を主役にする押しつけでない接し方により、笑顔の子どもが前のめりになり、授業を受ける姿がイメージできます。



ロシア中央病院にて

笑いによって、 子どもは変わる

東北福祉大学准教授 上條 晴夫



1. 学級崩壊から見てきた笑いの必要性

私が「お笑い教育」に手を染めるようになったきっかけは学級崩壊でした。もともとお笑いは大好きでした。東京進出前のダウンタウンが見たくて、わざわざ大阪の心斎橋筋2丁目劇場に「4時ですよ〜だ」を見に行ったこともあります。出待ちの女の子たちで劇場前は大にぎわいでした。今もお笑い番組はよく見ます。しかし、あくまで趣味の上での話です。

本業である教育に「お笑い」が浮上したのは1997年に全国的な「学級崩壊」現象が巻き起こってからです。小学校の子どもたちに、明治の学制発布以来続いている教室文化の伝統である「大人しく座っている」「黙って話を聞く」ができない子が急増したのです。

私語と離席。ごくたあいなことのようにですが、とても深刻でした。学級として成立しない授業がたくさん出てきました。最初は「厳しく管理すればOK」と考えていた教師たちも、どうもそれだけではうまくいかないことに気づきはじめます。子どもたちは、教師の説明中心の窮屈な授業に「もっと楽しく勉強したい」「友達と交流しながら勉強がしたい」という欲求を募らせるようになってきたのです。

学級崩壊に陥ってしまったベテラン教師は言います。「わたしはずっと真面目に勉強してきました。子どもたちにも真面目に勉強することを要求してきました。しかし、どうもそれだけではダメになってきたようです。子どもたちからサムいと言われようとも、駄洒落^{だじゃれ}じゃんと言われようと、楽しく笑いながらする勉強が必要になってきました」。

従来は、勉強は我慢でした。大事な教科書の内

容を教わるのですから、子どもたちは、おもしろくなくても我慢して、それ飲み込みます。我慢してそれを飲み込んで、よい学校に進むことができます。よい暮らしができると信じられていたからです。ところが、その前提が崩れはじめ、我慢して勉強しても、そんなよい暮らしは手に入れることができないだろうと考えられるようになったのです。だったら、もっと楽しく満足感の得られる勉強がしたい、我慢なんかしたくないと考えるようになりました。

これは子どもたちだけの変化ではありません。保護者も同じです。

実際のところ、我慢する勉強は、いまだにとっても大事で、漢字・計算や音読など、積み上げ型の学習をする場合には、我慢が必要です。しかし我慢型の勉強だけを強いることに対し、子どもたちは納得しなくなっています。満足型の勉強が必要になっています。

満足型の勉強とは、授業の中に発見や推理がある勉強のことです。この満足型の勉強の特徴が「笑い」であると思います。

2. 笑いによって子どもたちはどう変わるか？

満足型の勉強をするときに、子どもたちに表れる特徴が「笑い」です。満足型の教育をご自身の授業づくりの中核に据えられているベテラン教師は学年初めの教室で「あのね、この学級でいちばん大事なことは、よく笑うことなんだよ。笑う子どもが、いい子なんだよ」と語りかけると言います。そうして、子どもたちと一緒に笑う練習、笑顔をつくる練習をする、と言います。初めに「笑いありき」なのです。

私は、現場の教師や教育に関心をもつ社会人の

人たちと一緒に「お笑い教師同盟」というグループをつくって、その代表をしています。最初はおっかなびっくりつくったのですが、今では全国に100名以上の会員ができました。ホームページもあり、けっこうにぎやかです。この「お笑い教師同盟」を中心にお笑い教育の本も何冊か出しました。お笑いの話術だけではなく、バラエティゲームや変身パフォーマンスなどさまざまなタイプのお笑い教育の本をつくりました。そうした活動を続けるなかで気づいた「笑いが子どもたちに与えるよい影響」は、およそ次の3つだと考えるようになりました。

①安心：子どもたちが教室の中で

安心を得られます。

ちょっと前までの学級には「みんな仲よく」という学級目標がありました。しかし最近「みんな違ってみんないい」が普通です。いわゆる個性尊重の目標です。違いを認めるようになったのはよいことですが、逆にそれで不安になる子どもも増えました。以前ならなんとなくまとまっていた学級が、努力なしにはまとまれなくなってきました。その努力の1つが笑いです。例えば教師がわざとおもしろおかしいことを言ったり、たあいもない遊びを試みたりする。そうしたなかで、笑いが起きると、子どもたちは安心します。教室の中に自分の居場所を発見して、安心できるようになるのです。

②表現：子どもたちが教室の中で

自己表現を始めます。

子どもどうしが笑い合えるようになると、少しずつ自分らしい学びをするようになります。教師の説明をおとなしく聞いて、それを覚えるというような勉強ではなく、自分の興味・関心のあることを積極的に調べて書く、というような勉強ができるようになります。

自己表現ができるためには、安心感をベースにした心理的な柔軟性が必要になります。自己表現は「試行錯誤」の活動だからです。まちがったらどうしよう、まちがったらバカにされるんじゃないかという疑心暗鬼の中からは、よい自己表現は生まれません。笑いによって、子どもたちは少しずつ自己開示をするようになります。

③交流：子どもたちが教室の中に

交流を生み出します。



教室の雰囲気づくりこそが、教師の役割

教師がバカ話をして子どもたちを笑わせるという笑いも必要です。しかし子どもたちが明るい顔で本当に楽しそうに笑うのは、お互いの考えを認め合って笑うときです。どちらがうまいとか下手とかではなく、お互いの違いを認め合うような学びの瞬間です。

例えば、自分のちょっとした宝物について、実物を見せながら発表をするショー&テルという活動があります。こういう活動をする際、子どもたちの中に、お互いを認め合う雰囲気（空気）が作り出されていると、とてもよく子どもたちは笑います。笑うことによって、相手を認めるという、そういう笑いが必要なのです。

3. 大人による笑い合う環境づくりが大事

学校はやっぱり大人である教師が管理している場所だと思います。授業中にずっと、教師が黒板の前で仁王立ちして、子どもたちを監視しているような教室では笑いはいずれ生まれません。時々、子どもたちの中を、机間巡視して、子どもたちのそばで「おしゃべり」をするというようなことが必要だろうと思います。

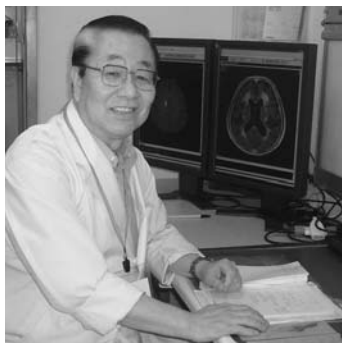
教師が笑いに対して理解をもつということも、とても大事です。子どもたちの、たあいのないおしゃべりに教師が興味をもつかどうか、興味をもって笑えるかどうか、そのようなちょっとした心配りが、教室に子どもたちの笑顔を生み出すことを、先生方は忘れないでもらいたいと思います。

かみじょう・はるお 1957年、山梨県生まれ。小学校教師や、児童ノンフィクション作家、教育ライターを経て、現職。ワークシヨップ型授業やエンターテインメント教育学について研究を進めている。特定非営利活動法人「授業づくりネットワーク」理事長をはじめ、「学習ゲーム研究会」、「実践！作文研究会」、「お笑い教師同盟」代表などを務める。主な著書に『子どものやる気と集中力を引き出す授業30のコツ』（学事出版）、「さんま大先生に学ぶー子どもは笑わせるに限る」（フジテレビ出版）など多数。

落語好きが高じて「医者もできる噺家」病院寄席を創設

「笑い」は脳を活性化し、同時に癒す効果も

医療法人 中央群馬脳神経外科病院理事長 中島 英雄



私が落語に出会ったのは小学校4年生のときでした。東京田端の裏に住んでいた日本医大の耳鼻科の先生と親交のあった若手噺家二つ目の桂仲治師匠（後の十代目桂文治）が、年に何回か私の家で「落語勉強会」を開いてくれたのがきっかけでした。多感な少年には落語の「笑い」がとても新鮮で強烈に焼きついてしまったのです。たった独りであれだけの大勢の人たちを笑わせるってすごいと思って、その魅力にグイグイと引き込まれてしまったのです。正式な弟子にはなりませんでしたが一生懸命精進？した甲斐があって昭和61年に晴れて文治師匠から初代桂前治の高座名をいただき、正式に文治一門に加えていただきました。えっ、勉強はどうしたかって？

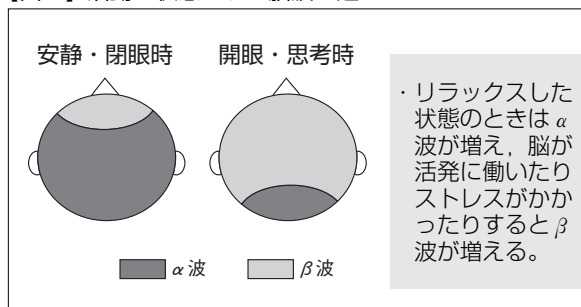
そりゃあ、やるときはやりましたよ。親は勝手に「お前は小さいときからお医者さんになるんだって言うていたんだから、医学部にいくんだよ」と洗脳しておりましたが、ハナっから東大の医学部はあきらめていました。そんなに勉強ばかりしたら落語のほうがおろそかになるとして勉強はホドホドにしておきました。運よく群馬大学に拾われて……。いい大学ですよ、ホント。

昭和53年に今の病院を建てたとき、ひとつの思いがひらめきました。そうだ、病院の中に「寄席」をつくって患者さんに「笑い」で元気になってもらおうと思ったのです。以前から何となく「笑い」って体にいいんじゃないかなと漠然と思っていましたが、実際に体のどこにいいのか、なぜいいのかといった科学的裏づけをした論文は読んだことはなかったので確信はもっていませんでしたが、あるとき仲間の医師が「先生こんな論文があるよ」といってひとつの論文のコピーを私にくれたのです。それは、『ニューイングランドジャーナルオ

ブメディスン』という医学会誌で、アメリカのジャーナリストが難病といわれている「強直性脊椎炎」という病気になり、全身の耐え難い痛みに襲われ入院していたが、担当の医師から不治の病であることを告げられて、彼は「治らないのに入院していてもしかたがない」と退院し、「笑い」のビデオを見たりジョークの本を読んだり、最低1日10分間の大笑いと大量のビタミンC療法を行ったところ、3週間で痛みが消え、数か月で仕事に復帰できたと書いてありました。「これだ!」と思いました。「笑い」にこれほど効果があるなら、これを使って患者さんのリハビリに役立ててみようと思ったのがキッカケでした。

以後、月1回、第4土曜の午後に開催される病院寄席は今年9月で222回目となり、毎月プロのゲストを招いていますが、文治、談志、楽太郎、志の輔、ミッキーカーチス、正楽、漫才のWけんじ、のいる・こいる師匠……と多士済々。お客さんは無論患者さんやその御家族の方々、患者さんのOB・OG？、そしてご近所の人たち、まったく病院に関係のない単なる落語好きと、これまた100人程度の人々。このお客さんももうずいぶんと笑い慣れていて、出演する芸人さんたちからも「いいお客さん」と評判もよろしいようで。でも、なぜ患者さんだけでないのかと不思議に思われるでしょうが、これにはちょっとしたテクニックがあるのです。患者さんは今現在まさに病気に直面している真っ最中なので、笑うところではないのです。ほとんどの方がうつ状態です。こういう方々を笑わせるのは容易なことではないのです。そこで、健常な方々に一緒にいてもらって、まずこの方々が笑うとつられて笑ってしまうということを考えついたのです。このやり方ですと笑わせるほうも特別な話、特別な動作等をせずとも普段

【図1】活動の状態による脳波の違い



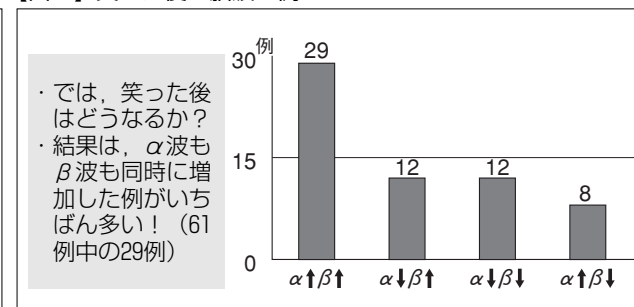
どおりの芸をやっているればよいわけで、ごく自然な状態の笑いが生まれるということなんです。

そうこうしているうちに、病院寄席をやっているのが珍しいらしくマスコミの人たちが殺到して、サァ大変でした。いわく「何でお医者さんが落語をやっているんですか?」とか「笑いは本当に脳にいいんですか?」とか、いろいろ……。

そこで、そんなに聞かれるんだったら、何かデータを集めてみようかしらと始めたのが、この研究の初めでした。

まず、いちばん手軽に検査ができる脳波を測定してみました。脳波は一般的に図1の如く、リラックスした状態のときは、α波が増えβ波が少なくなり、逆に脳が活発に働いたりストレスがかかったりするとα波が減りβ波が増えるのです。さて、笑った後はどちらになるか? 私はもちろん「笑い」の効果から考えるとリラックスタイプと予測しました。ところがふたを開けてびっくり。図2の如き結果でした。すなわちα波もβ波も同時に増加した例がいちばん多く、私の予想したα波が増えてβ波が減るリラックスパターンはいちばん少なく、61例中たった8例でした。さてこれはどういうことなのでしょう。なかなかうまい解釈が思い浮かびません。測定の方法がまちがっていたのか、イヤイヤそんなことはない、通常の方法で記録していたはず。じゃあストレスとリラックスが同時に脳に起きたのだろうか。そんなことがありうるのだろうか。自分自身、納得、理解できぬまま、結果は結果、しかたないとなかば開き直りの気持ちで学会に発表しました。すると案の定、座長から「先生、それはどういうことでしょうか?」ときた。困りました。「エー、まあ」としどろもどろ答えにならない答えをもぞもぞ言っていますと、フロアにいた方が「ハイ」と挙手され「それはこういうことではないでしょうか。β波が増えたのは、ストレスと解釈しないで脳が活性化したと解釈したらいかがでしょうか。そして、

【図2】笑った後の脳波61例



α波が増えたのは同時にリラックスした、癒されたと解釈されたいかがででしょうか?」と言われました。私は思わず「その通りです」と迎合してしまいました。そうなんですね。「笑い」には、脳を活性化すると同時に癒す効果があったんです。この一見相反するように思える活性化と癒しの効果は、その後行った実験で次々と同じような結果が出たことから実証できたのです。

さらに、検査を行っていくうちに、「笑い」には古い脳の古い記憶が重大な関係をもつことがわかってきました。人間の脳は三層構造になっていて、いちばん下部の脳、爬虫類の脳といわれている「脳幹」、記憶や感情の中核といわれている（俗に「馬の脳」と呼ばれている）「大脳辺縁系」、そしていちばん最後に発達した「創造の脳、抑制の脳」と呼ばれているヒトの脳、すなわち大脳新皮質です。私は、「笑い」というものはかなり高度なものなので大脳新皮質の働きがいちばん関係しているのかと思っていましたが、これも外れ。実はいちばんかかわりをもっていたのが古皮質とか旧皮質とか、古い大脳を包有する大脳辺縁系だったのです。記憶と感情、これが「笑い」のいちばん根底にあったもののようです。

子どものころに、あまり笑いのない環境で育った子は大人になっても笑わない。いえ、笑えない。いや、笑い方を知らないのです。ですから子どものころは、大いに笑えるような環境をつくってあげることが大切だと思います。笑いがいっぱいの中で育った子どもたちは、やがては明るい日本の未来をきっと創ってくれることでしょう。

なかじま・ひでお 1944年（昭和19年）東京生まれ。群馬大学医学部卒。医学博士。現在は、高崎市の中央群馬脳神経外科病院理事長。群馬大学、高崎健康福祉大学の非常勤講師なども務める。「医者もできる噺家」として、落語家・桂前治の高座名をもつ。著書に『笑いの処方箋』（法研出版・1997）、『笑って脳ドック』（講談社・2000）、『しごとく「生き残る脳」、やたらと「粹がる脳」』（すばる舎・2003）、『こだわり文治の泣きどころ』（うなぎ書房・2005）、『脳を活性化させる「笑い」の力』（小学館・2007）、『桂前治落語全集第一集』（ビデオ）など。

「お笑い」で「安心感」をつくり出すのだ!

山口県岩国市立通津小学校教諭 中村 健一



■「安心感」のない今の教室

私には、今の子どもたちは妙に遠慮しながらつき合っているように見えます。子どもどうしの距離が遠くなっているといっているいいでしょう。その距離感が「不安」につながっていると感じています。いつの間にか教室は、「安心感」のない「不安」な場所になってしまいました。今問題になっている子どもたちのストレスも、「安心感」の欠如が原因であると考えています。それが、学級崩壊、いじめ、不登校などの問題を引き起こしているのではないのでしょうか。

これからの教室では、子どもたちの「不安」を取り除き、「安心感」を与えることが教師のいちばんの仕事になってくると感じています。「安心感」をつくり出す方法はいろいろあります。そのなかでも、私は「お笑い」がいちばんのアイテムであると考えています。

■子どもと教師の距離を縮める

子どもどうしの距離が遠くなってしまったのと同時に、子どもと教師の距離も遠くなってしまいました。まずは、子どもと教師の距離を縮めたい。教師に話しかけやすい、親しみがもてるという状態になれば、「安心感」が生まれるからです。

そのためには、教師のパフォーマンスが大切になります。「パフォーマンス」といっても大したことではありません。

例えば、出会いの演出です。新学期、子どもたちは下駄箱に貼ってあるクラス分けの表に従って、教室に入ってきます。そして、その教室の黒板に私は女の先生の絵を描いておきます。吹き出しには「楽しいクラスにしたいわ♥」の文字。この絵とせりふを見て、子どもたちは思うようです。「このクラスは女の先生だな」と。

そして始業式。校長から担任が発表されます。

「5年1組……中村健一先生」「え〜!!」

子どもたちの驚く表情がたまりません。

始業式が終わると、多くの子が私に話しかけてきます。

「先生、オレ、絶対女の先生だって思った!」

こんなイタズラ1つでも子どもたちは話しかけやすくなるのです。

「中村先生は、うずら卵が死ぬほど好きです!」と宣言するのも1つの方法です。給食のおかずの中にうずら卵があれば、うずら卵だけを山盛りに入れてくれます。そして、「よかったねえ」と言ってくれます。この実践では、教師に「うずら卵が好き」というキャラづけをしています。キャラクターをアピールすることで、子どもたちは話かけやすくなるのです。

こんなちょっとしたパフォーマンスが、子どもと教師の距離を近づけてくれます。

■一緒に笑えば、子どもどうしの距離も縮まる

子どもたちどうしの距離を縮めると、「安心感」が生まれます。そのためには、一緒に笑うのがいちばん。

例えば、早口言葉です。

「昨日の職員会議で、通津小学校の合言葉が決まりました。……『バラバラなバナナ、ババロア』です。言えるかな?」

列指名で当てていきます。

「バラバラバ……あっ!失敗した……(笑)」

「『バラバラな』すら言えてないじゃん!(笑)」

私の簡単なツッコミに、教室は笑いで包まれます。もちろん、「○○君みたいに失敗する子、好きだな〜」などのフォローの言葉は忘れません。

クラスみんなで爆笑するだけで、教室の空気は

ずいぶんとよくなります。一緒に笑うことが子どもどうしの距離を近づけてくれるのです。

そこで、教室に積極的に笑いを取り入れることをお勧めします。例えば、真面目な先生でも簡単に「お笑い」を取り入れることができる「バラエティーゲーム」をいくつか開発しました。

その中の1つ「お笑い!お絵かきバトル」を紹介します。教師の「お題」に合った絵を1分間で描くというゲームです。

「最初のお題……ミッキーマウス!」

これが、なかなかうまく描けません。うまく描けない子は、「ただのネズミじゃ……(笑)」と自分でツッコミを入れて笑っています。

でき上がった絵をグループで見せ合い、大爆笑。そして、クラス全員にグループの「そっくり賞」と「お笑い賞」の絵を見せます。それだけでクラス全員が大爆笑できます。

「これで本当に『そっくり賞』なんですかね?」
ということは、他の作品は一体……?(笑)」

教師のこんな簡単なツッコミで笑いはさらに大きくなります。お互いに笑い合うことで、教室の空気はぐんぐんよくなります。そして、子どもたちの距離が縮まっていくのが実感できます。

■教師が認めれば、子どもたちどうしも認め合う

「お笑い」は「フリ」・「オチ」・「フォロー」の3つから成り立っています。

古いですが、コント55号が典型です。「これ、できる?」と欽ちゃんが二郎さんに「フリ」ます。二郎さんは挑戦するのですが、うまくいかない。これが「オチ」。できない箇所をツッコンで笑いに変えるのが、欽ちゃんの「フォロー」です。

実は、授業もまったく同じ構造をもっています。「気づいたことを箇条書きにきなさい」、「○○君、発表して」と教師が子どもにさせるのが「フリ」。そのフリに一生懸命取り組む子どもが「オチ」です。そして、それを褒める教師が「フォロー」。教師は「フリ」と「フォロー」の担当です。

教師の世界では、「フリ」は多く研究されてきました。発問や指示がこれにあたります。その一方で「フォロー」はあまり研究されてきませんでした。しかし、今の子どもたちには、「フォロー」の重要性が高まっているといえます。例えば、「○か×か書きなさい」の指示に、○×すらつけ



られない子がいます。その子は、「1人だけまちがっていたら嫌だな」と「不安」を抱えているのかもしれませんが、そんな子には、「安心感」を与える「フォロー」が必要になります。

みなさんは、『踊る!さんま御殿!!』というTV番組をご存じでしょうか?あの番組では、ゲスト陣が実際に生き生きとおしゃべりしています。その理由は、明石家さんま氏の「フォロー」です。あの番組でさんま氏がしているいちばんの仕事は、実は、笑うこと。ゲスト陣のおしゃべりに対して、さんま氏がいちばん笑っています。お客さんや他のゲストが笑っていないときでも大笑いです。

何を言ってもさんま氏が笑ってくれる、つまり、認めてくれるという「安心感」があるので、ゲスト陣はあれだけ生き生きとしゃべれるのです。

これは、教室にも当てはまるでしょう。自分が何を言っても、教師が必ず褒めてくれる、認めてくれるという「安心感」があれば、子どもたちは発言しやすいはずです。私も意識して、「フォロー」しています。例えば、先日、「鯨が風船を飲み込んで死んでしまった」という事実に対する意見を書かせました。多くの子が「海にゴミを捨ててはいけない」という趣旨のことを書きました。しかし、Tさんは「変な物が落ちていても食べないようにしようと思います」という意見を発表したのです。「他の人と違う視点で考えられていて、いい!」Tさんに拍手〜!と私はものすごく褒めました。別に正解だけを褒める必要はないのです。このように発想法を褒めるのも手です。とんちんかんな答えを言った子には、「○○君のお陰で大爆笑だね!先生、君のファンになりそう!」といった「フォロー」も可能です。

こんな「フォロー」の言葉をかけ続ければ、子どもたちは「安心」して、どんどん発言するようになります。また、教師が「フォロー」でしっかりと認めてあげれば、子どもたちどうしも認め合うようになります。そうすれば、子どもたちどうしの距離は縮まり、「安心感」のある教室がつけられます。(なかむら・けんいち)

笑顔いっぱいの学校をめざして ～日々の健康教育への取り組みから～

東京都文京区立明化小学校養護教諭 小林 恵子



はじめに

毎日の校内巡視による健康観察から、私の一日がスタートする。欠席者ゼロの日や少ない日が続くと、ほっと胸をなでおろす。毎週の全校朝会での楽器部の子どもたちの演奏と学年による歌の発表では、子どもたち、教職員、参観の保護者が感動に包まれる。子どもたちのさわやかな笑顔と自信に満ちた姿を見るにつけ、日々の心身の健康づくりの大切さを実感する。

■学校の概要

本校は明治7年に開校し、今年度で創立133周年を迎える中規模校。地域には、卒業生の保護者や祖父母も多く、子どもを見守る誇りと愛着に支えられている。本校の教育目標のひとつ、「やり通す心と体」は、規則正しい学校生活を支え、生涯を通して、健康で安全な生活を送るための基礎を培う指針であり、「かけがえのない子どもの命」を大切に作る学校経営方針の中核となっている。「やり通す心と体」をめざした日々の教育活動は、保護者や地域の理解と支援を受け、学校の信頼の醸成に結びついているといえる。

■健康教育の推進にあたっての実践

日常における健康教育の推進は、子どもの「伸びたい」「もっとよくなりたい」「認められたい」という願いにこたえ、日々の健康管理や保健教育の円滑な実施と教職員の研修を重要視して、年間計画に位置づけている。また、学校保健委員会では、学校・家庭・地域が一体となった活動を展開し、計画、実施、継続、改善に工夫を加え、「開かれた学校」として本校の教育活動を大きく支えている。

■特徴的な保健活動

(1) 自分の歯の健康に関心をもてる子

平成14年度の歯科検診の結果、口腔内疾患のあ

る児童や歯の磨き方が悪い児童が2割程度いた。そこで、子どもたちの基本的生活習慣の形成を図り、自分の歯に関心をもって、よりよい歯磨きの実践が日常生活の中で進んでできる児童を育成するため、主に次の3つの手立てを工夫した。

①歯科検診の際の徹底指導

歯垢や歯並び等についての個別指導、家庭へのむし歯治療等の啓発の徹底指導を図る。

②食後のブラッシング活動

給食終了時の「歯磨きタイム」や、歯磨き旬間、歯磨き強化月間などを設け、習慣形成に努めている。子どもたちは「歯磨きソング」を聴きながら、ブラッシングのしかたを教え合い、楽しく意欲をもって取り組んでいる。歯磨きカードを活用し、担任と養護教諭で評価して保健室前に掲示（写真1）。「歯がきれいになって、自分の歯が好きです」「今度こそ貼られるように気合いを入れてがんばったよ」と、掲示板に貼られた自分のカードを見て大喜び。子どもたちの笑顔と笑い声が響く。

③歯の健康の図画・ポスターへの応募（写真2）

毎年、文京区の「歯と口の健康づくり」大会では多くの児童がポスターへの応募（区内でいちばん応募が多い）。低学年のポスターでは、4年間優秀な成績を収めている。全国で1位、都で2位、3位と続く。成果として、よい歯の児童95%の成績が続き、歯垢等の口腔内疾患も減少してきた。本年度も文京区よい歯の学校表彰を受賞した。

(2) 規則正しい生活習慣づくりができる子

保健室に内科的理由で来室する子の中には、睡眠・食事・運動等の生活リズムの乱れが原因と考えられるケースが多く、また、アレルギー疾患児童が3割強を占める現状がある。そこで、児童自らが自分の健康的な生活習慣の確立と体力づくりをしていくことが重要であり、生活習慣病予防にもつながると考え、次の4つの内容を中心に取り組んだ。



【写真1】歯磨きカード



【写真2】歯の健康ポスター

茨城式SOSチェックリスト▶

茨城式SOSチェックリスト▶		○：援助対象 □人 △：要経過観察 □人 ●：新援助対象 □人		チャエック項目	学習面		心理・社会面			進路面		健康面		全般		合 計	備 考							
					勉強宿題への取り組みの変化	勉強道具の忘れ物の増加	授業中に手が挙がらなくなった	授業中ばんやり	授業中に不安な表情	自分への否定的なイメージ	学校での暗い表情	怒りがおさまらないことの増加	家族との関係の変化	学級内での孤立	一緒に遊ぶ友人に変化			教師に対する態度の変化	好きなこと・楽しめることの減少	得意なこと・減少	夢が言えなくなっている	食事の様子の变化	けがや病気	頭痛や腹痛
①病気の記録の工夫…… 具合の悪くなった原因や生活のしかたを振り返らせ、絵で表すようにした。		NO	氏 名																					
②ミニ保健指導の充実… 毎学期の発育測定のおり		1	明化 太郎		○					○						○								3

①病気の記録の工夫……

具合が悪くなった原因や生活のしかたを振り返らせ、絵で表すようにした。

②ミニ保健指導の充実…

毎学期の発育測定のおり

に、睡眠、汗のしくみ、手洗いのしかた、かぜの予防などについて、教材を生かした指導の工夫。

③食物アレルギー児童の実態調査……給食除去食を希望している子の把握に努め、栄養士と養護教諭を中心に個別相談の機会を設け、指導。

④全校持久走や体育集会での体力づくり……年間を通して週2回、健康観察・準備体操・持久走・整理体操を10分間行う。箱根駅伝に出場経験のある保護者の方をゲストティーチャーとして迎え、保護者も一緒に走ったりした。成果として、来室児が減少し、自分の生活について考える子も増えた。食物アレルギーの児童もやや減少した。

(3) 心の健康づくり

学期ごとに「クラス別SOSチェックリスト名簿」を作成し、児童の実態調査を実施。特別支援教育コーディネーターがまとめたものを校内特別支援委員会で検討し、支援児童・要観察児童を早期に発見、学習面、行動面に対応する。また、「校内組織体制図」を作成し、生活指導委員会、保健部、教育相談部、スクールカウンセラー、区の巡回相談員と連携を図り、心の問題で苦慮している児童支援の共通理解を図っている。さらに、「お助けカード」を設置して、緊急時にすぐ対応できるシステムを確立した。毎月の特別支援校内委員会や生活指導朝会、生活指導研修会等でも支援のあり方について理解を深めている。成果として、不登校児が1人も出ず、いじめや虐待と思われる問題

も早期に発見、効果的な対応ができた。

■家庭・地域との連携ある学校保健委員会

校内保健委員会が中心となって、毎年テーマを決め、楽しく有意義な会になるよう企画・運営を工夫。教育相談やブレインストーミングの手法を使って全員参加型の実習を行ったり、グループ別懇談会や健康クイズ等で情報交換をしたりする。保護者からも積極的な発表があり、食物・健康クイズでは一喜一憂、いつも笑い声が絶えない。毎回、参加者も多く、たいへん好評である。校医・教職員・保護者とのコミュニケーションの場として、保健委員会の役割は重要となっている。

おわりに

学校は勉強するところ、みんなで楽しく生活するところ……。時代は変わろうとも、楽しい学校生活への期待は大きい。子どもたちの学力や生活を支え、今後ますます重要になってくるのが「健康」である。不登校ゼロ・出席率安定の現状を維持するためにも、心身の健康づくりをさらに向上させていきたい。そのためには、保護者や地域、関係諸機関との連携を密にした日々の保健活動、健康教育に努め、さらなる「開かれた学校」として教育活動を広げていきたい。

子どもの笑顔いっぱいの学校こそ、信頼につながる第一歩であると思う。（こばやし・けいこ）