

【第1部・基調講演】(要約)

演題 「外遊びのチカラ～震災後4年目の福島で」

講師 天野秀昭氏 大正大学人間学部人間環境学科こどもコミュニティコース特命教授

1979年に開設された、日本初の官民協働による冒険遊び場「羽根木プレーパーク」で初の有給プレーリーダーを務めるなど、長年子どもの遊び場づくりに携わってきた天野秀昭氏が「外遊び」の持つ力について、脳科学の視点も含めて、さまざまな角度から紹介しました。

天野氏ははじめに、「遊び」とは何か？という問いかけを聴衆に投げかけ、その答えとして、「遊ぶことの本質は子どもがやってみたい、この動機をもっているかどうかなのです」と説明しました。たとえば、一般的には遊びの代表と思われるような「鬼ごっこ」も、やりたくない子にしてみれば、ただのつまらない時間の浪費でしかなく、「やりたい」という動機がなければ、遊びにはならないと言います。逆に、勉強であっても、好きな子にしてみれば「遊び」になりうるのだと。

そのことを踏まえて天野氏は、「教育」に対するアンチテーゼとして、「遊育（ゆういく）」の重要性を説きます。いわく、「教育」は第三者が、その人の価値観に基づいて「教え、育てる」ものであるのに対し、「遊育」は、その子自身にとって価値がある行為で、自分でやりたいことに取り組み、「遊び育つ」ことであると言います。現代は、教育ばかりに時間が割かれ、自分の興味関心から始まる「遊育」が軽視されているとして、「大人が子どもの遊育を保障できるかどうか問われている」と天野氏。

それでは、「なぜ遊育が必要なのか？」。天野氏は、脳科学の知見を引用しながら、「遊び」が脳の発達に与える正の効果を指摘します。天野氏によると、遊びは、正義か悪かといった「価値観」ではなく、快か不快か（言い換えると、楽しいか楽しくないか）という「情動」に基づいて実行されます。遊びこめばこむほど、情動が揺さぶられ、情動を司る脳の器官である「大脳辺縁系」（いわゆる動物脳）が発達します。この部分が発達するのは2歳から3歳くらいまでの間で、9歳になるころにはその発達がほぼ完了するといわれています。内蔵機能や、血管の体温調整、免疫力、内分泌系の機能といったものも、すべて大脳辺縁系の発達と関わっていると言います。つまり、幼い時にしっかり遊べていない子どもは、動物としての基本的な能力が十分に育たない。そして、同じ遊びでも、「外遊び」の方が、そういった動物脳の発達を促す刺激がより多いのだ、と。たとえば太陽の光にあたるだけで分泌されるセロトニンは、メラトニンというホルモンになって、睡眠の導入物質になるとのことです。外で過ごすことで、そういったさまざまな刺激に触れることができます。一方、屋内など人工空間では、環境が人の都合に合わせてコントロールされています。それに、ツルツルスベスベといった快適なものばかりで構成されていて、ヌルヌルベチャベチャといった自然界に存在する多様な触感とは無縁で、それだけ感覚器官を鍛える刺激に乏しいわけです。五感を刺激することが、人の心を育てることであり、体に対する刺激がどれほど多様であるかが、発達段階の子どもにおいては非常に問題なのだと言野氏は指摘し、その意味で「外遊び」が決定的に重要であると強調します。

また天野氏は、「危ない、汚い、うるさい」存在として子どもが疎まれ、子どもが自由に遊べる環境がどんどん減少している現代の都市について「大人仕様で、子どもも一緒に住人であるという視点がない。それが子どもを育てにくいまちをつくる」と警鐘を鳴らします。そういった状況を打開すべく、天野氏らが始めたのが、冒険遊び場やプレーパークという遊び場で、いま、全国各地でそういった場所が求められていると言います。

最後に、天野氏は、放射線の不安がつきまとう福島の特異性は踏まえつつも、「子どもが外遊びをしなくなったのは全国どこでも同じです。災害があったから遊べなくなったわけではなく、社会全体が子どもの外遊びを許容しない状況が生まれている」と被災地だけに留まらない、子どもにとっての外遊びの絶対的な不足を懸念し、「大人が知恵を絞らないと子どもが大変な事態になっていく。まさに、今日を、その始まりの日として考えていただけるとありがたい」と会場へエールを送り、講演を締めくくりました。

(了)