



『絵本で親子のふれあいを』

～読み聞かせがはぐくむもの～

はじめに

皆さま、こんにちは。私は、NPO 法人「絵本で子育て」センター所属の絵本講師 溝原 有香と申します。中学2年生と小学5年生の2人の娘がおります。実は、私は子育てをするまでは、絵本とは無縁の人生を送ってきました。そもそも絵本は「子どものためのもの」という認識しかなかったので興味がなかった私だったのですが、子育て中に娘たちにおうちで読み聞かせをはじめたことがきっかけに、絵本が大好きになってしまいました。一日の中で、絵本と一緒に読む時間があつたことで、子育てがとても助けられました。本日は、「絵本の選び方」、「読むときのポイント」、「読み聞かせに関する疑問や悩み」、そして「絵本の読み聞かせは、親子にとってなぜ良いのか」などについて、エピソードを交えながら、お伝えしていきたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

1. 絵本は子育ての手助けとなってくれます

◆ 絵本を通じて、子どもの興味・関心を知れたり、成長を感じることができます

赤ちゃんの大好きな擬音語がたくさん出てくる絵本『ゆめ にこにこ』(柳原 良平/作、こぐま社)。
現在 10 歳になる次女が 0 歳 7 か月の時によく読んでいました。当時の娘は、絵本の中に丸い顔が出てくると足をバタバタさせたり、手をのばして触ろうとしていたりしたのを思い出します。
そんな娘の反応を見て「へえ～、おもしろい！」と思い、我が子の「今」の成長を感じて幸せな気持ちになりました。絵本が「子どもを知る手立て」となってくれたんですね。そんな時、「お顔が好きなんだね」と私のほうから自然に言葉をかけたり、1 歳過ぎて歩けるようになってからは、お散歩している時に落ち葉があつたら、「落ち葉カサカサだね」と絵本の言葉を会話に取り入れて、コミュニケーションを楽しんでいました。



0歳児のお子さんをもつママパパで、「子どもにどう接したらいいのか、何を語りかけたらいいのかわからない」という方もいると思います。そんな時は、絵本を読んであげてはいかかでしょうか。**子どもが何か反応してくれたら、その反応に応じてあげるというやり取りで、親子のつながりが深まっていくと思います。また、言葉が話せなくても、耳から言葉をしっかりと聞いて絵本を楽しむことができますし、ママパパの声をたくさん聞かせてあげることで、安心感にもつながります。**

◆ 絵本は親子の遊びを広げてくれます

くだものの絵がみずみずしく描かれている絵本『くだもの』(平山 和子/さく 福音館書店)。
現在 13 歳になる長女が3歳頃の時、よく一緒に読んでいました。私が、絵本の中に描かれているフォークでくだものを食べるまねをしたら、長女が喜んで、一緒に食べるまねをして遊んだので、絵本から遊びが広がった思い出のある絵本です。これを同じく次女に読んであげた時、次女はフォークを使わずに、手づかみで豪快に食べていました。「姉妹の個性が出ているなあ」と笑ってしまいました。ちょっとしたことですが、「みんなちがって、みんないい」と思えたものです。



この絵本の裏表紙をみていただくと、対象年齢 2 歳～4 歳と書かれてありますが、**あくまでも、目安として参考にしていただければよいです。一つの絵本でも、年齢や体験によって絵本の見方が変わってきます。なので、1 冊の絵本でも、年齢制限はなく、長く楽しめます。**

以前、この絵本を大人の読み聞かせの会で読んだことがあります。ある方は、「絵本に出てくる手の温かみを感じた」「さあ、どうぞと果物を差し出す先には、遠く離れて暮らす自分の両親を想像した」と話されていたのが心に響きました。絵本から受け取るメッセージは、さまざまなところに絵本の魅力を感じます。

2. 子どもは絵本の「絵」を読むー見えないものを見る力ー

子どもが大人に絵本を読んでもらっている時、子どもと大人では、絵本の読み方に1つ大きな違いがあります。それは、**大人は絵本の「文字」を読んでいます、子どもは「絵」を読んでいる**ということです。「絵を読む」とは、どういうことでしょうか？詳しくは、1冊の絵本を例にお話いたします。

『いない いない ばあ』（松谷 みよ子/文 瀬川 康男/絵 童心社）

こちらの絵本をご存知の方も多いと思います。私は、娘たちが赤ちゃんの時に何度も読みました。なのに、その時は、全く気付かなかったことがあります。それは、**絵の変化**でした。ネコちゃんの「いない いない」のときと、「ばあ」のときとでは、しっぽの向きが入れかわっていることにお気づきでしょうか。そして、足も「ばあ」で開いています。他のページの動物たちも同じような絵の変化があるので、ぜひ見ていただきたいです。



この変化に気づいても、大人は、「ああ、ほんとだ、変わっているね」で終わりがなと思います。でも、子どもが変化に気づくと、「どうしてこうなっているのかなあ」と、頭の中でたくさん想像します。ここが子どもと大人の違いです。

「子どもは絵を読む」という事例をご紹介しますと、ある5歳のお子さんは、「ネコちゃんは、ただ「いない いない ばあ」をしたんじゃないんだよ。「いない いない」のときにクルクルッと回ったから、しっぽが入れかわったんだよ」と読み取ったそうです。子どもの想像力は素晴らしいですね。このような赤ちゃん絵本でも5歳の子も楽しむことができるので、1冊の絵本でも長く楽しめます。



子どもは、耳で言葉を聞きながら、絵本の絵を読むことによって、物語の展開をつかみ、想像をふくらませています。「絵を読む」とうことは、想像力の発達にもつながります。

お子さんが自由に想像する楽しみを大切にしてくださいね。

大人は、文字を読むことによってお話の内容を把握しようとするので、文字は目で追ってよく読んでいますが、絵に関しては細かいところまで見て絵を読むことはあまりないんじゃないかなと思います。絵を読むことによって、言葉では表現されていない世界が見えてきます。

私自身、いろいろな絵本を娘たちと一緒に読むなかで、娘たちの反応から絵を読むことの楽しさを教えてもらったように思います。

◆想像力(見えないものを見る力)

- ・先を予想して計画を立てたり
- ・相手の気持ちになって考えられたりと、生きていくうえで大切な力ですが生まれた時から備わっている力ではないのです。絵本は想像力を育んでくれます。

◆「絵本は、耳で聞き、目で見える文学である」(児童文学者 瀬田貞二さんの言葉)

絵本は、「目で見て、耳で聞く文学」と言われています。読んでもらうから、耳で言葉を聞き、絵を読むことができます。なので、**お子さんが文字が読めるようになって、絵本を読んであげてくださいね。**文字が読めても、お話の内容を理解できるとは限りません。無理に1人で読ませたりすると、本嫌いになってしまうことも。小学校に入ってもまだまだ読んであげたい時期です。絵本だけでなく、幼年童話も親子で一緒に読むと楽しいので、お勧めです！

3. 絵本の選び方どうすればいい？

「たくさん絵本がある中から、何を選んだらよいか悩んでしまう…」という方も多いようです。絵本選びのポイント3つを参考にしながら、絵本を選ぶところから楽しんでほしいと思います。

【絵本選びのポイント】

①ロングセラー(成人式を迎えた絵本)を選ぶ

絵本選びに悩んだ時、「長く愛されてきた絵本を選ぶ」ということが一つの方法です。出版されてから20年以上経ており、再版回数が多い絵本がロングセラー絵本(成人式を迎えた絵本)です。絵本の後ろのほうのページに記載されている初版年月日の「第△△刷」の数で確認できます。インターネットや図書館などのブックリストでも紹介されています。読む価値ありの素敵な絵本ばかりです！

②大人が読みたいものを選ぶ

体の成長に必要な食材を選ぶのと同じように、心の成長に必要な絵本をママやパパ、おばあちゃん、おじいちゃんなど**大人の目で選んであげることで、様々な絵本との出会いを作ってあげることにつながります。絵本は幅広く選ぶと、より楽しいですよ！**お子さんの興味・関心も広がるかも。

③子どもの成長や好みに合わせて選ぶ

絵本選びで一番大切なポイントは、「子どもの成長や好みに合わせて選ぶ」ということです。どんなに良い絵本でも、お子さまに合っていないければ、本当の意味で良い絵本ではないんです。しかし、子どもの成長は日々目覚ましいので、今はどのようなことに興味・関心があるのか把握することが難しいこともあるのではないかなと思います。なので、私は、**図書館に行ってさまざまなジャンルの絵本をたくさん借りてきて、身近に用意してあげていました。おうちで読むときに、その中から娘たちに選んでもらうこともありました。**また、娘たちとも一緒によく図書館に行っていました。

【良い絵本とは？】 ～「主食の絵本」と「おやつ絵本」～

食事には、体の血となり肉となる栄養のある『主食』と、必ずしも必要ではなく体の栄養にはならないけれど、食べたい『おやつ』があります。絵本にもそのように、**心の成長に必要な栄養を含む『主食の絵本』と、栄養にはならないけれど楽しみたい『おやつ絵本』がある**ということです。

主食の絵本(=良い絵本)とは？

- ▶正しくきれいな日本語、豊かな言葉で書かれている絵本
⇒(例)「ももたろう」(松居 直/文 赤羽 末吉/画 福音館書店)
- ▶子どもの想像力に働きかける絵、絵が物語っている絵本
⇒(例)「ロージーのおさんぽ」(パット・ハッチンス/作・絵 渡辺茂男/訳 偕成社)
- ▶子どもの成長や好みに合う絵本 ⇒(例)車が好きななら、車の絵本

※ロングセラーは、主食の絵本に値します

おやつ絵本とは？

- ▶キャラクターやアニメ絵本
- ▶音の出るおもちゃのような絵本

お子さんに本屋で絵本を選んでもらうと、おやつ絵本を手にとることが多いのではないかなと思います。そうすると、偏ってしまいますよね。なので、大人の目で絵本を選んでほしいです。主食とおやつのバランスを考えながら、絵本を選ぶところから楽しんでほしいです。

4. 読み聞かせにまつわる悩みや疑問集

ママ達からの質問ベスト3をまとめてみましたので、参考にいただければと思います。

Q1: 絵本を「なめてしまう」「やぶろうとする」「ペラペラめくってしまい読めない」 どうすればいい??

A1: 「なめる・やぶく・めくる」は、0・1・2歳のお子さんの成長過程にある行動で、遊び感覚でやっているです。この頃の子どもにとって **絵本はおもちゃ**なんですね。**絵本を無理にお子さんに読もうと思わないで大丈夫です。**そんな時は、絵本はひとまず片づけて、新聞紙や紙をやぶって「ビリビリビリ～」なんていいながら一緒に遊んでみてはいかかでしょうか。また、ページをめくりたがる子には、たくさんめくらせてあげてくださいね。単にめくることを楽しんでいる場合と、めくりながら絵の変化を楽しんでいる場合があります。

Q2: 読んでいる途中にウロウロ立ち歩いてしまうので、どうすればいい?

A2: 他のことに興味がいつているのかもしれませんが。例えば、目の前に好きなおもちゃがあったり、テレビがついていたりなど。環境を見直してみましょう。

または、その絵本が「今」のお子さんに合っていないということも考えられます。他の絵本に変えてみてもよいかもしれませんね。

こんなこともあります。お子さんがウロウロ立ち歩いてしまっても、お耳だけは聞いていることもあります。読んでいるママが嫌でなければ、そのまま続けて読んでみてはいかかでしょうか。

お子さんが、また戻ってきてお膝に座ることもありますよ(^^)

Q3: 同じ絵本を何度も「もう一回!」と言われるのですが・・・

A2: 子どもは、お気に入りの絵本ができると、何度も読んで欲しいので「もう1回!」と言います。大人は、つい「1回読めば、内容もわかるんだから、もういいんじゃない?」と考えてしまいがちですが、子どもは読んでもらうたびに新たな感動・発見を受けたりしています。大人が好きな小説を何度も読むのと同じことです。「お気に入りの絵本が我が子の興味・関心を教えてくれているのね」と大らかな気持ちで、お子さんが望む限り、何度も読んであげてほしいと思います。お気に入りの絵本に出会えることは素晴らしいことです。

～絵本はコミュニケーションツール～

0・1・2歳の頃は、「読み聞かせ1割、遊び9割」ぐらいのゆったりとした気持ちで、絵本を仲立ちにして親子でたくさん遊びましょう。全部読まなくても大丈夫です。好きなページを開いて、お母さん(読み手)の言葉をたくさんそえてあげてくださいね。子どもは、語りかけられる言葉を耳で聞くことで、言葉の楽しさや面白さを知り、言葉の感覚を育てていきます。いずれは物語絵本や昔話絵本などの長いお話をじっくりと聞けるようになり、さらに親子で豊かな時間がすごせるようになりますよ!

～おうちでの読み聞かせのポイント～

- ① 読んでもママ(おうちの方)も楽しみましょう♪
- ② 子どものペースに合わせてあげましょう。
- ③ 特別な読み方のコツはないです。ママ(おうちの方)のそのまの声で自然体で心を込めて読むだけで大丈夫です。

5. おうちで絵本と一緒に読む時間とは？

よく、「読み聞かせをするとお勉強ができるようになるよ、語彙力が豊かになるよ」などと学力的な面での読み聞かせの効果を聞いたことがあるかもしれません。でも、これはあくまでも、結果的にそうなっただけでそのような効果を期待してするのが読み聞かせではないんですね。絵本は教材ではないですし、読み聞かせはお勉強の時間ではなくて、絵本を仲立ちにして親子で楽しむ時間なんです。

最近では、読み聞かせCDやアプリ等のお手軽なものもあり、便利に感じることもあるかなと思います。が、音声を聞かせるのではなく、ママやパパ、ご家族の方々の声で読んであげてほしいです。

おうちで絵本と一緒に読む時間は・・・

- ◎絵本の楽しさを親子で共有する時間
- ◎親子の心のふれあいの時間
- ◎ママ・パパが子どもの成長を感じれる時間
- ◎ママ自身の心を癒してくれる時間
- ◎子どもと一緒にいる時間が短い・パパと子どもの距離がグッと縮まる時間

◎子どもにとっては・・・

・ママ(おうちの方)に読んでもらって嬉しい、一緒にいれる喜びや安心感を感じれる時間

・**体験(疑似体験)の場 ⇒ 子どもは絵本の中でさまざまな体験をします。主人公に自分を重ねながら、一緒に冒険し、成功体験や達成感を味わいます。**その体験が、子どもの乗り越える力になり、自己肯定感が育まれます。また、絵本のストーリーを通して、嬉しい・楽しい・悲しい・悔しい気持ちなど様々な感情の体験をすることで、心が育まれていきます。

おわりに

ある日、13歳の長女が本棚から大好きだった絵本を取り出してきて、「わー、すごい懐かしい。感動する！」と目をキラキラさせて、ページをめくっている姿がありました。頭の中で、その絵本を楽しんでいた時の記憶が甦ったのでしょうか。まるで昔の友人に再会して喜んでいるかのようにも見えました。

時が経って思い出の絵本を開いてみると、絵本の内容だけでなく、その時の会話、空気、気持ち、声、ぬくもりなど、さまざまな温かいものが幸せな記憶として甦ってきます。

子育てに絵本があることで、大変な子育てが楽しくなったり、心が癒されたりします。ぜひ、1日に5分、10分でもお子さんと一緒に絵本を楽しんでほしいと思います。子育て中のママ達を応援しております。

長くなりましたが、最後まで読んでいただき、ありがとうございました。

NPO 法人「絵本で子育て」センター所属

絵本講師：溝原 有香

わからないことがありましたら、お気軽にお問合せください。

アドレス：mzm1017@gmail.com

【お勧めの書籍＆雑誌】

- ◆『絵本の記憶、子どもの気持ち』（山口雅子/著 福音館書店）
- ◆『絵本は心のへその緒』（著/松居 直 NPO ブックススタート）
- ◆『赤ちゃん絵本 200冊』（絵本ナビ監修 玄光舎）

【お勧めの絵本リスト】※対象年齢は、あくまでも目安として参考にしてください

◆対象年齢0歳～

- ①オノマトペ絵本： 赤ちゃんは、オノマトペが大好き。ストーリー性はなくても言葉の響きやリズムを楽しめる絵本。

『だるまさんと』（作/かがくい ひろし プロント新社）

『ぴょーん』（作・絵/まつおか たつひで ポプラ社）

『じゃあじゃあびりびり』（まつのりこ/作・絵 偕成社）

②わらべ歌絵本や色や形の変化が楽しめる絵本

『ととけっこう よがあけた』（案/こばやし えみこ 絵/まつしま せつこ こぐま社）

『おせんべやけたかな』（わらべうたでひろがるあかちゃん絵本 こがようこ/構成・文 降矢 なな/絵 童心社）

『ごぶごぶ ごぼごぼ』（駒形 克己/作 福音館書店）

③赤ちゃんの身の回りの「もの」を描いた絵本（食べ物、動物、乗りもの）

『もう おきるかな？』（作/まつの まさこ 絵/やぶうち まさゆき 福音館書店）

『プープープー』（小風 さち/文、わきさか かつじ/絵 福音館書店）

◆対象年齢 1・2歳～： 歩き始めると行動範囲が広がり、子どもの世界がどんどん広がっていきます。

さまざまな絵本を仲立ちにして、親子でたくさん遊びましょう♪

『はらぺこあおむし』（作・絵/エリック・カール 訳/もり ひさし 偕成社）

『どんどんぱし わたれ』（わらべうたえほん 案/こばやし えみこ 絵/ましま せつこ こぐま社）

『きんぎょがにげた』（五味 太郎/作 福音館書店）

『やさいさん』（作/ツペラツペラ 学研プラス）

『しろくまちゃんのほっとけーき』（作/わかやま けん こぐま社）

◆対象年齢2・3歳～： 2歳頃から、シンプルなストーリー性のある絵本が楽しめるようになってきます。

子どもの日常に沿った絵本や繰り返して展開していく絵本がお勧めです。

『はけたよはけたよ』（神沢 利子/作 西巻 茅子/絵 偕成社）

『どうすればいいのかな』（渡辺 茂男/作 大友 康夫/絵 福音館書店）

『てぶくろ』（ウクライナ民話 絵/エウゲーニ・M・ラチョフ 訳/内田 莉莎子 福音館書店）

『ちびゴリラのちびちび』（ルース・ボーンスタイン/作・絵 ほるぷ出版）

◆対象年齢4歳～： 4歳頃から、想像力や空想力が育まれる時期となり、物語絵本が主役となってきます。

絵本を通して想像や空想することを楽しませてあげましょう。

『どうぞのいす』（香山 美子/作 柿本 幸造/絵 ひさかたチャイルド）

『わたしのワンピース』（にしまさ かやこ/文・絵 こぐま社）

『ぶたのたね』（佐々木 マキ/作 絵本館）

『かばくん』（岸田 衿子/作 中谷 千代子/絵 福音館書店）

◆対象年齢5、6歳～： 4歳の延長として、物語絵本がもっとも必要とされる時期。お気に入りの1冊が見つかるかも！

『ちいさいおうち』（作・絵/バージニア・リー・バートン 訳/石井 桃子 岩波書店）

『おじさんのかさ』（作・絵/佐野 洋子 講談社）

◆小学校低学年～： 文字が読めるようになって、まだまだ読んであげてほしい時期です。

『くんちゃんのはじめてのがっこう』（ドロシーマリノ/作・絵、間崎ルリ子/訳、パングソ社）

『いやいやえん』（中川李枝子/作、大村百合子/絵、福音館書店）