

## 跳べる子 跳べない子

### 体のための体育じゃない

**井深** さきごろの文教懇で1番気になったのは、体育とか、徳育っていうものを全然別問題にして扱おうとしていることなんです。体育は体づくりのためであって、人間づくりのためという考えが入ってない。生まれてすぐの赤ちゃんからの体操とかいったものは、人間づくりにもなるし、知育、智恵をつけるということにも非常に大切なんです。先覚者たちは“体育のための体育じゃないんだ”ということ、大いに叫んでいただきたいという気がするんですけどね。

**小野** 日本の教育改革をするのであれば、その辺から出発しないと、何も変わらないんじゃないかと思えますね。要するにアンバランス、それからどう評価するかという問題が小学校から見ても非常に偏りが大きいわけですね。例えば、日本の場合、運動神経が鈍いと、頭がいいなんて誤解がね。

**井深** 逆ですよ。

**小野** ええ。ところが外国へ行くと、運動神経が鈍いというのは、正常でない、ということは脳に障害があるんですかという見方…。

**井深** そうですよ。当然なんです。

**小野** あるいは神経質な子というと、うちの子は頭がいい、という誤解があるわけです。ところが、外国に行って神経質な子というのは、育児に失敗しましたねって、言われるわけですね。すべて日本のいい子はあっちの悪い子、あっちの悪い子は日本のいい子というぐあいに違うわけです。

**井深** 結びついてないんですよ。

**小野** そうなんです。特に3、4歳前後というのは、全体積に比べると、人生の中で最も血液の量が少ない時期で、心臓もまだ未熟だから、手足を動かすことで循環器系が非常にうまくいく。ということは、この時代はとにかく動き回らなきゃ正常状態でいられない時期です。子供にとってこの時期の体を動かすことというのは、必要欠くべからざるものであるということです。そうすると、親が午前1時間の散歩、午後1時間の散歩、いわゆる散歩というのは遊びですね。なぜ必要かという論理がびちっと一致するわけですね。日本はそうじゃなくて、晴れてるから行く、雨が降れば行かない、風が吹けば行かないで、感情的に親の都合で物事をする。向こうは科学的な根拠が非常に理路整然としているんですね。

たくさん食べる子がいい子、うんと外遊びする子がいい子、熟睡がきちっとできる子がいい子というぐあいに、食べる、動く、睡眠、健康の三原則が育児の柱でもあるわけです。

ね。私は、こんなことを体操を通じて勉強させていただいたということが、私にとっての育児に対する最初の開眼だったわけです。

## 幼児期の遊び

**井深** 頭がいいという言葉は余り好きじゃないのですが、運動選手なんてのは、頭が悪いかのごとく（笑い）……。頭の悪い選手がいい選手になれるわけがないということ、もうちょっと言っていたきたい。

**小野** ですから、たとえば体操競技ですとね、きまったことを安定してやるのが試合になるわけです。そうすると、精神的コントロールというものが非常に必要で、頭を使うのは練習のときになるわけです。ところが闘争競技というんですか、あるいはゲームになりますと、どんな状態が出るかわからないわけですね。

**井深** そうですね、判断しなきゃならない。

**小野** そうすると、瞬間的判断がうまくいくかいかないかというのは……。

**井深** そこですっかり……。

**小野** 決まるわけです。ですから、運動をする人は頭がよくなっていい、などということは絶対にあり得ない。

**井深** もう1歩進めて、頭のよさ悪さというのが、左脳のロジックの頭のよさ悪さでは絶対ないということなんです。トレーニングの段階まではロジックに従ってそういうことをしておかなきゃならないけれど、高級なものになれば、そこら辺は非常なひらめきですよ。直観力だろうと思うんですよ。私、わからないけど、このごろスケートの、フィギュアなんか見てて、本当にこれは、どうもますます右脳 芸術ですよ。そこら辺の理屈だけではないんだと。だから、スポーツの非常に高級なものはほとんど全部視覚によってイメージができて、そのイメージに入るように何かが働いて、直観的に働いて、そういうことが可能になるんだろうと、私は想像しているんだけどね。

それで、右脳ということがこのごろ非常にね……いままで、西洋医学では左脳、右脳のテーマにタッチしたくなかったらしんですよ。私は体育ということは、生まれたときからスタートしなきゃ、うそだと思うんですよ。言葉が定着する前に、体で覚えることは覚えさせなきゃいかぬというのが、私のこのごろの結論なんですけどね。

## “高さゼロ”で育てている

**小野** 私、スポーツクラブをつくったのが昭和40年、東京オリンピックの終わったあと、開校してみると意外と運動の得意な子じゃなくて、体が弱いとか、精神的に憶病だとか、いろ

んな子が来たわけです。それが一緒になって運動させていると、めきめきよくなるんですね。

**井深** 心の方が発達するわけですね。

**小野** 非常によくなっていくという現状で「おかげさまで」っていういろんな形でお礼を言われました。

**井深** ある程度以上のところにいったら、論理でカバーできないだろうと思うんですがね。

**小野** それをいつ身につけるかという、やっぱり幼児期の遊びですね。その中で豊かに経験を持っているかということが、私はとても大事だと思う。クラブに来て、人の髪ひっぱったり、いろいろいたずらする子を跳び箱の上に上げたら、震えて泣き出した。というのは、要するに“高させ口で育てている”ということがあり得るんですね。それと、跳ぶということが全くできない子がいたんです。静かにしなさい、静かにしなさいという親の指令のもとに素直な子は、跳ぶことさえ知らないで学校へ上がっていく。それは、跳ぶことができないだけでなく、生きていく上での自己防衛能力が不足ですね。

**井深** 本能的には跳びたくてしょうがないんですね。小さい子がソファの上でこうやると親は一生懸命ですごくとめる。トランポリンで跳ぶなんて、あんなうれしいことないですね、子供にとってね。

## 東洋医学を見直す理由

**小野** 私、最初に文部省の初中局の委員を仰せつかったときは時実先生がまだお元気だったころです。先生のご本に、脳の配線ということ、いろんなインプットされたものが配線すること、要するに生活の中の遊びとか、いろいろなものから、3歳児、5、6歳児、10歳前後と、3点出てきます。ここに三つ子の魂があり、ここに六歳の六月六日の習い始めという昔からの言い伝えがあり、完成が10歳前後という。この波を大事にしないと・・・。

**井深** もう1つ前の波が大切なんですよ、3ヵ月。

**小野** そこが、あの当時なかった。

**井深** 時実先生も触れてない。

**小野** 井深先生のおっしゃるのは、その前なんですね。

**井深** 3ヵ月が配線が1番活発に成長する時だ、というのはわりに新しいんですよ。人間というのは、受胎3ヵ月の時は1番細胞が活発に分裂するときなんですが、そのときに1番お薬とかレントゲンの影響を受ける。ところが、脳が発達しますね。大脳細胞というのは140億で、妊娠6、7ヵ月になったらもうそれ以上分裂しないんですけども、それから出てきた配線というものがつながり合うのが、3ヵ月のとき1分間に10万個ぐらい1分間に10万個なんですね。大変な成長速度です。そのとき何を環境が与えるかということが、非常に重要なんですね。

**小野** そうですね。ただ、それを具体的にどう生活の中に取り入れるか その辺をだれがやった

らいいのか、ということですね。

**井深** いままでの育児学というのは、そういう考え方は全然持ってなくて、たとえば赤ちゃんの視力は、昔は「3ヵ月くらいははっきりしない」と言っていたのが、1ヵ月くらいになった…ここ2、3年ですよ。それを認めてないということにも1つ理屈があるんでね。赤ちゃんは“感じている”わけなんですよ。ね。“わかっている”わけじゃないんですよ。それをごっちゃにしていたのがいままでの考え方ですね。赤ちゃんに何がわかるもんかという、それはわからないのは確かなんだけど、えらく感じているんですよ。そこら辺の分析というのが、いままでの学問は全然やられてないで、その上に成り立っているから、育児学も育児心理学も全部そこから出発しているのですね。私は何とはなしに感じていたけれども…。

**小野** 日本の医学というのは病人に対しては進んでいるんですけど、健康者に対してはなかなかね。

**井深** これは日本の医学だけじゃないです。人間というのは、自分自身で治す力をものすごく持っているんだという認識。そういうのを持っていたのは、日本とか東洋ですね。「病は氣から」なんていうのはすばらしいね。

**小野** 自然治癒という言葉がありますものね。

**井深** 自分自身で治す力というものをすべての生物は持っているんだということを忘れてるのが西洋医学。バイ菌を殺そうというところから始まっているわけなんで、医学は進んだというけれど、癌の死亡率というのは20年前と変わってない…。

**小野** そうですか。

**井深** ただし、癌の発見されるパーセンテージが非常に大きくなっていきますけどね。診断する、チェックする方法だけが発達し、治す方法というのはそんなに発達してないんですよ。西洋医学見直しの時期に来ている。亡くなった武見さんなんか「人間の健康全体を論じるのであって、病気を論じる医学であってはならぬ」と、それをまずアメリカへ行ってやろうという夢を持っておられた。

## マタニティ・スクールをぜひ

**小野** 病気についてだけでなく、母親が未熟であっても周囲に三世代ありだったわけですね。近所のおばさんもいて、いろいろとカバーしてくれたけれど、これからはますます核家族になっていくわけですね。こういうときに、たとえば学校教育の中でも、育児などというものに関してどれほど教育力を持てるかということ。それから、母親になる方がたに、先生がお考えになっているようなことを伝達するかということ…。

**井深** やっぱり妊婦学校をこさえなきやうそだと思うんですよ。妊娠した人というのは、当たり前人間だったら、これは大変だと大きな責任を感じる。そのときにやらないと、学校でいくら育児だなんていって見たところで他人ごとなんですよ。だから、妊婦学校って

いうことを…。

**小野** 母親学級ですね、いま母子手帳をもらった後でやる。

**井深** 母子手帳をもらうときに何か法律的にそういうことをやったらいいと思って、橋本龍太郎さんが厚生大臣のとき「やりましょう」ということで、そういう委員会をつくったんですよ。そうしたら、教育となると文部省がタッチしなきゃいかんという…。

**小野** 私たちが、ゼロ歳から 100 歳までの健康づくりだと言って、国立競技場をお借りして、「健康づくりのために 1 日走ったり、いろんなことをしましょう」というのをやると、厚生省は「それはスポーツだから後援しない」こうですね。病人を扱うのが厚生省みたい。

**井深** ハンディがあれば厚生省。ハンディがなきゃ文部省(笑)。ひどいな、縄張りがもう…。

**小野** 縄張りがあっても、その管轄の中で 100 パーセント全部ひっくるめていただければいいわけですけど、これはどっちかな、というものは案外浮いちゃう場合もあるわけですね。そうしますと、出産は病気じゃないですね。健康保険も効かないわけですから。

**井深** 出産ってことだけに、ちょっとウエートを置き過ぎるんですね。みんながね。生まれる前とか後とかの方が、もっと大切かもしれないんですよ。その瞬間のトランジェントのことばかり重大視して…。ご本人も重大視し過ぎるというわけなんだけど。

**小野** 子供は、1 ヶ月検診で必ず病院に連れて行きますね。そうすると、もはや寝返りもどき寸前まで行くんですね。私は、最後の方になったら幾分ゆとりが出てきて、寝返りしそうになったとき、お尻をほんの人差し指でちょっと押すことをやってみたんです。そうしたら、3 ヶ月に入って、じき寝返っちゃたですね。おおげさにトレーニングしたというわけじゃないし…。

**井深** 反射神経をエキサイトしてやるだけですよね。

**小野** 足をばたばたしたときにちょっと足の裏に手をかけて、幾分ブレーキかけるとよけい強く蹴るわけですね。私は、幼児期の体操というのはそういうものだと思う。赤ちゃんの手って小さいですね。それを不用意に手を持ってやると、すっば抜けちゃうわけです。必ず手首を持たなきゃならない、あるいはここの関節を持たなきゃならないという原則をだれも指導してないから、育児書だけ見て手を持って、ふり回したらすぼんと抜けて頭を打ち、大事にいたった方もやっぱりいるんです。特別時間を設けなくても、おしめ替えるときに、昔で言えば、伸び伸びって行って腿を接すると、うーんとかう伸びますね。あれがストレッチ運動になるわけですね、赤ん坊にとって。ばたばたしたときにいい子いい子って言いながらやると、泣いていたのが、もう、きゃっきゃ言いながら、足を踏ん張るようになってとか。そんな小さなことの積み重ねが、要するにその時期に赤ちゃんに対する…。

**井深** その辺が確立してないような気がしますね。

**小野** お医者さんが書いた産後の体操というのを、自分でベッドの上でやってみたんです。だめでした。おなかに負担がかかり過ぎるんです。ですから、あれは、こんなことはいいだろうというふうに寄せ集めたんであって、やっぱりああいうものは女の人が実感を大事にしながら体験的に出していかなきゃ。

**井深** 私は、お母さんの経験によって得られた智恵というものを、もっとまとめて整理しなきゃうそだと思うんですよね。

**小野** そういう意味では“女性よ、もっとがんばれ”とかね。女性の産科の方とか、あるいはお医者さんで女性の方で出産をした方がもっともっと積極的に、大きな声で、ぜひいろんなところで啓もう活動していかなくちゃならないんじゃないかなと思いますね。

## 1年生で8段の跳び箱を

**井深** お宅の体育教室というのは…。

**小野** いまは2歳から。少し前まで3歳だったんですけど、お兄ちゃんが行っているともう、2歳児でも待ち切れなくて。

**井深** それが非常に貴重ですからね。

**小野** もう跳びたくて跳びたくてね。

**井深** 教室へ来るだけで、すごく大切だと思いますよね。

**小野** やりたくてやるものですから、3歳いかない前の子でも、きちんと並ぶことも、並ばなきゃならないってことも知っているし、グループつくっても実にスムーズに行くんですね。

**井深** 幼児開発協会でも2歳児からの幼稚園をやっている。3歳児クラスを終えてから幼稚園へ行く。

**小野** うちの指導員の子供は赤ん坊のときから、マットの上に寝かせて指導して、よちよち歩きになってから、みんなでそれぞれ見ながら指導員が指導する。そういう形をとった子は、幼稚園に入った段階で跳び箱を、ナント8段、小学校1年生で8段跳びます。私の娘の授業参観をしたら、4年生が4段跳んでいたんです。これもまたちょっと低過ぎますけど、その8段跳ぶ方が実に理にかなったタイミングとフォームなんです。跳べちゃうですよ。

**井深** 感覚ですよ。

**小野** だから、リズムというものが、やはり全体像を見ていくということが、いかにすばらしいかということだと思うんですね。

**井深** 視覚による学習ですよ。

**小野** 視覚と体でタイミングを得るということですね。

**井深** 私、いままでいろんな赤ちゃんの教育の本を読んだんですけど、体育ということは、そういう面では頭づくりという関心を持っていたんです。

**小野** 子供は小さいからわからないじゃなくて、体育の部門にしても、小さくても小さいなりに日ごろ動かしている子供は自分を知っているということです。たとえば、ここから自分は飛び下りられるとか、これは無理ということを知っていることを2歳くらいになると完全にわかります。で、うちの1番下のが、階段から飛び下りる遊びをしました。2歳ですから、普通はせいぜい2段か3段ならいい、ところが本人は作文に4段と書いている。「マー君、階段から飛び下りたんだって」と言ったら、「うん」と言うわけですね。私もいざとなれば、ぱっと

つかめる自信があるものですから、「見せて」と言いましたら、「よし」って言って階段に行ったんですよ、わが家の。そうすると、最初に5段に上るんです。黙って見てました。手すりにつかまってこう下を見て、「行くよ」って言って、「うん」と言うと、1段降りてから飛ぶんですよ。ですから、2歳でも自分の能力は知っているんです。ただし、あこがれはお姉ちゃんの5段なんです。

**井深** ああ、そうか、お姉ちゃんのをしているからね。1つのスタンダードができるんだな。おもしろいな。

**小野** ですから、年齢差のある子と遊ぶ中に背伸びをしている。だけれども、自分はここだということを知っているんです。

**井深** おもしろいな、そこら辺の判断なんてのはね。本能でしょうね。

**小野** これはびっくりしました。そして、狭い家の中をすごいスピードで走るんですね。そのまま行ったら激突するようなスピードで走りながらぱたっと止まるんですね。これもやっぱり家の中で、狭い中で鬼ごっこをしているうちに身につけた1つの技術で、バスケットボールで走って、ぱっぱっととまりますね、向きを変えるときに。あれができるんです、2歳で。

**井深** そういうことは普通の常識なんかが…。

**小野** 邪魔するんですよ。

**井深** 発達しないうちにできるんで、それはやっぱり右脳の問題だろうと思うんですよ。

**小野** それとちょうどお座りさせる7ヵ月前後というのは、こうふにやふにやするんですね。じっと見てたとき、後ろへこう行きそうになるんですよ。手を入れようかなと思ったら、はっと両手を後ろにしてとめた日があったんです。私は自分の日記にその絵をかいて、たいしたもんだってメモしたんですけどね。これもまさに本能ですよ。教えて、手を後ろにつきなさいって言われてつける月齢じゃないときに、私は大した技術だと思うんです。これこそ本能で、こういうものが育たなきゃならない時期に育ってない場合があるのですね。

**井深** やっぱりいろんな意味での反射神経というのは、相当育ってきているお子さんだということになるわけですね。ただ、何もしてない子供はやれないかもしれないですね。

**小野** 机の下なんか、特にもぐらせると頭をごつんとやるでしょう。泣くわけです。しかし、それを繰り返していると、この辺で起きたら通れるという、見ないところのカンが育つということなんです。

**井深** その感覚っていうのは非常に貴重ですね。

## すべては遊びから

**井深** 日本っていうのは、遊びという言葉で…。

**小野** ばかにしているんですよ。

**井深** 悪いことみたいにね。学びということは非常に高級なことで、遊びということは低級なこ

とみたいな考え方をしている。あれはちょっと修正しなきゃうそだと思うんだね。

**小野** ある本を見たら、大正以前の方は遊びということになると、いい遊びか悪い遊びかで遊びを考える。昭和ひとケタになると、それはやって得か損かで考えるというんですね。で、昭和ふたケタ以降になると楽しいか楽しくないかで考える。楽しい遊びは悪いことで、やって得かという、損得の中では損の方で、悪い悪いがおもしろいに結びつく。しかし、本来、遊びというものは気分転換で、あすへのエネルギーを生み出すものであれば、遊びそのものの考え方が全く違ってくる時代になるんじゃないでしょうか。車にもニュートラルの部分があるのと同じように、何か遊びというものの中から非生産的で得られるものはないなどという考え方をしていたら、全くおもしろ味のない人間ができてしまいますね。

**井深** 天文学の先生と話したことですけどね、サイエンスなんていうのは全部遊びから始まったんですよ。天の上で輝いている星が、一体どんなかっこうしているんだろうって行って、一生懸命、望遠鏡を手づくりしたり、小さい虫を見つけたから何とかもうちょっとよく見えるようにしたいという、そういう趣味とか遊びからスタートした。いろんなことがやっぱり遊びの中から新しいものが生まれ出してきているんだね。

**小野** ですから、人間の持つバイタリティーというものは遊びを十分にやっておかないと…昔ならカキ1個とって、縁の下をくぐって逃げていくということが難なくできているわけですね。いまの子、縁の下を通ったら四つんばいで早く逃げるといった能力はないんですよ（笑い）。屋根の上を走るような子供はいないでしょうし。

**井深** 人間なんて全然わかっていないことをわかっているかのごとく決めつけちゃってますからね。次の世代になると、第六感以上の感覚というものが非常に問題になってくるんじゃないでしょうかね。

**小野** そうでしょうね。そういうものが鈍くなってくるということは不幸なことなんですかね。

**井深** 文明はそういうものをだめにしますね。だから、お産の仕方とか、プリミティブな育児のやり方なんていうのは、赤道直下なんかにいる原始的な人種の方が、はるかに賢明ですね。赤道直下でお母さんが生まれてすぐの赤ちゃんを袋の中に入れて育てるのですが、1週間までは許されるけれど、1週間以上たって赤ちゃんが大小便でその袋を汚したら、お母さんはえらい恥なんだそうですね。もう、しょってて感覚でわかるわけだということなんですよ。それがさとれないような感覚のないお母さんはもう軽べつされるべきだということの話、非常に私、好きなんですけどね。わかるような気がしますね。

**おわり**



