

Q. 幼児期を過ぎてしまったのですが…

A 幼児期に限らず、生活リズムができる、心と体が健康になり、子どもも大人も楽になります。大人としてあるべき姿で生活をして、子どもがそれを模倣するのが理想です。頑張りすぎる大人を見ると、子どもも「そうでないといけない」と思うので、力を抜いて無理すぎないことも大切です。大人が素直に生きているとか、不十分でも学んで変えられる力があれば良いと思います。

Q. どこから始めていいのかわかりません!

A まずは寝る時間を安定させましょう。同じ時間に、早く寝て、早く起きるだけでもずいぶん違います。それに、ご飯の時間が決まれば、あとはそれほど難しくありません。睡眠と食事以外は意識しなくても、自然とリズムある生活になり、子どもが毎日を安心した中で過ごせるようになります。

今日から実践!

お家でできる シュタイナー教育



Q. シュタイナー幼稚園に行かせていないのですが…

A 幼児期にたくさんの刺激があったとしても、これからの成長過程で学んでいくことを、親子共に待てるか、ということが大切です。全部の夢をかかなえる教育ではないですが、成長段階に合った教育に、その子自身が合えば良いと思います。学校と家庭との二人三脚が必要で、親御さんが担うことも大きいです。

Q. 年齢の違う兄弟間の対応が難しいのですが…

A 小さい子優先が基本です。下の子にふさわしくなるまで、上の子にはその子の成長に合ったとくみを、空間や時間を分けて確保してあげる。学びなど、上の子の真似をすることもありますが、憧れで模倣しているだけで、実際に結びついているわけではないので、全く心配ありません。上の子が下の子に合わせ

て守られた生活をしていると、上の子の反発が出てくる時期もありますが、一生の基本となる幼児期（低学年の時期）にふさわしい環境を与えることはとても大切です。上の子には親とだけ過ごすなどの特別な時間をもち、わかっているという気持ちを送ってあげつつ、下の子のリズムを守る工夫が必要です。

①…散歩に出掛けていろいろなものを見るなど、違う視点にシフトしていくと、スマートフォンを見る時間も自然と減るのではないのでしょうか。キャンプに出掛けるなど、自然と触れ合う体験を楽しみ、メディアは大人だけの世界にしてみらえると良いと思います。電車で出掛ければみんなスマートフォンを見ているし、難しいですが、工夫次第でいろいろな試みができると思います。

は、どうしたら良いでしょうか？
①…家でのお手伝いでも良いですし、メディア以外の楽しいと思えるような場を提供する。親も楽しんでやることで、子どもも楽しくなると思います。
②…テレビに布をかけて隠すと子どもは存在すら忘れてしまうと言います。試しに週に1日はテレビを観ない日をつくって、その違いを感じてみては？いろいろなお試しでやってみて、フエードアウトするのもありなのかもしれませんね。メディアもそうですが、シュタイナー教育は、あれもこれもダメな教育という伝わり方をしているところがありますよね？
③…ダメなのではなくて、「今は待ってください」というだけなんです。成長に合わせて、ふさわしいときに、ふさわしいものを与えてしまうのではなく、必要になるまで「親も楽しみに待つ」ということが基本です。楽しみに待たなくて苦しんでしまうと、ダメと言われてしまうと思ってしまう。なぜ待つ必要があるのかを自分で

考え、納得して行動できることが大切ですね。
④…それを、子どもも察知しますよね？
⑤…腑に落ちないけれど、やってみるとわかることもあります。「なんでそんなにいいのかわからないか？」「でも、悪くない」と思いながらやると、「やっぱり良かった」と思うことがたくさんありました。後になってから理由がわかることもありません。



Yukie Takahashi (写真:中央) 栃木県出身。鈴木一博氏より言語造形を学ぶ。旧日本アントロポゾフィー協会教員養成講座1期生。2004年よりシュタイナーシュール、シュタイナー学園に勤務、現在2年生担任。「お話とライアー」でお話を担当。
Rikako Ishibashi (写真:右) 看護師として小児の看護に携った後、シュタイナー幼稚園助手、親子クラス主催。シュタイナー幼児教育協会教員養成講座1期修了。2018年よりシュタイナー保育園とねりこ子どもの家施設長。
Rumiko Kurotaki (写真:左) アントロポゾフィー絵画・造形療法士の吉澤明子氏に師事。シュタイナー美術教員養成講座・シュタイナー教員養成講座修了。水彩教室『いろのひびき』主宰。今年度スタートした週末クラス「もりのね」1年生担任。

シュタイナー保育園おひさま子どもの家 One Day ある日

J R中央線高尾駅より徒歩約20分、武蔵野御陵のほど近くにある企業主導型保育事業「シュタイナー保育園おひさま子どもの家」幼児クラス(3~5歳児)のある日の様子をご紹介します。

※ご紹介したのは一例ですので、保育内容は変わることもあります。



7:30~ 登園
布や紐、流木や木片、貝殻やサンゴなど、遊び方が限定されない、自然のおもちゃを使って思い思いに遊びます。水曜日には、水彩を行います。



9:40~ ライゲン
曜日によってライゲン(ファンタジーにあふれたリズム遊び)、ひびきの時(音楽療法)、オイリュトミー(音と言葉の身体芸術)などを行い、午前おやつを食べます。



10:10~ 外遊び
庭遊びや散歩に出掛けます。お散歩は、武蔵野御陵を散策したり、陵南公園で遊んだり、南浅川沿いを歩いたりします。

12:00~ 給食
調理者手作りの、健康で安心な素材の命をいただきます。メニューは曜日によって決まっています。



12:45~ メルヘンの時間
日本の昔話やグリム童話等のお話を聴いたり、人形劇を観たりします。



13:00~ 14:30 お昼寝
15:00~ おやつ
15:15 帰りの会
帰りの会が終わった後は室内遊び。16:15~ は幼児、乳児合同で室内遊びをし、順次降園します。

18:30 閉所