

リトミッククラブぽっけ

佐野貴子さん、長洞まゆさん

リトミックは、子どもたちが歌やリズム体操など、音楽プログラムを体験することにより、子どもたちの秘めた可能性を引き出す教育手法です。「リトミッククラブぽっけ」を主宰する佐野貴子さんと長洞まゆさんは、音楽大学出身の同級生で、音楽教室の講師や演奏活動をする傍ら、このリトミッククラブを立ち上げました。峽南地域で子育て世代が多く集まる場を提供し、子育て支援の一環として教室を開催するお二人から、お話を伺いました。

リトミック教室を始めようと思ったきっかけと、今までの活動歴をお聞かせください。

長洞 10年ほど前、知り合いがリトミック教室をやっていることを知って、私もやってみたいと思いました。私の理想としては、子どもたちに自由を与えずに指導書どおりの授業を押し付けたり、すぐに成果を求めたりするのではなく、音楽を通じて、子どもたちが心から楽しみながら学んでもらえる教え方が良かったのです。しかし、周りにはそういう教室がありませんでした。だったら、自分たちでそういった場が提供できたら喜んでもらえると思って佐野さんに話したところ、佐野さんもちょうどやりたかったということで始めたんです。当時、私たちにはリトミックのノウハウはありませんでしたが、それでもやってみようということになりました。まずはやってみようという想いの方が強かったんです。

佐野 以前は、地域に小さい子どもを連れて集まる場所がなかった。自分が子どもを持ってからは更にそう実感しました。ようやく図書館や「ぴゅあ峽南」で、親子向けの講座を開いてくれるようになってきて、連れて行けるようになったんですけど、ちょっと上の世代の親子には本当にそういう場がなかった。それを見ていて、出ていくところが無いってかわいそうだなと思ったのがきっかけでした。集まるには目的があった方が良いのでリトミックを勉強してみようかと……

長洞 今は、町や「ぴゅあ峽南」から依頼されて活動していますが、最初の3年ぐらいは、自分たちで場所を借りて、チラシを配って参加者を集めていたんです。

週1回の開催でしたが、たくさんの方たちが来ていただ

くようになりました。そんな頃、南部町の図書館から依頼をいただき、以来7年間ほどになりますが、定期的に図書館で活動しています。他にも町の依頼で保育園にも行っていますし、ぴゅあ峽南の事業では、平成19年度から毎年、峽南地域の各町を回っています。ですから、お陰様で現在は、自分たちで場所を借りて参加者を集めなくても、十分活動できるほどになってきています。



佐野貴子さん（左）、長洞まゆさん（右）

オリジナルのプログラムということですが、どのようにして創っていったのですか？

佐野 最初の頃は、ひとつの授業をするのに何日もかけて話し合いを重ねました。楽譜も無いものもあり、たった数分の内容でも、それについて何日も何日も検討していましたね。

長洞 ひたすらプログラムづくりでした。いろんなことがヒントになりました。リトミックは、いわゆる疑似体験などを通して、情景を想像したり自分の感情を表現しながら、表現力や思考力などを高めていくものなので、日常生活のあらゆる出来事を参考にしました。専門書なども読んでやってみましたが、なかなかその通りにはできませんでしたし、自分たちが考えたプログラムでもうまくいかない時もありました。もう試行錯誤の連続でした。実践と反省を繰り返して、その積み重ねの中から、少しずつ自分たちのベストな組み合わせのプログラムを創り上げていったんです。

私たち自身も子育てを経験していたので、その経験も大きかったと思います。いかに子どもを惹きつけるかが最も重要で、一番苦労をしましたね。資料もたくさん集めました。何がヒントになるかもわからない状態でしたから。使う曲や道具も自分たちでいろいろと工夫しました。子ども

たちが集中してくれない時は、私たちに責任があると思い、どうしたら集中が途切れず楽しくできるかを考えました。

佐野 子どもは、こちらの想像を超えた様々な反応を見せてくれるので、それがプログラムづくりの参考にもなりました。勉強になりましたね。

リトミックのプログラムを進めるうえで気を付けていることなどを教えてください。

長洞 子どもたちは、いろんな音に瞬時に反応して、何をするのか認識しながら自由に動いていくわけですが、小さい子ができなかったりした時は、ちょっと大きい子が手伝ってあげたりとか、言葉で言わなくても“グループの中で自分がどう動いたら良いかを考える”ということ、子どもたちはちゃんと感じ取って行動するんです。

そうしたことは、自然と生活にも結び付いていくことで、それを音楽を通して自然に学んでもらおうというのが私たちの狙いです。教育として押し付けるようなことはしないのが理想だと思います。

佐野 慣れてくると、子どもたちは、音が鳴るとすぐに行動するようになります。ですから、最初から周りの大人が手助けする必要はないんです。また、こうして長洞さんと私が二人で組んで活動しているのは、一人だと喋るか弾くかどっちかしかできないからです。私たちのプログラムは、始まってから終わるまでずっと音楽を演奏しています。途中で絵本を読み聞かせたりする時もバックで音楽は鳴っていて、リトミックの時間中に音楽を止めることはありません。ですから、このプログラムを一人で進行するのは、かなり難しいことだと思ったからです。

長洞 そうなんです。絵本の時間では、子どもたちが座って静かに集中できるように、みんなで、絵本を聞くための準備の歌を歌ってもらってから、リラックスできる音楽を演奏します。それは、自然と気持ちが切り替えられるようにするためです。言葉だけでは、なかなかすぐには切り替えできません。プログラムの進行も、ある程度のベースの流れはありますが、その時その時の雰囲気を感じ取って、やりながらもすぐに佐野さんに合図をして曲や進行を変えてもらいます。

佐野 子どもたちの反応は毎回違いますからね。だから多分、それは長洞さんでないとできないと思います。

長洞 その日、その時のメンバーにより、どのような雰囲気になるのかは本当にわからない。子どもたちって想像以上にいろんな化学反応を起こすんです。ですから、こちらもそれに対応して変化させながら楽しくやらせてもらって

います。逆に、こちらが心から楽しいと思ってやっていないと、子どもたちは、すぐにそれを感じ取ってしまいますから。

リトミックのメリットや活動を通してのやりがいは、どんなことでしょうか？

長洞 最初は初めて会う人同士でどこかなくても、1時間足らずの短時間の間に必ず打ち解け合ってくれます。これは、音楽の力を借りないとなかなか難しいと思います。親子で集まる場が少し苦手なお母さんでも、子どもが楽しそうにしていると気持ちが楽になったり、他の人とも打ち解けられたりする例をたくさん見てきましたので、親にとってもメリットがたくさんあると思いますね。

佐野 以前、2年間もみんなの輪の中に入ってこないお子さんがいたんですけど、ある日突然参加してきたと思ったら、全部のプログラムができたんです。いつも全部聞いていたんですね。びっくりしました。

長洞 音楽を介したことが心を開くきっかけになったんだと思うと、とっても嬉しいことですね。続けてきて良かったと思った瞬間でした。

他にも、高齢者の方々と音楽を使ったコミュニケーションとして、リトミックを取り入れたことがあるんですが、ある施設に伺った時に、それまで誰も一度も声を聞いたことがない利用者さんが、私たちと一緒に歌ってくれたことがありました。施設の方も初めて聞く歌声に涙を流していらっしやいましたが、私たちも大変感動しました。改めて音楽の力を実感しました。そういった面では、大人も子どもも同じなんですね。それから最近は、お父さんが参加してくれることもよくあります。おばあちゃんもまた



リトミック教室のようす

す。今の若いお父さん方は、周りがお母さん方ばかりでも、すごく積極的に体を動かしてくれる方が多いです。きっと普段からお子さんと密に接していらっしやるからだだと思いますね。リトミックがお父さんたちにも少しずつ浸透していると感じています。

最後にこれからの展望などをお聞かせ下さい。

長洞 もっと活動の輪を大きくしたいとは常に思っています。それは、リトミックに限らず自分の演奏活動についてもそうですが、今よりも上を目指したいと思っています。佐野 まだまだリトミックがどういうものか知らない方も多いいと思いますので、どんどん活動を広げていきたいですね。やってほしいという要望は、いろいろな方からいただくので、できるだけ要望に応えていきたいと思っています。