

子育ては笑顔から ～しんどいときこそほがらかに～

前茨木市立中学校校長 磯村 昌宏先生

■開催日時 : 令和7年11月27日 10:00~11:30

■会場 : 大阪ガーデンパレス

元公立中学校校長でアマチュア落語家の喜怒家(きどや)哀楽(あいらく)さん(本名:磯村昌宏さん)をお迎えして「子育ては笑顔から ～しんどい時こそ ほがらかに～」というテーマで講演が行われました。

喜怒家哀楽さんは長年公立中学校で国語科の教諭や校長としてお勤めになり、生徒たちに「人を馬鹿にして笑うのは本当の笑いではない。本当の笑いというのは誰も傷つけることのない笑いのことをいうのだよ」と語り続けてこられ、機会があるごとに体育館や教室で落語を披露するなど、笑顔あふれる教育活動を展開してこられました。ご自身が子どもの頃から趣味で続けている落語は、毎日放送テレビの「素人名人会」で名人賞を受賞したり、「第9回 社会人落語日本一決定戦」で日本一の栄冠に輝くなど華々しい功績を残しておられます。



今回の講演ではまず初めに、近頃の若者の気になる言葉づかい等についてのお話がありました。「10時10分前に集合しましょう!」といえ、9時50分のことではなく10時10分の前、つまり10時8分頃のことだと思っている子どもが多いこと。「1時間弱」といえ、1時間より短いことではなく、1時間とプラス α だと信じていること。買い物をしたときに発生する「おつり」という概念がどんどんと薄れていること。公衆電話の使い方を全く知らない子が増えていること等等、数々の若者の現状に参加者は驚きの連続でした。

続いて「笑い」とは何なのか？ についてのお話をいただきました。「笑う」という行動は数ある動物の中でも人間だけが行える貴重な行動であり、大人は平均すると一日に17回笑っているというデータがあること。笑うことによって免疫力がアップし、「がん細胞」を退治する「ナチュラルキラー細胞」が活性化すること等が紹介されました。また、夫婦喧嘩はなるべく子どもの前ではしないこと。我が子が通う幼稚園やその先生の悪口を子どもの前ではしてはいけない、といったお話には、実体験があるのか保護者の中には苦笑いされる方もおられました。

ここで閑話休題。講師の十八番、古典落語「時うどん」のご披露がありました。関東では「時そば」とも呼ばれるこの有名な落語は、多くの人が一度は耳にしたことのあるお話だと思います。江戸時代の時刻の表し方や、お金の単位の説明で少し勉強をしたあと、ストーリーの奇抜さとうどんを食べる絶妙の仕草に会場は笑いの渦に包まれました。

講演の後半は「喜怒哀楽流 子育てのコツ4ヶ条」のお話でした。長年中学生を指導し、ご自身も男女二人の子を育てた経験から次のような具体的なお話をいただきました。

① 「自尊感情」…子どもは褒(ほ)められて育ちます。

大人でも子どもでも褒められれば嬉しいのは当たり前です。日頃はずいつい子どもの悪い点ばかりが目につきがちですが、昔から「長所を伸ばせば短所は消える」という言葉があるように、基本的には子どもの長所を伸ばす育て方をしましょう。そして、褒めたときには必ず同時に感謝の思いを伝えることを忘れないように、というお話がありました。洗濯物を取り入れてくれた子に対して「あんた偉いねえ。いつも関心やねえ。」で終わらずに、もうひとこと「お母さんは助かったわあ。めっちゃめっちゃうれしいわあ。ありがとう！」という自分の気持ちを付け足すことが大切なのです。感謝を伝えることによって子どもの「自尊感情」が高まり、それは「自己有用感」にもつながります。そして、そのことは「自信」「思いやり」「協調性」「学習意欲」などにもつながっていきます。褒めて育てる育て方はこんなにも有効な方法なのです。

子どもの長所をしっかりと見つけられる親になりたいものです。

② 「待つこと」…イライラしないでじっくり待ちましょう。

子どもの行動が遅くてイライラすることは日常茶飯事といっても良いでしょう。しかし、子どもはしょせん子どもです。大人と同じ「物差し」で測ることは間違いです。私たちも小さい頃はそうであったように、着替えでも、食事でもどんなことでも時間がかかるのが子どもなのです。急かさないように気をつけましょう。急かせば急かすだけイライラした子に育ちます。ただし、時間に遅れるなど人に迷惑がかかることは良くありません。しつけとしての注意は必要です。ただしその注意の仕方が大切なのです。注意は一回でビシッと行いましょう。何度も何度もしつこく繰り返しても効果はありません。それともう一つ、「～しなさい」で十分です。例えば「早よ着替えなさい」。ついつい言葉の初めに「はよ」をつけてしまいがちですが枕詞のような「はよ」は不要です。「着替えなさい」だけで良いのです。子どもの行動をじっくり待てる親になりたいものです。

③ 「虐待とは？」…「しつけ」と何が違うの？

残念なことに「虐待」と「しつけ」を混同している保護者が時々おられます。「虐待」を指摘された親が「これは我が家流のしつけやから放っといてくれ！」と怒鳴られたケースもありました。しかし、この二つは似ているようで全く違うものです。「虐待」とは親の感情に任せて力で子どもをコントロールしようとする事。一方で「しつけ」とは、子どもが自分の感情や行動をコントロールできるようにすることなのです。主体が親にあるのか子にあるのかの違いです。良く似た違いに「怒る」と「叱る」の違いがあります。「怒る」のは自分のため。「叱る」のは子どものための行動です。例えば、忘れ物を繰り返す子どもに「なんでアンタはそんなに忘れてばかりなん？ お母さんは恥ずかしいわ！」と言えば、これは自分の体裁を気にすることからくる「怒り」なのです。愛情を持って本当に子どもの成長を願うなら、「なんでまた忘れたの？ どうしたら繰り返さなくなると思う？」と、子ども自身に考えさせ、自分で答えを見つけさせるようにすることが大切なのです。子どもに対して愛情をもって叱ることのできる親になりたいものです。

④ 「笑顔」…眉間のしわより、目じりのしわを!!

子どもと話をする親を見ていて「もう少し柔らかい表情ができないのかなあ」と残念に思うことが時々あります。子どもというのは、特に小さい頃は親の顔を見て安心や不安を強く感じます。柔らかい表情は子どもの心の安定につながるのです。柔らかい表情は誰でも簡単にできます。まずは口角を上げましょう。これだけでもずいぶん優しい表情になります。そして、眉間にしわを寄せるより目じりにしわを寄せるように意識しましょう。ニコニコしている親に育てられた子どもの顔には笑顔が多いといわれます。そして、親自身ができるだけス

ストレスをためないようにすることも大切です。大人がストレスを抱えていると、子どもは敏感にそれを感じ取ります。ストレス社会と言われる今の世の中、思い悩むことが多いものですが、ストレスを解消するキーワードはズバリ「今を生きる！」ことです。過去はいくら悩んでも絶対に戻ってくることはありません。逆に未来のことを気にしすぎても明日のことすら分からないのですから、「なるようにしかならん。」くらいのおおらかな気持ちを持つことも必要です。大切なのは今日という日をベストに生きることなのです。笑顔で一日を丁寧に過ごし、寝る前にその日を振り返り「今日も一日とても充実していたなあ。ありがたいこと。」と思って床につく。これを繰り返していくことがストレスに打ち勝つことにつながります。ぜひ実践してみてください。

最後はこれ！ しんどい時こそ朗らかに！！ 笑顔は何にでも効く万能薬です！！

最後に、「子育ては大変です。誰もそのしんどさを分かってくれません。孤独です。」そう感じている親御さんでも、子どもの笑顔を見ればホッと癒されるのではないのでしょうか？ そんなお子さんにこれからもたくさんたくさん笑顔を見せてもらうためには、あなた自身も笑顔を忘れないことです！！

