

# 子どもたちへのレク支援

震災をきっかけに  
動き出した、遊び場づくり。

「東日本大震災のあと、PTSD(心的外傷後ストレス障害)といって、心のトラウマが原因でさまざまな症状を引き起こす子どもたちが増えました。私たちも予防できるものはしようと考え、セミナーや講習会を開いたんですが、小児科に来る子どもたちを見ていて、もう一つ重要なことに気がついたので」

こう話すのは、福島県郡山市で小児科医を務める菊池信太郎さん。菊池さんが気づいたのは、福島の子どもたちは思いきり遊べていないのでは、という事実でした。

「原発事故があった福島では、親が心配していることもあって、家にいる子どもたちが多いですね。それなのに、学校は体育館が壊れているところが多いし、幼稚園や保育園も大きな室内施設を持っているところは少ない。つまり子どもたちは、ワーツと声を出して走り回れる場所がない。そうすると、PTSDに拍車がかかってしまうんです」

菊池さんは、外に出られない子ども

たちの遊び場をつくるため、さまざまな働きかけを行いました。その結果、実現できたのが3日間の室内イベント。そこには、子どもたちが思いきり体を動かせる遊具が集められていました。

「企画的には当たると確信していましたが、想像以上でした。3500人も子どもたちがイベントに訪れ、会場が笑顔と歓声にあふれたんです。やっぱり、体を動かした遊びは必要なのだと、再確認しました」

この後、イベントを見ていた大手スパーの社長が「私が支援するから、子どもたちのための施設をつくってみてはどうだ」と倉庫だった建物を改装し、土地ごと市に無償で貸してくれるという、信じられない出来事が起こりました。そして3カ月後に出来上がったのが、「郡山市元気な遊びのひろば ペップキッズおひやま」です。

東日本大震災後、福島県の子どもたちは

原発事故の影響で、外で遊べなくなってしまうた。

この様子を見た小児科医の菊池信太郎さんは、医師会や市などの協力を得て

「ペップキッズ」という、子どもたちが思いきり遊べる

大規模な屋内施設を郡山につくりました。

けれど今、このような施設は福島だけでなく、

運動能力が下がり続けている全国の子どもたちに

必要だと、菊池さんは話します。

被災地だけでなく、  
全ての子どもにも楽しく遊べる  
環境が必要。  
菊池信太郎さん

R-interview

写真撮影：田中均明

ペップキッズには、驚くような光景が広がっています。9万個ものボールを使ったボールプール、三輪車で競争ができるサーキット、全力疾走できるラウンニングコース、ボルダリングを楽しめる壁、極めつけは水遊びまでできる70㎡の砂場。ここに来る子どもたちは、室内とは思えないスケールに夢中。思いきり走り回り、泥んこになり、夢中でボールプールに沈み込む！大人も遊びたくなってしまうような、本当に魅力的な遊び場です。

## 最大かつ最高の遊具は“人”。

菊池さんが、ペップキッズをここまでダイナミックにしたのには、理由があります。

「自分が子どもだったら、想像以上の広さや大きさがあれば興奮するんじゃないかなと思ったからです。つまり『行ってみて』『やってみて』と思う仕掛けを用意したかったんです。砂場なら、小さな砂場じゃおもしろくない。だから、びつくりするくらい大きな砂場をつくっ



水遊びもできる70㎡の砂場。その大きさに圧倒されます。「1日中遊んでいる子どももいる」と、菊池さんは言います。

た。泥遊びができるようになれば、もっとおもしろくなるだろうと思って、水も使えるようにした。本当におもしろいものって、10回行っても100回行ってもおもしろいはずなんですよね」

このような遊具の工夫は、本当に目を見張るばかり。けれど、本当の意味で“おもしろさ”を支えている存在は、別にあると菊池さんは言います。

「最大かつ最高の遊具は、“人”です。遊具自体は変わらなくても、人が変わる事によって、遊具の色は変わる。違う遊び方、楽しみ方が生まれてくるんです」

確かにペップキッズでは、至る所に子どもと遊ぶプレイヤーの姿が見られました。一緒に追いかけてをし、嬉



ボールプールに飛び込む滑り台。やわらかで気持ちいい感触が、受け止めてくれます。

しそくに叫びながら走る子ども。遊具を動かしてもらいながら、はしゃぐ子ども。こんなにも子どもを喜ばせられる、遊ばせ上手なお兄さんお姉さんがいる場所は、なかなかないのではないだろうか。この人たちなら、確かに同じ遊具でも次々と新しく楽しい遊びを考え出せそうです。

「ぼくは、遊び場にはガキ大将が必要だと思うんです。子どもが、遊びで踏まなければならぬステップを、楽しませながら踏ませ、自然に子どもを体をつくっていくてくれる。ガキ大将って、そんな存在だと思うんですね。ペップキッズには、そういう能力の高いプレイヤーを置きました。ぼくは小児科医ですが、子どもを楽しませるのが上手くないんです。それに比べて、彼らは本当に上手。決まったことをやっているのではなく、各自が持っている経験や感性を使って子どもたちを楽しませているんですよ」



現在、ペップキッズの対象は小学生未満の子どもたち。菊池さんは、これから小学生以上の子どもたちも対象にしていきたいと言います。その第一歩に考えているのは、ペップキッズのプレイヤーダーの持つている経験や感性をモデルにして、より多くのプレイヤーダーを養成し、地域の学童保育などに派遣すること。

「私たちが小さいときは、放課後って外で思いきり遊んでいましたよね。今の子どもたちは、そういうことって少ないと思うんです。プレイヤーダーと一緒に遊び込むことで、子どもって本当に変わります。ペップキッズで遊び込んでいる子どもは、体つきができていて運動能力が高い。さらに友だちとの関係性も培われるので、心の安定も得られるんですよ」

## 日本全体の問題を解決したい。

実は、菊池さんがここまで「おもしろさ」を追求し、プレイヤーダーのような存在を育てようとしているのは、福島の問題だけを考へてのことではありません。

「ペップキッズをつくったのは、福島が放射線の被害を受けて外で遊べなくなつたというきっかけがあったからですが、よくよく見てみると、日本の子どもたちの多くも、同じように外で遊んでいない

んです。小中学生のスポーツテストを見ても、子どもの体力や運動能力は、年々明らかに落ちていきます。ゲームが身近になり、小さい子はスマートフォンを見て育つ。これからの子どもたちは、もつと外で遊ばない生活になり、体力や運動能力もさらに低下していくでしょう。外遊びの減少は、福島だけの問題じゃない。だからぼくは、子どもがゲームを置いてでも『遊びたい』って思わせる施設をつくりたかった。ペップキッズには、そういう日本全体の問題を解決したいという目的も含まれているんです」

今、福島では除染が進み、外に出る抵抗感も少しずつ低くなっていますが、ペップキッズを訪れる人は増え続けています。これはきつと、子どもが「遊びたい」施設になっているからでしょう。もしも日本各地に、ペップキッズのような施設ができれば、子どもたちはゲームよりも体を動かす遊びに夢中になるかもしれません。



楽しい仕掛けが設けられた、ランニングコース。

さらに、菊池さんは屋内施設の充実には、東北の問題解決にも繋がると話します。

「東北の冬は、寒くて暗く雪も降るため、外で運動する子が少ないんです。運動をせずその能力が落ちてくると、ゲームなどに走ってしまふ。でも、子どもたちが夢中になれる屋内の運動場をつくれれば、雪が降つても、野球だつてサッカーだつてできる。実際、

気温が低く日照時間が短い北欧でも、地域で工夫して屋内でスポーツを楽しめるようにしています。工夫すればスポーツはできる。雪や寒さは、本質的な問題じゃないんです」

子どもたちの遊び場の問題は、今回菊池さんが新聞などに取り上げられたことで、全国にクローズアップされました。けれど、どうして小児科医の菊池さんが、この問題に強く関心を持ち、積極的に取り組んできたのでしょうか。

「私が今回の問題に気がついたのは、小児科医をやっていたからです。小児科は、子どもの病気を治す場所。一方で、子どもが病気になるように考える場所でもあります。今の子どもたちを見ていて、病気になるための環境が

ペップキッズを親子で遊ぶ場にもしたいと話す、菊池さん。「子どもにとって、親は最大の遊び相手だし、親にも子どもの成長を確認してほしい。」そうです。



## R-interview

菊池信太郎(きくちしんたろう)

医学博士。医療法人仁寿会 菊池医院・副院長。菊池記念こども保健医学研究所・副所長。NPO法人郡山ペップ子育てネットワーク・理事長。郡山市震災後子どものケアプロジェクト・マネージャー。復興庁・復興推進委員。

足りないなって思ったんですよね。この問題は、もともといろんな専門家が指摘していましたが『今元気に過ごしているからいいじゃないか』と、社会が聞いてこなかった。

でも、20年後どうなるか？良くなっているわけがないんです。むしろ、加速している。だからこそ今、福島の子に限らず、健やかな子どもを育てる、という目標に、大人が向かわなければならぬと思います」



ペップキッズには、空気の力を利用して高く跳んだり早く走れたりする「エアトラック」など、珍しい遊具が盛りだくさん。