

## 子ども達と絵本を読む大人の方へ vol.1

絵本を読むこと、読み聞かせてもらうことは、子どもの心の栄養になります。ご飯になったり、おかずになったり、おやつになったり。子ども達は絵本が大好きです。今回の災害でまだまだ不安がある子ども達が、より安心して楽しむことが出来るよう、絵本を選ぶ時、読み聞かせる時に気をつけたいことをまとめました。参考にして頂けると幸いです。

### 【絵本を選ぶポイント～こんな基準で選んでみて下さい～】

- ・ 子どもが自分から「読んで」と選ぶ、好きな本
- ・ 以前から子どもに人気がある本
- ・ 穏やかな気持ちで読める本
- ・ 古くからあるオーソドックスな本
- ・ 読む大人もよく知っていて、「いいなあ」と思える本
- ・ 子どもの年令・理解力にあっている本

### 【選ばないポイント～こんな本は避けてください～】

- ・ 災害の本、ひとがたくさん亡くなる本
- ・ 写真であったり、実話をもとにしていたり、挿絵がリアルで生々しい本
- ・ 結末がすっきりしない、不安になる本
- ・ 恐怖心をあおる、残酷な本

### 【読む人、読む場所、読みきかせの方法】

- ・ 明るい、安全な場所で、「一緒にいるよ」を意識して読んでください
- ・ 子ども一人ひとりが安心する距離で読んであげましょう（くっついて聞けるのが好きな子も、不安が強く、聞きたいけど近くに寄れない子もいます。）
- ・ 複数人に一斉に読みきかせをするときは、読む人の他に子ども達を観察出来る人がいる方が望ましいです（vol.2に注意点をあげています）
- ・ 聞き取りやすい大きさで、ゆっくり、はっきり、穏やかに読んで下さい
- ・ 子どもの邪魔をせず、主観（読み手の意見）をはさまずに読むようにして下さい（極端に抑揚をつけて読んだり、演出をする必要はありません）
- ・ 一人で本を読んでいる子は、静かに様子を見てあげて下さい
- ・ 自分で本が読める年令の子ども達も、読み聞かせに参加してよいです
- ・ 子どもが求めれば、同じ本を何度も繰り返し読んでもよいです

■ このリーフレットは、日本小児精神医学研究会より地震の際に配付されたものです。

お問い合わせ先：

HP アドレス [http://homepage2.nifty.com/jspp/jspp\\_website/JSPSP\\_zai\\_hai\\_yong\\_gong\\_youfairu.html](http://homepage2.nifty.com/jspp/jspp_website/JSPSP_zai_hai_yong_gong_youfairu.html)

## 子ども達と絵本を読む大人の方へ vol.2

絵本が大好きな子ども達ですが、読んでもらっている時や一人で読んでいる時に、落ち着かなくなったり、色々なことを連想したり思い出してしまったりして、悲しくなったり不安になったりすることもあるかもしれません。ですから、特に、絵本の読み聞かせを通して震災体験に踏み込むことは、大きなリスクがあり、子どもへの負担が非常に大きいため、控えてください。

絵本や遊びを通して子ども達と安心感や楽しい気持ちを共有出来るように、気を配って下さい。

### 【子ども達の様子：読む前・読んでいる時・読んだ後～こんな子はいませんか】

- ・急に立ち上がる、落ち着かず動き回る、本を見てもらえない
- ・大きな声で思ったことをどンドン話してしまう
- ・うつむいて本を見ようとしなない
- ・泣き出す
- ・頭やお腹が痛いと言う、おしっこやうんちに行きたいと言う

こういった様子の子供達達は、集団そのものに不安を感じていたり、本の内容に不安を感じているのかもしれませんが、気持ちが不安定で、落ち着いて絵本を聞く準備がまだ出来ていないのかもしれませんが。

ですから、こんな様子がみられた時には…

- ・誰か大人がついて、一緒にそっと集団から離れます。トイレに行ったり、熱を測ったり、少しの時間抱っこしたりしながら、様子を見て下さい。
- ・1対1でも本を読むのが難しい時は、しばらく一人にしないようにして、安心感を与えてあげて下さい。歌を歌ったり、静かにそばにいてあげたり…
- ・驚くような反応をした子、落ち着かない様子や身体の症状が続く子がいたら、医師や保健師などに相談して下さい。

### 【読んだ後には】

- ・読んだ本について話が出来そうなら、子ども達が自由に感想を言いあう
- ・感じたこと、印象的な所、好きな所の絵を描いてみる など

一緒に振り返る作業をしてみると、感じたことを共有できると思います。子ども達から自然と声があがるようなら、一緒に取り組んでみて下さい。大人から「～～しましょう」と強制するのは避けて下さい。

■ このリーフレットは、日本小児精神医学研究会より地震の際に配付されたものです。

お問い合わせ先：

HP アドレス [http://homepage2.nifty.com/jspp/jspp\\_website/JSPSP\\_zai\\_hai\\_yong\\_gong\\_youfairu.html](http://homepage2.nifty.com/jspp/jspp_website/JSPSP_zai_hai_yong_gong_youfairu.html)