2021夏　初心の会　　　近況報告

リトミック研究センター長野第一支局　北島由美

野沢温泉小学校で

　昨年度コロナ感染症のため一度も行かれなかった小学校でのリトミックが始まりました。事前に何も情報をいただいていなかったのですが、後になって５、６年生の人間関係、クラスの状態がだいぶ悪いことを聞きました。

　でも、リトミックによる外部講師の授業は成立しました。それは、５年生も６年生も保育園の時と小学校低学年時にリトミックをやっていたからです。ブランクがあっても、リトミックでやってきたグループ活動や表現活動を抵抗なくやれること、そういう活動が当たり前であることを身体が覚えていたからです。幼児期から同じ人間関係で成長しなければならない地域では特に、人間関係がこじれると、いろいろな場面で影響が出てきます。だからこそ、誰とでもペアを組む、グルーピングする、瞬時に反応しながら音楽を学ぶリトミックが幼児期から必要であることを、改めて思います。

　リトミック研究センター会長の神原雅之先生が、佐藤学著「学びの身体技法」は２０年以上も前に書かれていますが、コロナ禍の今の子どもたちに当てはまる事ばかりです　と紹介されました。確かに！と思いました。子どもたちが、考えて即動く機会がかなり減っていることについて大人はもっと危機感を持たなければと思います。

信じること

　母の介護に関わりながら毎日思うことがたくさんあります。「どうしよう」と焦ったり困ったりの連続の中にいます。多くの介護に関わる人の声なき叫びが、自分ごととなった気がします。介護は、誰か一人に任せるものではない。無理なこと、できないことを周りにちゃんと伝えることが大切だと思います。そして専門職の方々にたくさん助けられています。ケアマネージャー、介護用品レンタル会社の方、ヘルパーさん、デイサービスの皆さん、日々の感謝は伝えきれません。

　坂道を転げるような母の状況悪化で、もうどうにもならない！と思ったある日、いただいたカレンダーの言葉に目が止まりました。

　　The LORD will perfect that which concerneth me.

　　主は私に関わるすべてのこと成し遂げてくださいます。

　　Commit thy way unto the LORD ; trust also in him ; and he shall bring it to pass.

　　あなたの道を主にゆだねよ。主に信頼せよ。主が成し遂げてくださる。

そして思いました。信じるものが自分でしかないと、何か起こるたびにオタオタしてしまう。でも、大いなるもの信じ祈っていれば今の状況がどうであっても、導かれていくと。成るように成る、神様がそうしてくださる、全部お見通しなんだ、そう思えたら一気に肩の荷がおりました。聖書には本当にいろいろなことが書かれています。その中のたった一文が支えになります。

　母の思いがあり、私の現状がある。どちらかを犠牲にしての介護はあってはならないと思っています。だから難しいです。

　母にショートステイを体験してもらった時に、ヘルパーさんからかけられた言葉によって、もう行きたくないと思ったそうです。圧迫骨折による腰の痛みが取れない母が、何かを近くのヘルパーさんに頼んだ時、「少しくらい待っていてください。私にはやることがたくさんあるんです。」と荒げた声が帰ってきたそうです。（本当のところはわかりませんが、母にはそう聞こえたそうです）それ以降、全部自分は我慢しながらここにいなければならないと思ったそうです。この話を長女にしたところ、「少し待ってては、絶対ダメだよね。ちゃんとそばにきて、具体的な時間をいうか、急を要するのはどれか判断しないと。」と言いました。長女はハンディのある子たちと毎日過ごしています。待つ時間を時計の針が１２になるまでとか、この作業終わるまでとか、具体的に示さないと、人の思う【少し】という感覚は皆番うから、とのことでした。子どもとシニアの対応は全く同じだと思いました。どちらも自分の事を一番に考えて欲しいし大切にしてほしいと思っている。そこで邪険にされたら簡単に心を閉ざしてしまう。人と関わる仕事である以上、人を好きでいて欲しいし、人の話をしっかり聴くというスキルは必要不可欠だと思うのです。

シニアリトミック

　知り合いから声をかけられ月一回デイサービスでのリトミックをやり始めました。最初は表情が硬く感じた皆さんが３回目くらいから楽しそうに参加してくださいます。

　そこの責任者の方がおっしゃってくださいました。「決められた体操やトレーニングの時間と違って、リトミックの時は自らやろうとする姿が見られて驚いています。やらされるのとは違うやりたい気持ちがあるからなのですね。」

　そんな風に見てくださることはとても嬉しく思います。７月は♪世界中の子どもたちが

の歌を「世界中の誰も彼も」と歌詞を変えて手拍子足拍子しながら歌ったり、リズムの真似っこしてみたり、笑ったりしながら楽しみました。そしてトーンチャイムの音を２グループに分けて、喜びの歌　やきらきら星を演奏したり　テニスボールを使ってマッサージしたりであっという間の時間でした。また来月きますね、というとみなさん両手で手をふってくださいます。ありがたくあたたかな時間です。デイサービスに偏見のあった母を１ヶ月かかって説得した時も、私のこの経験があって話を進めることができました。（今は痛みで母は行きたくてもいけない状態ですが）

　幼稚園保育園でのリトミック、小学校でのリトミック、親子のリトミック、レッスンでのリトミック、そしてシニアリトミック　やるたびにああ、今日のここは次はこうしようと思うことの連続です。でもいろいろな場でやることで改めて考えさせられ次へのアイデアに繋がります。インターバルが長くても継続することで見えることがたくさんあります。打ち上げ花火的であったり、１回きりのイベントのようではその時の楽しさで終わってしまうのです。

　「本物はつづく、続けると本物になる」　東井義雄先生の言葉をかみしめています。