

# 大阪商業大学学術情報リポジトリ

## 音と身体運動に着目した子育て支援プログラムの開発

メタデータ	言語: ja 出版者: 大阪商業大学共同参画研究所 公開日: 2020-06-09 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 松井, 典子, 高橋, 仁美, MATSUI, Noriko, TAKAHASHI, Hitomi メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://ouc.repo.nii.ac.jp/records/924">https://ouc.repo.nii.ac.jp/records/924</a>

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International License.



# 音と身体運動に着目した 子育て支援プログラムの開発

松 井 典 子  
高 橋 仁 美

## 1. はじめに

内閣府による子ども・子育て支援新制度は、「量」と「質」の両面から子育てを社会全体で支えることを目的にし、地域の身近なところで、気軽に親子の交流や子育て相談ができる場所として地域のニーズに合った支援を行っている<sup>1)</sup>。

大阪商業大学共同参画研究所は、藤井寺市地域子育て支援拠点事業として0歳児から就園前の親子を対象に「子育て支援ひろばユッタリユックリ」及び「子育て支援講習会・講座」をひろば事業のひとつとして実施している<sup>2)</sup>。

「子育て支援ひろばユッタリユックリ」は、月曜日から金曜日の午前10時から午後3時まで保育士が常駐し、ひろばに設置された玩具や絵本で自由にあそび、過ごすことができる。また、午前と午後1回ずつ、保育士による手あそびや体操等を参加者と交流しながら一緒に楽しむ時間があり、利用者の集いの場となっている。講習会及び講座は、毎月1回程度開催し、講習会では、地域の子育て中の保護者に役立つ情報を提供するとともに、子育てに関する悩みや疑問を心理カウンセラーに相談することで子育ての不安感を解消することを目的に行っている。

2018年度の講座は、音を中心としたあそびをテーマに3回実施し、2019年度は、音を中心としたあそびに加え、絵本の読み語り・人形あそび、音と運動あそびの3つのテーマにおける親子参加型プログラムを企画し、各専門分野の保育者養成校の教員によって講座を開催した。

乳幼児期は、脳や神経機能が著しく発達する大切な時期である。乳児の運動発達は、胎児期からの遺伝情報によって特定の時期に出現する運動と、その運動をもとに環境との相互作用によって作り出されている運動とが複雑に絡み合っている「高塩(2013)」<sup>3)</sup>。したがって、五感や身体全体を十分使い、様々な体験及びあそびができる環境を乳幼児と保護者に提供し、豊かな創造力を共に育てることが重要である。

本稿は、乳幼児の五感や情緒、運動機能を同時に育むことに有用な音と運動あそびを取り入れた子育て支援プログラムを音楽表現と身体表現を専門とする筆者ら両者で検討する。筆者らは、保育者養成校において、保育内容領域・表現の授業に携わり、音楽表現と身体表現を融合した授業を研究し、実践している「松井・高橋（2018）」<sup>3)</sup>。その中で、保育に携わる者は、子どもの表現活動における音楽表現や身体表現が密接不可分な関係であることを理解し、両分野を総合的に捉えることが重要であることを述べた。本稿では、前述の観点を基軸とし、親子で参加する子育て支援講座のプログラム内容を開発する。

## 2. 研究方法

音と運動あそびを融合したプログラムの開発を試みる前に、音楽を中心とした講座内容について述べる。筆者（松井）は、大阪商業大学共同参画研究所、藤井寺市地域子育て支援拠点事業において2018年10月から2019年12月まで、音を中心としたあそびの子育て支援講座を5回担当した。

本講座では、参加者に今後参加したい講座内容を問う質問紙調査を実施した。参加者のニーズを認識し、プログラムに反映させることを調査の目的としている。そのため、音を中心とした講座の概要及び質問紙の項目を示す。次にアンケート調査の結果を明らかにし、参加者のニーズを分析及び考察する。

### 2.1 音を中心とした子育て支援講座の概要

以下に実施会場、実施日時、参加対象を示す。

#### 【実施会場】

大阪商業大学共同参画研究所「子育て支援ひろばユッタリユックリ」は1階にあり、フローリングの部屋である。アップライトピアノが会場入り口に設置されている。



写真1 会場の様子

**【実施日】**

- 第1回 2018年10月6日（土）
- 第2回 2018年11月10日（土）
- 第3回 2018年12月8日（土）
- 第4回 2019年10月15日（火）
- 第5回 2019年12月17日（火）

**【実施時間】**

10時半から11時半

**【対象】**

主に0歳児から3歳児とその保護者

**【定員】**

15組程度

「子育て支援ひろばユッタリユックリ」の会場にポスターを掲示し、利用者に案内している。また、藤井寺市の広報にも同様の内容を掲載し、事前に参加者を募っている。

**2.2 音を中心としたあそびの講座内容**

第1回から第5回の音に着目したあそびの講座は、実施した季節に合わせ、童謡楽曲等を基に親子で楽しむふれあいあそび、手あそび、リズムあそび（リトミック）、楽器あそびの60分間のプログラムで構成している。活動は、参加者が輪になり行う（写真1）。あそびを支える音は、講座実施者と参加者の歌唱及びピアノのみでCDの音源は使用しない。

ふれあいあそびや手あそびは、童謡やわらべうたをアカペラで歌いながら行った。リズムあそび（リトミック）と楽器あそびは、主にピアノの音に合わせて活動した。リズムあそびは、リトミックの1つの要素である即時反応（Go and Stop）を活動の主軸に置き、声と主に上半身の身体動作による即時反応やタマゴ型マラカスや鈴など身体動作によって音になる応答性のある楽器を用いて行った。

以上のあそびは、基本的に親子は、座った状態で行う。次に、歩行等の動きを取り入れたリトミックを行う。このあそびは、ピアノの音に合わせて親子で歩行する際に即時反応を行うものである。乳児は、保護者が抱きかかえてあそびに参加する。その他に、講座を実施する季節

に合わせてシフォン布（30cm四方）を用いてさまざまなモノに見立てたり、シフォン布を掴んだり、放したり、持ちながら歩いたり、シフォン布を音に合わせて揺らしたり、投げたりモノを介したあそびも取り入れた（写真2）。

楽器あそびは、参加者が馴染みのある楽器に加え、ペルーやアフリカの民族楽器（写真3）を紹介し、楽器体験を行っている。楽器体験後、皆で『おもちゃのチャチャチャ』をピアノ伴奏に合わせて皆で歌いながら民族楽器で音あそびを楽しみ講座を終えるプログラムを実施した。

民族楽器は、その土地の風土や文化に根ざしたものであり、全て自然物でできている。楽器の大きさや音色も一つずつ異なる。音のでる仕組みも単純であり、簡単な動作により音がうみだされ、素材そのものの素朴な音色がするものが多い。

楽器を紹介する目的は、乳幼児がモノや音に出会ったり触れたりする瞬間を親子で共有することである。特に民族楽器を紹介することで、乳幼児が初めて楽器に出会った際、楽器をじっくり観察し、子どもが、音を発生させる何かしらのアフォーダンスと出遭って音を鳴らすこと「丸山（2016）」<sup>5)</sup>、すなわち、音を探索する原始的な体験や感覚を保護者も呼び覚ます機会を与えることができる。講座における民族楽器の楽器体験では、乳幼児自ら楽器を手にし、楽器であそぶ姿や音を楽しむ姿、保護者のはたらきかけで楽器の音に興味をもつ子どもの姿、一緒に音を鳴らしてあそぶ姿等、音によるコミュニケーションをとる姿が多く見受けられた。



写真2 音を中心としたあそびの様子

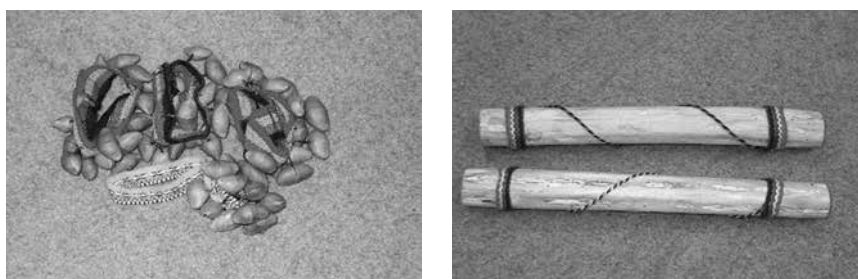


写真3 紹介した民族楽器の一例（左 チャフチャス 右 レインスティック）

## 音と身体運動に着目した子育て支援プログラムの開発

民族楽器は、保護者のほとんどが初めて出会う楽器であるため、楽器が生まれた歴史及び文化的背景を知るきっかけとなった。

子育て支援講座は、親子で楽しむ機会を提供する場として、各専門分野の観点から様々な情報を発信する場としてさらに保護者が新しいモノや知識・情報に出会う生涯学習の場としての役割を担うことができると考える。

### 2.3 アンケート調査の概要

第3回、第4回及び第5回の音を中心としたあそびの講座終了後に質問紙調査を実施した。アンケートは、無記名で選択記述と参加者の具体的なイベント内容のニーズを知る目的で自由記述の回答を求めた。調査用紙は、その場で回収した。

#### 【調査実施日】

- ① 2018年12月8日（土）
- ② 2019年10月15日（火）
- ③ 2019年12月17日（火）

#### 【調査対象者】

第3回、第4回及び第5回の音を中心としたあそび（松井担当）の参加者

#### 【調査項目】

本稿では、以下の項目について調査する。次に、選択記述の設問と自由記述の設問に分けて、調査項目を列挙する。

#### [選択記述]

- ① 参加者の性別
- ② 参加者の年齢
- ③ 親子で参加する子育て支援講座の参加度

#### [自由記述]

（設問）今後子育て支援講座で開催してほしいイベント内容についてお聞かせください。

## 2.4 倫理規定

倫理的配慮として、本研究で収集したアンケート調査及び映像のデータ、その他の個人情報に関しては、研究以外に使用しないことを伝え、口頭及び書面にて協力依頼を行い、同意を確認した。

## 2.5 調査結果

第3回、第4回及び第5回の音を中心としたあそびでアンケートの回答で得られた総数は、48名である。はじめに、選択記述の調査結果をパーセンテージで示す（図1～図3）。

次に、自由記述の結果を示す（複数回答有り）。

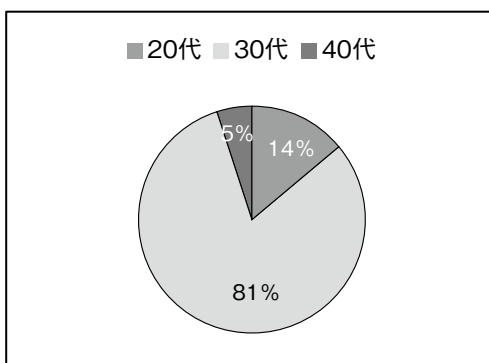
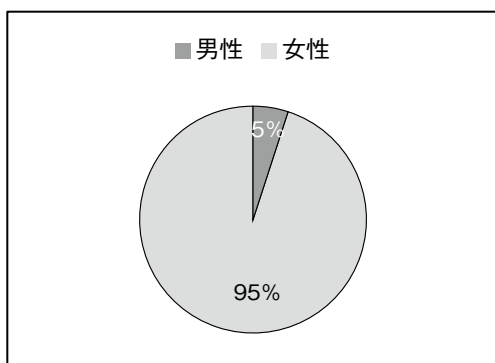


図1 ①参加者(回答者)の性別 (単位: %)

図2 ②参加者(回答者)の年齢 (単位: %)

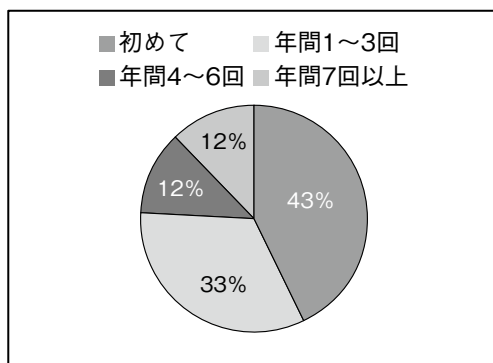


図3 ③親子参加型の子育て支援講座の参加度 (単位: %)

### 【自由記述】

(設問) 今後子育て支援講座で開催してほしいイベント内容についてお聞かせください。

- ・今回と同じ内容の講座

## 音と身体運動に着目した子育て支援プログラムの開発

- ・手遊びやリズム体操等がよい
- ・ピアノの音にふれられることのできるイベント
- ・手遊びや身体をつかったリズムなど
- ・季節にあった音あそび
- ・運動遊び
- ・今回のような楽器を使うリズム遊び
- ・同じような内容で季節に合わせて
- ・楽器あそび
- ・リトミック
- ・体を動かす遊び
- ・英語で遊ぼうなど
- ・英語にふれあう
- ・英語のリトミック
- ・体操など
- ・リズム遊び
- ・月齢にあった内容で身体を動かす内容
- ・家でもできるリズム遊び
- ・ベビーマッサージ
- ・子どもと一緒にヨガ
- ・絵画
- ・クッキング
- ・絵本のよみきかせ

### 2.6 調査結果の考察とプログラム内容の検討

選択記述①の参加者の性別では、母親の参加が大多数であった。この結果は、第3回までの講座は土曜日に開講していたが、第4回及び第5回は、平日の火曜日に開講したためである。選択記述②の参加者の年齢については、30代の参加者がほとんどであった。選択記述③の子育て支援講座の参加度については、〈年間1回以上参加〉の回答が〈初めて〉を上回っている。一方で、〈年間4回から6回〉及び〈7回以上〉参加したと回答した人数も一定数存在する。「子育て支援ひろばユッタリユックリ」及び「子育て支援講習・講座」の取り組みが地域住民に広く認知され、参加者が地域の子育て支援に興味をもち積極的に情報を取り入れ、参加して



いることが推察される。

本講座は、2.1の【定員】でも述べたが、事前予約制で申し込みを受けている。質問紙調査では、子どもの月齢について質問はしていないが、第1回から第5回までの講座申し込み時に記載された子どもの月齢のパーセンテージを図4に示す。第1回から5回までの総数による結果となるが、未就園の乳幼児を対象とした講座であるため、約7割が0歳児から1歳児となっている。参加対象を0歳児から3歳児と幅広く設定しているため、今後の課題として、それぞれの発達に合わせたあそびに随時変更することができる柔軟なプログラム内容の構築が重要と考える。加えて、乳児と歩行ができる年齢に分けて講座を開催することや、対象によって講座の時間（長さ）を変更することも検討する必要がある。

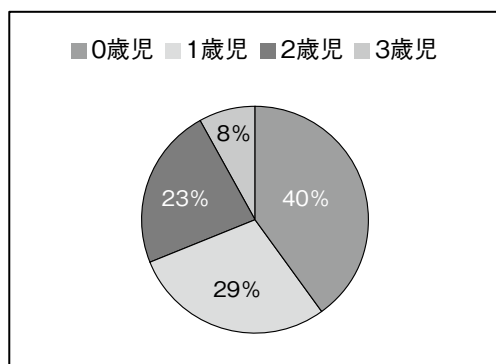


図4 第1回～第5回 子どもの月齢（単位：%）

自由記述による講座のニーズ調査では、音や楽器あそび、リトミック、リズムあそび、体操、身体を動かすあそびを希望する保護者が多いことが分かった。特に楽器あそびとリトミック、リズムあそび、身体を動かすあそびは複数の回答があった。本稿で実施した調査と同様に音楽表現を中心とした子育て支援講座終了後に実施したニーズ調査における先行研究において「リトミックのような身体活動を通した音楽遊びがしたい」という回答が最も多かったと報告している「中村ら（2015）」<sup>6)</sup>。以上のことから、子育て支援講座において音と身体運動が伴うあそびは、保護者のニーズが高いことがわかる。また、本研究の調査結果では、子どもの発達に合わせた運動あそびについても関心があることが明らかになった。

保護者のニーズが高いリトミックや身体を動かすあそびは、他者と一緒にあそびを共有し、参加者同士でふれあう機会をもつことができる。さらに、身体全体を使うダイナミックな動きが伴うあそびは、ある程度の広さ（空間）が必要となる。参加者は、日常的な家庭におけるあそびでは経験できないことを子育て支援講座に期待していることも考えられる。

### 3. プログラムの開発

本稿では、アンケート調査の自由記述による回答と参加対象の月齢及び発達を踏まえ、親子が一緒に楽しめる音と身体運動に着目したあそびのプログラムを提案する。プログラムは、あそびの中で乳幼児に五感を通じた感覚機能、感受性、身体運動（微細運動・粗大運動・反射運動）を多面的に促すことに重点を置く。音は、あそびのベースとして用いる。そして、五感の1つである聴覚の刺激を促し、聴覚を通じて音を心で感受でき、乳幼児の身体運動の発達に考慮したプログラムを開発する。全てのあそびには、歌詞、メロディー、リズムが情感豊かで、これらが繰り返しあらわれる童謡楽曲を3曲選曲し、使用する。童謡を使用する目的は、保護者も幼少期から馴染みがあり、自宅において子どもと一緒にふれあい、歌いながら繰り返しあそぶことができるからである。また、子どもが就園する際に、保育の場で歌われるこれらの歌に親しみをもつことができる。乳幼児の音（音楽）の記憶に関して、2013年に麦谷らは、乳児の音楽を認知し記憶する力を調査した実験を行っている。親と一緒に聴取した親しみのあるメロディーについて、雑音が混在しない「通常メロディー」は、生後6か月児でも2か月間記憶できる可能性が報告されている<sup>7)</sup>。

講座では、音を中心としたあそびの講座と同様、参加者が輪になり座り、ピアノの音（松井担当）、講座進行者（高橋担当）と保護者の歌唱により行う。『ぞうさん』（楽譜2）<sup>8)</sup>及び『めだかの学校』（楽譜3）<sup>9)</sup>の図は、筆者（高橋）が考案した音（音楽）に合わせて子どもの身体運動の発達を促し、心と身体を柔軟にすることをねらいとして作成したオリジナルのものである。『ぞうさん』と『めだかの学校』は、保育者養成校の科目、「総合表現Ⅰ」の身体表現の授業において学生にも紹介している。2曲の童謡は、メロディーやリズムに合わせて身体全体を使うあそびと歌詞（言葉）の内容に合わせた身体表現が楽しめるよう考案した。本研究での実践では、参加対象の月齢に合わせ、図を基に、随時動きをアレンジしながら親子に紹介する。

まず、1曲目の『ぶらんこ』（楽譜1<sup>10)</sup>）は、2曲目の『ぞうさん』（楽譜2）の準備的なあそびとなる。『ぶらんこ』では、「ゆれるように」と楽譜に表現の指示があるように、親子で2拍子の連続的な付点のリズムに合わせ、前後・左右にゆれるふれあいあそびが体験できる。親子で向かい合わせになり、親子で視線を合わせてあそんだり、保護者の膝の上に子どもが座り、他の参加者と視線を合わせてコミュニケーションを交わしたり、安心感をもってあそぶことができる。特に乳児期は、言葉以外の方法で他者と交流し、さまざまな能力を獲得していく大切な時期であり、心地よい感覚は、子どもの発達を支えることに繋がる「小西(2017)」<sup>11)</sup>。また、繰り返し歌われるオノマトペの“ゆらゆらゆらりん”では、言葉のリズム、メロディー、身体

の動きを同時に楽しむことができる。

2曲目の『ぞうさん』及び3曲目の『めだかの学校』は、身体全体を十分にストレッチする要素を含んでいる。2曲目の『ぞうさん』では、『ぶらんこ』で体験した2拍子のゆれの動きを3拍子の大きなゆれの動きに変えてあそぶ。また、1番の歌詞では、ぞうの特徴である鼻を腕全体で見立てて表現することも楽しめる。『ぞうさん』と同様に『めだかの学校』は、4拍子に合わせて身体全体をストレッチする要素と歌詞に合わせ身体の一部を見立ててあそぶ要素を組み合わせている。保護者へのアドバイスとして、普段の生活のなかであまり意識をしていない「股関節まわりのストレッチ」を行うことにより、股関節まわりの筋肉が伸びて全身の血流が良くなることを伝える。リンパ・血液の流れがスムーズになり、体が温まり、運動のパフォーマンスが上がってくる。また、冷えなどの解消にもつながっていく。骨盤内の血行も良くなり、老廃物を排除し、下半身の代謝が促進される。股関節ストレッチを続けることで、姿勢も良くなり骨盤の位置が整う。さらに、親子一緒にストレッチ体操を行うことによって、子供の股関節の可動域のチェックも確認することができる。

前述の解説をそれぞれの楽曲で行い、講座を進行する。親子で動く最大のメリットは、保護者のリラックスした表情や笑顔を見て、子どもが安心してのびのびと動くことができ、お互いの心を通わせることができる点にある。保護者にとっても子どもの笑顔は、最大の喜びである。以上のことは、保育者養成校の授業においても学生に解説しながら指導している。

動きを支える音（音楽）は、親子の動きに柔軟に対応できるピアノ伴奏により実施する。音の組み合わせが豊富なピアノを使用することにより、音域を変化させたり、即興を加えアレンジしたり、繰り返してあそぶことが容易となる。多様な音の表現により、乳幼児と保護者の創造性や感性を育てることができる考える。

#### 4. まとめ

本稿では、大阪商業大学共同参画研究所、藤井寺市地域子育て支援拠点事業の子育て支援講座における講座内容のニーズについて保護者にアンケート調査を実施し、その結果を明らかにした。筆者のそれぞれの専門の立場から調査結果の分析及び情報共有を行い、プログラム内容の充実を目指した。

プログラムの開発では、音と身体運動を融合させ、子どもの発達に合わせたあそびを検討した。さらに、保護者が子どもの成長を感じ、親子が肌と肌のコンタクトを密にし、あそびの

## 音と身体運動に着目した子育て支援プログラムの開発

中でふれあう機会を増やすことで、安心感をもち講座に参加できるよう留意した。特に言葉をもたない乳児は、他者とふれあうことでコミュニケーションを深めていく。また、成長過程に応じて、身体動作で他者とコミュニケーションをもち、その後言葉によるコミュニケーションへと繋がっていく。

本プログラムのように、コミュニケーションの出発点であるふれあいや音を感じながら身体運動を同時に行うことができるあそびは、子どもの心身の発達を促すことと同時に子育て中の保護者の心身をリラックスさせ、癒しを与えることができる考える。

本稿で述べた音と身体運動に着目したプログラムは、2020年2月の藤井寺市地域子育て支援拠点事業、子育て支援講座で筆者らによって実施する。プログラムの詳細及び実践結果については、次号に掲載することとする。

## 参考文献

- 1) 内閣府「よくわかる「子ども・子育て支援新制度」、参照2020年2月11日  
<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shinseido/sukusuku.html>
- 2) 大阪商業大学共同参画研究所「藤井寺市地域子育て支援拠点事業ユッタリユックリとは」、参照2020年2月11日 [https://ouc.daishodai.ac.jp/joint\\_labo/plaza/index.html](https://ouc.daishodai.ac.jp/joint_labo/plaza/index.html)
- 3) 高塩純一(2013) 編著小西行郎、遠藤利彦『赤ちゃん学を学ぶ人のために』世界思想社、p.114
- 4) 松井典子、高橋仁美(2018)「身体表現と音楽表現の融合を目指して—保育者養成校における保育内容領域・表現の演習授業を通して—」『滋賀短期大学研究紀要第43号』pp.131-142
- 5) 丸山慎(2016) 編著小西行郎、志村洋子、今川恭子、坂井康子『乳幼児の音楽表現』中央法規、p.55
- 6) 中村礼香、丸田愛子(2015)「鹿児島県における音楽を通した子育て支援からみえる課題」『南九州地域科学研究所所報第31号』pp.23-32
- 7) 志村洋子(2017) 編著小西行郎、小西薫、志村洋子『赤ちゃん学で理解する乳児の発達と保育 第2巻 運動・遊び・音楽』中央法規、p.106
- 8) 高橋仁美(2018) 監修柚木たまみ・松井典子・水嶋育『子どもの音楽表現・うたあそび』三学出版、pp.58-59
- 9) 高橋仁美、前掲書、pp.95-97
- 10) 前掲書、p.84
- 11) 小西薫(2017) 文献7)と同様、p.48

# 楽譜 1

## ぶらんこ

詞：藤原経世  
曲：芥川也寸志

ゆるるように

# 楽譜 2

## ぞうさん

詞：まどゆみお  
曲：藤 伊勢雄

### ストレッチ体操

#### ①ソウゾウ



両手をひざにおいて、両ひじを揺る。～ぞうさんのお鼻です。両手を合わせて前に伸ばす。～ぞうさんのお鼻です。

#### ②ゾウ

①ぞうさん ぞうさん おはなが ながいのね

②ぞうさん かあさんち



前にしっかりと伸ばす (2回くり返し)



両手を伸ばす



両手を広げて 上でのひらき合わせる



③ながいのよ



手を合わせたまままっすぐへ伸ばして 起き上がる。

#### ④ゾウ

①ぞうさん ぞうさん だれが すきなの

②あのか かあさんが



両手を前に出し、右につけ、正面に戻して 次は左へ。



両手を左右に広げてから 胸の前でクロスする。

③すきなよ



もう一度広げて 上へ。

原付名案：高橋仁美

楽譜3

めだかの学校

詞：高木 茂  
曲：中田喜直

1.0 だ だ か 0 0 0  
2.0 だ だ か 0 0 0  
3.0 だ だ か 0 0 0

めだかの学校は かわのなか  
そーっとのぞいてみてごらん

手のひらを顔上で ひらひら  
ひらひら 伸ばしたまま  
背すじをしっかりと 伸ばす  
(2回くり返し)

おなじ動作で 左に屈伸  
背すじを伸ばして 前に伏せる

めだかの学校は かわのなか  
そーっとのぞいてみてごらん

めだかの学校は かわのなか  
そーっとのぞいてみてごらん

おなじ動作で 左に  
背すじを伸ばして 前に伏せる

めだかの学校は かわのなか  
そーっとのぞいてみてごらん

めだかの学校は かわのなか  
そーっとのぞいてみてごらん

おなじ動作で 左に  
背すじを伸ばして 前に伏せる

1.めだかの学校

①めだかのがっこうは かわのなか ②そーっとのぞいてみてごらん

手のひらを顔上で ひらひら 伸ばしたまま 背すじをしっかりと 伸ばす (2回くり返し)

脚と背すじを 伸ばしたまま 両手を広げる (2回くり返し)

手を目にあてて 右に屈伸

③そーっとのぞいてみてごらん ④みんなでおゆうぎ しているよ

おなじ動作で 左に屈伸 背すじを伸ばして 前に伏せる

2.めだかの学校

①めだかのがっこうの めだかたち ②だーれがせいとかせんせいか

1番と同じ (2回くり返し) 背すじを伸ばして 顔を顔の後ろで組み 右へ (左の向きを しっかりと伸ばす)

③だーれがせいとかせんせいか ④みんなでげんごに あそんでる

同じ動作で左に 手のひらを外にして 両手を顔にあてて、 前に伏せる

①めだかのがっこうは うれしそう ②みずにながれて っーいっい

1、2番と同じ (2回くり返し) 両手を目にあてて 右へ、 ひじをしっかりと 床につける。

③みずにながれて っーいっい ④みんなでそろって っーいっい

同じ動作で左に 両ひじを床、床につけて、 っーいっい

絵付執筆：高橋に実