

でんぐり返しは…安全？…危険？

0・1・2歳児が通う、住宅街の小さな保育園での一コマです。

お昼寝用の布団を敷き詰め、部屋の中心には山に見立てた段差を作って、全体を大きな布で安全に覆い、「おふとん山」という室内遊びをしていました。普段は音楽に合わせて山の周りを一方向にぐるぐる歩いたり走ったり、段差からピョンと飛んだり、お遊戯など、子どもたちの自由な動きを大切にしつつ、楽しく体をいっぱい動かすプログラムです。

ある日、「おふとん山」の時に、でんぐり返しをした子がいました。保育者の一人は、「上手だね～！」と子どもを褒めました。別の保育者は、「でんぐり返しは首が危ないので、保育園ではさせないほうが良いのでは？」と考えました。さて、みなさんは、どのように思われますか？

何事も「絶対」は無いのですが、今回、保健的な視点から「でんぐり返し」についての一考察を述べたいと思います。

首は確かに大切な部位の一つです。

一方で、乳幼児の「でんぐり返し」と「頸部損傷」(ひねって痛みが出るなど軽症も含む)の関係について、過度に危険視する必要性は無いと考えました。但し、保育下で実施するには、安全と責任の面でいくつかのポイントを押さえる必要があると思いますので、参考として保健的要素を列挙します。

「過度に危険視する必要はない」理由として、以下が挙げられます。

- ・乳幼児は身体が小さく軽い為、仮に上手くいかなかった場合でもダメージは軽い(又は殆どない)。
- ・ある程度成長した子どもや青年や大人と違い、「やらなければ」「上手く見せよう」という意識ではなく、純粋な好奇心や衝動から動くことで、変な力みが無く、可動域の中で無理のない自然な動きになる。

一方で、成長や、大人になり手足が長く、身長も伸びてくると、大きくなった身体とその動きを協調させコントロールするのが難しくなってきます。心理的な不安や恐怖心、プライドも芽生える為、心身が硬く力み、尚更しなやかに動く事へのハードルが上がります。また、成長により自重が重くなり、筋力が付いて出せる力も大きくなる為、失敗した場合の怪我の程度も大きくなる傾向にあります。

そこで、「やってみたい」興味があるのであれば特に、あまり年齢の上がらない身体の小さい内に、できるだけ多様な動きを経験する事で、子どもの健やかな発育発達に大きく貢献します。出来ない子が真似してチャレンジするのも、自発的であればむしろ好ましいと言えます。身体を使う経験の少ない現代の子どもたちにとって、「でんぐり返し」の様な日常生活動作には無い【回転】する動きは、怪我のリスクや恐怖心の少ない幼少期に面白がって経験を重ねることで、怪我をしにくい、しなやかな身体感覚・身体能力が身に付くとともに、楽しみや爽快感、満足感、自信、自発性、やる気などを、効果的に育んでくれる利点があります。

一般的に、小さな子どもが運動の場面などで怪我をするのは、

- ・本人が意識出来ていない不意のこと
 - ・本人の意図しない外力や衝撃
- によります。

例えば、

- ・やりたくないのに無理やりやらされる→抵抗する力みで身体が硬くなっている
- ・不適切に強く(又は不意に)押される・当たる→自力(の程度)でない、意識出来ておらず、身体と心の準備がない

・高さのある所より首から落ちる・勢いを付けて飛び込むようにする→意図してない、自力・自重を超えている

など

保健的視点からの結論

- ・本人が「やる」と意識していて、自分のタイミングで、一般的なでんぐり返しの動き【両手と頭で支えた姿勢から自重(又は自力程度を超えない補助)で背面へと受け身で回転】をする限り、「首が危険」とはならないでしょう。
- ・「でんぐり返し」の様な多様な動き・身体感覚の経験は、子どもの心身両面の健やかな発育発達に好影響です。
- ・但し、保育下で、複数人が入り乱れる予測不能の動きの中では、意図しないタイミングで意図しない外力が働く場面もあり得るので、実施する場合は安全確保の工夫が必要と言えます。

以上のように考え、参考として先生方にお伝えしました。

その一方で、私は、この小さな保育園の先生おひとりおひとりの、保育という仕事に対する真摯な姿勢、全員のチームワークに頭の下がる思いでした。まず、自分をよく見せよう、嫌われないようにしようと思えば、否定的な意見は言わない方が良いでしょう。けれど今回のように、保育中の疑問や意見は積極的に言葉で伝え合い、まとめ役の先生を中心に全員の意見をもとに、「この園では何を大切に、どうやっていくのか」を検討し、今後に繋げる体制が根付いています。実は今回も、後のミーティングに向けて全員の先生が、それぞれの意見を出し合っていました。拝見したその内容は、保育への、そして仲間への誠実さと、子ども達への深い愛情が溢れていました。様々な意見にも、間違いはありません。「この保育園で、小さなこの子たちに、どんな時、どんな風に関わり、どんな経験で、何を育てあげられるか。」「保育の中にどんな危険があり、どうしたらそれを回避出来るのか。」たかが「でんぐり返し」。されど「でんぐり返し」。保育園の先生は体操教室のインストラクターではありません。けれど、万が一、怪我や事故が起きてしまえば責任を問われる以上に、自責の念に苛まれることは目に見えています。お預かりしている子ども達ひとりひとりを、健やかに育てるために最善を尽くすプロ意識と、そこに関わる重い責任。それでも先生たちは、今日もやさしい笑顔で、静かに見守る眼差しで、それぞれに子ども達と向き合っています。