



## 「歩き」のすすめ

園長 和島 千佳子

秋は、目白台運動公園に4,5歳児で出掛けたり、小石川植物園に親子遠足に行ったりしました。

目白台運動公園への道のりは、園を出て歩道橋を渡り、町を歩きました。商店の前で出会った方と挨拶をかわし、目白台交流館が近付くと「ここに来たことあるよ」と会話しながら歩きます。歩道では端に寄り向かいから来る方とぶつからないようにして歩き、細い路地では一列になり車に気を付けます。年長児は年少児をリードしながら歩いていて、頼もしいなと感じました。公園ではドングリや落ち葉を探しながら歩いたり、広い芝生の上で思い切り走り回ったりしました。

小石川植物園へは現地集合でしたが、園内では友達や保護者の方とグループになって散策しました。空まで届きそうな大きな木を見上げ驚いたり、足元に落ちている実や葉をよく見たり匂いを感じたりしました。風で木の葉同士がこすれる音や、木の実が落ちる音も聞こえました。また、木肌の様子を手のひらで触って感じたり、並んだ切り株を渡り歩いたり、様々な楽しみや発見があったようです。

地域には「いいもの」がたくさんあります。そして、いつも通る何気ない道端の草花や看板などの町の様子も、子どもは自分の視点で見えて捉えています。

そこで、「歩き」のすすめです。登降園の時間、お子さんと一緒に歩きませんか。

園では徒歩通園をおすすめしていますので、日々行っている方もあれば、それぞれのご事情で自転車を利用することもあるでしょう。子どもにとって、自転車に乗せられピュッと通り過ぎるのと、歩いて通うのでは、同じ景色でも見え方が違い、気付くことや感じることも違ってきます。時間はかかりますが、一緒に町を歩くことによって、おうちの方とお子さんとの交通ルールを確認し、教える機会にもなります。何より、毎日の積み重ねで子どもの活動量に大きな違いが出て、体力づくりに影響します。

とはいえ、「朝夕の時間は貴重だし、すぐには習慣を変えられない」という声も聞こえてきそうです。

そこでひとつの提案です。週の一日からでも、徒歩通園を始めてみませんか。

登園時は慌ただしくて難しければ、帰り道だけでもいかがでしょうか。やってみればいいことづくめ、きっと後悔はしないでしょ。ぜひともおすすめします。やがて就学すれば、子どもは親を離れて行動するようになります。「チャンスは今!」なのです。

区の教育センターの先生が来園された際、「この園のお子さんはいいですね、毎日『希望の坂』を通っていると足腰が強くなりますよ」とお話くださいました。はい、そのとおりだと思います。また、西門に続く道も、この園ならではの貴重な経験のできる環境ですね。

これから寒さに向かいますが、落ち葉や霜柱などの楽しみもありそうです。葉を落とした木の枝の間から鳥の様子が観察しやすい季節です。お子さんと一緒に、歩きの速度でまわりの景色を見て、音を聞いて、手で触れて、感じることを大切にしていきましょう。



目白台運動公園へ



小石川植物園 親子遠足

