

ルポルタージュ・乳幼児期からの健康づくりプログラム

課題を多様に設定できる ボルダリングをホールに設置 園児が日々挑戦できる環境をつくる



2020東京オリンピックの種目となり、注目を集めたスポーツクライミング。日本は“スポーツクライミング大国”の一つで、国際大会で活躍する選手も多く、国内の愛好者は約60万人に上るとされている。

スポーツクライミングにはボルダリング、リードクライミング、スピードクライミングの3種目があるが、とくにボルダリングは性別や年齢、体格を問わず誰でも手軽に挑戦できるスポーツとして人気が高い。子どもからシニアまですそ野は広がっており、子ども向けのウォールを設置するボルダリングジムも増えている。

子どものスポーツとしてボルダリングが注目されているのは、全身運動で体幹やバランス感覚が身につくことに加えて、先を読みながら登る思考力、集中力、想像力が養われるから。自分のレベルに合わせて課題（コース）を選べる点や、達成感の積み重ねを経験できる点も子どもに適していると言える。今回は第一生命財団の待機児童対策・保育所等助成事業の中から、園にウォールを設置してボルダリングに取り組む宮城県名取市・関上わかばこども園を紹介する。

大人に教えられるのではなく 自分で考え登ることで 判断力や集中力も身につく

2023年1月11日、閉上わかばこども園でボルダリングの体験会が行われた。ボルダリングウォールは同園の多目的ホールに約1ヶ月かけて施工されたもの。園児たちはカラフルなウォールが出来上がっているのを見て、完成を心待ちにしていたという。

この日は、設計・施工を手掛けた佐藤優哉さんと年中・年長児クラスの子どもたちがチャレンジした。ウォールは高さ約2.7

メートル、幅約5.4メートルの本格的なもので、理事長の佐々木一十郎さんは「子どもの身長やリーチを考慮して設計されていますが、大人も楽しむことができます」と話す。

「子どもたちは工事の様子をいつもワクワクしながら見ていました。遊べる日が来るのを本当に楽しみにしていましたから、初日はホールドの石を触るだけで目を輝かせていましたね」

その後、佐藤さんに何度か指導に来てもらったのが基本。登り方を誰かに教えられるのではなく、トライアンドエラーを繰り返しながら自分の力で登ることに、ボルダリングの面白さがあるからだ。思考力や判断力、集中力が身につくのもボルダリングの特徴とされるが、そうした力を育むためにも自分で考え登ることが重要になる。

「自分が登るとき以外は壁に近寄らないといったルールは教えますが、登り方を取り足取り教えるようなことはしていません。ボルダリングは、自分で手探りで登っていくからこそ面白く、達成感も大きい。大人が、次はこの石だなどと教えてしまうとつまらないので、子どもたちにはどんどんやってみてもらっています。教えなくても、子どもは自分で工夫

ボルダリングを始めて約2ヶ月半、垂直の壁を上まで登れる子どもが増えて、角度のある壁を登ったり、黄色だけ、青だけというようにホールドの色を決めて登ったり、一人ひとりが自分なりのゴールを決めて楽しむようになってきた。ゴールを変えて楽しめるのは、ボルダリングの最大の魅力。ホールドの石は取り外して配置を変えることもできる。





園上のシンボル「土手の黒松並木」の緑「海松藍(みえるあい)色」の美しい保育棟と、美田園わかば幼稚園から移築した白いテント張りのホール棟は、園上復興のシンボルの一つ。ポルタリングウォールはホール棟に設置されている。



表1 ● 園上わかばこども園の概要

【基本理念】

基本的な生活習慣を身につけ、心身ともに健康で人間性豊かな「小さな人格者」を育てる

【目指す子どもの姿】

自分で考え行動する子ども（自立）
優しさと思いやりの心で助け合う子ども（協調）
何ごとにもくじけず頑張る子ども（挑戦）

【教育・保育目標】

個性尊重／それぞれの子がもつ多様な心に寄り添いながら触れ合う
家族愛・愛国心／家族を、郷土を、そして日本を愛する心を育てる
使命感／常に努力し、人の役に立つ志を育てる
世界平和／友情を築き、世界中の人と仲良くしようとする心を育てる

Data

所在地：宮城県名取市
形態：幼保連携型認定こども園
開園：2022年4月1日
園舎：約1100㎡
園庭：約690㎡

表2 ● 園の沿革

1955年9月 園上わかば幼稚園 開園
2007年4月 個人立から学校法人わかば学園に
2011年3月 東日本大震災により全壊
<休園>
2014年4月 美田園わかば幼稚園 開園
2022年1月 園上へ移転
2022年4月 園上わかばこども園 開園

して、だんだん上手になるものです」
要領を覚えてくると、遠くのホールドをつかもうとして落ちるケースも出てくるが、「失敗や小さなけがは成長につながる」と佐々木さんは話す。

「実際に落ちてみて初めて、どう落ちれば痛くないか、どうすれば落ちないかがわかることもあります。大きなけががないよう十分に注意する必要がありますが、落ちても大事に至らないよう専用のマットも敷いてありますし、保育者がけがを過度に恐れず見守ることを大切にしています」

現在は年少・年中・年長児が時間を決めて取り組んでいる。慣れてくれば室内遊びの時間に、やりたい子どもが自由に遊べる

ようにすることも考えているそうです。

**復興した園上の地に戻り
こども園として
新たなスタートを切る**

.....

同園は、2011年の東日本大震災で甚大な津波の被害を受けた宮城県名取市園上地区にある。前身は、戦後の混乱が収まった1955年（昭和30年）に設立された「園上わかば幼稚園」。創立以来、地域の幼児教育を担ってきたが、東日本大震災で全壊し、休園を余儀なくされた。

「2014年4月に多くの方々のご協力を得て、園上から4キロメートルほど離れた内陸部に仮設の〈美田園わかば幼稚園〉を開設し、幼児教育の灯をともし続けてきました。その後、園上の復興



体力づくりの目標にしているのが、年長の夏休みのお泊まり会。園児と保育者だけで蔵王に一泊する恒例行事で、大自然の中でハイキングをしたり、自分たちで作ったカレーを食べたり、キャンプファイヤーをしたり、自分で手づかみしたニジマスを焼いて食べたり、一生の思い出に残るイベントとなっている。

表3 ●ボルダリングの保育計画

【内容】

年少児：自分の身体を支えることは難しいため、最初は好きな色のホールドをつかむ楽しさを知る。指先の使い方や力を入れる場所が少しずつわかり、楽しさが広がる。下りられなくなったときの恐怖心を経験し、ルールを守らないとけがにつながることを学ぶ。

年中児：手や足の力がつき、一つずつ上や横に移動できるようになる。自分の力で移動できるようになることで、楽しさ・喜びが広がる。手のまめ、擦り傷など小さなけがも経験する。

年長児：体幹の力がつき、ホールドの色を決めるなど一人ひとりが自分で課題（コース）を決め挑戦できるようになる。できることが多くなるぶん、大きなけがをしないように、楽しい気持ちを大切にしながらも真剣に取り組むことを意識させる。

※いずれの年齢においても、常に保育者が見守り、大きなけがにつながるよう配慮する。

事業が進み、震災から11年を経て創業の地に戻りました。2022年1月、美田園わかば幼稚園の子どもたちとともに新設の園舎に戻り、4月から幼保連携型認定こども園（園上わかばこども園）として新たなスタートを切りました」

復興が進む被災地の中でも、園上は子育て世代が増えている地区。2020年秋に土地区画整理事業が完成し、復興公営住宅や建て売りの戸建てができる、子育て世代が移り住むようになったと言った。

「仙台市に隣接し、経済の副拠点・ベッドタウンの機能を持つ名取市はもともと住宅地として人気の高い地域です。仙台市内

白いテント張りのホール棟から成る。そのホール棟に、目玉として設置されたのがボルダリングウォールだ。

「ボルダリングは、幼児でも楽しむことができ、全身の筋力やバランス感覚、体幹、手や足でつかむ力が鍛えられます。いまの子どもたちは、木登りのように遊びの中で自分で自分の身体を支える動きをすることが少ないため、ぜひ園にボルダリングウォールを設置したいと考えました。普段なかなか経験できないボルダリングが園にあることは、子どもたちの大きな楽しみになっていますし、保育者も運動遊びの素晴らしいツールができたと思っています」

現在、コロナ禍で園を開放するようなイベント

などと比べると地価が手頃なこと、住みやすさ、景観や自然の美しさなどにひかれて、復興後、新たに移住してきた人も多いです。小中一貫校やこども園・保育所、児童センター、公園などがそろった園上地区も子育て世帯が増えており、保育施設のニーズは高いです」

新しい園舎は、海辺の園上を象徴する「土手の黒松並木」の緑、海松藍色の保育棟と、美田園わかば幼稚園から移築した



理事長の佐々木一十郎さん



畳の部屋やおもてなしの様式に触れる機会として、年中・年長児を対象に茶道教室を定期的に行っている。「最初は抹茶を飲めない子が半分ぐらいいますが、年長になると最後まで飲めるようになります。正座もできるようになります。美しい姿勢は一生の財産になりますから、正座できちんと座る機会を持つことはとても大切だと考えています」(佐々木さん)

茶道教室で畳の部屋や おもてなしの様式、 美しい姿勢を体験

は行っていないが、いずれ保護者、さらには地域の人たちに子どもたちがポルダリングで遊ぶ姿をお披露目したいと考えている。

閑上わかば幼稚園の頃から、体力づくりには力を入れている。目標にしているのが、年長の夏休みのお泊まり会。園児と保育者だけで蔵王に一泊する恒例行事で、大自然の中でハイキングをしたり、キャンプファイヤーをしたり、自分で手づかみしたニジマスを焼いて食べたり、一生の思い出に残るイベントとなっている。

「健全な精神は健全な肉体に宿る」と言わ

れる通り、体力づくりという基礎の上に自律心や協調性、思いやりの心が育ちます。昔に比べると、入園時には体力がなく、ひ弱な感じの子が多のですが、園でさまざまな活動をする中で、徐々に強い身体と心が育っていきます。近くの公園や名取川の土手など園外で遊ぶ日も多く、雨の日にカッパを着て散歩に出かけることもあります。体力づくりの成果からか、園医から「わかばこども園の子どもたちは風邪をひかない。ひいても軽くすむ。基礎体力を鍛えているおかげですね」と言っていたみたいです」

子どもたちに豊かな経験をしてもらうため、外部の専門講師を迎え、英語教室や体操教室、茶道教室を定期的に行っている。茶道教室は、日本文化である畳の部屋やおもてなしの様式に触れてほしいとの思いから、年中・年長児を対象に始めたもの。ボランティアの講師の協力もあり、閑上わかば幼稚園の時代から長く続いているそうだ。

「いまは畳のない家も増えていきますので、畳に触れる・正座をする・お茶の心得を学ぶ経験を小さい頃にしてほしいと思います。茶道教室を行っています。最初は抹茶を飲めない子が半分ぐらいいますが、年長になると最後まで飲めるようになりますね。年長児はお茶とお菓子のお運びを練習し、年度末に保護者をお招きして《卒園お茶会》を

● 第一生命財団の待機児童対策・保育所等助成事業 ●

第一生命財団では2013年度より、待機児童対策の一環として、より多くの子どもたちに、安全・安心な保育環境と、すこやかな心と体を育み、また、豊かな創造力を養う機会が提供されることを目的とした保育所等助成事業をスタートさせた。

具体的には、新設の認可保育所、認定こども園等が保育の質を高めるために、独自に実施する保育プログラムにかかる備品等の購入費用（の一部）を助成するもので、対象となるのは、子どもの成長に必要な遊具や運動器具、楽器、保育家具など。市販の物だけでなく、独自に考案された物品も含まれる。

助成金額は1施設 100万円が上限（定員30人未満は上限30万円、定員30～100人未満は上限70万円）。2022年度は44件、総額約2,976万円の助成が行われた。

開き、自分たちでお茶とお菓子をお出しします」
最初は正座で座れない子どもがいるが、徐々に背筋を伸ばして正座できるようになるという。

「美しい姿勢は一生の財産になりますから、正座できちんと座る機会をつくるのは貴重なことです。ただし、正座をするだけで美しい姿勢を維持できるようにはなりません。運動遊びなどを通して体幹やバランス感覚を鍛えることが重要で、園のさまざまな活動は個々に独立してあるのではなく、どれもがつながって子どもたちの健康な成長を促すのだと考えています」

子どもたちが自分で 課題を決められるボルダリング 挑戦する勇気を培ってほしい

取材に訪れたのは、ボルダリングクウォールの完成から約2ヶ月半が過ぎた3月中旬。年長児の多くは上まで登れるようになったが、それで終わらないのがボルダリングの魅力だ。初めはとにかく登れるところから登る。垂直の壁を上まで登れるようになったら角度のある壁にトライする。それができるようになったらルールを設け、たとえば緑の石だけ、ピンクの石だけをたどって登る。一人ひとりが自由に課題を決めて楽しんでいると佐々木さんは話す。

「0、1、2と数字の石を登るコースもありますし、もっと上手になればタイムトライアルもでき

るでしょう。ホールドの石を取り外して、配置を変えられることもできます。多様な遊び方が可能で、一人ひとりの体力や能力に合わせてゴールを設定できるのが、ボルダリングの最大の長所だと思います」

苦手な子どももいるが、大人が無理に促すようなことをしなくても、まわりの子どもたちが遊ぶ様子を見ているうち自然にやってみる気持ちになるそうだ。

「大人は『一番上まで登る』とゴール」と思いがちですが、ゴールはその子によって違うもの。『ホールドの石を握れた』ことで大きな達成感を得られる子もいます。誰かと同じゴールを目指す必要はありません。一人ひとりに自分なりの満足、達成感を得てほしいと思っています」

同園では、「目指す子どもの姿」の一つとして「何ごとにもくじけず頑張る子ども（挑戦）」を掲げている。ボルダリングは、まさに「挑戦」のたのみのツールだと佐々木さんは話す。

「日常の中に挑戦できる環境があれば、大人が働きかけなどしなくても、子どもは自分から挑戦するものです。挑戦して達成できたときの喜び、思うようにできない悔しさ、さまざまな気持ちがある子どもを成長させます。ボルダリングに楽しみながらも真剣に取り組むことで、自分の限界を超えて『挑戦』する勇気を培い、「何ごとにもくじけず頑張る子ども」に育ってほしいです」