Bookstart Newsletter



写真:『いっしょにえほん 写真コンテスト 2024』 受賞作/秋山俊介さん (宮城県)

-トが親子にもたらす を考える 幸せ」

ウェルビーイングにもたらすものを探り

の視点から、絵本のひとときが親子の

インタビューと、発達心理学の専門家 前にブックスタートを経験した親子への

見えない人も見える人も一緒に楽しめる 「点字つきさわる絵本」を知ろう!

概念を切り口に、その問いに迫ります。 らす価値を、どのように捉えることが る考え方として、近年、教育や福祉 の幸福度を多角的・包括的に理解す 特集では、「ウェルビーイング」 という できるのか。今号と次号にわたる連続 医療などさまざまな分野で注目されて か?」をより広い意味で捉え直し、人 難しいものでもあります。 今号では、東京都西東京市で20 ウェルビーイングは、「健康とは何 ブックスタートが親子や地域にもた

ぱいに関わろうとする姿が印象的です。 の声やページをめくる手に、好奇心いる 深まった」「赤ちゃんの幸せにつながっ た」という変化は、数字で測ることが された絵本をきっかけに「親子の絆が て実施されています。とはいえ、手渡 の赤ちゃんの周りでもたれることを願っ 楽しくあたたかいひとときが、すべて ブックスタートは、この写真のように 絵本に手を伸ばす赤ちゃん。 読み手 本を受け取った市 たことを記 が 東 2 京 都 0 2 3 西 東 京 年 念 市 度 は、 民 で へのアンケー 20 初 ブックスター 周 年 度 年 に を 迎 絵

東京都 20年前に絵本を手渡 あの日の赤ちゃん」 西東京市

にその後の様子を尋ねた自治体の事例 組みとして、対象となった赤ちゃん本人 るのでしょうか。 ルビーイングにどのような影響を与え を紹介します。 ブックスタートは、 手がかりとなる取り 親子の主観的ウェ

た親子に話を聞きたいと、 当 一人である岡本心奈さん・母親の美 NPO もブックスタートを経験 実行委員9

帆さんに絵本の思い出を伺いました。

本の の赤ちゃん」 場にコーナーを用意して実施。 ントされた絵本を覚えているか尋ねる ります」と、 ^加する『二十歳のつどい』 とインタ 「なつかしい!」「この絵本、 思 実行委員9人に話を聞き、 ンタビューでは『二十歳のつど い出を語ってもらいました。 が立ち寄ってくれました。 たくさんの 20歳を迎えた市民が 「あの日 式典 家に

ビュ を 行 61 ま

そもそも 「ウェルビーイング」 とは? 心も、身体も、社会的にも満たされた状態

「幸せ (happiness)」は主に精神的な心 の状態を表すのに対し、ウェルビーイング はより広い視点から、精神的・身体的・社 会的に満たされた状態を意味します。また、 一時的なものではなく「よい状態が持続し ている」という意味も含んでいます。

注目される「主観的ウェルビーイング」

近年では、ウェルビーイングを評価する 際に、健康状態や経済状況など数値で 示される客観的な指標だけでなく、幸福 感や満足感といった、一人ひとりが感じ る認識や感覚に注目する「主観的ウェル ビーイング」の重要性が高まっています。

VOICE



西東京市中央図書館 司書 小笠原 咲菜 さん

20 周年企画を検討する中で、「今年度 20 歳になる 皆さんが、ちょうど立ち上げ当時の赤ちゃんだよね。 お話が聞けたらいいね」という話になり、『二十歳の つどい』担当の社会教育課に相談して、実現するこ とができました。当初は式典会場でのアンケートのみ を考えていましたが、社会教育課から「実行委員へ のインタビューをしてはどうか?」とアイデアをもらい、 企画に加えたのです。 インタビューでは、図書館ま でわざわざ足を運んでくれた方もいて、嬉しいことに 当時手渡した絵本を持ってきてくれました。皆さんの お話を聞いて、この事業が20年も続いていることを 改めて実感しましたし、これからも長く続けていきた いという気持ちでいます。



ケート結果は市内の図書館で展示。 市民に事業を周知する機会になりました。

事例の詳細は 当 NPO ウェブサイトで お読みいただけます





インタビューは図書館だよりと市のウェブサイトへ掲載しました。



東京都西東京市

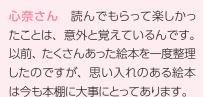
岡本心奈さん(右) 岡本美帆さん(左)親子

ブックスタートの 1 冊から広がった 親子の時間

●ブックスタートで受け取った絵本について教え てください

心奈さん これが、ブックスタートでもらった『い ない いない ばあ 』*¹ です。やぶれた跡があって、 この絵本でよく遊んでいたのだろうなと思います。

美帆さん 私が読むと、娘も「ばあ」 とやっていました。







●その後、絵本の時間はどんなふうに広がっていっ たのでしょうか

心奈さん 『めっきらもっきら どおんどん』*2 が好 きで、よく読んでもらっていたことを覚えています。

美帆さん 大好きだったよね。暗唱するほどで、大 人相手に「私が読んであげる!」ということもありま した。

心奈さん 『チリンのすず』*3 と『おやまのでんしゃ』*4 は、母からもらった本です。

美帆さん 年代ものなんですよ。私自身が幼稚園 の頃、先生に読んでもらって大好きだったので、娘 に贈りました。

心奈さん 『マーくんとぷくぷく』*5は、父が小さ い頃、私の祖母に読んでもらっていたものです。「こ の本面白いでしょ」と父に言われると、子どもの頃 の父も楽しんでいたことを感じて、つながっている 気がするんです。

心奈さん 小学校にあがってからも、いろいろな 本を読みました。

美帆さん 今では、娘に「これ面白いから読んで みて」と薦められて、私が読むこともあるんですよ。

読みきかせの時期が終わっても、本を一緒に 楽しむ時間は続いていたのですね

美帆さん そうですね。きっかけは間違いなく読 みきかせの時代にあったと思います。そのはじま りをたどってみると、やっぱりこれ(ブックスタート で受け取った絵本) に戻るんですよね。絵本を読 むと娘が笑ってくれるので、そんなふうに私がしたこ とで喜んでもらえて、時間を共有できたことが嬉し かったです。

心奈さんいつもは、きょうだいのような感覚で接 しているのですが、絵本を読んでもらうときは「お 母さんと子ども」として接した時間なのかなと思い ます。

●ブックスタートという活動についてどう思いま すか?

美帆さん 市が企画しているという驚きと、喜びが ありました。今なら読めそうだな、と自分が思った タイミングで、娘と一緒に絵本をひらいてみるきっ かけになったと思います。私たちはこういう形でし たが、きっとそれぞれの家庭で、それぞれの思い 出ができますよね。素敵な企画だと思います。

心奈さん。家族の中に楽しい時間が広がっていく、 そのきっかけをくれるというのはすごいことだと思 います。これからもここにある絵本を大切にとって おくつもりです。いつか、次の世代とまた楽しめた らいいなと思っています。

*インタビュー全文はこちらへ



^{*1『}いない いない ばあ』(作:松谷みよ子/絵:瀬川康男/童心社) *2『めっきらもっきら どおんどん』(作:長谷川摂子/絵:ふりやなな/福音館書店)

^{*3『}チリンのすず』(作:やなせたかし/フレーベル館)*4『おやまのでんしゃ』(作:おぼまこと/講談社)*5『マーくんとぷくぷく』(作:いわむらかずお/偕成社)

専門家の言葉

ブックスタートは

。誰かに自分の心を思ってもらう体験』を届ける機会

立命館大学 産業社会学部 教授 篠原郁子 さん



*乳幼児期の社会情緒的発達を中心に、親子関係、幼児教育・保育の研究を行う篠原さんに 親子の絵本の時間について発達心理学の視点からお話を伺いました。

絵本しか読めなかった自分

しく幸せな場面が思い浮かびます。 も、私がまず思い出すのは「絵本しか 読めなかった自分」なんですね。 「親子の絵本の時間」と聞くと、 で

何をしても落ち着かず、万策尽きて無 取ったのが絵本だったのです。 ても泣き止まないことがありました。 ぬいぐるみをなくしてしまって、どうし 力感でいっぱいになったとき、ふと手に 娘が1歳の頃、お気に入りのネコの

声やページをめくる手に、いくらか 思えていたけれど、私が絵本を読む あるのかもしれない……そんなふう でも、この子のためにできることが きまで自分には何もできないように 関心を向けてくれました。ついさっ すめていくうちに、少しずつ絵本に せん。でも、声をかけながら読みす に感じられた出来事でした。 いたとて、最初は目も向けてくれま 泣き止まない子どもと絵本をひら

自分には、力がある』と思えること

タッチメントです。 という気持ちを取り戻したくてくっつ である大人にくっつきます。「大丈夫」 子どもは、不安なとき、怖いときなど タッチメント(愛着)」があります。 き、大人と一緒に心を整える営みがア 自分よりも大きく強く優しく賢い存在 感情がネガティブな状態にあるときに 子どもと大人の関係のひとつに、「ア

う。そんなとき「自分には、力がある の役割をいつも完璧にこなすのは、実 わりに自信がもてない親はいるでしょ てあげたい」という思いをもってはいて 際はとても難しいですね。「安心させ つが、絵本かもしれません。 んだ」と気付かせてくれるもののひと しかし親にとって、そんな「大人」 その術を知らないとか、自分の関

うまくいかないときもあります。それは、 人生も同じですね。 だからこそ 「何か 親子の時間は、楽しいときもあれば

と」、つまり、自分や誰かの心を、自 があります。これは「心で心を思うこ 分の心を使って考える営みです。 絵本は、一緒にひらいて子どもと関わ 「メンタライジング」 という考え方

くれるものかもしれません。 の心を思う」体験を、子どもには「誰 のです。その意味で、親には「子ども み取ろうとする営みが生まれやすいも とか「この場面はちょっと怖いらしい」 る中で、「このページが好きなのかな」 かに心を思ってもらう」 体験をさせて など、子どもの心を思い、気持ちを汲

クスタートで届けられるといいですね。 いことだよね」というメッセージを、ブッ ことで、今日も明日もまたやっていきた だからこそ「それってすごく価値のある れる人がいる」と感じ取っています。 子どもはそんな何気ないやり取りから にかけていることと思いますが、実は、 あかな」と子どもの気持ちを自然に気 - 自分の心をこんなに一生懸命思ってく 多くの親が日頃から「こうかな」「あ

どもにも親にも育みたいと思います。そ 幸せを感じながら生きることを、支えて うした感覚が、前向きな見通しをもち、 があっても大丈夫」という心持ちを、子 くれるのではないかと思うのです。

誰かに心を思ってもらう体験を

にもつながるのではないでしょうか。■ う経験を届けるということも大切にし 力となり、子どもの育ちを支えること こに、あなたとお子さんのことを思って さんお母さん自身の心を、思ってもら いると思います。そのことはきっと親の いる私がいますよ」と伝える場になって たい視点です。 人もいるかもしれません。 まずはお父 ブックスタートは地域の人々が、「こ

や手によって、読まれ、ひらかれ 子の心を思う地域の人の手によっ 係やつながりの中で満たされてい 通して心を通い合わせる親子の た1冊の絵本は、その後、本を ているのではないでしょうか。 親子のウェルビーイングにつながっ る――そのひとつひとつの営みが、 て、絵本が手渡される。その絵 ると感じることも含みます。親 康だけでなく、こうした人間関 関係性を生み出していました。 本が、子どもの心を思う親の声 ウェルビーイングは、心身の健 20年前、心奈さんに手渡され 心を思ってもらう経験をしてこなかった

一方で、親の中には、誰かに自分の

長崎県諫早市

20歳のお祝いメッセージと共に

.....

図書館とブックスタート事業が共に 20 周年を迎えたことから、同じく 20 歳を迎える市民に向けて絵本や図書館

の思い出を募集して展示 しました。募集チラシ に は「20年前、初めて絵 本を手渡した赤ちゃんが 皆さんでした」などの 言葉が添えられ、SNS でもチラシ画像ととも にお祝いメッセージを 発信しました。



北海道猿払村

絵本の思い出を冊子にして配付

保護者に絵本の思い出を寄稿し てもらう冊子『こども・本・わ

こども・本・わたし どうぶつ なきまね is cost Rb 報告村東本別保室町中東て北极センチ

たし』を作成。 ブック スタートの際に配付し ています。絵本に触れ て育ってきた保護者も 多く、自分が読んでも らった体験も語られて います。

\他にもこんな取り組みが/

「絵本の思い出」を聞いてみよう!

鳥取県倉吉市

事業の趣旨を伝える写真展

ブックスタート事業開始 20 周年 企画の一環で、市民から読みきか せの様子を写した写真とエピソー ドを募集して展示。事業の歩みや、 絵本の時間の楽しさを伝える機会 になりました。

事例の詳細は当 NPO ウェブサイトで お読みいただけます▼





いっしょにえほん军真コンテスト

パネル・動画データを提供します!





子どもとの絵本のひととき を捉えた写真を、応募者の コメントとともに紹介した展 示パネル用データとスライド ショー動画です。図書館、 子育て支援センターでの企 画展示などでぜひご活用く ださい。

参考文献:

『ウェルビーイング』(著:前野隆司、前野マドカ/日本経済新聞出版)

『幸せ白書~人がより良く生きるために政策関係者、地方自治体、学校現場、企業は何をすべきか』

(著:一般社団法人ウェルビーイング政策研究所/文芸社)

見えない人も見える人も一緒に楽しめる

「点字つきさわる絵本」 を知ろう!

地域に生まれたすべての赤ちゃんとその保護者を対象とするブックスタート。 対象には視覚に障害のある方も含まれます。 当 NPO では、ブックスタート赤ちゃ ん絵本 30 タイトルのうち、市販されている『いない いない ばあ』『じゃあじゃあ びりびり』の「点字つきさわる絵本」を、事業を行う自治体に非営利価格で提供。 自治体では、対象となる方が希望した際に手渡せるよう、事前に購入して用意 しておくなどして活用されています。

絵と文字の上に、触図と点字を隆起印刷し、様々な工夫を取り入れた「点字つき さわる絵本」。出版と普及に携わる皆さんにお話を伺いました。



▲当 NPO が提供する点字つきさわる絵本

点字つき絵本の出版と普及を考える会

岩田 美津子さん

てんやく絵本ふれあい文庫

親子で絵本を楽しめることを願って

見えない人も

我が子の「読んで」に応えたい

て楽しんでくれたことは、なによりの喜びでした。 ました。私の読みきかせで、息子が笑ったり驚いたりし そこで周りの協力を得て、「てんやく絵本」* を考案し うに私の手を取り、「これは? これは?」とさわらせま を過ぎた息子が絵本を持ってきて、「読んで」というよ 本も同じだと思ったのです。母として息子の求めに応え たいと思ったものの、市販の絵本はただのツルツルの紙 した。私がさわれば分かることを知っていた息子は、 私は生まれつき目が見えません。あるとき、 1 歳半

多くの人が目を向けるきっかけとなりました。 のことは、見えない人も絵本を必要としていることに 絵本『チョキチョキチョッキン』2 を出版しました。こ 絵本が並んでいてほしいと願うようになりました。そ を始め、さらに、書店や図書館にも私たちが楽しめる 感じてもらいたいと考えた私は、てんやく絵本の貸出 して1996年、 同じ立場の保護者にも、親子で絵本を楽しむ喜びを 印刷会社の協力を得て、国内初の点字つきさわる その願いに応えてくれた作家、出版

> 点字のほか、絵の輪郭に合わせた透明シートを手作業で貼 *1 てんやく絵本 : 市販の絵本に、本文と絵の説明文の

と増えるように、活動を続 める絵本が世の中にもつ

けていきます。



岩田さん

り付けた絵本。

てんやく絵本ふれあい文庫・こぐま社 *2 『チョキチョキチョッキン』: 作 ひぐちみちこ・いわたみつこ 交換する体制を整えている。 のブックスタート赤ちゃん絵本をてんやく絵本に ▼ NPO ブックスタートでは、上記2タイトル以外

刷会社、作家などが年に2回集まり情報を交換。紹介パネ ルの貸出等も行う。 *3 点字つき絵本の出版と普及を考える会: インタビューや、親子で点字つきさわる絵本を 点字つきさわる絵本の紹介動画。 岩田さんの 出版社、

ΕD

数の出版社から継続して出版されることが必要です。

点字つきさわる絵本が書店や図書館に並ぶには、

複

楽しむ様子が収録されている

出版社が横につながり、

思いを共有

う!」という思いのもと、各社が横につながり、 には、 でしたが、 立ち上げました。当初、 けて、「点字つき絵本の出版と普及を考える会」*3 そこで私は、 出版社が参加しています。 ノウハウが必要です。 、編集、 会の発足から23年を経て、現在では約20の 2002年、 触図、印刷、 「点字つき絵本を世の中に広げよ 出版社は4~5社程度の参加 出版社や印刷会社に呼びか 製本、コストなど、 点字つきさわる絵本の出版 多くの

や経験を惜しみなく交換し合うことで、これまでに約

さわって発見する楽しさを広げたい

童心社 編集部 西尾 薫 さん

動物のしっぽの形の違いに気づき、 でもらいました。 教えてもらいました。 わり形を確認する姿から、 ぽはひょろひょろなのよ」 ねました。 過程では、 「きつねのしっぽはふさふさで、 特別支援学校の子どもたちに試作品を読ん ない ばあ あるとき、 と聞いて、 の点字つきさわる絵本の製作 さわって発見する楽しさを 全盲の10歳の女の子が 先生になぜなのか尋 嬉しそうに絵をさ ねずみのしっ

の変化を感じたり、 れる絵本でもあります。 この絵本は、 隠れていたものが現れる喜びを感じら 赤ちゃん 絵をさわって動物たちの表情



れたら嬉しいです。

いのツールとして楽しんでく

抱きしめたり、

、親子のふれあ

と言葉をかけながらぎゅっと をおひざに抱っこして「ばあ_

西尾さん

「たわらから かおと しっぽが でている くろいねずみ」と、 原書にはない絵の 説明文を点字で入 れて、絵や色の情 報を伝えている。

さわってわかりや

すいように、触図

ではねずみの耳、 手、しっぽを拡大。

さわることで生まれる会話も楽しんで

偕成社 編集部 千葉 美香 さん

改行をしたり、 出した時に言葉のリズムの楽しさが感じられるように を大切にしながら、 られます。 きさわる絵本では、 しました。 の配置にもこだわって作られた絵本です。 この絵本は、 『じゃあじゃあびりびり』 会話が生まれやすい 絵も重なりをなくすなど、 例えば、 そのため、 色の説明を点字で添えたりしています。 「黄色いくるまだね」「わんわんだね 決まった場所にまっすぐに点字を配 点字をまっすぐに配置しつつ、 原書の特徴を活かせるように工夫 製作にあたっては、 は、 絵 わかりやすさが求め 色だけでなく文字 わかりやすさ 方、 声に

らず、

ションを楽しんでほしいと 赤ちゃんとのコミュニケー がら自由に言葉をかけて 絵本です。 絵本をさわりな



千葉さん

発見をするのでしょうか

を手渡すとき、

私たちは、

じゃあじゃあびりびり

てんじつきさわるえほん

てんじつきさわるえほん いない いない ばあ



水が勢いよく流れ 出る様子がさわっ て感じられるよう、 下にいくに従って 触図のドットを大 きくしている。



点字では長音符を 続けた表記がない ため、「あーん/あ あーん/あああー ん/ああああーん〕 と点訳し、泣き声 がだんだん大きく なる様子を表現。

ブックスタートでは●

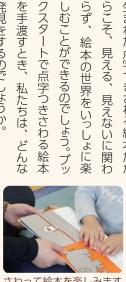
必要とする人に届けるために ~地域の事例から~



障害のある方は健診に参加されず、家庭訪問 の対象になることがあります。ある自治体では、 未受診者への家庭訪問の際に、保健師が保護 者の希望を確認の上、視覚に障害のある赤ちゃ んに点字つきさわる絵本を手渡しました。必要 とする方に届けるためには、日ごろから、連携 機関すべてが、点字つきさわる絵本について情 報を共有していることが大切になります。

※絵本の写真 (中面)は出版社から許諾を得て掲載しています。

生まれた点字つきさわる絵本だか り返ります。 ます」と岩田さんは言います。 (が見ている世界を想像しながら製作しました) と振 「見える人が何をどんな風に見ているのか興味があり 絵本の世界をいっしょに楽 見える、見えないに関わ 互いの世界を想像し合う― 西尾さんは 「見えない そうして



さわって絵本を楽しみます

7 Bookstart Newsletter No.86

おわりに

開催報告

2024年度ブックスタート全国研修会

対面(京都)とオンライン、2回の研修会を開催しました。



2024年 10月 24日、対面形式での研修会を5年 ぶりに開催しました。当日は、27 自治体から61 名 の自治体職員・ボランティアなどが参加。他自治体 の事例を直接聞く中で「少しずつでも何か始めなけ ればと元気がでました」といった感想が寄せられま した。人と人とが向き合って話をすることの大切さを 改めて感じる機会にもなりました。

●プログラム●

- 1. ブックスタートの「今」と「これから」 NPO ブックスタート
- 2. 専門家から見たブックスタートの可能性 (インタビュー映像) 恵泉女学園大学 学長 大日向雅美 さん 東京大学大学院 教授 遠藤利彦 さん 学習院大学 教授 秋田喜代美 さん
- 3. 事例報告 京都府京都市 子ども家庭支援課 大阪府豊中市 読書振興課
- 4. 交流会



2025年 | 月 29日、事業の実施や継続において 課題となる「時間」「人材」「予算」をテーマにパネ ルディスカッション形式で開催。北海道から沖縄ま で 700 名を超える参加申込がありました。登壇者 の皆さんの信念を感じる言葉の数々に、事業の「本質」 が見えてくるような時間となりました。

・パネリスト・

北海道中頓別町 町長 小林生吉 さん 千葉県鎌ケ谷市健康増進課 母子保健係長 角田まゆみさん

福岡県筑後市立図書館 館長 一ノ瀬留美 さん

□コーディネーター

NPO ブックスタート理事 埼玉県三芳町立図書館元館長 代田知子 さん

京都で上映した専門家へのイン タビュー映像やオンライン開催の アーカイブ配信は、こちらからご 覧いただけます



NPO ブックスタート YouTube チャンネル▲

声は愛撫のひとつのかたちだ

- 声の力 谷川俊太郎 (『声の力』岩波書店より)

生まれたての赤ちゃんをあやす母親の声は、意味を伝えようとする言葉ではなく、愛情をとも なったスキンシップとしての喃語であり、「声は触覚的だ」と谷川さん。赤ちゃんにわらべう たを歌ったり絵本を読んだりすると、何だかあたたかい気持ちになるのは、きっと声を通して 彼らに触れているからなのでしょうね。

NPO ブックスタート主催 いっしょにえほん 写真コンテスト

2025 開催!

墓集期問

4月21日(月)~5月19日(月)

- *応募はどなたでも! *詳細は当 NPO ウェブサイト、
- SNS にてお知らせいたします