

子どもと育つ

いじめから守りたい あなたを

いじめなどによる自殺やうつ病予防が目的の「絵本の読み聞かせ」が効果を上げている。東京都多摩市の絵本作家、夢ら丘実果さん(四四)が五年前に娘の小学校で読み聞かせたところ、好評で全国各地の小中学校から声が掛かり、これまでに百二十校以上を訪問した。どんな読み聞かせなのか。(砂本紅年)

読み聞かせは人の心動かす

自殺予防をテーマにした絵本の読み聞かせをする夢ら丘実果さん



◀「カーくん
と森のなか
またち」

「私と同じように、死を考えて苦しい思いをしている人のために絵本を作りました」

十月末、神奈川県

県平塚市の金目中学校。体育館に集まった全校生徒約二百六十人を前

自殺 絵本で防ぐ

に、夢ら丘さんは自作の絵本「カーくん」と森のなかまたち」の読み聞かせを始めた。カラスのカーくんは周りの友人の長所ばかり気になり、自分に自信が持てない。「ぼくなんか、いなくてもいい」と劣等感に悩むが、ほかの鳥から自分のいいところを教えてもらい、生きる力を取り戻す—という話だ。

「い」と思った時期もあった。それでも周囲の支えで立ち直った。「命はかけがえのないもの。尊いものなんです」絵本でうつ病についても説明。「死ね、きもい、うざいな」と言われると、とてもつらい。元気を奪うだけでなく、命を奪うことになる」と夢ら丘さん。「相手のいいところを見つけて、優しい言葉をかけてください」と呼び掛けた。生徒たちは「悩んだ時は誰かに相談することが大事だと思った」などと感想を発表。野口義嗣教頭は「大なり小なりどこでもいじめはあるが、生徒の心の中までは分からない

い。落ち込んだ時の具体的な対処法を教わってよかった」と話した。過去の読み聞かせでは、死を考えたことやいじめを打ち明ける感想が寄せられることもあった。「意味もなく友達に蹴られるが、今日両親に伝える気になった」(小四男子)、「死にたいと思ったことがあったけど、悩んでいるのは自分だけじゃないと思った」(小四女子)、「死を何度も考えたが自殺しなくてよかった」(小六男子)多くの学校で「命の教育」に取り組んでいるものの、自殺はテーマとしてタブー視される傾向があった。「自殺予防教育の必要性を感じていても、やり方が分からないという先生が多い。読み聞かせは人の心を動かす。絵本を活用してほしい」と夢ら丘さん。東京都、茨城、千葉、和歌山の各県は全小中学校に「カーくん」を配布。北海道や埼玉県でも一部導入された。

続いて、夢ら丘さんは自らの体験を話し出した。幼いころはぜんそくで学校を休みがちになり、いじめられた。三十代では交通事故で利き手が一時、しびれて作品を描けなくなり「生きていても仕方な

絵本の読み聞かせの後、自殺やいじめについて考える生徒たち=いずれも神奈川県平塚市の金目中学校で

