

プレーリーダー研修テキスト

2024年2月作成

2025年3月改訂



特定非営利活動法人
日本冒険遊び場づくり協会

テキスト作成：特定非営利活動法人日本冒険遊び場づくり協会

本テキストは、令和5・6年度「子供の『遊び』推進プロジェクトcfoo」にて実施したプロジェクト実施団体向けプレーリーダー研修資料を、再編したものです。



東京都 子供の「遊び」推進プロジェクト cfoo とは Children's future in the Outdoors

子供の身近な場所で多様な遊びや体験ができるように、「遊び」の創出につながる取組を実施するプロジェクト。子供の「遊び」の魅力を発信し、子供の「遊び」に対する社会の意識を高め、地域等での「遊び」に対する理解を促進していくことを目指します。

「子供が“自由な発想”で“工夫”して遊ぶ」をテーマにプロジェクトを募集し、令和5年度に8件、令和6年度に11件実施しました。

またプロジェクト実施者（主催団体）を対象としたプレーリーダー研修を実施し、人材の育成にも取り組みました。

本事業は、東京都より委託を受けたアデコ株式会社が事業プロモーターとして、プロジェクトの実施支援や人材育成などを行っています。

目次

はじめに	4
参考 東京都子ども基本条例	5
子ども未来アクション	5

第1章 遊びの意義と子どもの発達

1 遊びと育ち	
1-1 未熟に生まれる人間の子ども	6
1-2 脳の発達と遊びの関係	6
1-3 脳は後天的に育つ	7
1-4 遊ぶことで自ら育つ	7
1-5 心の育ちと遊び	8
2 遊びとは何なのか	
2-1 遊びとは	9
2-2 「遊び」と「活動」	10
2-3 非認知能力と遊び	10
2-4 結果としての育ち	11

第2章 遊びと社会

1 現代の子どもの遊び環境・子育ての社会背景	
1-1 外遊びの機会の減少	12
1-2 子育てを巡る地域や家庭の変化	13
1-3 精神的幸福度	14
1-4 環境問題として子どもの遊びを捉える	14
2 遊びの場づくり事例として「冒険遊び場」	
2-1 冒険遊び場の概要と歴史	15
2-2 子どもが遊びを手作りできる場所	15
2-3 冒険遊び場の定義	16
2-4 遊び場づくりは地域づくり	17
2-5 プレーリーダー	17
3 インクルーシブな遊び場づくり	
3-1 インクルーシブな遊び場とは	17
3-2 インクルーシブな遊び場の実現のために必要なこと	17
3-3 どんな変化や配慮が必要かを常に考え続けること	18

第3章 子どもへの関わり方

1 プレイワーク	
1-1 プレイワークが必要になった背景	19
1-2 プレイワークの原則	19
1-3 遊びのレンズ	21
1-4 共感と理解	21
1-5 寄り添いの方法	21
2 プレーリーダーの役割	23
3 遊びの環境づくり	
3-1 子どもひとりひとりに合わせた場づくり	24
3-2 場の魅力の最大化	24
3-3 遊び場に必要要素	25
4 遊びの場における危険管理	
4-1 感覚の発達・未知との遭遇に対する欲求	26
4-2 リスクとハザード	27
4-3 リスクへの挑戦が可能な環境づくり	27
4-4 ダイナミック・リスク・ベネフィット・アセスメント	28
4-5 理解者と協力者を増やす	28
4-6 セーフガーディング	29
おわりに	30
引用・参考文献	31



子供の「遊び」推進プロジェクト プレーリーダー研修テキスト

はじめに

東京都では、「子供が伸び伸びと遊び、他者との交流を通じて多様な体験ができる環境づくりに向け、多面的に取組を推進」しています。

この取組の一環として、「子供が“自由な発想”で“工夫”して遊ぶ」をテーマとした、「遊び」体験イベントを、「子供の『遊び』推進プロジェクト」（以下「プロジェクト」という。）として実施しました。

今回のプロジェクトでは、「子供の『遊び』を支える人材の育成」にも取り組んできました。プロジェクト実施者（主催団体）を対象としたプレーリーダー研修を実施し、各プロジェクトにおいて、プレーリーダーとして活躍していただきました。

このテキストは、「プレーリーダー研修（座学・実地）」を補完する内容となっています。この研修において、子どもの遊びに関わる大人のスキルアップとして大切にしたい視点は以下の項目です。

- 1 遊びを通じて子どもの権利への理解を深める
- 2 従来の子ども観、遊び観を転換し、より子ども主体の遊び環境づくりができる
- 3 遊びの取組を進めると同時に、遊びの取組の改善に必要な社会課題に気づき、変化のためのアクションを起こすことができる
- 4 子どもの遊び環境を良くするプレイヤー・当事者を増やす
- 5 子どもの遊びへの関わり方を知り実践できる

子どもの遊びに関わる大人として、また、これから関わっていきたいと考える方にも、ぜひ参考にさせていただきますと幸いです。

2024年2月



特定非営利活動法人
日本冒険遊び場づくり協会

代表 関戸博樹

<本テキスト作成者 兼 プレーリーダー研修講師>



※プレーリーダー研修（座学・実地）は、事業プロモーターであるアデコ株式会社から再委託を受け、特定非営利活動法人日本冒険遊び場づくり協会が実施しました。

東京都こども基本条例【※1】

東京都こども基本条例（2021年4月施行）は、『子どもの権利条約』の精神にのっとり、子供を権利の主体として尊重し、**子供の最善の利益を最優先**にするという基本理念のもと、子供の安全安心、遊び場、居場所、学び、意見表明、参加、権利擁護等多岐にわたる**子供政策の基本的な視点を一元的に規定**しています。

この条例の第七条には「こどもの遊び場、居場所づくり」について以下の記述があります。

東京都こども基本条例 第七条 「こどもの遊び場、居場所づくり」

都は、こどもが伸び伸びと健やかに育つことができるよう、特別区及び市町村（以下「区市町村」という。）と連携して、こどもが過ごしやすい遊び場や居場所づくりなど、**環境の整備を図るものとする。**

子どもの権利条約は1989年に第44回国連総会において採択され、日本を含む196の国や地域が締約しています（日本の批准は1994年）。この条約には4つの原則があり、「差別の禁止」、「子どもの最善の利益」、「生命、生存及び発達に対する権利」、「子どもの意見の尊重」とされています。これらの原則は、日本の子どもに関する基本的な法律である「こども基本法（2023年4月施行）」にも取り入れられています。【※2】

こども未来アクション【※3】

東京都は、「子供目線で捉え直した政策の『現在地』と子供との対話を通じた『継続的なバージョンアップの指針』」となる、こども未来アクションを策定しています。

今回のプロジェクトは、こども未来アクションの中のリーディングプロジェクト「**子供の笑顔につながる『遊び』の推進**」の取組の一環として実施しています。



遊びの意義と子どもの発達

1 遊びと育ち

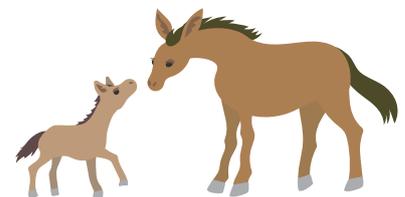
子どもはなぜ遊ぶのでしょうか？誰もが過去に子ども時代を持っています。しかし、このシンプルな問いを子どもの時に考えたことがある大人はほぼ皆無でしょう。この單元では「遊び」という行為が子どもにとってどんな意義を持つのか、そして発達との関係について明らかにしていきます。

1-1 未熟に生まれる人間の子ども

人間の子どもにとっての遊びを考えるのですが、まずは引き合いに人間と同じ哺乳類である馬の子どもに関する話から入っていこうと思います。馬など蹄を持つ動物たちは「有蹄類」と分類され、他にもヤギ、羊、牛や鹿などがいます。これらの動物たちは母体から生まれてすぐの赤ちゃんであっても自分の足で立ち、歩けるようになっています。

彼ら草食動物は野生では肉食動物から捕食される対象であり、逃げる必要があるためです。人間の赤ちゃんは移動の際は親から抱っこされないと動けません。馬の赤ちゃんも肉食動物から狙われた際に親の抱っこなどが必要になってしまうと親も赤ちゃんも逃げ切れない可能性が高くなってしまいます。

母体の中である程度の大きさまで成長させてから生むこと。生まれた赤ちゃんははじめから走力を兼ね備えており、厳しい野生環境下を生き抜いた個体がまた次の世代を生むこと。これらは馬という種全体として「脚力」を伸ばすという生存戦略と言えるでしょう。



一方で人間の赤ちゃんは前述したとおり、自力で移動はできずに親など保護してくれる大人が抱っこなどする必要があります。これはとても未熟に生まれるためであり、一見して馬などの赤ちゃんに比べるとリスクが高いという印象が強いでしょう。しかし、馬という種が「脚力」という生存戦略を選択して進化してきたことと同じように、人間の赤ちゃんが未熟であることも「ある力」を伸ばすための生存戦略なのです。

1-2 脳の発達と遊びの関係

「ある力」それは「脳の力」です。地球上のあらゆる生物の中でとりわけ大きな脳を持っているのが人間ですが、この脳が大きく発達していることと、人間の赤ちゃんが未熟に生まれることには実は関連があるのです。

人間だけでなく、一部の鳥類と哺乳類全般も子ども期に遊ぶことが知られています。そして、脳の大きさと遊びの量に関係があると言われており【※4】、よく遊ぶ動物ほど賢く、子ども期が長い動物ほど脳が発達するのです。人間はおよそ20年ぐらいかけて成体として大人になっていきますが、他のどの動物と比べても長い子ども期を持っています。

それぞれの動物がする遊びは、成体になり生き延びるために必要な狩りやコミュニケーションの方法や知識などの能力を獲得することにつながっています。(例:ライオンの赤ちゃんが兄弟間で行うじゃれつき遊び=狩りやコミュニケーションを学ぶ機会)【※5】

人間の子どもの遊びを見てみると、おままごとなどのごっこ遊びに代表されるような大人社会の模倣は良く見られ、これは人間が社会的な動物と言われているが故でしょう。また、鬼ごっこのような身体感覚に刺激を与えたり、競争の要素を持った遊びもたくさん見られます。そして、脳の発達とも密接であるのが、「第二の脳」とも言われる手を使った遊びです。人間の子どもは、手や道具を使って物を作り出すものづくりの遊びなども好んで行っています。このように人間は他の動物に比べると特に複雑な遊びを長期に渡って行う子ども期を過ごしているのです。

ここまでの話の流れで、人間の赤ちゃんが未熟であることが種としての生存戦略であり、脳の発達と密接に関わっていることが理解できたのではないかと思います。未熟さ、たくさんのお世話が必要であること、子どもが常に遊びまわる存在であることなどは、時に大人たちからネガティブな側面として評価されがちであり、早く大人と同じようにできるようにすることが養育者や子どもに関わる大人の役割であるように理解されることも多いのが現在の社会です。しかし、子どもが未熟であることには、このように、「長期に渡り未熟な子ども期を過ごし、複雑な遊びをすることで脳を発達させている」という生物学的な正当な理由があるのです。

1-3 脳は後天的に育つ

馬の赤ちゃんが生まれた時からしっかり成長した脚力をもっているのは、母体の中で大きく育ててから生むからです。馬の脚力と同じように、人間の脳の方も母体の中で大きく育ててから生むという選択肢も考えられるかもしれませんが、そのようにはなっていません。(究極を言えば「大人」を生む方が、リスクが低いという考えもあるかもしれませんが、分裂という方法で増えていくウイルスや単細胞のアメーバ、そして一部の菌類など原始的な生命以外は、大人が子どもを生むというスタイルを保っています。)

これは「子ども」という未熟な状態であっても、大人になる過程で後天的に脳を発達させる方が、メリットがあるからです。そのメリットとは環境の変化に適応できるという部分にあります。地球の環境は常に変化を続けています。そのため、ある時期の環境に適応した状態で成熟した脳のままで先天的に生き続けると、環境に変化が訪れた際に適応できなくなってしまう可能性があります。現代に生まれた子どもたちは「デジタルネイティブ」などと呼ばれることもありますが、令和の今を生き抜くためには200年前の江戸時代のテクノロジーを駆使できる脳を搭載して生まれてくるということでは適応できないのです。未熟に生まれた子どもは遊ぶことで、その時代や周囲の環境に合わせて適応しながら育っていきます。つまり、人間にとって赤ちゃんを未熟に生むことは、長い時間をかけて遊び育つことにつながっており、結果として脳を発達させるという生存戦略となっているのです。



1-4 遊ぶことで自ら育つ

1-2で「それぞれの動物がする遊びは、成体になり生き延びるために必要な狩りやコミュニケーションの方法や知識などの能力を獲得することにつながっています。」と書きましたが、この時に働いているのが「発達欲求」です。生き物は生まれた時から本能的にプログラミングされた「育ちたい」という欲求を持った状態で生まれてきます。人間であれば、身体感覚や運動機能、社会性や言語、そして思考や感情を育てることに、「やってみたい」、「おもしろそう」と好奇心や遊び心が動くのです。遊びであるが、そのまま学びでもあるという状態と言えるでしょう。

生まれてすぐの子どもはまさに「遊び=学び」である状態です。生まれてから数年で、自分が生まれた国や地域で使われている言語を理解し、未熟ながらも使いこなせるようになっていきます。そして、両足で立つところから歩く、走る、ジャンプする、ぶら下がる、ころがる、片足で立つ、投げるなどの身体感覚も育ちます。これらは教育的なプログラムの成果ではなく、**生まれて遊び育つ過程で身に付けていくもの**なのです。

好奇心旺盛な子どもは、常に目新しいものに関心を持ちます。未熟である子どもが遊び育つために行う行為は、時に大人からすると危なっかしく、触ってほしくないものを手にするなど、やめさせたいことも多々あるでしょう。しかし、当の子どもの側の視点から見れば、そこには「育ちたい」というメッセージが込められていることに気づきます。**子どもの遊びを大人視点で見るのではなく、子どもの視点に立つこと**で、これまでしてきた声掛けや手の差し伸べ方などの言動も変化するのではないのでしょうか。

1-5 心の育ちと遊び

「遊ぶことは生きる力につながる」として、**脳や身体感覚の育ちに関しては遊びとの関連**に気づいている大人は一定数いるでしょう。加えて感情も遊びの中で育ちますが、このことに関してはあまりロジカルに整理されてきていないのが現状です。ここでは**心の育ちと遊びの関係**について解説していきます。



例)

子どものおもちゃがたくさんある施設や公園の砂場などでの出来事です。

CASE 1

ある子どもが「かーしーてー」と声をかけます。声をかけられた方の子どもは自分の親の鋭い視線に気づき、「いいよ…」と自分が使っていたおもちゃを相手に渡しました。しかし、この時に貸した方の子どもの顔は曇ったままです。

CASE 2

ある子どもが「かーしーてー」と声をかけます。声をかけられた方の子どもは「いーいーよー」と応じることができずに物の取り合いに発展。親が介入して借りたい子どもも貸したくない子どもも「君のじゃないから我慢しなさい（または君のだから貸してあげなさい）」という声掛けで強制的に自分の思う通りの結果に至らず終了。

どちらのケースも子育てをした経験がある方は、一度は聞いたり自身も言ったりした経験があるのではないのでしょうか。前者の場合、「いいよ…」と応じた子どもは親から無言のプレッシャーを目線で受けて自分の気持ちを押し殺して貸しています。また、後者はどちらの親も相手の子どもの気持ちを優先して我が子の気持ちを無視してしまっています。そして、その場の親同士の関係を取り持つコミュニケーションとなっています。

本来、子どもの感情に着目すれば「かーしーてー」に対して「今はだーめーよー」も当然あるはずですが。子どもは脳や身体感覚のみならず、感情に対しても未熟であり、はじめから相手を思いやって貸し借りができるはずはありません。むしろ周りの迷惑を顧みず要求するエネルギーがあることが大切です。もし、生まれてすぐの赤ちゃんが周りの迷惑を顧みて配慮してしまうのであれば、自分が授乳を求める泣き声が母親の睡眠を妨げていることを察してしまい、泣くことを我慢し、そこから育てなくなってしまう。

子ども同士が迷惑を顧みずに要求すれば、物の取り合いやケンカにつながります。この時、大人は子どもの内面に生じている怒りや悲しみなどのネガティブな感情を受け止めてあげることが重要です。

しかし、受け止めることをせずに「怒るんじゃない」「泣くんじゃない」と否定されてしまうこともあるでしょう。この場合、**ネガティブな感情を否定された子どもは、その感情を「出してはいけないNGなもの」として学習します。**そのため、今後も同じように怒ったり泣いたりする子どもが目の前に現れても**思いやりを持たずに、「出してはいけない感情を出しているいけない子」としてしか把握できません。**

一方、泣いたり怒ったりした時に周囲の大人に「嫌だったよねえ」「悲しいよねえ」と受け止めてもらったことがある子どもは、**自分の中に生じたネガティブな気持ちは発生しても構わない感情と学習します。**こういった経験を積んだ子どもは、相手がネガティブな感情を発生させて怒ったり泣いたりしていることに対して、「あの時の自分と同じ感情なんだな」と共感して相手を優先させることができるように、いつの日か育ちます。

思いやりがもてるようになるのが何歳からなのかは決まっておらず個人差があります。ネガティブな感情を受け止めてあげることも親だけの意識では難しいことも多いでしょう。**地域の遊び場でのびのび遊べる環境**ができていくことは、**子どもが感情をありのままに表現して反復学習していく機会**をつくれます。少しずつ子どもの遊びを温かく見守り、**地域全体で子どもや子育てする親を支える状態**ができていくことが必要だと言えるでしょう。



2 遊びとは何なのか

①では、遊びの意義と子どもの発達との関係について書いてきました。しかし、「遊び」という風にかけて書いた時にすべての人が同じ共通の事象をそう呼ぶかどうかは不確かです。日本語の遊びはあいまいで多様な意味合いで解釈できてしまいます。そのためここでは、「遊び」の本質について明らかにしてみたいと思います。

2-1 遊びとは

ここで大切な**遊びの本質は子ども自身の「やりたい気持ちから始まるすべてのこと」と表現**します。この時の子ども自身のやりたいという部分を「**内発的な動機付け**」と専門的な用語では呼んでいます。

「内発的」ということは、誰かにやらされるという「外発的」な動機では駄目だということです。つまりは**遊びとはその子どもの内発的な気持ちの状態によってのみ規定される行為**なのです。私たちは遊びをつい「鬼ごっこ」、「けん玉」、「積み木」、「木登り」など名詞で捉えてしまうことが多々あります。しかし、子どもが自らやりたい気持ちになっていないのに、お仕着せの行為として強要してしまったのであれば遊びとなりません。日本語では時に子ども自らの動機があるか否かに関わらず、「〇〇遊び」をするよ!と一斉に子どもを大人主導の遊びの輪に入れる場合が見られます。この時、大人主導の声掛けではじまった遊びが、子ども自身のやってみたいことに切り替わることもあり、その場合は「**内発的な動機付け**」での遊びと言えるでしょう。



2-2 「遊び」と「活動」

現代の日本で『あそび』と捉えられている事象は、**分類すると「遊び」と「活動」に分けることができます**。それぞれ子どもの成長にとって重要なことであり優劣があるわけではありませんが、今回のプロジェクトは「遊び」を取り扱っています。以下、「遊び」と「活動」に関しての分類と、具体的な例を示していきます。【※ 5】

遊び (Play)

子どもが自由に選び、自ら方向づけることができ、本質的に自らの動機に基づいてやること

活動 (Activity)

目的・ルール・方法・ゴールなどを大人が設定した上でやること

「遊び」そのものは、子ども自身が楽しむためにやっている行為です。何かの能力獲得などの目的を達成するための手段として行われることは基本的にはありません。すなわち、**遊ぶことそのものが目的であり、結果よりもプロセスが重要**となります。【※ 5】

遊びの例

子どもが「割り箸鉄砲が作りたい! (自らの動機で自由に選ぶ)」と遊び場に来たとします。ここでの結果は割り箸鉄砲が完成することです。しかし、子どもは割り箸を組み合わせる内に別の造形を作りたい気持ちに切り替わってしまうかもしれませんし、何かを作るのではなく、割り箸に巻きつけた輪ゴムが飛んでいってしまったことを機にそちらを遊びとして楽しむようになるかもしれません (自ら遊びを方向性づけている)。この楽しむということがプロセスの中にあり、重要なことです。

活動の例

工作体験として大人が割り箸鉄砲作りを企画しています。

目的： 子どもの手先の器用さを身に付けさせる

ルール：1人3つまで作れる

方法： 割り箸鉄砲を作る。作り方がわからない場合は大人が助言や手助けをする、制限時間はスタートから片付けまでで1時間

ゴール：作った割り箸鉄砲での当てゲームをする

参加した子どもたちがこれらの枠組みの中で楽しめるように大人は適切に関わります。

いかがでしょう。遊びと活動が別物であり、どちらも『あそび』として取り扱われているということについて理解が深まったでしょうか。今回のプロジェクトが「遊び」を取り扱うという点もとても重要です。現代の日本では、**子どもの『あそび』に関する様々な企画が増えていますが、「活動」の領域であることの方が多**いのです。これは大人の関わりやすさとして「活動」はある程度やるのが大人主導で明確であります。が、「遊び」に対して大人がどう関わったら良いかということは非常にわかりづらく、新しい分野であるからとも言えるでしょう。(「遊び」に対して大人としてどう関わるかという部分に関しては後半の3章で触れています。)



2-3 非認知能力と遊び

2-2 で遊びが「何かの能力獲得などの目的を達成するための手段として行われることは基本的にはありません」と前述しましたが、遊びが子どもの育ちに直結していることは間違いありません。その一つが「**非認知能力**」で、**自己肯定感や意欲、協調性、粘り強さ、忍耐力、自制心、共感する力、思いやり、創造性、社交性**など示す範囲は広く多岐に渡ります。【※ 6】

非認知能力という言葉は2000年以降に少しずつ注目されるようになってきました。これまで重視されてきた**認知能力（学力）**が高いことだけでは人生を幸せに生きられるかどうか直結していないことが明らかになり、一方で非認知能力が人生の幸せや成功に大きく関わるとされています。【※6】

ここでは非認知能力が育つプロセスについて解説します。1-2で脳の発達と遊びの関係はすでに書いてきましたが、遊びに関係する脳の構造についての理解を深めていきましょう。人間の脳の構造を三層に分けると**大脳新皮質**、**大脳辺縁系**、**脳幹**の3つ【※7】となります。一つ目の**大脳新皮質**は**認知や思考、そして言語の機能**を司っています。そして**認知能力（学力）**に関係している部分でもあるため「**認知脳**」とも呼ばれます。

非認知能力獲得のプロセス



一方で人間が遊んでいる時にまず作用しているのは「**大脳辺縁系**」という感情を司る部分です。ここで「**やってみたい!**」という感情が動くと次に作用するのは「**脳幹**」です。運動調節などの身体感覚を司っていて、実際にやってみる、という行動を起こします。この大脳辺縁系と脳幹は「**認知脳**では非ず」ということで「**非認知脳**」とも呼ばれます。そうです。非認知能力とは「**やってみたい（という感情を辺縁系で動かす）**ことをやってみる（という行動を脳幹で動かす）」ことで獲得されるのです。

「**やってみたいことをやってみる＝遊び**」の状態ですが、この時に辺縁系のあたりでA10神経群がレットル貼りします。やってみて楽しかったことはポジティブなレットルが貼られ、神経が活性化されて集中力を生みます。そして、やることへの理解や判断、思考や記憶につながります。逆にレットルがネガティブでつまらないとされたことに関しては神経の活性は起こりません。「好きこそものの上手なれ」とは良く言ったものです。ここで大切なことは「**やってみたいことをやってみる**」時に、結果として成功するか失敗するかはあまり関係がありません。**やってみたいことをやっている限りは、うまくいかなければ、他の方法を探すことに何らハードルがない**のです。こうして人間は**自分という存在が遊びを通して素材や道具、環境や相手の人間などに影響力を与えて変化をさせる力**があることに気づき（**自己効力感**）、**自分自身を肯定**できるようになっていきます（**自己肯定感**）。

2-4 結果としての育ち

非認知能力獲得のプロセスとは遊びそのもので、やってみたいことをやってみることの繰り返しが育ちのサイクルとなっていました。**社会全体で子どもたちが非認知能力を得て育っていけるようにしていくことはとても大切なこと**でしょう。そして親に限らず、子どもに関わる大人は目の前の子どものために非認知能力を伸ばす環境を与えたいと考えることも当然だと言えます。

非認知能力とは、その子どもがやってみたいことをやってみた結果としての育ちです。遊びとは、それ自体をすることに目的があり、何かの能力獲得などの目的を達成するための手段としては行われません。「**手先を器用にするために工作しよう**」という子どもはいませんし、「**体感を鍛えるために木登りしよう**」という子どももいません。

「非認知能力を高めるための遊びって何がおススメですか?」と大人が聞きたくなる気持ちはわかりますが、この部分の順序を取り違えると、本来の遊びではなくなってしまいます。**好きで好きでしょうがないことを突き詰めてやっていった結果として、その子どもなりの非認知能力が備わっている**でしょう。それは1年先や2年先といった目先の結果にはなりづらく、**10年先、20年先の未来の育ちを支えること**です。結果を急がず、**子どもを信じて子どもが自分自身を育てていく過程を見守って**いきたいものです。



1 現代の子どもの遊び環境・子育ての社会背景

第1章では遊びの意義、そして遊びとは何なのかについて取り扱ってきました。子どもの育ちに不可欠な遊びですが、**現代の遊び環境や子育ての状況などの社会背景**はどのようになっていて、実際に子どもの遊びはどう扱われているのでしょうか。この單元では、子どもが暮らす社会という視点から明らかにしていきます。

1-1 外遊びの機会の減少

時代の変化とともに社会の状況は移り変わります。そして、社会の状況と同じく遊び場の環境も変化しています。子どもが外で遊ばなくなったと言われはじめた【※8】高度経済成長期から、すでに70年近くが経っていますが、**都市化は一層進み、「遊び」は質・量ともに大きな変化をしています。**

子どもが豊かにのびのび遊ぶためには、時間（遊ぶ時間）・空間（遊ぶ場所）・仲間（遊ぶ友達）が必要不可欠です。それぞれの漢字に共通して「間」とあることから「**三間（さんま）**」と呼ばれることもあり、これらの**減少は外遊びの減少の大きな要因**になっています。それぞれどんな変化が遊びの減少に関係しているかを見ていきましょう。

時間

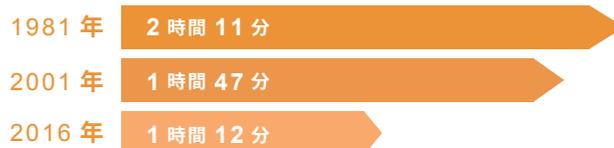
放課後の時間が短くなり、学習塾や習い事に追われている子ども【※9】にとって、外遊びは身近なものではなくなってしまっています。その代わりに、自宅などでの動画視聴や電子ゲームなどのデジタルデバイスを使った過ごし方は細切れの時間を潰せるため不動の地位を獲得しつつあります。

本来、この時間は子どもが大人たちの管理から解放されてのびのびと過ごせるためのものであるべきです。しかし、放課後（課されたものから放たれた後）であるにも関わらず、大人の管理が継続しており、子ども自身が選んだのではない過ごし方をせざるを得ないケースはとても多いでしょう。

以下に示すのは小学校高学年（4年生～6年生）の子どもたちを対象に調査したデータです。**外で遊んでいる時間が35年前と比べて約半分**（2時間11分→1時間12分）になっています。

1時間を切るのも時間の問題と感じさせるものでした。

子どもの1日（平日）の外遊び時間 35年間で半減



【※10】シチズン時計意識調査より

空間

高度経済成長期の際には都市開発にともない、これまで子どもが遊び場としてきた空き地や原っぱ、川、池、森、雑木林、田畑などの自然スペースはその面積を大きく減らしました【※ 8】。また、著しい交通事情の悪化への対策として児童公園が整備され路地での遊びも少なくなっていきました。そして、人口集中や少子化など住環境にも変化が起き、このことは地域コミュニティの衰退を促進させることとなりました。

近年では多様化する市民ニーズにより、これまで子どもたちの遊び場であった公園にも変化が起きています。管理社会・責任追及の風潮も相まって乱立する禁止看板は子どもが公園を遊びの場として選択できないほどの影響力を持っていると言えるでしょう。公園や空き地はもとより、子どもが暮らす町の中に大人の管理や見守りの目が緩やかな余白のある場所が大人の都合によりなくなってしまっています。

禁止看板の乱立



仲間

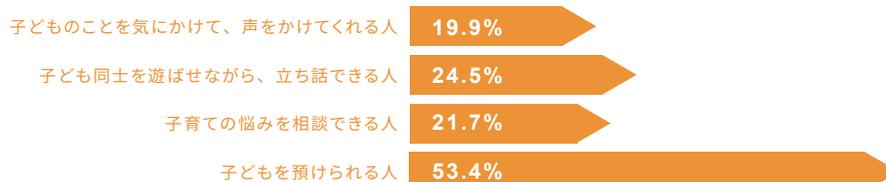
遊ぶ場所や時間が減ってきている現代において、少子高齢化と言われるように子どもの数が減っていることも大きな問題です。放課後の過ごし方も多様化しており、共働き家庭の増加に比例して学校の後も放課後児童クラブなど、大人が管理する預かりの場で過ごす子どもが増えています【※ 11】。また、放課後に地域で遊ぶ友達がいないことや、家庭や地域に見守りの人手がないことから習い事や学習塾に通うという子どもも少なくありません。友達と屋外で待ち合わせをしたり、友人の自宅をアポイントメントなしで訪ねて行って遊び友達を探す風景もなくなってしまっています。子どもは本来、大人の存在を必要とせずに遊びます。それはともに遊ぶ仲間がいるから成り立つのです。

1-2 子育てを巡る地域や家庭の変化

都市化の影響は子どもにだけ変化をもたらしているわけではありません。ここでは子育ての視点から環境の変化がおよぼすものについて見ていきます。1章の1-5「心の育ちと遊び」でも触れましたが、子どもがのびのびと遊べば、互いに迷惑をかけ合うことも当然起きます。そして、そういったやりとりから子どもは感情のコントロールや友達との関係づくりなど多くを学んでいくのです。こういった子どもが遊び育つ状況を成り立たせるためには親だけでなく、地域全体で子どもたちを温かく見守り、子育てする親を支えるという状態が必要でしょう。

しかし、実際は地域コミュニティの衰退は歯止めがかからず、「孤独」な「子育て」を「孤育て」という言葉で表現することもあります。以下の調査データからは「約4人に1人の母親は、地域の中に、子ども同士を遊ばせながら立ち話をする程度の人がない」と答えています。

地域の中での子どもを通じたお付き合いで、「1人もいない」と回答した比率



【※ 12】 ベネッセ教育総合研究所「首都圏・地方市部ごとにみる乳幼児の子育てレポート」2010年

1-3 精神的幸福度

子どもに限らず全ての人間は自分の人生を生きているという実感なくして精神的な幸福を得ることはできません。子どもにとっては正に遊ぶという行為が、自分が何者であるかを知り、自分の人生を生きている実感を得るために不可欠です。しかし、実態として遊ぶために重要な時間、空間、仲間は不足しており、大人が善かれと思って管理した中でしか暮らせていない場合がとても多いのです。



また、子どもたちが多くの時間を過ごす学校教育の現場もストレスフルな状況があると言えるでしょう。2019年に国連子どもの権利委員会が公表した総括所見【※13】には、条約に基づき日本がとるべき措置について、多岐にわたる勧告を列挙しています。その中に「**ストレスの多い学校環境（過度に競争的なシステムを含む）から子どもを解放するための措置を強化すること。**」という勧告内容がありました。

（日本は1994年に子どもの権利条約に批准し、締約国になっていますが、以降、1998年、2004年、2010年に国連子どもの権利委員会から日本の実施状況に関する審査が行われています。今回、2019年に行われた4回目の審査後に公表された総括所見は日本政府の第4回・5回統合定期報告書をもとにしています。）

この総括所見で勧告されている内容のエビデンスを示すようなデータがあります。2020年に発表されたユニセフの調査において、**日本の子どもたちの精神的幸福度は先進国38ヶ国中37位**と不名誉なものでした。身体の健康は保たれていても、心が病んで不健康になってしまっていることが示唆されます。心を病むということにおいて日本の若者の自死は深刻で、**若い世代の死因の1位に自死が上がるのは先進国（G7）では日本のみ**です。2022年の19歳以下の自殺者数は796人と過去最多となっています。そして自死の原因・動機のうち最も多かったのは「学業不振」の104人に上ります。

未熟な子どもにとって、遊ぶことでケガをするリスクは常にあります。しかし、やってみたいことをやってみた結果としての多少のケガは育ちの側面でネガティブなものではないはずですが、ケガを一つもしない環境で子どもを育てるということは、子どもが何もできない環境をつくることと同義です。何もできずに遊ぶこともできないがケガはしないという育ちと、やってみたいことをしつつ楽しく遊び多少のケガをたまにするという育ちはどちらが子どもにとっての最善の利益になっているのでしょうか。幼い時から遊ぶことを制限され、学齢期から社会に出るまでの期間は過度な競争教育に晒される。子どもたちが育つ環境について、改めて社会を構成する私たち大人一人一人がしっかりと考えていかなければならぬ問題でしょう。

精神的幸福度が低い子どもたち

先進国38ヶ国中



【※14】ユニセフ・イノチェンティ研究所：レポートカード16
子どもたちに影響する世界／先進国の子どもの幸福度を形作るものは何か／2020年9月

1-4 環境問題として子どもの遊びを捉える

近代化とともに社会は水や空気の汚染という環境問題に直面してきました。「空気のような存在」や「湯水のように使う」などの表現があるように、かつては水や空気の汚染を誰も気に留めずいた時代がありました。子どもが遊ぶということは、あまりにも当然のことであるが故、かつての水や空気と同じように扱われているのではないのでしょうか。子

どもは社会の中で育ちますが、社会環境の変化の中で自ら遊び育つというサイクルを保てないような危機に瀕しているのが現代です。

千葉大学園芸学部教授の木下勇研究室による調査【※ 15】によると「平日の放課後に全く外で遊ばない小学生が、都市部で約 8 割、地方の農村部でも 6 割」という結果が出ています。社会の中に遊びの風景を保ち、取り戻すためには環境問題として子どもの遊びを捉えて、改善のための取組を大人たちがしていく必要があるのでしょうか。

2 遊びの場づくり事例として「冒険遊び場」

では、実際にどのように遊びのための改善の取組をしていけば良いのでしょうか。この單元では、日本で 1970 年代から広がる取組である「冒険遊び場」の実践を紹介することを通じて、子どもが豊かに遊ぶことができる場づくりのヒントを探っていきましょう。

2-1 冒険遊び場の概要と歴史

冒険遊び場は 1943 年にデンマークで生まれました。大人が用意した遊びのプログラムや既成の遊具ではなく、子ども自身の「やってみたい！」気持ちを大切に、子どもの手でつくりかえることができる遊び場です。日本では 1970 年代に始まり全国で 450 団体以上に広がっています。日本での呼称は「プレイパーク」「プレーパーク」などとされていることもあり、地域によってまちまちです。

1943 年、デンマークにできた最初の遊び場は「廃材遊び場」と呼ばれ【※ 16】、造園家をしていた大学教授の「子どもは大人が用意した遊びや環境よりも、自分たちで遊びを発展させ環境を変化させることの方が好きである」という発見から始まりました。レンガを並べて囲った簡易のかまどで火をおこし、スコップで土を掘り、水を流し川や池をつくり、木材と工具で建築や工作を行う。また、古タイヤやロープなどの素材でブランコや綱渡りなどの遊具もつくります。この遊び場に感銘を受けたイギリスの造園家アレン夫人は「廃材遊び場」を「冒険遊び場」と名付けてロンドンでいくつも展開しました。



日本ではこのアレン夫人の著書である「都市の遊び場 鹿島出版会 1973」が大村虔一氏・璋子氏の夫妻の翻訳で紹介【※ 16】されたことを機に、1975 年から世田谷区の冒険遊び場「こども天国」の運営として始まり、それから現在までに日本全国に草の根的に取組の広がりが見られ、458 団体（2020 年第 8 回冒険遊び場づくり活動団体活動実態調査【※ 17】）にまで増えています。

2-2 子どもが遊びを手作りできる場所

ある冒険遊び場にて、子どもたちが手作りのジェットコースターづくりに挑戦しており、高さ 80 センチほどの丈夫なテーブルをスタート地点に決めて、板や木材を並べてカーブのついたコースをつくっていました。また、別の場所では子どもたちが焚き火でマシュマロを焼いて食べようと火おこしに挑戦していました。しかし、焚き付けのための枯れ枝や木端が手元のない状態でマッチに火を付けてどんどん新聞紙のみが燃えては灰になっています。その間、焼かれていないマシュマロは袋から一つ、また一つと子どもたちの口に運ばれていました。冒険遊び場は大人が設けたプログラムがなく、子どもが遊びを手作りできる場所です。これは冒険遊び場が世界で初めてつくられた時から続く最も大切な要素です。

2-3 冒険遊び場の定義

日本国内で草の根での広がりがあった一方で、これまで定義のなかった冒険遊び場（プレーパーク）について、立ち戻るべき指針を求める声が増加しました。2021年3月に日本冒険遊び場づくり協会が「冒険遊び場の定義」を公表しています。定義の中身を見てみることで遊びの場づくりに必要なヒントはどこにあるのかを探っていきましょう。

冒険遊び場の定義

【※18】

冒険遊び場は、すべての子どもが自由に遊ぶことを保障する場所であり、子どもは遊ぶことで自ら育つという認識のもと、子どもと地域と共につくり続けていく、屋外の遊び場である。

2021年3月 特定非営利活動法人日本冒険遊び場づくり協会

すべての子どもが自由に遊ぶことを保障する

遊ぶことはすべての子どもが生まれもっている権利という考えのもと、「いつでも誰でも」「無料で事前申し込みなく」遊べる環境をつくっています。また、プログラムを設けず自由に遊ぶことができ、遊ぶことそのものを目的にしています。

子どもは遊ぶことで自ら育つ

「子どもは遊び育つ」という表現は多く見かけますが、それだけでは「遊ばせていれば何でも良い」という認識でプログラムの提供も実践の対象内だと受け止められてしまう可能性があるでしょう。そのため、**子どもの発達の観点からも、主体的な遊びを通して、子どもは自ら育っていく**という一文となっています。

子どもと地域と共につくり続けていく

地域に開かれた参加型の遊び場であり、主体は住民、企業、行政などであっても構いません。大切なことは参加者をお客様扱いせず、**場づくりの当事者として主体性を発揮してもらえる工夫**をしているか否かです。その工夫が大人たちの輪を広げ、共に場をつくり、そして可変性のある遊び場の環境を育てます。

冒険遊び場は、その見た目からアスレチックフィールドやボウイスカウトなどと同じものであるという認識をされることもあります。しかし、定義を紐とくことで、冒険的要素で子どもの運動能力の向上を目的としたアスレチックフィールドと違う場所ということがわかります。また、野外プログラムを通じた子どもの育成を目的とするボウイスカウトとも違う活動でしょう。



2-4 遊び場づくりは地域づくり

「冒険遊び場」は子どもにとっての遊びの聖地であれば良いわけではないと言います。理由としては遊び場も地域社会の一部であるからということです。地域の大人たちに「子どもは遊ぶことで自ら育つ」という姿を見せる機会がなければ、遊び場の外は子どもの育ちに不寛容な社会となることへの歯止めをかけるチャンスが減ったこととなってしまいます。子どもは遊びを通して自分を知り、社会を理解します。特別な遊び場の中だけで過ごすのではなく、社会のあらゆる場面で「遊ぶ」ことによって自ら育つチャンスを得る必要があるのです。そのためには、**地域の大人が主体的に遊び場づくりに関わり、子どもや遊びを見守る眼差しを広げることが大切です**。遊び場づくりを通して育まれた眼差しや地域との関係性は、子どもだけでなく私たち大人にとっても暮らしやすい地域をつくるための助けとなるでしょう。

2-5 プレーリーダー

日本では冒険遊び場の取組に従事する大人をプレーリーダーと呼んでいます。このプロジェクトでも遊びに関わる大人を「プレーリーダー」と呼び、育成のための研修を行い各プロジェクトの現場で活躍しました。プレーリーダーとはどのような役割があり、どのような専門性が必要とされているかという具体的な内容はここでは省き、「第3章子どもへの関わり」で展開していきます。

3 インクルーシブな遊び場づくり

②では、子どもが豊かに遊ぶことができる場づくりを行う時に、遊ぶことは子どもが生まれもっている権利であるため、すべての子どもが自由に遊ぶことを保障することの必要性があることについて触れていました。ここでは、関連して「インクルーシブ」という観点から遊び場を見ていきます。

3-1 インクルーシブな遊び場とは

「インクルーシブ」とは、すべての子が広い選択肢を持てるようにし、それを子どもたちに合う方法でそれぞれの選択肢を実現できるようにすること【※19】を指します。端的に「包み込むようにする」という意味もあります。つまり、インクルーシブな遊び場というものは「障がいのあるなしに関わらず遊べる場所」や「ユニバーサルデザインの遊具が置いてある」というだけでなく、**個人の特性や背景などの違いにかかわらず、あらゆる子どもがともに遊び、育ち合える場**を指します。



3-2 インクルーシブな遊び場の実現のために必要なこと

従来の遊び場には物理的・心理的バリアがあることが多く、遊ぶことで自ら育つという体験がしづらいことがありました。では、どのようにすればインクルーシブな遊び場が実現するのでしょうか。

インクルーシブな遊び場は、個人の特性や背景などの違いにかかわらず、あらゆる子どもがともに遊び、育ち合える場です。そのためには、場所に子どもを合わせるのではなく、**場所を子どもに合わせようとする姿勢が大切です**。具体的には次にあげる4つの要素【※20】を軸としてハード、ソフトの両面から遊び場の仕様を変えていくことが求められます。

だれでも遊べる

個人の特性や背景などの違いにかかわらず、あらゆる子どもがともに遊び、育ち合える場であることは重要です。また、そのことを子ども自身や親が感じられるウェルカムな雰囲気づくりも不可欠です。

- 障害のあるなし／年齢／性別／能力／経済的・社会的背景に関係なく遊べる。
- 歓迎されていると感じられる。
- アクセスしやすい。

遊び心

遊びには力があります。どんな子どもにも必ず**その子に響く遊びがあるので、それを探る意識**を忘れずに関わりましょう。

- 子どもの数だけ「好きなこと、関心あること、得手不得手」があり、一人一人の遊び心を大切にできる。
- 物理的バリアや心理的バリアも遊び心で解決の方向性を探る。

豊かな遊び環境

遊び場の物理的な環境によって、できることとできないことはあるでしょう。**その場所に潜在的にある遊びの要素を最大限活用して、場の魅力の最大化を図ります。**

- 水、火、土、虫、動植物など自然環境。
- 能力に合わせたリスクへの挑戦ができる。
- 動の遊びと静の遊び。
- 個別のニーズに合わせた配慮。



人とのつながり

人々の交流を促し、多様性が尊重される場づくりを心がけましょう。**インクルーシブな遊び場でのつながりはインクルーシブな地域でのつながりに拡大していきます。**

- プレーリーダーなどのコーディネーターが人との関わりを促すこと。
- 多様な人々のつながりによる相互理解の促進。
- 一人一人との関係性づくり。



3-3 どんな変化や配慮が必要かを常に考え続けること

一人一人のニーズに真摯に向き合って、遊べる場づくりをしていくためには変化が必要です。この場合の変化は子どもが場所に合わせて変化することではありません。**その子が持つ個別のニーズというものに着目して、ニーズに合わせた配慮をしつつ場所の方を変化させていくことが大切です。**自分たちの場所を変化させることを恐れず、ハード、ソフトの両面での工夫をする姿勢を続けていけば、その場所はインクルーシブな遊び場となっていくことでしょう。また、こういった話を開かれたものにしていくこと、当事者の声を聴くことが重要です。何が最適かは常に変化するので考え続けていきましょう。

子どもへの関わり方

1 プレイワーク

私たち大人がプレーリーダーとして子どもの遊びに関わる際には、どのようにすれば良いのでしょうか。ここでは「**プレイワーク**」という理論を学び、**子どもの遊びに関わる姿勢**を学びます。

プレイワークは子どもが主体的に遊ぶことができる環境づくりのための理論と実践です。1980年代にイギリスで始まり、「子どもが自ら遊び育つニーズとそのための環境の大切さ」「実際に子どもが遊ぶ空間を整え、子どもに関わる大人の役割」を体系化【※21】したものです。

プレイワークを使用する場は、冒険遊び場（プレーパーク）、児童館、学童保育などを中心に幼児教育、学校教育、子育ての場などです。

1-1 プレイワークが必要となった背景

長い人類の歴史の中で、これまで子どもの遊びに大人が関わるということはほとんど行われていませんでした。現代は子どもだけで遊んでいた屋外空間や、自由に遊べる時間が減少しており、大人が管理した預かりの場で遊び過ごす子どもが増えています。

今回のプロジェクトも子どもの遊びに大人が関わるという枠組みで行われますが、子どもの遊びに大人が関わるという取組の広がりと同時に、**本来は大人を必要としない「子どもの遊び」に介入をし過ぎず、適切に関わるための専門性の整理**が必要となりました。



1-2 プレイワークの原則

プレイワークに関する学びを進める中で外せない倫理綱領のような存在として「**プレイワークの原則 (Playwork Principles)**」があります【※ 21】。ここにはプレイワークが大切にしている価値観、そしてプレーリーダーの行動指針が書かれています。

ここには「**遊び**」が**その他の活動とは別で独自性のあるもの**だということが明記されています。また、プレーリーダーが子どもと関わる際の**アプローチのあり方が子どもの遊びをサポートしファシリテートすること**にあるということや、**振り返り (リフレクション)** の実践が必要なこと、**遊びに介入する際に成長や幸福と危険性とのバランスを考慮すること**など、重要な視点が指針として示されています。

プレーリーダーとしての行動の質を高めるため、理論である「原則」と、実践である「遊び場」を行き来しながら、学びを深めるための立ち戻る指針としてください。

- ①遊ぶことは、すべての子どもと若者にとって必要不可欠です。遊ぶことへの衝動は心の内側から沸き起こるものです。遊ぶことは、生物的、心理的、社会的な観点からも必要とされるものであり、個人とコミュニティの健康的な成長と幸福の土台となるものです。

(All children and young people need to play. The impulse to play is innate. Play is a biological, psychological and social necessity, and is fundamental to the healthy development and well being of individuals and communities.)

- ②遊ぶということは、本人が自らの動機で自由に選び、コントロールするプロセスを指します。つまり、子どもと若者は、自らの本能やアイデア、興味に従い、自分なりの根拠と方法で、何をどのようにして遊ぶのかを決定し、コントロールできるということです。

(Play is a process that is freely chosen, personally directed and intrinsically motivated. That is, children and young people determine and control the content and intent of their play, by following their own instincts, ideas and interests, in their own way for their own reasons.)

- ③プレイワークの最も重要で本質となる点は、遊びのプロセスをサポートし、ファシリテートすることにあります。これは、遊びに関する政策や戦略が策定、研修や教育が実施される際には必ず知られていなければなりません。

(The prime focus and essence of Playwork is to support and facilitate the play process and this should inform the development of play policy, strategy, training and education.)

- ④プレイワーカーは、遊びのプロセスを優先します。大人の都合が持ち込まれるような場合にも、プレイワーカーは遊びの代弁者として行動します。

(For playworkers, the play process takes precedence and playworkers act as advocates for play when engaging with adult-led agendas.)

- ⑤プレイワーカーの役割は、すべての子どもと若者が遊べる空間づくりをサポートすることにあります。

(The role of the playworker is to support all children and young people in the creation of a space in which they can play.)

- ⑥子どもと若者が遊んでいる時のプレイワーカーの姿勢は、遊びのプロセスについての十分かつ最新の知見と振り返りの実践を土台として形作られます。

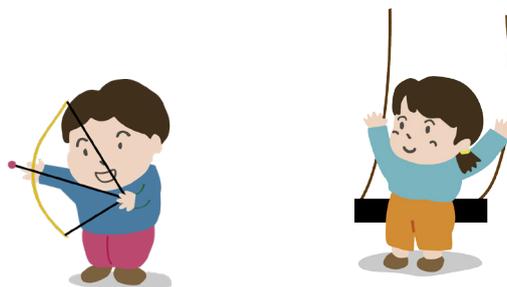
(The playworker's response to children and young people playing is based on a sound up-to-date knowledge of the play process, and reflective practice.)

- ⑦プレイワーカーは、自らが遊び空間に対し影響力を持っているとともに、子どもと若者の遊びもまた、プレイワーカーに対して影響力を持っていることを認識しています。

(Playworkers recognise their own impact on the play space and also the impact of children and young people's play on the playworker.)

- ⑧プレイワーカーは、子どもと若者の遊びを広げるために、介入というスタイルを取ることがあります。ただし、プレイワーカーによる介入はすべて、子どもの成長および幸福と危険性とのバランスを考慮したものでなければなりません。

(Playworkers choose an intervention style that enables children and young people to extend their play. All playworker intervention must balance risk with the developmental benefit and wellbeing of children.)



1-3 遊びのレンズ

子どもが遊びを楽しんでいる時、見守っている大人も必ず同じように楽しめるわけではありません。なぜならば、子どもは遊びを通じて成長していく存在であり、大人の価値観や社会規範などとは別の次元で物事を捉えて行動するからです。

この時、プレイワークの観点からは、**子どもが何を楽しんでいるのか、どんな発見をしているのかを子どもと同じ視点に立って捉える必要があります。**この視点を「**遊びのレンズ**」と呼んでいて、提唱者であるイギリスのペニー・ウィルソン氏は「プレイワーク・プライマー」という本でこのように書いています。

- 医者は医学のレンズを通して子どもたちを見ます。
- 教師は教育のレンズを通して子どもたちを見ています。
- プレイワーカーは、遊びのレンズを通して子どもを見ています。

遊びのレンズを身に付けるには、子どもを観察してどんなことに楽しさを見出しているのかを推測することを反復してトレーニングする必要があります。また、この時に大人である自分自身の中にある遊び心呼び覚ますことも有効です。



1-4 共感と理解

子どもの遊びに関わる大人は、子どもの遊びに対するニーズへの共感と理解が必要です。共感と理解のない関わりは子どもにとって遊びの邪魔となりかねません。ここで大切なことは、**子どもは本来、大人の助けを得ることなく、自ら遊び育つ存在であるという認識です。**このことを理解しているプレーリーダーは子どものことを「**大人の手助けがなければ遊ぶことができない弱者**」として捉えることはありません。子どもは年齢や経験に応じて、自らの発達に対する挑戦をしながら遊び育つ力を生まれながらに持っています。そのため無遠慮に大人としての教育欲求を投影して、子どもの求めがないにも関わらず、手出し口出しをすることを防がなければいけないのです。

プレーリーダーにとって必要な意識は大人として、**どんな風に子どもをサポートするかということ以上に、大人は子どもの遊びを変えてしまう力があるということ**を自覚することです。そして、遊びの主人公は子ども自身であり、遊びの専門家は子ども自身だということを理解していることが求められます。



1-5 寄り添いの方法

次のワークをやってみてください。

ワーク：邪魔するワーク、寄り添うワーク

邪魔する

- ① 2人1組になり、大人役と子ども役を決めてください。
- ② 子ども役の方は立ち上がりせず、その場で手元にあるものを使って遊んでください。合図をしてから30秒間だけです。
- ③ 大人役の方は次の3つの邪魔をしてください。

- 何をすべきか、いちいち指示する

- どうやってするのか、いちいち教える
 - 頼まれてもいないのに手伝う
- ④合図を出して30秒間互いに演じてください。
 - ⑤次に大人役と子ども役を入れ替えて①～④を再度繰り返します。
 - ⑥それぞれ子ども役だった時に感じた気持ちを共有しましょう。

寄り添う

①～⑤の流れは同じです。③の時に大人役の方は次の3つの寄り添いをしてください。

- していることをおもしろがる
 - 成り行きに付き合う
 - 頼まれた時だけ手伝う
- ⑥それぞれ大人役として寄り添った時に感じた気持ちを共有しましょう。

ワークをしてみて、邪魔された時の子どもの気持ちはいかがでしたか。私たち大人は善意の気持ちから子どもの遊びに指示をしたり、教えたり、頼まれていないのに手伝うことを知らず知らずやっています。これは「教育欲」という欲求が私たち大人にあるためです。この欲求は人間が文明を築き今日まで発展してきたことに大きく貢献しており、とても大切な本能です。しかし、子どもの遊びに関わっている時には、この欲求は胸の内にしまっておいた方が良くと言えるでしょう。

例えばコマ回しに挑戦している子どもがいるとします。この子どもは今の時点では上手く回すことができなくても、自分の力で紐を巻いて試してみる過程を楽しんでいます。そこに「上手く回せるように教えてあげたい」という大人のニーズで関わると、子どもの側が楽しんでいる部分との相違が生じます。そして、時に子どもはコマ回しへの興味を失ってしまうかもしれません。

この時、子どもの遊びを大人のニーズでコントロールしてしまっている事態が発生していました。この行為を「遊びの大人化（アダルトレーション）」と呼んでおり、遊びに関わる大人としてやらない方が良い行為です。今回のワークで子どもの側がどう感じるかを体感したことで、今後の自身の関わり方の参考にしてみてください。

次に寄り添った時の大人の気持ちの方を再度思い出してみてください。「子どもが何を楽しんでいるのかを感じる事ができた」、「寄り添いながらスムーズに遊べてどんどん楽しくなった」などのポジティブな感想がある一方で、「どんな声掛けが自然なのかがわからずに寄り添う方が難しかった」などの感想も一部あるかもしれません。これにはきちんとした理由があります。

寄り添うことがうまくいったやりとりと、そうでないやりとりには、子どもの遊びの在り方に大きな違いがあるのです。子どもの遊びに寄り添っていたやりとりは、子どもの側から大人に対して「見て見て」「聞いて」「一緒に遊ぼう」「手伝って」など遊びの世界に誘いこむサインが出ています。一方で、寄り添うことが難しかったやりとりでは、子どもは大人を必要とせずに遊んでいる場合が多く、特に大人として関わりをスタートさせるきっかけをつかめなかったのでしょう。このように子どもたちだけで遊びが完結している時には「寄り添う」のではなく、「見守る」というスタイルが適切です。



② プレーリーダーの役割

遊びに関わる大人としてプレーリーダーにはどのような役割が求められ、どのような専門性が必要なのでしょうか。日本冒険遊び場づくり協会では、**プレーリーダーを「冒険遊び場のプレーリーダーは、子どもが自ら遊び育つ環境づくりの知識と技能を備え、多様な人が参画できる子どもを中心とした遊び場をつくる人のことをいう。」と定義しています。**

今回のプロジェクトで育成したプレーリーダーは、冒険遊び場のプレーリーダーそのものではありませんでしたが、一般的に子どもの遊びに関わるうえで大切な役割を解説します。

プレーリーダーは子どもたちが思いのままに遊ぶことのできる場づくりを行う上で中核的な役割を担う欠かすことのできない存在であり、場づくりにおいて非常に重要な役割を担うスタッフです。つい「リーダー」と聞くと指導者のような印象を持ってしまうかもしれませんが、そうではありません。**プレーリーダーとは、「プレイワーク」という理論と実践をもとに「最も子どもの視線に近い立場で遊び場に関わる大人」**のことです。プレーリーダーは、**子どもが遊ぶことができる物理的な環境と、それを見守る地域のコミュニティの関係づくりをその役割の核**としています。

子どもとの関わり

子どもは本来遊びのプロであり、**自らの遊び心を動かして楽しいことをする力**があります。しかし、何らかの外的要因で遊べない状態になっている子どもも多くいます。**プレーリーダーはそれぞれの子どものに合わせて遊び心を触発し、その子ども自身の内発的な動機で遊べるように直接的、または間接的に働きかけます。**また、遊べる状態になるための大前提として、**子どもが場所に対して安心感を持つことも大切**です。プレーリーダーは子どもが遊び場を居場所として感じられ、自分を解放しても良いと思えるための信頼関係も大切にしながら関わりを持っています。



環境整備

プレーリーダーは子どもが思い切り遊べる場所をつくるため、その場所が持っている潜在的な遊びの可能性を引き出し、場の魅力の最大化を図ります。身体を動かして走り回れるような動的な広いスペースや、集中して静かな遊びができるエリア、初めて訪れた人でも居心地よく感じられるオープンな空間など、適切なゾーニングで環境を整備します。**物理的な環境整備と同時に、プレーリーダーは子どもが遊び場の環境自体を変化させられるようにサポート**もします。遊び環境を手作りした経験により、子どもは自分が遊びを一から創り出したり、目の前の環境を面白く変えていく力があることに自覚的になります。自分の遊ぶ力を知った子どもたちによって、さらに遊び場は子どもたちのものとして変化していくのです。

地域・大人との関わり

本来、自ら遊び育つ子どもですが、現代の社会では多くの阻害要因から自由に遊ぶことが難しくなっています。その主たる要因は大人であることが多いです。私たち大人は誰もが子ども時代を経て大人になっています。しかしながら、幼少期のプリミティブな遊び体験の際に主体的に遊ぶことを保障されていたとしても、それは論理的な思考の獲得をす

る年齢の前段階です。多くの大人は、遊びから多くを得て大人として育ったことや、大人の都合で子どもが遊びづらい環境にあることの弊害に対して無自覚です。そのためプレーリーダーは、大人たちに子どもが自ら遊び育つことの価値を再認識してもらえるように働きかけるという役割も持っています。遊び場の内外で子どもが遊ぶことの価値を発信することによって、子どもが遊びやすいコミュニティづくりのきっかけを創出しています。

危険管理・事故対応

最後に危険管理ですが、この部分に特化した単元のページがあるため、ここでは多くを書きません。子どもが遊ぶ環境に危険はつきものです。プレーリーダーは子どもの育ちに合わせて遊び場の中に存在する危険を適切にコントロールし、子どもがリスクに挑戦しながらも育っていける環境づくりを行います。また、ケガが起きた際、子どもの苦痛や親の不安を軽減させられるよう、緊急時に対応する力も身に付けている必要があります。

プレーリーダーの役割を一言で表現することは難しいです。しかし、現代の社会にとって、子どもが自ら遊び育つという大切な環境を支える重要な立場であると認識しています。子どもが遊び育つことができる社会の実現のためにも、ますますプレーリーダーの重要性が広まり、社会に広く浸透していくことを願っています。

3 遊びの環境づくり

ここでは実際に子どもが遊べる環境をどうつくるのかについて書いていきます。「第2章の③インクルーシブな遊び場づくり」と重複する内容もありますが、子ども本来が持っている遊ぶ力を最大限に引き出すために必要な環境づくりのコツについて書いていきます。

3-1 子どもひとりひとりに合わせた場づくり

10人の子どもがいれば、10通りの遊びたいというニーズが発生する可能性があります。同じ折り紙という遊びであっても、作った紙飛行機で遊びたいという場合と、飛ばすことはさておき次々に作ることに夢中という場合があります。こういった場合は「今は折り紙の時間だから、飛ばすのは後にして」と場所や大人の都合に子どもを合わせるのではなく、制作スペースと遊びのスペースを整理して、互いが楽しく遊べるように場所を変化させる工夫が必要になってきます。

3-2 場の魅力の最大化

また、プレーリーダーは制限のある環境、限られた空間や素材、その場に居合わせた子どもや大人の顔ぶれ、季節や気候、そういった条件の中で一番楽しく魅力的な場づくりを心掛けています。場の魅力を最大化するためにはそれらの条件を適切に判断して、遊び心を使いながら組み合わせるためのアクションを起こします。ここで重要なことは、終始プレーリーダーがコントロールするのではなく、きっかけをつくることに留めることです。子どもたちの遊び心が動き始めたら「いいこと思いついた!」と、遊びはどんどん発展していきます。プレーリーダーが抜けてしまうことで遊びが終息してしまうのだとしたら、その場合は本当の意味で「遊び」にはなっていないと言えるのではないのでしょうか。



3-3 遊び場に必要要素

次に挙げる要素は子どもが自由に遊ぶ環境をつくる上で重要な要素です。自分たちの遊び場にこれらの要素があるかどうかは時折チェックしてみると良いでしょう。



豊かな自然

豊かな自然環境は屋内などの人工的な環境に比べ、子どもの遊び心を刺激するものが常にあります。水、土、火、草花、木々、風、虫などの生き物などがそれに当たります。そして季節を通じて変化して子どもたちに遊びのためのメッセージをたくさん贈ってくれているのです。陽射しや気温の高さは水や泥で遊ぶ楽しさを倍増させます。雨や曇りの時や寒い日には火の暖かさに触れたいくなります。季節に応じて見つけることができる虫などの生き物や草花、冬には落ち葉が一面に敷き詰められ集めて山にするだけで最高の遊びになります。自然には遊び心を掻き立てる刺激があることはもちろんですが、**子どもが自分の力で変化を加えさせやすく、容易に扱うことができる**という点でも非常に優れています。

ここで挙げている豊かな自然とは、森や里山、海辺や河原のようなものだけを指すわけではありません。市街地にあるちょっとした公園の中にも規模は小さいですが、先に挙げたような自然に触れることは可能です。また、屋内であっても街中で見つけて採取したドングリや松ぼっくりをクラフトの素材として使うこともできます。ツタで編んだリースづくり、摘んだ花を使った色水づくりなどもできることでしょう。自分の活動する遊び場のフィールドや周辺地域にはどんな自然があるかを改めて意識してみて、季節に応じた適切な活用をしてみてください。

ルースパーツ

遊びの環境づくりをする上で、度々使われる素材が「ルースパーツ」です。ルースパーツとは、日常的にある素材全般のことを意味しており、なおかつ、その素材を自由に扱える状態になっているもののことです。例えば、石ころ、どんぐり、木の枝、葉っぱ、貝殻など自然物。また、家庭の中にある段ボールなどの空き箱、ペットボトル、ワインのコルク、洗濯ばさみ、紐、割り箸などがあげられます。



ルースパーツは、より豊かな遊び環境を造り出すことに貢献します。素材は遊び方の決まったおもちゃに比べると無限の可能性を提供してくれます。作ること、そして壊すことの繰り返しの途中で物や遊びを創り出すことができるからです。時間、空間、仲間に加えて、こういった素材を使った「手間」のかかる遊びも現代の子どもに不足しているものかもしれません。何よりも子どもが遊びを手作りしやすいという魅力があります。

中でも段ボールは素材として、多くの遊びの選択肢を与えてくれます。子どもにおもちゃが届いた後、段ボール箱の中に入っていたおもちゃで数日間は夢中で遊ぶが、その後におもちゃに飽きたころからは段ボール箱の方が長い期間、カタチを変えながら遊び続けるという光景は少なくないはずです。

場を変化させることができる

子どもが遊び場の空間を物理的に変化させることができるようになってきていることも大切です。遊び場の環境の中に、子どもが作ったり壊したり創造的な遊びができる場所や素材を取り入れることで、**子どもは自分には目の前の環境を変**

化させる力があることに自覚的になります。そして、更にその力を使うことに喜びを覚え挑戦を繰り返していきます。土に穴を掘る、壁に色を塗る、段ボールで基地をつくるなど、様々な可能性を想定して遊び場の環境を子どもが使いやすい状態にしていきましょう。

選択肢がある

子どもが何をしてどんな風に遊ぶかを大人の影響を受けずに選択して自由に遊ぶことができることが大切です。ある一つの遊びの選択肢しかないのであれば、子どもから選ばれる遊び場にはなり得ないでしょう。**私たち大人は常に子どもが遊びを選択できるように物理的にも心理的にも自由に遊べるように場を整える必要があります。**

大人も楽しめる

子どもは良い環境が目の前にあれば遊ぶ力を持っています。もし、子どもが良い環境があっても遊べていない場合、その子どもの背後にいる保護者や大人の影響が大きいでしょう。子どものやろうとしていることに常に手を出し、口を出し、**過干渉かつ否定的な関わりをする大人の存在は子どもの遊び心を委縮させます。遊び場の中で大人自身も遊び心が動き夢中になる瞬間をつくれる機会を用意しておきましょう。**コマやけん玉などスキルトイのような遊びは大人も手にとりやすく、かつての子ども時代を思い出して遊び心がうごく良ききっかけを与えてくれるアイテムです。他にも焚き火が好き、編み物が好き、生き物が好き、身体を動かすことが好き、絵を描くことが好きなど、大人自身も童心に戻って楽しめる遊び場づくりを心掛けましょう。子どもたちは自分の近い立場の大人が楽しそうにしている姿を見るのが大好きです。大人が我が子とほどよい距離で遊んでいる時は、もちろん子ども自身も楽しく遊ぶことができている時でしょう。

4 遊びの場における危険管理

遊びの場では、子どもの遊びには常に危険が内包されているという前提で場づくりを行っています。なぜなら、子どもという存在は、常に自分の限界に挑戦し、世界を広め、能力を高めようとしながら育っていくからです。このような環境では、どのように危険を扱い管理していくことが求められるのでしょうか。

4-1 感覚の発達・未知との遭遇に対する欲求

ある遊び場での出来事です。階段の3段目から一人でジャンプしている2歳の男の子。表情は真剣ですが、着地の瞬間に少し口角があがり喜びを感じていることが見て取れました。何度も繰り返している内に、次はもう一段高くと4段目まであがっています。これまで3段目から跳んでいた時以上に真剣な表情で高さを感じているようでした。膝を軽く曲げ、両手を後ろに身構えてジャンプの姿勢に入ります。いよいよ覚悟を決めて跳ぶのかなと近くで見守っていました。すると男の子は階段の下を見つめていた視線を外し、私の方に顔を向けて言いました。「ててー（手を貸して）」と私に片手を伸ばしてサポートのお願いということでしょう。私の手をぎゅっと握るとびよんとジャンプして着地を成功させました。子どもは、生まれながらに自らの感覚の発達を喜ぶようにできています。そして、喜びを得るために、「やってみたい」という内発的な動機によって遊ぶ



のですが、この過程で、やってみたいと取り組むことの中には探求が含まれています。やったことがないから、触ったことがないから、そんな動機から「どうなるのかな？」という知的好奇心を全開にして子どもたちは世界に触れているのです。

4-2 リスクとハザード

保育や子どもの遊びに関わる業界では、危険を「リスク」、「ハザード」と分けて取り扱うことが【※22】あります。「リスク」は「自ら挑戦する危険」と呼ばれ、子ども自身が危険に触れていることを自覚しながらも、発達欲求に応じて挑戦していると見立てることができる危険を指します。一方で「ハザード」は「自分から挑戦できない隠れた危険」と呼ばれ、子ども自身はまったく予期せずに危険が降りかかってくるため、身構えて対応することもままならぬ危険を指します。



リスクは時に失敗などによって子どもがケガをする可能性もありますが、基本は自分が危ないことに触れてとんいる自覚があるために身構えており、ケガが発生

しても軽微であることがほとんどです。よって、リスクは子どもの育ちのプロセスに大いに貢献し、子どもが自分の限界に挑戦し、世界を広めたり、能力を高めることに有益な影響を及ぼしています。

代表的なハザードの種類

- 落下：高いところから落ちる、高いところから固い物や重い物が落ちてくる
- 突起物：釘、ガラス、枝など
- 動線：遊びと遊びの衝突
- 腐食：木部の枯れや腐食、鉄部の錆による腐食
- エントラップメント：服飾の紐など、鋭角のV字（筋交いなど）へのひっかかり

「危険」という言葉を分けて考えましょう

リスクとハザードは、種類のちがう危険です。ひとつの行動の中に同時に存在します。高いところからの飛び降りなどの例でも考えてみましょう。



自ら挑戦する危険

着地の失敗という危険（リスク）があるかもしれないけれど、あえて自ら挑戦する



自分から挑戦できない隠れた危険

着地した先に釘先の突き出した板があるなど、突発的で回避しづらい危険（ハザード）がある

事故が起きやすい時

季節 時間帯 状況

- ▶ 春先
- ▶ 1日の終わり
- ▶ イベントの直前直後
- ▶ 風の強い日
- ▶ 子どもたちが常時興奮している
- ▶ 危険に気づいたが後回しにしている
- ▶ 危険を過小評価してしまっている

4-3 リスクへの挑戦が可能な環境づくり

子どもの遊びに関わる際には、知的好奇心の旺盛な子どもが次々に探求の対象となる遊びを見つけられるような魅力的な遊び環境をつくることが求められます。子ども自身が遊びを手作りしやすいように水、土、火、木などの自然環

境を遊びやすいようにしていくこと。また、それらで遊ぶ際の素材や道具を適切に用意します。それと同時に必要なのが、危険管理です。**遊びの場における危険管理は、ただ危ないことをすべて取り除けば成り立つわけではありません。**なぜなら、子どもが遊ぶということは常に危険と隣り合わせだからです。ここですべての危険を取り除いてしまった場合、結果として子どもは何もできずにじっとしていなければならないとなってしまいます。遊びの場における危険管理の考え方や方法について解説していきます。

リスクとハザードという考え方をベースに、**子どもが育つ上で欠かせない要素が「リスクへの挑戦」**です。子どもは生まれながらに自らの感覚の発達を喜ぶようにできており、年齢や経験、そして置かれた環境に応じて遊びを通してリスクへの挑戦をし続けます。リスクへの挑戦の機会を保障するためには、**どんな時は見守って、どんな時は大人の介入があった方が良いのかという判断をプレーリーダーができることが必要**です。

4-4 ダイナミック・リスク・ベネフィット・アセスメント

遊びの場でプレーリーダーは基本として、「**どうしたらこの遊びが継続できるのか**」ということを中心においています。逆に「**どうしたらこの遊びをやめさせられるのか**」となってしまった場合は、子どもと大人の力関係からすると容易に子どもは遊べない状況になってしまうことでしょう。

そして、危険は常に変動的です。**起きては消える危険を都度評価して、子どもの育ちに有益であるか、それとも危害に発展するかを見極めた対応**をしているのです。子どもが遊ぶ過程で発生した危険が、「リスクへの挑戦」であり、万が一ケガが発生するとしても、軽微であり成長につながる効用が大きいと評価できる場合は、遊びを継続させ見守ります。一方で**危険が「ハザード」であった場合は危害が大きくなってしまふことを防ぐために介入**が行われます。例えば、子どもたちがやりたい遊びが長い枯れ枝を振り回しての戦いごっこであった場合で考えてみましょう。周囲に他の子どもがおらず、互いに加減をわかりながらも遊んでいる場合は「リスクへの挑戦」です。

しかし、戦いごっこの場所に小さな子どもが近づいてきてしまったり、使っている枝の長さが子どもたちにとって加減してコントロールすることが難しいものであった場合などは「ハザード」になり得るため、場所を変えたり、枝の長さを短くするなどの介入をしますが、戦いごっこという遊びの方向性は変化していません。

また、人が増え過ぎて安全に枝を振り回せるエリアがなくなってしまった場合などは枯れ枝を振り回した戦いごっこの継続自体がハザードになり得るため、遊びの再構築として子どもの遊び心を戦いごっこ以外のものに向けさせることなどが重要です。そして、子ども達のこだわりが強かったりして枯れ枝での戦いごっこ以外に目先を変えることも難しいこともあるかもしれません。そんな時は残念ですが、子どもたちがやっている遊びを中断してもらう必要があるでしょう。この場合、**子ども自身や遊び自体は否定せずにリスペクトの意を示しつつ、遊びを終わらせなければならぬことを伝えたい**ものです。こういった遊び場が動いている中で、リアルタイムで危険管理の判断を行うための考えを「**ダイナミック・リスク・ベネフィット・アセスメント**」と呼び、常に動く遊び環境の中から発生する危険を取り除くべきか効用と判断して残すのかを評価しながら対応しています。



4-5 理解者と協力者を増やす

このテキストでは、**リスクに挑戦できる環境づくり**をする上で大切な**危険と育ちの関係の見立て方や、危険を取り除くための判断方法**についてご紹介しました。しかし、こういったこと以外にもリスクに挑戦できる環境をつくる時に大切なことは多々あります。重大なハザードを適切に軽減や除去ができる**危険管理の知識と実践は日々の積み重ねから育って**いきます。そして、子どもの親や周辺住民が、「**子どもは遊びを通して心身を育て、その過程には危険がつきもの**」ということに理解を示し**協力者が増えるということも大切**です。実践の積み重ねをぜひ言語化して外部に発信していき、子どもが自由に遊び育てる地域をつくっていきましょう。

4-6 セーフガーディング

子どもがのびのびと自由に遊ぶことができる活動を行う場合、子どもが遊ぶことによって遭遇する危険とは別に、気を付けなければいけない**重要な安全管理の視点に権利侵害の防止**というものがあります。身体的・心理的・性的な虐待など、**大人による意図的な権利侵害から子どもを守り、安心して遊ぶことができるように「セーフガーディングポリシー」**を定め、プレーリーダーはもちろん、その他のスタッフやボランティアとして関わる**全ての大人が遵守するように周知・徹底**しましょう。ここに定める内容は子どもを「**身体的・心理的・性的な虐待**」から守ることを一番の目的としていますが、子どもの安全だけでなく、**活動する私たち大人自身のことを守る**ことにもつながっています。

セーフガーディングポリシー

- ① 叩いたり蹴ったり身体的な暴力はしない。
- ② 差別せず、全ての子どもと平等に接する。また、心理的に傷つける言動はしない。
- ③ 必要ない場面で子どもの身体を触らない。
- ④ 人の目のない場所や活動外で子どもと2人きりにならない。
- ⑤ 性的な発言や接触をしない。
- ⑥ 子どもや保護者の許可なく写真や動画を撮らない。また SNS などのインターネットで公開しない。
- ⑦ 子どもや保護者と個人的な連絡先の交換をしない。
- ⑧ 活動中に知り得たプライバシーに関わる情報は口外しない。
- ⑨ 信仰や思想を尊重する。また宗教や政治活動は行わない。
- ⑩ 困った時は一人で解決しようとせず、報告・相談をする。
- ⑪ 子どもが自分でできることを必要以上に手伝ったり、手出しや口出しをしない。



探究心
UP!



おわりに

このテキストは実践と理論の行き来ができるように構成されています。プロジェクトの実施を経て、自分の中での課題に気づき、該当箇所を読み込むことで、次の実践のヒントを得る。こういった反復学習の手引きとして使用し続けてください。

子どもの遊びに関わる実践には正解がなく、常に目の前の子どもとのライブなやりとりの積み重ねです。自身でもチームでも研鑽をしながら社会に遊びの大切さを広める取組を続けてください。また、遊びの場におけるプレーリーダーの育成が進むことは、都内各地で子どもが自ら遊び育つ風景が増えていくことにつながっていきます。環境問題として子どもの遊び場づくりに関わるプレイヤー・当事者が一人でも多く増えて、子どもたちの笑顔を見られる機会が広がることを願っています。

引用・参考文献

このテキストは、以下の文献を引用又は参考にしています。

参 考

- ※ 1 東京都『東京都子ども基本条例』
<https://www.kodomoseisaku.metro.tokyo.lg.jp/kodomo-kihonjyourei/jyourei>
- ※ 2 ユニセフ『子どもの権利条約』
<https://www.unicef.org/tokyo/crc>
ユニセフ『子どもの権利条約の4つの原則』
<https://www.unicef.or.jp/crc/principles/>
こども家庭庁『こども基本法』
<https://www.cfa.go.jp/policies/kodomo-kihon/>
- ※ 3 東京都『こども未来アクション』
<https://www.kodomoseisaku.metro.tokyo.lg.jp/jigyokodomo-mirai-action>

第1章 遊びの意義と子ども発達

①遊びと育ち

1-2 脳の発達と遊びの関係

- ※ 4 スチュアート・ブラウン（著）、クリストファー・ヴォーン（著）足立理英子、佐藤裕子、鈴木真理子、田中智美、深川恵、前田雅代（訳）芳賀靖史（監訳）（2013）『遊びスイッチ、オン！—脳を活性化させ、そうぞう力を育む「遊び」の効果—』バベルプレス
河合雅雄（1990）『子どもと自然』岩波新書
- ※ 5 ピーター・グレイ（著）、吉田新一郎（訳）（2018）『遊びが学びに欠かせないわけ 自立した学び手を育てる』築地書館

②遊びとは何なのか

2-3 非認知能力と遊び

- ※ 6 中山芳一（2018）『学力テストで測れない非認知能力が子どもを伸ばす』東京書籍
ジェームズ・J・ヘックマン（著）、古草秀子（訳）（2015）『幼児教育の経済学』東洋経済新報社
- ※ 7 大河原美以（2016）『子どもの「いや」に困ったとき読む本』大和書房

第2章 遊びと社会

①現代の子どもの遊び環境・子育ての社会背景

1-1 外遊びの機会の減少

- ※ 8 環境省（1996）『平成8年度版環境白書』
- ※ 9 ベネッセ教育総合研究所（2013）『第2回放課後の生活時間調査』
<https://berd.benesse.jp/shotouchutou/research/detail1.php?id=4700>
- ※ 10 シチズンホールディングス意識調査（2016）『子供の時間感覚』
<https://www.citizen.co.jp/research/20160610/01.html>
- ※ 11 厚生労働省（2018）『総合的な放課後児童対策に向けて 社会保障審議会児童部会 放課後児童対策に関する専門委員会 中間とりまとめ』

引用・参考文献

1-2 子育てを巡る地域や家庭の変化

- ※12 ベネッセ教育総合研究所（2010）『首都圏・地方市部ごとにみる乳幼児の子育てレポート』
<https://berd.benesse.jp/jisedai/research/detail1.php?id=3224>

1-3 精神的幸福度

- ※13 ARC 平野裕二の子どもの権利・国際情報サイト（2019）『子どもの権利委員会：総括所見：日本（第4～5回）』
<https://w.atwiki.jp/childrights/pages/319.html>
- ※14 ユニセフ・イノチェンティ研究所（2020）『イノチェンティ レポートカード 16 子どもたちに影響する世界 先進国の子どもの幸福度を形作るものは何か』
https://www.unicef.or.jp/library/pdf/labo_rc16j.pdf

1-4 環境問題として子どもの遊びを捉える

- ※15 日本学術会議（2020）『我が国の子どもの成育環境の改善にむけて—成育空間の課題と提言 2020—』
<https://www.scj.go.jp/ja/info/kohyo/kohyo-24-t297-5-abstract.html>

②遊びの場づくり事例として「冒険遊び場」

2-1 冒険遊び場づくりの概要と歴史

- ※16 特定非営利活動法人冒険遊び場づくり協会『冒険遊び場づくりの歴史』
<https://bouken-asobiba.org/known/worldhistory.html>
- ※17 特定非営利活動法人冒険遊び場づくり協会『第8回冒険遊び場づくり活動団体活動実態調査』
<https://bouken-asobiba.org/known/index.html>

2-3 冒険遊び場の定義

- ※18 特定非営利活動法人冒険遊び場づくり協会『冒険遊び場とは』
<https://bouken-asobiba.org/play/about.html>

③インクルーシブな遊び場づくり

3-1 インクルーシブな遊び場とは

- ※19 フィリップ・ダウチ（著）嶋村仁志（訳）（2022）『インクルーシブって、なあに？～子どもを分けない場づくりはじめの一步～』一般社団法人 TOKYO PLAY

3-2 インクルーシブな遊び場の実現のために必要なこと

- ※20 みーんなの公園プロジェクト、TOKYO PLAY『はじめの一步編 「はじめよう！インクルーシブな遊び場づくり」』一般社団法人 TOKYO PLAY
https://tokyoplay.jp/wp-content/uploads/2021/03/Inclusive-playground-guideline_1st-step.pdf

第3章 子どもへの関わり方

①プレイワーク

- ※21 一般社団法人日本プレイワーク協会『プレイワークとは』
<https://playworkjapan.org/playwork/>
- Play Wales『The Playwork Principles』
<https://play.wales/playwork/the-playwork-principles/>
- （テキスト中にあるプレイワークの8つの原則の訳文は日本プレイワーク協会代表 嶋村仁志氏によるもの）

③遊びの場における危険管理

3-2 リスクとハザード

- ※22 特定非営利活動法人冒険遊び場づくり協会（2013）『冒険遊び場ブックレット【技術編 01】冒険遊び場づくり危険管理の初歩』特定非営利活動法人冒険遊び場づくり協会