

五感を育む ガーデニング

ニュージーランドには一軒家が多く、人々は庭で季節、天候、昆虫、鳥、小動物などの自然に親しむ素地を育む。例えば庭でスワン・プラントを育てれば、夏には子どもたちが大好きなモナーク・バタフライが卵を産みにやってくる。その成長過程を通して、生命の不思議さ、素晴らしさ、力強さ、そして反対にもろさをも感じることができる。また、庭に子ども用のスペースを作り、そこで好きな植物が花や実を結ぶまで世話をさせるのも貴重な体験になる。それが野菜や果物であれば、収穫、料理をし、家族全員で味わう楽しみも加わる。土の温かみを感じ、昆虫の姿を目にし、鳥たちのさえずりを聞いて子どもたちは成長する。



シンプルで ヘルシーな食べもの

日本同様ニュージーランドでも、親は子どもの食生活に大きな関心を持っている。甘いものは特に保育園や幼稚園のティータイムやランチではご法度で、サンドイッチ、果物、生野菜スティック、ビスケット、チーズなどが中心。保存料や着色料を含む加工食品や遺伝子組み替え食品も避ける傾向があり、オーガニックや庭で自家栽培したものなど、出どころが明確な野菜や果物を子どもに食べさせる。これは離乳食も同じで、市販品ではオーガニック素材のものがポピュラー。しかしヘルシーな食生活を身につけさせようと親が努力し、政府が多量なる助成金を費やす一方で、子どもの肥満問題が深刻化しているのも事実だ。



健全な身体づくりに アウトドア

ニュージーランドの子どもたちとアウトドア・ライフは切っても切れない。庭にある、父親の手づくりのブランコやツリーハウス(木の上などにしつらえた小屋)で遊ぶのはもちろん、手近にある遊び場で走り回り、ピクニックし、海岸では磯遊びや貝拾い、砂のお城づくり、林では木登りや木の実拾いを楽しむ。お誕生日会を公園で開くのも珍しいことではなく、青空の下で友達とケーキをほおばり、遊び、祝う。そして長期休暇には家族みんなでキャンプに出かけ、ちょっとしたサバイバル知識を身につける。外遊びの時、子どもたちは決まってはだし。はだしの足から自然のエネルギーをもらっているかのように、彼らはいつも元気いっぱいだ。



クローディア・真理さんが考える ニュージーランド子育て6つのキーワード

未来を見据えた エンバイロ・スクール

自然との共存共栄を目指し、ニュージーランド政府は学校のカリキュラムに環境教育を盛り込んでいる。その最先端をいくのが「エンバイロ・スクール」。一般教科の勉強だけでなく、校内の整備、環境に優しい校舎、水、エネルギー、ごみの5つをテーマに、理想的な学校を目指して子どもたち自らが案を練り、大人の手を借りつつ実現していく。この過程で子どもたちはさまざまなことを学び、吸収する。現在国内にある332校のこうした学校には、環境局の協力の下、希少植物を繁殖し、それを公園に植えるなど、地域の緑化に一役買うところもある。子どもたちはここで、厳しい環境が予想される未来を生き抜くスキルを身につけ、巣立っていく。



オルタナティブ教育 ホームスクーリング

6~16歳の義務教育年齢の子どもを、親が自宅で教えるのが「ホームスクーリング」。マンツーマンで、子どもの能力や興味に沿って勉強を進められる、と注目の的だ。ホームスクーリングで学ぶのは普通の子どもたち。親も計画書を提出し、教育省から認可を得れば教員資格は不要だ。同省のカリキュラムに沿い、専用の教科書を使って学習は進められるが、各家庭独自の方法を取ってもよい。ホームスクーリングの仲間との集まりがあったり、自宅近くの学校での部活動に参加が許されたりと、社会との交流が失われることはない。2005年7月現在、こうして学ぶ子どもの数は6428人。多様化するライフスタイルのなかで、チョイスのひとつとなっている。



合理的にみんながトクする トイ・ライブラリー

図書館のおもちゃ版、「トイ・ライブラリー」は現在国内に217か所ある。日本でも障害者のための「おもちゃ図書館」の名で存在するが、ニュージーランドの「トイ・ライブラリー」は、子ども全般が対象。会費を払えば、ある一定数までのおもちゃを約2週間借りることができる。パズルのような小さなものから、滑り台のような大きなものまで種類は豊富。運営は会員の会費だけでなく、慈善団体や地元企業からの寄付金、会員が手作りのお菓子などを売った売上金で行われ、スタッフはほとんどがボランティアだ。ものが無駄にならず、親の経済的負担が減り、子どもは常に目新しいおもちゃで遊べるという、言うことなしのシステムといえる。



日 本にいる時は子どもが苦手だった私の目の前に、笑顔の娘がいる。

ニュージーランドに暮らして9年近く。広大なスペース、ゆっくり流れる時間、そして豊かな自然が私を変え、娘を授けてくれた。日々の生活の中で自然を慈しむ周りの人たちも忘れてはならない。自然派の良さを彼らは身をもって示し、おなかの大きな私をいざなってくれた。

私の理想は、極力人工的な方法を控えた出産だった。娘がおなかの中でさかごだとわかった際には鍼治療と運動をし、分娩時には不安感を払拭するバッチフラワー・レメディ※1の植物エキスや陣痛を和らげるツボを刺激するための松ぼっくり、電子レンジで温めて痛みのある部位に当てる大麦入りの小型布製サックを病院に持ち込み、臨んだ。自然派出産の究極といえるのは自宅出産。これにトライするのはニュージーランドの全経産婦の7〜10パーセントいて、まだまだ上には上がいる。

生後すぐに必要なおむつも、先達国のごたぶんにもれず、この国でも紙おむつが多数派だが、義姉が使用済みの布おむつを消毒するための大きなバケツを遠路はるばる持ってきて

てくれたこともあり、布おむつを使うことに決めた。紙おむつが生物分解するのに500年もかかり、環境に及ぼす影響が懸念されると同時に経済的負担もあいつつ、ニュージーランドでは最近布おむつが見直されている。2006年からは「リアル・ナッピー・ウィーク」と呼ばれる、布おむつ推奨週間が始まったり、今までのイメージをくつがえすおしやれで使い心地の良い布おむつが評判になったりしている。

再利用という観点からは、セカンドハンドやレンタルのものを利用するのも布おむつと同じ。私たち夫婦はもっぱら友人からもらい受けた服や、専門のセカンドハンド・ショップで買い求めた子ども用品を活用している。娘は「〇〇ちゃんに着ていた服なのよ」などとうれしそうに、お下がりを楽しんでいる。義務付けられている車のベビシートも、成長と共に最新型と取り替え、車への装着方法をきちんと教えてくれる、「プランケット」※2によるレンタルは賢い選択。どちらも、ごみの量の削減にもつながる。

子どもの健康維持に貢献しているのも、自然派志向。特に子どもの体の基礎を作ると母乳は信奉されてお

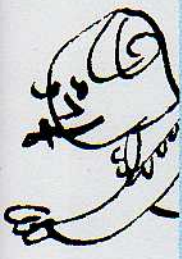
り、生まれてすぐ、赤ちゃんには初乳が与えられる。他国同様、毎年「ブレストフィーディング・ウィーク」が盛大に行われ、ニュージーランドの母親の90パーセントが母乳で子どもを育て始める。私は最初、母乳が足りないといわれたのだが、病院の授乳専門家に助けられ、娘が「もういない」と言う1歳8ヶ月まで、母乳で育てることができた。こういった問題を抱える母親には、専門家や世界的な組織「ラ・レーチェリーグ」が相談に乗ってくれる。

子どもにつきもののけがや病気には、まず広く用いられている天然の代替薬を試してみる。打撲や捻挫には、痛みや腫れを抑える、キク科植物のアーニカのクリームを塗り、風邪で鼻詰まりになったら、この国原生の、ティーツリーのオイルを数滴お湯にたらし、その蒸気を吸わせる。風邪で熱が出て医者に連れていっても、解熱剤以外はなかなか処方してもらえず、ぬるめのお風呂に何度も入れること、服を脱がせることと熱を下げるためのアドバイスがあるだけ。風邪の諸症状に対する薬をもらえるのは症状が進んでからで、まずは自分の体力で治せるようなら治しなさいというわけだ。

人々の多くが気負うことなく自然に、環境に配慮する生活を送るニュージーランドで、自然派の子育てに努める私がひしひしと感じているのは、「自分を大切にすること」ということが「地球を大切にすること」ということに通じているということ。自分や子ども、家族のことをまず第一に考えてみよう。「毎日口にすることは安全なのか」「今の生活習慣は将来に影響しないのか」といったことが気になり始めるはず。そうすれば、「食料品はオーガニックのものを買うようにしよう」「週末の外出は自転車を出かけてみよう」となるだろう。

これはそのまま、地球環境を気遣っているのと同じなのに気づいてほしい。「地球に優しく」という言葉がよく聞かれる一方で、この言葉のスケールばかりに圧倒されがち。しかし、地球を大切にすることが、自分や家族を大切にすることと考えるなら、これに取り組むのはそう難しいことではない。

※1 今から60年以上前に英国のエドワード・バッチ博士が、精神と体が不均衡になると人間は病気になるとし、そのアンバランスを是正するための38種類の植物エキスを編み出した。
※2 35ページ参照



ニュージーランドで見つけた自然派育児 子どもを慈しむことは、 エコロジーへの近道です

ニュージーランドの北島、
緑豊かな土地ニュープリマスに暮らすクローディア・真理さん。
子育ても自然派、にこだわる
彼女から届いた口ハズな子育てのヒント。

クローディア・真理さん
1986年生まれ。
日本、ニュージーランドでの編集職を経、
現在フリーライター。
機内誌や観光局発行新聞など、
ニュージーランド関連媒体の執筆を手がける。