

小象の会

会報 第43号

NPO法人 生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会



特 集 『医療と読書』

2025年
4月1日

「小象の会」で検索



小象の会では創設以来20年間、生活習慣病の予防と治療に役立つ様々な情報を皆様にお届けしてきました。その重要な手段が会報や冊子などの文字媒体による広報です。今日情報メディアは実に多様になりました。テレビやYouTubeは、手軽に大量の情報が得られるでしょう。多くの言葉を費やすより、一つの映像の方が有用に見えます。またSNSなどの情報は、猛スピードで、世界の隅々にまで届きます。文字情報による伝達は時間がかかるためか、活字離れ・読書離れが進んでいます。

しかしながら時間を費やして、本などの文字媒体を読むことは重要と考えられます。それは、気晴らしより、最新情報を得ることより、もっと根本的な理由があると思います。人間の知性は言語の奥深さによって成り立っているのではないかと。そのような言語によって、人は知性を発達させいま世界を理解し、偉大なものを作り出し、共存し、感情を明らかにし、問題を解決してきたのではないかと。

そのように言語と読書の重要性を認識した人たち、スペインのモンセラット・サルト氏らのグループによって、アニメーションという体系的な読書教育法が生み出されました。

黒木秀子氏は、日本にアニメーションをいち早く紹介し、その普及に努力されています。そして読書が医療に果たす役割に着目した読書セラピーを取り入れたクリニック「パウルーム」を小児科医の夫君（オンライン診療の第一人者です）とともに運営していらっしゃいます。

そこで、これまで児童向けの書籍も刊行し、読書教育や医学系の書籍の紹介普及に努めてきた小象の会として、黒木氏の新しいクリニックの試みとその活動についてお話を伺いたいと思いました。当日は講演ののち積極的で有意義な討論が交わされました。（文責：篠宮正樹・小倉 明）

（2025年3月1日 第30回小象フォーラム）

当日講演動画



当日討論動画



録画と編集：内田大学医師

生成AIで作画

黒木事務所



こどもとおとなの
クリニック
「パウルーム」



『図書室の中のクリニック』

—読書セラピーやアニメーションを 小児医療に活かす—

こどもとおとなのクリニック パウルーム室長 黒木 秀子

『図書室の中のクリニック ―読書セラピーやアニメーションを 小児医療に活かす―』

図書室の中のクリニック

黒木秀子です。私は子どもの読書教育に長く関わってきました。夫は小児科医で、いすみ市で2005年に開業。2010年頃から発達に関する相談が増えました。その過程で、読書が子どもの疾病やその後の経過に与える影響に関心を持つようになり、読書セラピーの試行を始めました。2023年4月、夫と共に「こどもとおとなのクリニック パウルーム」を港区北青山に開設しました。「クリニック内の図書室」ではなく「図書室の中のクリニック」が特徴です。受付カウンターで児童書を貸出・返却できるようにしてあります。「どこにもないものを作りたい」と思いました。

読書へのアニメーション

読書セラピーは、本を通じて心を癒し、人生を豊かにするものとも言えます。私自身は「アニメーション」というスペインで生まれた読書教育法を学んできました。「アニメーション」は、フランス語・スペイン語です。英語ではアニメーション、日本語訳は「活性化」です。南ヨーロッパで「青少年の文化活性化の総称」の意味で使われていました。スペインでマリア・モンセラット・サルトさんたちのグループが、アニメーションを読書教育として体系化しました。「子どもを読み手にするには、教育が必要である」と、サルトさん達が言い始めたのです。

アニメーションの考え方と目的

読書は何によって成り立つかを、図表1に示しました。子ども達が本を読むことで得られるものは多岐にわたります。文字を追い、内容を理解し、さらに自分の考えを持つことが「読める」ことの本質です(図表2)。読書へのアニメーションは、本に背を向けた子のための読書教育法なのです。



図表1 読書は何によって成り立つか



図表2

「本が読める」とは？

1. 本を読む楽しさを知っている 環境、良書、交流
2. 読んだ本の内容を把握、理解できる
3. 読みたい本、面白そうな本への勘が育つ
4. 書いた人(作者)への興味関心が生まれて育つ
5. 読んだ本への疑問や感想を持つことができる
6. 以前に読んだ本や、本以外から得た知識・情報と読んだ本の内容と照らし合わせられる
7. 読む人により捉え方が違うことを知っている
8. 本によって語彙を得る 自分で使うことで語彙は定着
9. 理屈(論理性)の大切さを知っている
10. 自分の考えを持ち、それを人にわからせるように伝えることができる

図表3

アニメーションの考え方の基本

本は「読まなければなりません」

- 継続的な読書のおけいこ法・・・年間計画を立てて行う
 - 本をまるごと一冊、自分で読む
 - みんなで同じ本を読んだ後に、読む力のために問いを持つ「作戦(遊び)」をする
 - もっとも「読めない子」を読み手に育てることを目的に
 - 月に1回程度できると理想的
 - 読書力 読解力の評価は今後の課題
- 根源的な問いかけとして
- 本とは何か
 - なぜ本を読まなければならないのか

「本を読まなければいけない」と言える人が読書教育をできるのです(図表3)。

欧米では読書教育のための体系的なプログラムがさまざま提案されています。例えば、学習や社会生活の質を高める目的で認知機能を鍛えるトレーニングがあります。読書を通

じて認知能力を高める研究が進められています。児童精神科の分野で、読書が発達支援に有効であることが明らかにされています。

児童精神科医の宮口幸治先生が、非行に走った少年達で、基本的な認知機能の発達が大きく遅れていたことを報告しました。丸いケーキをうまく三等分できない。認知機能に関してトレーニングを受けないまま、小学生時代を過ごし、それを遠因として、中学校で不登校になる。そして非行に走るのではないかと主張です（『ケーキの切れない非行少年たち』宮口幸治 新潮新書 2019）。

日本での広報活動

1997年にアニメーションが日本へ紹介され、私はその当初から関わってきました。柏書房からサルトさんの本の翻訳が出ました。スペインで指導者養成講座が行われ、私も参加しました。

2001年に信濃町でアニメーションの研究会を立ち上げました（2025年2月現在、287回開催）。

勉強会を繰り返しました。当初の参加者は、小学校教員がほとんどで、現在は学校の司書さんが半分ぐらいです。

2007年に社会貢献支援財団の「子ども読書推進賞」をいただいた頃は、佐倉市中央公民館で毎月小学生のアニメーションを開催してくれる市民グループがあり、7年間続きました。

図表4



2008年にNPO法人を設立し、イベントや講演会をしました（図表4）。

千葉県の郷土作家・岡崎ひでたかさんを招いて講演会をしました。また、いとうひろしさんを招いて津田沼にある「龍馬」という中学受験の塾で、講演会をしました。その塾では子どものために私が選んだ本を買ってくれて、塾生に貸し出しをしています。新潟大学の足立先生は、読書力の評価のために読書テストをする。テストをすると本が嫌いになるという声もいまだにありますが、読解力育成には評価が必要です。足立先生とは一緒にスペインにも行きました。

図表5



図表5に示す『みんなで楽しむ読書へのアニメーション』（学事出版 2010）は改訂版を出してくれることになり、喜んでいます。

公立小学校で、クラス全員が同じ本を読み、その内

容を議論する授業を行ってほしいと切望しています。そのため、同じ本を20～30冊用意する必要があります。同じ本を沢山そろえることを「複本」と言います。私たちは読書環境の整備に努めています。低学年のうちは

図表6 アニメーションは計画的、継続的に実施

計画の考え方

就学前 お話を理解する楽しさの体験

小学一年生から 自力で読んで理解する作戦を

高学年になったら 年に2～3回自分の考えを

表現する作戦を入れる

中学校で 読書教育が一番大切

振り返りシート読書ノートなど工夫して

個々人の読書力の育ちを記録する

絵本と読み物の中間のような本から始め、学年ごとに徐々に発展的な内容に進みます。子ども達が手に取りやすいように、本の収納や配置も工夫します（図表6）。

2011年に読書科という教科を江戸川区が作りました。江戸川区の学力テストが良くなって、全国に広まればと思いましたが、まだ結果は出ていません。

私の考える読書の意義と教育の役割

子どもを読み手にするには教育が必要であると私は考えます。20世紀末では、大人が教育的に関与すると子どもは本が嫌いになると批判されたものでした。読書を勧めると、「宿題をする時間が無くなる、本を嫌いになる」と懸念をする人がいる一方で、教育の場で読書を課題にするのは当然だとの考え方もあります。学校全体で取り組んでくれた学校もたくさんありました。

子どもは、学校・家庭・地域で暮らしています。それぞれに本がある、本を渡す大人がいる、本を読む時間がある、本の内容を語るような仲間がいる、の4つが必要です。

読書教育では、「本を読む意欲」と「読む力」の両方を育てる必要があります。水泳と同じです。「泳ぎたい」という気持ちと実際に泳ぐ技術がなければ、うまく泳ぐことはできません。日本ではあまり注目されてこなかった「読む力」は、二段階で理解しようと私は

主張しています。本に何が書いてあるのかを正確に理解するのが読解の第一段階です。それを土台にして、自分の考えと意見を人にわかるように言えるのが第二段階です。

図表7に、アニメーションでの本の選択に関して、私の立てた5つの基準を示しました。好きな本ではなくて優れた本を選びます。メッセージだけがひとり歩きしているものは好ましくありません。

よくいただく質問に、「子どもが図鑑しか読みません。決まったテーマしか読みません。どうしたらいいのでしょうか？」があります。基本は、多読が大事です。ある分野で〇〇博士になるのも良いことです。好きなものでよいと思います。それに加えて、「これ先生が選んだよ、先生が決めたから全員これを読んでね」という本もあるのが良いと思います。すると自分では選ばないような本を学級全員で読むことになり、「まだ読んでいないの？面白かったね」とコミュニケーションが生まれます。そのような幅広い読書が良いと思います（図表8）。

図表7

読書教育の選書基準 「好きな本」ではなく「優れた本」を

5つの基準

1. 作品に正しい日本語が使われている（読書教育は国語教育）
2. 作品に論理破綻がない
3. 作品が一冊で完結している
4. 子ども（読者）が主人公に同化して読むことができる
5. 非日常への窓が開いている

図表8

幅広い読書を実現するには

子どもによっては読書のジャンルに偏りがある場合も
そもそも文字量のあるものを受け付けられない子どももいる

- 読書教育（読解教育）は多読を土台に
- 多読の実現には「楽しい」「面白い」という体験が第一
- どんなジャンルであれ（図鑑であっても）「楽しい」「面白い」ものに会えているなら素晴らしいこと 承認と励まし
- そのジャンルの博士になれ → いずれ文字情報も必要になる そのジャンルでの本の紹介ができるよう司書さんと連携
- 丁寧な関わりが大切
- 並行して学級全員で同じ本を読むアニメーションを取り入れる
- 自分では選ばない本とも出会えて読書が楽しくなるように

米原万里さんの経験

ロシア語の同時通訳にして名エッセイスト・米原万里さんが、小学校時代の思い出を書かれたものに『ドラゴン・アレクサンドラの尋問』（米原万里ベストエッセイII 角川文庫）があります。幼少期に家族でチェコで暮らし

たのです。万里さんが入った小学校はロシア語学校で、当初は言葉が全くわからない中で頑張ってロシア語を習得する。図書室の司書ドラゴン・アレクサンドラに「この本を読みました」と言うと、「本当に？ 主人公の名前は？ 主人公の先生は誰？ なんで犬を飼うことになったの？」と内容について聞いてくる。一所懸命内容を把握し答えられるように努力するうちに、いつの間にかロシア語がとても堪能になっていたのです。

アレクサンドラ先生は、相手の理解度を試すべくしつこく質問し、その上で相手の読みの甘いところを指摘し、語彙・文法面の誤りを丁寧に正していきます。これぞ読解指導・言語教育・国語教育の真髄です。

アニメーションの今後

アニメーションをする人へのアドバイスを、**図表9**に示します。読む力と書く力を一緒に育てたいと思います。

図表9 初めてアニメーションをする方へ

準備には時間がかかります

1. アニメーション実施のための諸調整
2. 対象となる子どもの読書の実態把握
3. 作戦を決める
4. 本を決める
5. 人数分の本を確保する
6. 目線や声かけ、場をリードする練習

予行演習 子ども相手にぶっつけ本番をしないで
大人数で予定時間どうりにやってみましょう

いざ、本番 1. 目的を見失わない（読書力の力持ち）
2. 自分が楽しむこと
3. また会いましょうと、お別れをする
ぜひやってみてください 応援します！

読書へのアニメーションのテクニックを生かして、読書セラピーをしたいと考えています。世の中には良くない本もいっぱいあります。それを選別する眼を養ってほしい。そして自分が全く知らない深い世界があることを知ってほしい。これを知らない子どもが多いのです。本当に苦しい子ども達に、全く違う世界を知らせる良質の本を提供したい。子どもと一緒に、自分を相対的に、他人が見るように

自分を見つめ直すことができることを目標としています。

ありがとうございました。

著書リスト

- 『子どもと楽しく遊ぼう 読書へのアニメーション』鈴木淑博氏と共著 学事出版 2004
- 『読書のアニメーション』佐藤涼子氏編に一部執筆 児童図書館研究会 2005
- 『本を通して絆をつむぐ』秋田喜代美氏と共編 北大路書房 2006
- 『みんなで楽しむ読書へのアニメーション』単著 学事出版 2010

討 論

（司会） 討論の司会を務めます小象の会理事の小倉です。会場からご質問や意見をどうぞ。

（田所直子医師） ご講演ありがとうございました。今は電車の中で皆がスマホを見ている。学校で読書活動をやる時は本を読むけれど、周りの環境があまりにも本から離れていることを危惧しています。子どもとどう接触して本を勧めているのか、子どもからの反応などを教えてください。

（黒木） 学校もタブレットが普及してきたとはいえ、子どもがスマホ見ないですむのは学校だけです。小学校というスマホのない世界で、本を読む習慣を付けてほしいのです。子ども達は必ず読書に乗ってきます。例えばこの4年生ぐらいで読めるような本があり全部読み終わるとします。その中味の一部を抜き書きしたカードを作って、これをトランプみたいに一人一枚ずつ配って、読み上げてもらう。そしてその台詞を言ったのは誰だった？と質問してゆくのです。口頭で済むと思うけれども、このカードを作ることによって、読書が楽しい気持ちになります。学校で

プリントをやるのと違うことがわかります。

（司会）まさにそれがアニマシオンの方法ですね。わたしも黒木先生の本を読んで、非常に体系的であることを知りました。全部で20冊30冊も同じ本を買われて、その本をひとり一冊ずつわたすことから始まること。そしてひとりひとりにカードを渡す。そこに質問が書いてある。その質問に答えようとして「内面化」して考えてゆく。個々が発表して、みんな考えてゆく。大事なことは、その過程で子どもの中に本を理解するための回路が出来上がる、それをスキーマと言う。つまり「思考の枠組み」ですね。そのような体験を重ねてゆくことで新しいスキーマができあがって、その子の中でどんどん本を読む能力が発展するのですね。

（篠宮理事長）素晴らしいですね。高柳先生は元・千葉大学教育学部附属中学校の養護教諭（現在、東京女子体育大学教授）でした。現在の若い人たちの状況を教えてください。

（高柳佐土美先生）日本の教育では、授業目標に沿って教員が準備をしてやっています。勝手にIT機器を使わせたりはしません。一律に日本でもスマホを禁止するのは事情が違います。必要なところに使うことが大事です。質問です。本を与える側が、これは悪い本だと選別して良いのでしょうか？

（黒木）フランスのパリ子ども図書館を見学しました。新しい本の購入について職員で会議を繰り返しています。子どもからのリクエストも加味します。あるときナチズムを称賛する本の希望があり、図書館はこの子をすぐに呼んで「あなたの選択は間違っている」と説得しました。

私は、良い本を見分ける眼を養うことも読書教育だと考えます。犯罪に誘う本とか薬物への憧れを抱かせる本とかがあるのです。教

育途上にある子ども達が、この本はおかしいと気付いてくれるようになってほしいのです。良い本に小さい時から親しんでおけば、劣ったものに惹かれなくなると思います。

（柳澤葉子医師）小学4年生の子どもが、読む本は漫画やハウツーものばかり。物語を読むのが退屈らしいのです。黒木先生のおっしゃるような物語を楽しく切り取ってクイズをするようなことが学校ではされてないと思います。大人も技量が必要です。何かできることがあるでしょうか？

（黒木）小学校高学年で初めて読書教育を受ける人には、絵本があります。4年生でも絵本に近いようなものが一杯あります。充分楽しい短いものすぐ読めるものがあります。絵本と一緒に読みながら、簡単なクイズ、例えば「さっちゃんがお出かけしたらオオカミの子に会いました、熊の子に会いました、女の子に会いました、狐に会いました。最初に会ったのは誰？」と子どもに問いかける。「オオカミの子は何をしていましたか？」などから始めます。その中で基本の5W1Hですね。誰が言ったの？ 何を作ったんだっけ？ と読んだ内容を簡単に問いかけることを家庭でする。「すごいね、よくわかったね！」と子どもを褒めてあげる。そんな物語の手ほどきから始めるのはいかがでしょうか。

（篠宮）物語の面白さを味わえるようになるためにはある程度の経験が必要だと思います。私は大学生から「物語なんてYouTubeを見たり、あらすじを知っていれば済むと思っていたけれど、実際に本を読んでみたら、そうではない。本を味わう面白さがわかった」という感想を聴きました。

（司会）柳澤先生の発言に「本を読むのは面倒くさい」という話がありました。サルトさんの著書の中に、ホセ・アントニオ・マリー

ナという哲学者の言葉が紹介されています。

「読むこと話すこと書くこと、つまり世界を言葉で説明し理解し楽しむことは、人間の知能の発達に不可欠な条件である」と。書籍は必ず言葉によって作られている、言葉が全てを理解する重要なものであるということだと思います。そして「物事の論証や論理、明晰な判断の能力から逃避しないために言葉による表現を大事にすべきだ」とも述べています。

黒木先生のクリニックでも読書セラピーを重要視され、読書が他の認知とは違う重要性を持っていると仰っています。

（田代淳医師） 黒木先生は本を何冊も同じものを用意している。本屋さんや新聞が減っている。一方でタブレットなら沢山本を持ち歩けるといいます。玉石混淆の情報過多のこの時代、やはり紙媒体で本を読んで考えることが大事と思うのです。インフォメーションに加えてインテリジェンス。紙媒体の今後はどうなるのか教えてください。

（司会） 紙媒体と言えば、元・千葉日報社長の萩原さんご意見を。

（萩原博氏） 興味深いお話をありがとうございました。以前は取材記者でしたが、現在、新聞社を離れボランティア活動をしています。手に取って本や新聞を読む機会が減っています。ゲームやSNSだけでなく。タブレットで本を読んだり、ニュースを見る人もいますが、昔に比べて雑誌などの活字メディアへの親しみが薄れていると感じます。

黒木先生は、子ども達に本を手にとらせ、クイズを出すなどして読書に関心を持たせる工夫をしていらっしゃる。保護者自身が本を読まない傾向があり、活字から離れています。

私は、退職後保育園で小学校1年生から4年生の子ども達を預かりました。子ども達は置いてある漫画を何度も繰り返し読む子が多く、絵本を読む子はほとんどいませんでした。保

育園は、学習面でのサポートを十分に行う余裕はありませんでした。子どもを対象に「読書セラピー」を学校教育に取り入れることが理想的ですが、指導者が不足し、教科指導だけでも時間が足りないのが現実です。

ヨーロッパでは、「人間を育てるために必要な教育を行う」意識が根付いています。日本では学校が「試験のための知識を得る場」であるようです。人間性を深める読書を推進するとの発想が乏しいのかもしれませんが。

読書の機会を提供するために、長期入院している子ども達などにアプローチするのも効果的と感じます。

（司会） アニメーションには、ヨーロッパ的な考え方がいっぱい入っている、例えば「内面化」と言って、本を読んで自分のものにしてゆくこと。ここには学ぶことがいっぱいあると思いました。

（篠宮） IT機器の普及で、人々は見たい情報しか見ない傾向になっています。それにより判断力や思考力の低下が心配されています。日本では貧困が進み、本を手にする機会がない子どもたちがいることが心配です。

（黒木） 紙媒体かIT機器か？ との田代先生のご心配。私は本を愛しています。小さい頃から知っている本の重み・固さ・匂い、活字の印象。全てを含めて本を愛しているからこそ、これを子どもに伝えたいと思う。先生の仰るインフォメーションじゃなくてインテリジェンス、さらに私は、+ラブだと思う。愛を伝えることをためらってはいけません。

（司会） 黒木先生の素晴らしいご講演、引き続きの活発な討論をありがとうございました。（拍手）

閉会の辞（柳澤医師）

本日はすごく楽しく良いお話をたくさんい

ただきまして、ありがとうございました。大人になってコミュニケーションを取り、自分の病気と上手に付き合うためにも、子どもの頃から言葉をしっかり理解して人に伝えることができる技量を身に付けることが大事だと思います。そんな心の豊かさを持っている事が大事だと思います。それを子どもたちに伝えたいと思います。そのためには大人の私たちの力量も問われています。

楽しかったお話を明日からの糧にして、愛を子ども達に伝えていきたいと思います。ありがとうございました。（拍手）

関連書籍紹介『シン読解力』 新井 紀子 東洋経済新報社 2025

発行48万部の『A I vs. 教科書が読めない子どもたち』（東洋経済新報社 2018年）の著者・新井紀子氏が、なぜそうなったのかを、50万人のデータから解析した。

驚き1 算数が苦手なのは、文章題の日本語がわからないからだ。なぜそうなるのかを明らかにした。『もっとよく読め！』では解決されない、語彙力の不足、日本語理解の不足などがあることが、読解力を測定した50万人の調査から明らかになった。

驚き2 「生活言語」以外に「学校言語」がある。公文書や説明文や教科書は学校言語で書

かれている。さらに語彙力が不足し、助詞の使い方がわからず、文の意味がわからない。

驚き3 著者は、このような学力を「シン読解力」と命名。シン読解力は、中高校生まで伸びるが、その後伸びない人も多い。そのまま社会人になる人がいることになる。人気企業の社員はその成績が高いことが調査から明らかになった。

驚き4 私もこのテストをやってみて、自分の読解力に足りないところを自覚した。

驚き5 読めばわかるレベルに達する前の問題を明らかにしたということ。「知識を得る」「やる気を出す」以前に、「読めない」で差がつくことは放置できない。今後、日本の国力の低下につながるかも。A I を用いても、その人以上の能力は出ない。との著者の意見。

シン読解力の判定に用いるリーディングスキルテストは、① 係り受け解析 ② 照応解決 ③ 同義文判定 ④ 推論 ⑤ イメージ同定 ⑥ 具体例同定 から構成される。係り受けの例は、主語と述語の関係や、修飾語と被修飾語との関係を正しく把握できることなど。

希望 しかし、いつでも訓練で改善できる種類の能力であり、その方法も述べられている。ああよかったあ。

これは前頭葉を衰えさせない訓練にもなると思いました。

年会費ひとくち
個人会員
2,000円
団体会員
10,000円

＜千葉銀行＞千葉銀行千葉駅前支店（店番号026）普通預金No.3535914
特定非営利活動法人生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会
＜ゆうちょ銀行＞ 記号 10590 番号 63662691
特定非営利活動法人生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会

◇お問い合わせ連絡先◇

小象の会 事務局
e-mail: masa.shinomy@gmail.com
電話：043-263-1118
FAX：043-265-8148
活動にご協力ください！

◇ 小象の会役員（50音順）◇

理事長	篠宮正樹	
副理事長	櫛方絢子	栗林伸一 中野英昭
理事	内田大学	梅宮敏文 小倉 明 鈿持登志子
	高橋信一	高柳佐土美 田代 淳 田所直子
	古市雅雄	柳澤葉子
監事	櫻井義人	蛭田 隆
顧問	金塚 東	齋藤 康 高橋金雄 萩原 博