園長先生の子育てひろば

令和４年３月

ヘドニアとユーダイモニア

園長　山中　文

オミクロン株の流行下では、小さな子どもたちの感染も次々に聞かれるようになりました。ご心配が絶えないことと存じます。

感染対策として、外食や旅行、行楽、各種催しへの参加等も減ってきていることでしょう。外側から快楽を得る幸せの様子を「ヘドニア」というようです。こういったおでかけを中心とした「ヘドニア」は、時折得たいものですが、なかなかむずかしいこのごろです。

これに対して、自分から自分ができることを生かして工夫したりがんばったりすることに対して感じる幸せの様子を、「ユーダイモニア」と呼ぶようです。これはおでかけによらなくても感じることができますね。降園の際に、「後ろ回りができるようになったよ」と言いながら、嬉しそうに鉄棒に向かう園児やそれを見守る保護者の方々を拝見すると、こういう「ユーダイモニア」を得るできごとというのは、コロナ感染対策にかかわらずできるものだと感じます。

実は、「ヘドニア」も常におでかけして得られるものばかりではなく、身のまわりでもたくさん感じることができます。外からの刺激で幸せを感じるという意味になので、おいしいものを食べたり、絵本を読んでもらったりすることもそれにあたります。ご家庭の中でもたらされるちょっぴり嬉しい心地よい場面は、いくつか想定したり、企画したりしてみたいものですね。

「ヘドニア」や「ユーダイモニア」は、どちらも人生に必要なことだと言われています。また、それらは連動することもあるようです。

本園では、２月に、リズムや歌、合奏、お話ごっこ（劇遊び）などの表現を発表する「すぎのこいきいきDAY」を開催しています。今年は、残念ながら声を出す出し物は中止になりましたが、リズムや合奏、手話等声を出さない表現は動画配信しました。子どもたちは、その表現に一心に取り組みましたから、その中では子どもたちは「ユーダイモニア」にあたるものを感じたことでしょう。しかし、面白かったのはそのあとです。合奏は、子どもたちの間で格好の遊びになりました。この合奏は、行進曲「威風堂々」第１番（エルガー作曲）に合わせて、簡易楽器のリズムを入れていくものでした。子どもたちは生活の中で、自分たちで音楽を流し、気が付けば子どもの一人が指揮者になり、思い思いに楽器を持っては、自分たちのやり方で合奏を何度も繰り返していました。指揮者は浮かれ、まったく発表では取り入れていなかったマラカスも持ち出して、踊るように指揮をするし、合奏も即興でつくったリズムが入ります。それぞれの楽器を大げさに打つしぐさもまたいいこと！その様子が楽しくて、子どもたちは大笑いしながら繰り返したのでした。こうなってくると、子どもたち同士で「ヘドニア」サービスの応酬ですね！

「笑う」ということが日常にあることはいいものです。こんな「笑い」を自分たちでつくった子どもたちはすごいすごい！