

SJ Interview

SJ インタビュー

自転車に乗る楽しさを感じてもらうことで こどもの安全意識と冒険心を育む



(一社) 日本キッズバイク安全普及推進協会

代表理事 **井手川直樹**さん(左)

副代表理事 **有蘭啓剛**さん(中央)

副代表理事 **蓑田尚典**さん(右)

(一社) 日本キッズバイク安全普及推進協会 (Japan Kids bike Safety Association・以下、JKSA) は、キッズバイクに乗る楽しさを伝え、正しい乗り方や交通安全ルールに関する啓発活動を行い、こどもの健全な発育と安全意識の向上に寄与することを目的として2017年に設立された。JKSAがこれまでどのような活動に取り組んできたか、代表理事を務める井手川さん、副代表理事の有蘭さん、蓑田さんにうかがった。

キッズバイクを通じて こどもたちに安全教育を

JKSAでは、キッズバイクを「幼児(1歳半～5歳)を対象としたペダルのない二輪車(ランニングバイク)」と「小学生以下の児童を対象とした自転車」と定義している。ランニングバイクとはペダルがなく、足で地面を蹴って進む二輪車で、日本では2008年に販売が開始された。

ランニングバイクには安全3原則(公道禁止、ヘルメット着用、保護者同伴)がある。しかし、発売当初は遊びの道具というイメージが先行して、利用することもや保護者になかなか定着しなかったようだ。そこで、JKSAが設立され、ランニングバイク安全3原則とキッズバイクの安全教育を啓発する活動を担うことになったのである。

井手川さんはMTB(マウンテンバイク)ダウンヒルのプロライダー。1996年に日本最高峰クラスのエリートクラスへ特別昇格となり、同年に最年少記録となる16歳で全日本チャンピオンを獲得するなど輝かしい功績を残してきた。「最初、ランニングバイクはこどもが自転車に早く乗れるようになるためのものという認識しかありませんでした。しかし、ランニングバイクについて勉強していくと、こどもの成長に好影響を与えることがわかってきました。ランニングバイクを経験しているこどもと、三輪車しか乗ったことがないこどもでは、体幹の強さとバランスのとりに方に差が表れるのです。抱っこした時、前者のほうが、体幹がしっかりしているのがわかります。三輪車はバランスをあまり必要とみませんが、ランニングバイクを使用することでバランスをとるトレーニングができます。三輪車や、自転車に補助輪を付けた状態でこぐ練習を続けるとバランスをとる必要がないので、補助輪を外して自転車に乗る練習をした時に、バランスがとれず転倒して痛い思いをすることが多いと思います。ランニングバイクから自転車への移行は、バランスがとれるようになった状態でペダルをこぐという流れになるため、自然に自転車に乗ることができるようになるのです。さらに、ものを自分で操作するという感覚を幼児期から身につけられ、冒険心や好奇心を刺激

するという観点でも効果があると感じています」と井手川さんは話す。

幼児の頃からヘルメットを かぶる習慣を身につけてもらう

JKSAではキッズバイクの普及・安全啓発事業として、オリジナルのプログラム「ランニングバイク教室」と「自転車安全スキル教室」を定期的に実施している。

「ランニングバイク教室」を担当する有蘭さんはMTBトライアルのプロライダーで、バイクトライアル全日本選手権において1995年から8年連続チャンピオン、1996年バイクトライアル世界選手権エキスパートクラス世界チャンピオンという経歴の持ち主だ。JKSA設立以前から全国各地の幼稚園・保育園を巡回し、ランニングバイクを活用した幼児への安全教育に取り組んでいる。「先生方や保護者に『ランニングバイクに乗る時はヘルメットを着用しなければいけない』と訴えています。しかし、活動を始めた2012年当時は『こどもにヘルメットをかぶせるなんて面倒くさい』『園庭で乗るだけだから必要ないんじゃないか』という反応でした」と有蘭さんは苦笑いする。

「私たち競技者にとって、ヘルメットの着用は当たり前前のことです。競技をしている時、何度もヘルメットに助けられていますから、着用の大切さは肌身で感じています。ヘルメットは自分の頭のサイズに合ったものをかぶることや、あごひもを正しく締めないと意味がないことも説明します。このような活動の継続によって、ヘルメットをかぶってもらえるようになりました。幼児期から率先してヘルメットをかぶる習慣を身につけてもらうことが重要です。それが大人になってからの着用につながっていくと信じて訴え続けています」。

「ランニングバイク教室」は基本的に遊びだと有蘭さんはいう。「対象が幼児なので、難しいことを教えるのではなく、こどもたちを楽しませることが第一。遊んで楽しんでいる時は集中して取り組んでくれます。その中に、こども自身に発信してもらい機会を設けます。わざと間違った乗り方を見せて『何かおかしくない?』『何が違うんだろう?』と質問し、気づきにつながるように工夫しています」。



様々なコースを使ってランニングバイクで遊んでもらう

「ランニングバイク教室」では練習の合間に質問を投げかけて、こどもたちが発言する機会を設けている



ヘルメットは自分の頭のサイズに合ったものを選ぶようにアドバイス



「自転車安全スキル教室」の指導ではブレーキの役割と使い方を理解してもらうことに重点が置かれている

ランニングバイク教室が終わった後は、Hondaの交通安全教育プログラム「できるニャンと交通安全を学ぶ」を使うこともある。「10～15分で手軽に交通安全を教えることができるので、活用しています。映像の中に隠れている危険をこどもたちに問いかけると、一生懸命答えます。たまに保護者の皆さんにも振ると、大人も真剣に考えてくれます。最後に横断歩道を渡る練習と『できるにやんたいそう』を行い、『とまる』『みる』『まつ』を覚えてもらう、この流れが参加者の印象に残りやすいと思っています」。

前後のブレーキをコントロール できるようになることが重要

井手川さんは、小・中学生が対象の「自転車安全スキル教室」の指導を担当。同教室の主な内容はブレーキ、バランス、ポジションである。この中で、特にブレーキが大切だと井手川さんは強調する。「ブレーキを上手くコントロールできれば、危険を回避するなど自分の身を守ることに繋がります。そのため、ブレーキの役割を理解してもらうことに力を入れています」。ブレーキの指導では、まず左右どちらが前後のブレーキかを確認。その後、コース上に木製の板を置き、それに向かって自転車で走ってもらう(写真参照)。前ブレーキだけを使って、板の上に前輪がくように止まるのだが、板の上で止まれなかったり、板が動いてしまったりする。「しっかり速度を落として板の上で止まるためにコントロールすることが大切です。前後それぞれのブレーキをやって、最後に両方でやってもらうと、『コントロールする』という意味が徐々にわかってくるので、ブレーキの使い方が上手になるんです」。

バランスでは、目線を一定に保つことでバランスがとりやすくなることを体験してもらう。「最初に波状路をサドルに座った状態、次にサドルからお尻を浮かせた状態で走ってもらいます。座った状態では段差を乗り越えた時の衝撃で頭が揺れて目線がブレますが、中腰だと自分の手足を使って衝撃が吸収できるので目線はブレません。これを体験すると、こどもたちから『すごい、ブレない!』と声があがります」。

これが終わると、一本橋にチャレンジ。下ばかり見ているとバランスがとれず、一本橋から落ちてしまう。井手川さんが「入り口だけは下を見てもいいけど、一本橋に乗ったら1m先を見ましょう」とアドバイスすると、上手く乗れるようになるそうだ。

ポジションでは、左右のペダルの高さを合わせて両足をペダルに乗せ、お尻を上げた姿勢を維持する練習を行う。

こども自身の力で成功する体験を一つずつ積み重ねていくことが効果的だと井手川さんはいう。

体験しながら学ぶ自転車教育を こどもたちが受けられるように

井手川さんと有蘭さんをサポートする蓑田さんは、自転車教育へのニーズの高まりを感じている。「ヘルメット着用の努力義務化などがあり、警察や自治体からの協力要請も増えています。自転車教育の必要性が、ようやく社会に理解されてきたといえるでしょう。自転車はバイクやクルマにつながるモビリティの入口にもかかわらず、運転免許は必要ないため、正しい乗り方を学ぶ機会が少ない。補助輪を外して自転車に乗ることができれば、家庭ではそこで指導が終わってしまうのではないのでしょうか。私たちは自転車に乗り始める段階で、体験を通じた教育によって安全意識を高めたいと考えています」。

蓑田さんによれば、小学校では先生方が自転車教育の必要性を感じているものの、どのタイミングで何から始めるのがベストなのかかわからず手をこまねいているのが現状だという。「私たちはこうした課題の解決に取り組んでいくつもりです。小学校で体験しながら学ぶ自転車教育を展開できないか模索しています」。一方、井手川さんは、こどもたちが自由に自転車を楽しめる場所がなくなっていることを危惧している。「大都市圏を中心に公園での自転車の乗り入れが禁止になるなど、自転車を思い切り走らせて遊べる環境が減っているのは残念です。例えば、ヘルメット着用など条件付きで公園内での自転車利用を可能にするなど、自治体にはたらきかけていきたいと思っています。自転車の楽しさを感じてもらえる場づくりも私たちの使命です」。