



音読の大切さ、脳科学的に証明



「音読の大切さが脳科学的にも証明された」という興味深い記事が新聞に掲載されていました。その記事を書かれたのは、ニンテンドーDSの大ヒットゲーム『脳を鍛える大人のDSトレーニング』、略して『脳トレ』を監修した、東北大学の川島教授でした。川島教授が仙台市教育委員会と連携して、児童生徒7万人を対象に15年間に渡り調査をした結果のまとめでした。音読は、昔から宿題の定番であり、保護者の皆様も宿題で音読をした経験があると思います。さてさて、その効果とは……。

MRI等の機器を使い、音読をしている人の脳を測ると、見たことがないぐらい脳全体が活性化している。頭の回転の早さや記憶力が伸びている。中でも活性化しているのは、脳の前頭前野。ここは、記憶力・予測する力・判断する力・学習する力・感情や行動の抑制といった非常に大切な働きをする場所。体を動かすと筋肉を鍛えられるのと同じように、活字を読むと脳全体の運動になり、能力が向上する。

音読は、漢字や言葉を覚えるとか、読解力が付くなどの国語的な力が向上するだけでなく、脳全体を活性化し、知恵・知識・記憶・判断・感情といった脳機能全般を大きく向上させる効果があるという内容に驚きました。と同時に、確かに音読は、脳をフル活動させるなあとも感じました。その記事には、「音読の効果は、子どもだけでなく大人にも効果的、脳を若返らせる」という内容も書かれていました。

衝撃的だったのは、認知症を回復させる効果があったこと。これは最新の薬でもできない。アルツハイマー型の認知症は最先端の薬を使っても認知機能を上げることはできず症状悪化のスピードを遅らせるだけだが、音読の実験をすると薬とは比較にならないほどの効果が出た。

記事には、音読の効果が世代を問わずあり、特に大人の場合は、「新しい文章をスピードよく読むと効果的」とあり、その一例として、新聞のコラム欄を声に出して読むことが紹介されていました。(ご参考までに。私は、声に出して読みました。)

子どもたち、ご家庭で音読がしっかりとできているでしょうか。保護者の皆様もお忙しいとは思いますが、子どもたちの音読を聞いていただきたいと思います。子どもたちの脳が、さらに活性化することを願っています。

アジサイの色の変化、家で試してみませんか？



アジサイの花は、土が酸性なら青っぽく、アルカリ性なら赤っぽくなります。二つの花瓶にアジサイをさし、一方の花瓶にお酢を入れて酸性にし、もう一方の花瓶に重そうを入れてアルカリ性にして実験をすると色の変化が分かるそうです。ご家庭で実験をしてみてもおもしろいですね。

