

子どもの健やかな脳の発達のためには

東北大学加齢医学研究所 教授 瀧 靖之

最近の多くの脳科学研究から、脳の成長に合わせて私たちは何をすればよいかということが少しずつ分かってきています。これらを踏まえてお話ししますと、まず、赤ちゃんが生まれてからは、何よりも、抱きしめて笑顔で出来るだけ多く語りかける「愛着形成」を大切に、更に生後半年ぐらいからは、「読み聞かせ」をはじめあげることが良いと言われています。どんどん言葉を習得していく 2 歳くらいまでは、特に積極的に読み聞かせをしてあげると良いでしょう。

2～3歳ぐらいになって、外界に興味を持ってきた頃からは、簡単なものでも良いので、世の中の広がり分かるような本、例えば図鑑と一緒に読むのが効果的と言われています。子どもたちが恐竜に興味を持ったら博物館に足を運び、魚だったら水族館に足を運び、「本の中にある仮想の世界に対して、本物を見せる」ということを何度も繰り返すことで、知的好奇心を伸ばすことが出来ると考えられています。

3 歳くらいからは運動能力のために、体そのものを動かす運動や、楽器演奏などの指を動かすような運動を少しずつ始めていくと良いでしょう。これらが脳の発達からみると、乳幼児期までに、それぞれの年齢ですると良いことだと考えられています。

ただし、私達は、子どもたちに例えば図鑑を買い与えて、それで終わりで良いのかといたら、決してそのようなことはありません。むしろ、それからが重要です。子どもは、親の色々な行動を見ながら能力を獲得します。例えば、言葉を覚えることや社会的なマナー、体の動かし方などです。子どもは「模倣」によって能力を獲得します。その点は非常に重要です。例えば、子どもに図鑑を買い与えて、親は家で寝転がりながらテレビを見ていて良いのかということ、そのようなことはありません。

子どもに何かをさせてあげたいとなると、むしろ頑張るのは子どもではなく親だと考えています。親こそが、楽しく図鑑を読んだり、水族館や野山に行くなど色々なことに興味を持って、それを子供たちに見せてあげると良いでしょう。そして親子一緒で行うことこそが、子どもが自然全般に興味を持ち、知的好奇心を伸ばす一番重要なことでしょう。

ですので、子どもに良い教育を施したいと思うなら、子どもに何をやらせるのかだけではなく、親が努力をしている姿を子どもに見せたり、楽しんでいる姿を見せたりすることが大切でしょう。そして、親子一緒に楽しむことこそが重要だと考えます。

