



### 読み聞かせのすすめ

僕は、初任からクラス担任を外れるまで、毎日教室で「読み聞かせ」を続けていました。朝、5分間と決めて、短編やら長編やら、漫画原作のものなんかも読みました。担任したどの子どもたちも、とても楽しみにしていました。ご家庭では、「読み聞かせ」されていますか。

東京医科歯科大学大学院教授の泰羅雅登先生は、科学者として、「何とかして、読み聞かせの効果を科学的に証明してやろう」とお考えになり、発達心理学の専門家や日本公文教育研究会とともに、共同研究をされたそうです。

先生は、「読み聞かせは、“心の脳”（先生が名付けられた、脳の中である働きをしている部位のこと）に働きかける」という結論を、脳の状態を様々な検査で調べられ、導き出されました。その内容をご紹介します。

まず、「心の脳」とは何なのでしょう。私たちの脳は、三層の構造をしているそうです。一番深いところは、生物としての自分自身を生かしていく脳です。専門的な用語では、脳幹や間脳と呼ばれる部分です。ここは、心臓を動かしたり、呼吸したりなどの「自分を生かす働き」があるのだそうです。

その上にあるのが大脳辺縁系です。先生が言う「心の脳」はこの部分だそうです。この部分には、喜怒哀楽を感じたり、自分を「たくましく生かしていく」役割（生存確率を高めるための働き）を担ったりします。

そして、その上にかぶさるようにして、大脳新皮質という「よりよく生かす」脳があります。私たちが人間らしい行動ができるのは、この働きです。

人間も含め、動物には、理性以前の行動、理性に囚われない行動の原則があって、それを司っているのが大脳辺縁系（心の脳）です。

例えば、野生の世界で食べ物を探しに行ったとき、天敵に出会ったとします。それはものすごく嫌な経験です。運良く逃げられたとしても、「怖い」「嫌だ」という記憶が残り、次からはそこへはいかなくなります。またそこへ

行くことで、命がなくなるかもしれないからです。「怖い」「嫌だ」という感情は、生き残るために非常に重要な感情なのです。反対においしい食べ物が見つかって、いっぱい食べられたとしたら、これはよい思い出です。またそこへ行けば、たらふく食べられるとなり、生き残れる可能性を高めることとなります。つまり、「うれしい」「楽しい」は、もう一度同じ行動を繰り返す動機付けとなるとのことでした。

上述のように、「喜怒哀楽」には、生物としていちばん基本的な行動に結びつく、大変重要な働きがあって、それを司るのが大脳辺縁系（心の脳）ということになるのだそうです。

子どものうちにこの「心の脳」にしっかりと働きかけることは、こわい、悲しいがしっかり分かる、うれしい、楽しいがしっかり分かる子どもをつくることとなります。そして、健全な「心の脳」の上こそ、人間を人間たらしめる大脳新皮質が育っていくことになるのだと付け加えていらっしゃいました。

「読み聞かせ」は、この「心の脳」に働きかけるための有効な手段だということが、研究で明らかになったのです。

いかがだったでしょう。よいと言われる読み聞かせに、何がどうよいのか科学的にお墨付きが出ました。けれど、本当に大事にしたいのは、読み聞かせで子どもとつながることです。子どもたちの反応を気にしながら、ご家族が本を読むということは、その間子どもにも注意を向けるということです。泰羅先生もお書きになっていましたが、子どもに目が向くということが大切なのです。

子どもたちと今以上につながりませんか、子どもと一緒に楽しみませんか。本を読むということは、自分以外の人生を生きることができるということです。自分がまだ経験していない感情を主人公と共有することにもなります。それは、子どもたちにとって、未来に備えての心の準備運動とも言えるものなのではないでしょうか。

読み聞かせをすると、読んでいる側の前頭連合野の働きが活発になり、脳が健康になっていくとも泰羅先生は、おっしゃっていましたよ。さあ、本を手にとってみてください！