



完全保存版「自然素材住宅塾」



一樹靖人（いちますやすひと）
一級建築士・宅地建物取引士

今の住まいと未来の住まいに役立つ情報満載

こんにちは。駿河屋の一樹です。

子育て中のお母さん、お疲れ様です。子供に「読み聞かせ」ってやってますか？これ、脳化学的にみてもとても良いことだそうです。

それでは今月も子育てママのお役にたてる、おうちの事で大切なこと、発信します！

【賢く育て、育児ストレスも減る「読み聞かせ」の素晴らしい効果】

日本の子供たちの読解力が低下していると、最近メディアで騒がれていますがご存じですか。3年ごとに15歳を対象として行っている「学習到達度調査（PISA）」の2018年度の結果が発表され、結果は世界15位でした。

以前、あるメディアで「数学の問題が解けないのは、問題の読解力がないからだった」という調査結果を目にしてとても驚いたのを覚えています。

子供を賢く育てる為には、読書習慣はとても大切ですが、無理矢理読ませるわけにもいかず、どうしたら子供が本に興味をもつようになるか悩まれているパパママも沢山いるとおもいます。

私たちが家づくりを提案するうえで意識していることはリビングに隣接した本棚をつくるということです。いつでも手に取れる環境をつくるということです。そして、良質な本をそこに用意すること。童話の名作や図鑑、偉人伝などです。また、小さい頃から絵本の読み聞かせをして本に興味を持たせることもとても大切です。

実は本の読み聞かせは、子供が「物語を理解して楽しんでいるということでは無い」ということをご存じですか？東北大学の加齢医学研究所所長の川島先生の対談記事で私はじめて知りました。読み聞かせをする際の親子の脳の状態をそれぞれ測った実験の話です。

驚いたことに、読み聞かせをする母親の脳は前頭葉の真ん中の「相手を思いやる領域」「コミュニケーションを司る領域」が一番働いていたそうです。

では、子供の脳はどうだったかということ、話しを理解するときに働く前頭葉ではなく辺縁系という感情を司る領域が活発化したそうです。

つまり、子供への読み聞かせとは、「親が子供に心を寄せ、子供はそれを受けて感情を

揺さぶられていた」ということが脳化学の見地から見えてきたそうです。

さらに、驚くことに一番の効果は「親の子育てストレスが大きく減少していた」ということです。子供に読み聞かせをする時間が長ければ長いほどそれがデータにはっきりと現れたそうです。

川島先生いわく、「読み聞かせによって親子の愛情関係がしっかり結ばれるので、子供が親を引きつけるために、いたづらをしたり親の理不尽な仕打ちを想像してビクビクすることがなくなるからだ」(致知 2019年9月号)

と言っています。本に親しむ習慣としても読み聞かせはとても効果があると思いますが、脳化学の見地から、親子の絆を深く育児ストレスを軽減するという予想外の素晴らしい効果に、本当に驚きました。

子供を賢く育てたいパパママは小さい時から読み聞かせを習慣にして、リビングに隣接した本棚をつくってみてはどうでしょうか。最後に大切なことを1つ、親が本を読んでいるところを見せるということもとても大切なことです。

+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+ 【 あ と が き 】 +:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+

下の息子が今年大学を卒業するので、僕たち夫婦も子育て卒業です！長かったような、あつという間だったような……。それに合わせてカミサンも仕事を一旦終了。仕事を離れて少しゆっくりしたいということです。お疲れ様でした！僕はというと「今年のやること・やりたいことリスト」に「カミサンとエンタメを毎月行く」と書きました！そのリストには「素直、まずやってみる」も目標に入っているのですが、先日、インド映画の「RRR」を友人に「是非観たほうが良い！」と強く勧められたので、「素直にまず観よう」と思い、カミサンに早速「インド映画のRRRを観に行こうよ！」「でも3時間くらいあるらしい・・・」と言うと、「ヤダ」と速攻で断られました笑

☆★♪♪♪ 僕への住まいの質問、元気になる応援メッセージ受付中 ♪♪♪★★☆

家づくりをきっかけに「体と心がよるこぶ暮らし」を考える

創業 1657年 株式会社駿河屋 〒131-0033 東京都墨田区向島 1-24-16

フリーダイヤル 0120-124-029 (ｲﾝﾈｯﾄ ﾕｰﾀﾞｰ) <https://www.surugaya-life.jp>

