

# 子どもがグングン伸びる 最新の脳科学

## 子どもの心

お魚さん、あなたも痛さを感じますか？

今日は、ちょっと変なお話です。よく子どもが虫などの動植物で遊んでいたりします。その時、大人は「お魚さんに意地悪したらかわいそうだよ。お魚さんだって生きているのだから優しくしようね。」と子どもに話すでしょう。魚でなくても、動物や昆虫も同じです。「命あるものを大切にしましょう」という教えはとても大切です。子どもたちはこのような教えを、親からの声掛けや経験を通して「命の大切さ」を学んでいきます。

### でも、そもそも魚って痛みを感じるの？

生きている魚に包丁を入れると、痛くてのけぞるような格好になりますが、あれはどういうことでしょうか？ 痛いから？ それとも受容器反射で、痛みは感じていないの？

実は、これは WHO をはじめヨーロッパの動物愛護団体と、釣り愛好家の間で論争されている問題です。結論からいうと、「どうやら魚も脳があるから痛さを感じている可能性は高い」ということだそうです。哺乳類は痛さを感じるのは昔から分かっていましたが、魚も痛さを感じる脳の機構を持っているのです。



でも、魚がその痛みで苦しんでいるかどうかは、別問題です。つまり「痛みに対して苦しいと思っているのか？」というと、魚は感情を持たないため痛さは感じるけれど、それを苦痛だと思っている可能性は低いと言えるでしょう。



確かに魚が痛さを感じるか？と聞かれたら「はい」と答えますが、魚に感情はありますか？と聞かれたら「いいえ」と答える人が多いのではないかでしょうか。

そう考えると、子どもがお祭りで捕ってきた金魚にいたずらをしているとき、親が「お魚さんが苦しいって言ってるよ。」という声掛けは少し間違っていることになりますね。だって、魚は痛いけれど「苦しい」とは思っていないかもしれないのですから。「苦しい」という感情は、大脑新皮質で生まれます。魚はこの大脑新皮質を持たないので「痛い」と思っても「苦しい」とは思っていない可能性が高いのです。



なんだか変な話でしたが、子どもに“命”について教えるときは「お魚さんだって痛がるのだよ！」と胸を張って説明してあげて下さい。

# 食事と脳

## 手料理とお惣菜（インスタント）の違い



食育と聞くと、「身体にいいものを食べさせなきゃ！」「有機野菜を使わなきゃ！」というイメージをするものです。でも、どんなにいいものを食べたとしても食事の環境が悪ければ、せっかくの努力も半減してしまいます。

昔は、現代のように惣菜やインスタント食品は無かったので、すべてお母さんの手作りでした。しかし、今は出来上がった料理を簡単に買うことが出来ます。時には、手作りするよりも安い値段で買うことも出来ます。このような姿を見ている子どもたちは、簡単に食べ物が手に入ると思い、食べ物の価値を実際よりも低く感じてしまうことがあります。



大人からすれば、「働いた対価としていただいたお金を使っているのだから、いいじゃないか。その分、私は頑張って働いているんだ！」という主張があるかもしれません。子どもの脳はそこまで段階を追った思考をすることが出来ません。

人間の推測は前頭前野の機能で、人間だけが出来る論理的な思考です。動物は本能的に行動するので、相手のことを考えて行動することはありません。サバンナでお腹を空かせたライオンがシマウマを食べようとしたとき、「シマウマにも家族がいるんだろうなあ。食べたらその家族は悲しがるだろうな。食べるのやめようかな…」なんて考えません。

子ども達は、お母さんが頑張って食事を作る過程を見て、いくつもの工程を経て作られた食事が目の前に出てきたときにその有難さを知ります。



自動販売機のようにお金を入れて、ポンっと出てくるものでは、それが難しいのです。

お金を出せば無駄な過程を省けることは生活の中で多くなってきています。しかし、子どもたちはこの過程を知ることで推測する力、仮説を検証する力を育てていきます。逆にいえば、過程を知らなければこれらの力が弱くなってしまうと言えるでしょう。



子どもの考える力だけでなく、親子の絆を強くするためにも、子どもたちに愛情を込めた手作り料理を作ることが、一番の食育と言えるのではないでしょうか。家庭によって時間的な都合もあるでしょうから、全てを手作りにしたり、インスタント食品を使わないようにとは言いません。このようなことを知っているかどうかが大切なのです。

**運動療育 こどもプラスグループ**

お問い合わせはこちらから→TEL:0120-970-421 「参加を希望する教室の住所または地域をオペレーターに申し添えてください。」