

# 子育てコラム

～親子でやってみよう!～



第7回

## 親子のコミュニケーションで脳を鍛える!?

おでかけ編

今回の子育てコラムは、親子のコミュニケーションで脳を鍛えるシリーズのおでかけ編。

「動物園」「水族館」「遊園地」など家族のおでかけ。思い出づくりに脳トレをプラスしてみましよう。

ポイントは、英語の勉強で出てきた「5W1H」<sup>※1</sup>。つまり、「何を見る」だけでなく、「何を誰とどこで見る」を意識します。動物園でのおでかけを例にすると、「パパと」「キリンを」「噴水の近くで」「見たよ」という様に「誰と」「何を」「どこで」を会話の中に意識してみましよう。関連つけて覚えることで子どもたちの記憶に残りやすく、脳トレになります。

また、親子で「面白かった」「ビックリした!」などの体験を共有し、思い出として記憶に残すことが親子の絆を深め、子どもの知識の土台になります。いつものおでかけに少しポイントを意識して親子で楽しみましよう。



家族のおでかけで脳トレ

あのおでかけ、なんだった?



記憶のしくみ

### おでかけ時の声かけ例

#### ※1 「5W1H」って?

「when」いつ  
「who」誰が  
「why」なぜ  
「where」どこで  
「what」何を  
「how」どのように

予習をして  
おでかけ

クイズ形式で  
ワーキングメモリを  
鍛える

「どの順番で動物見るか考えてから行こう」  
「明日は、誰とどこに行くの?」  
「出口の大きな看板のお店でお土産買おうね」  
「ゾウさんのとなりにいた動物な～んだ?」  
「昨日、パパと乗った乗り物な～んだ?」  
「遊園地まではどうやって行くでしょうか?」

### ～ちょこっとメモ～ ワーキングメモリって?

ワーキングメモリとは、脳に入ってきた情報を一時的に覚えて、その情報を出し入れする力です。読み書きや計算の基本となる力で、「国語」「算数」はもちろんのこと、「図画工作」のような作業工程を考えるのにも大切です。

### こんな経験ありませんか?

人の記憶は、五感<sup>※2</sup>からの様々な情報で構成されています。例えば、「梅干し」を見ただけで、よだれが出た経験はありませんか。これは、梅干しを食べたときに感じた「味」「におい」「見た目」の情報が関連付けられ脳で学習されて、「梅干し」を「見た」だけでよだれが出てしまうのです。

人は見たもの「体験したもの」「出会った人々」などすべての情報を永久に覚えることはできません。時間が経つと忘れてしまいう仕組みになっていきます。だからこそ、大切な情報は、関連つけて覚えると効果的です。

※2 人間の五感とは? 「視覚」「味覚」「聴覚」「触覚」「嗅覚」

楽しいおでかけ!子どもたちの成長につなげましょう

POINT

- ★ 会話の中に「いつ」「どこで」「誰が」「何を」「なぜ」「どのように」を意識する
- ★ おでかけ前の声かけも大切。おでかけの期待感も高まり脳への刺激になります。
- ★ おでかけの時は、子どもたちと体験を共有する (例)「楽しいね」「ビックリしたね」