

## \* \* 子育てコラム1周年 \* \*

「子育てコラム～親子でやってみよう～」が今号で掲載1周年をむかえました。これも皆様のご声援・ご協力があったからこそです。今後も子育ての一助になれるように、情報発信に努めて参りますので、何卒よろしくお願ひします。

# 子育てコラム～親子でやってみよう!～

## 第5回テーマ：親子のコミュニケーションで脳を鍛える!?

新年をむかえ、新たな気持ちで日々を過ごされているかと思ひます。まだまだ寒い日々が続きますので、手洗いうがいを徹底し風邪対策をしましょう。

「子どもは風の子」とはよくいったもので、子どもたちは思いきり遊ぶのが仕事。子育てコラムでも親子で楽しく遊べるアイデアを紹介してきました。しかし、子育ての中で「勉強面も心配」と思ふパパ、ママも多いはず。今回の子育てコラムは『脳を鍛えるコミュニケーション』のお話です。

子どもたちの脳は、生活の中でたくさんの刺激を受けて成長します。心理学用語に「ワーキングメモリ」という言葉があります。これは、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。この「ワーキングメモリ」を日常生活の中で刺激する方法を1つ紹介します。

ママ「今日の遠足楽しかった？」子「うん」、ママ「キリン見た？」子「見たよ」といったような日常会話に少しポイントを意識することで子ども達の脳を刺激できます。ポイントと例を参考に、親子のコミュニケーションの時間を増やしてみませんか？

### Point

- ① 指示を複数にする（例：「～してから、～して」）
- ② ジャンル・カテゴリーを限定する（例：キャラクターの名前、動物など）
- ③ 回数・個数を指定する（例：「3回まで」）
- ④ 最近経験した出来事・体験を含める（例：「昨日お買い物で行ったお店を順番に教えて」）

### 例Ⅰ「今日の遠足は、どんな乗り物に乗ってどこに行ったの？」

例Ⅰでは、乗り物と行った場所を同時に聞いて、質問の内容を複数にしています。複数の情報が「ワーキングメモリ」を刺激します。まず、2つの指示からはじめてください。

### 例Ⅱ「動物園で見た動物を3つ教えて」

例Ⅱでは、動物園で見た動物に限定し、答える数を指定して質問しています。「3つ言えたら、おやつにしよう」等のごほうびがあると、ゲーム感覚で楽しめるのでお子様のモチベーションが上がります。

### 例Ⅲ「動物園で最後に見た動物は何？」

例Ⅲでは、過去の経験を順番に思い出せるように質問しています。お子様が答えた後に、「じゃあ、その前に見た動物は？」とさらに会話を続けることができます。昨日今日の経験を順にさかのぼって質問することで、子どもたちが思い出すヒントになります。

### ⚠ 注意点

※あくまで、声かけの一例です。会話によるコミュニケーションが大切です。無理のないようにしてください。

