



本を読む力は筋肉と一緒に

4月2日はアンデルセンの誕生日にちなむ「国際こどもの本の日」でした。小さい頃からの読書体験はその後の文章理解力や想像力などを培うために大きな良い影響を与えてくれると思いますが、塾の現場で塾生たちに接していると、読書体験の個人差の大きいことにも驚かされます。「本なんか読んだことないもん」と言っている中学生にびっくりしつつも、なんとかきっかけをつかませてやると、どんどん読むようになった例もあります。今までの人生より残りの人生が長いみなさんには、本の中の世界を知ることによる心の豊かさをぜひ感じてほしいですね。

ところが、読書体験の大切さは青少年だけではないようです。認知症予防の専門家は、新聞や本や雑誌など毎日読書のための時間を作り、字を読むことを習慣化することをすすめています。文字を読むと、その文字の意味を理解しようと考えようになります。そして新しく理解し覚えたことは脳の中に保存されます。これは脳内である変化が起きているためにできるのです。この変化とは「神経回路のつながり方」。考えることで新しい神経回路が作られ、つながっていくことは、筋肉が鍛えられて強くなっていく過程と一緒にだといえます。逆にトレーニングを怠ると筋肉が落ちてくるのと同様に、字を読む習慣がなくなると意味を理解する力や記憶する力が急に衰えてきて、認知症の原因にもなってくるのだそうです。でも、これって、若いみなさんも同じですね。脳にちょっと負荷をかけて、文字を読む、理解する、記憶するような生活が習慣化すれば脳の筋肉だってついてくるはずですよ。今年の高校入試の国語は前後期ともに読む筋肉がないと時間不足で解ききれない問題でした。

4月25日に実施する「千葉県新聞検定」が他のニュース検定と違う点は、その場で実際の新聞が配られ、記事を探し、その内容を理解し、新聞のおもしろさを知ってもらう点にあります。その上で、新聞をはじめとする文字情報の意味を理解する習慣がつけばそれにこしたことはありません。参加を待っています！