



場合もあります。

最後に「方法記憶」とは、箸の持ちかたや自転車の乗り方など、簡単に言うと体で覚える記憶のことです。

作業記憶とも言い、最も忘れにくい記憶だとされています。

人間の脳は覚えるより忘れる方が得意だと言われています。

脳には、約1000億個の神経細胞がありますが、もし目にしたものの聞いたもの全てを記憶したら、5分以内に限界に達してしまうそうです。

ですから、そうならないためにほとんどの情報は記憶しないで消されるのです。

つまり、今この通信を読んでいる間にも、無意識のうちにどんどん情報が忘れられています。

「2日前の晩御飯のメニューは？」と聞かれても、おそらく大方の人はすぐに答えられないでしょう。

これも、脳が限界に達してショートしないように「忘れる」働きをしてくれているからです。

先に書いた「知識記憶」もそうです。

放っておけば、忘れて当たり前。

だから、学校では定期的に復習をしたり、テストをしたりして頭にきちんと収まっているかを確認するわけです。

ところがこの習った事を、誰かに話すとどうなるか。

(子)「今日ね、こんなことを勉強して、こんなことがわかったんだよ。」

(親)「へ～そうなの！すごいねえ。」

誰かに話して勉強の内容が整理されるだけでなく、単なる知識記憶が「お家の人に話して褒められた」という思い出とセットになって記憶されるわけです。

つまり、知識記憶の経験記憶化です。

ですから、習った事を話す子は自然と勉強した内容がすんなりと身につけていきます。

そして、できればそこに「成功体験」があれば言うことなしです。

「できた！」と喜ぶことは、自分にとってこれ以上ないほど嬉しい「思い出」であり、強い「感情」だからです。

お時間のある時は、ぜひお子様に学校でのことを尋ねてみて下さい。

(記憶の「方法記憶化」も授業の中で取り組んでいます。これはまた追って紹介していきます。)

ここまでの文章を読んで、SOLAN のホームページにある文章が浮かんだ方がいたら、とても嬉しいなあと思いながら筆を進めていました。

私自身、SOLAN に子供を通わせるいち保護者として、ホームページの中にある一つの文章がとても心に響いたことがあります。

それは、「QA コーナー」の中にある「受験対策について教えてください」という問いに対する答えです。

そこには、こう書いてありました。

親子でたくさんお話をし、一緒に絵本をたくさん読んでください。  
自然にいっぱい触れさせてください。

私はこの文章を読んで、なんとも言えず心が温かくなりました。

そして、すでに知っていた3種類の記憶のことも脳裏に浮かびました。

きっと、教育の本質的な事は、それほど複雑なものではなくとてもシンプルな事なんだと思います。

ぜひこれからも、親子でたくさんお話をし、一緒に本や自然にたくさん触れてもらえたらと思います。

きっと、そうした日々の豊かな関わりによってまかれた種が、成長と共に素敵な花を咲かせていくのだと思います。(文責：渡辺道治)

[1学年通信「コスモスハーモニー」読者ページ \(google.com\)](#)