

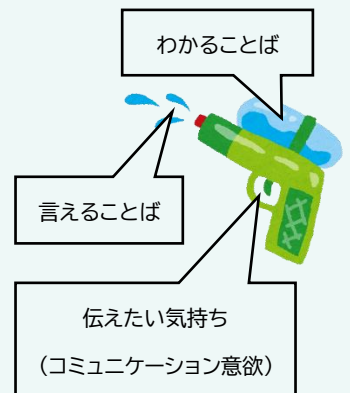
新年度が始まり、新しいことに挑戦する時期です。新しい出会いもあります。そのような中でコミュニケーションはとても大切です。「ことば」には、人とのつながりを深めたり、気持ちを伝えたりする力があります。今回は「ことば」について考えてみたいと思います。

### ことばが言えるまでを水鉄砲に例えてみると…

ことばには、「言えることば」、「わかることば」、「伝えたい気持ち(コミュニケーション意欲)」という3つの意味が含まれています。これらを水鉄砲に例えると水鉄砲の口から出た水は「言えることば」に相当します。

水を飛ばすためには、タンクに水が入っている必要があります。これは、「わかることば」に相当します。自分の中にある知識や概念がことばとして表現できることが前提条件となります。

そして、何よりも大事なものは、引き金を引くパワーを育てることです。これは、伝えたい気持ち、つまりコミュニケーション意欲に相当します。どれくらい言葉を知っていて、上手に発音できても伝えたい気持ちがなければコミュニケーションは成立しません。人との交流の楽しさ、嬉しい感情を共有できる素晴らしさを日々の生活の中で充実させることが期待されます。



### ことばが言えるまでの過程(脳の積み上げ構造について)

ことばは生まれてからどんどん数が増えていきます。これには脳の成長が関係しています。

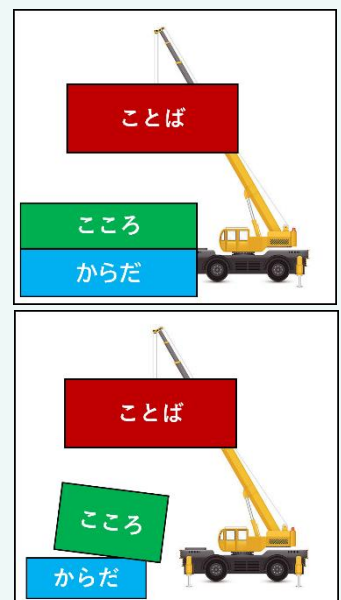
脳の成長の過程は、ビルの建設と同じように、まずは土台を作り、1階、2階、3階と積み上げられていきます。

1階は『からだ』をつかさどる脳(脳幹)

2階は『こころ』をつかさどる脳(大脳辺縁系)

最上階の3階には『ことば』をつかさどる脳(大脳皮質)

1階と2階が十分に出来上がっていないのに3階を作り上げることができないように、『からだ』と『こころ』が十分に育ちっていないうちから、『ことば』を教てもうまくいきません。ことばが言えるようになるには、『ことば』の土台となる『からだ』と『こころ』をしっかり育てることが大切です。



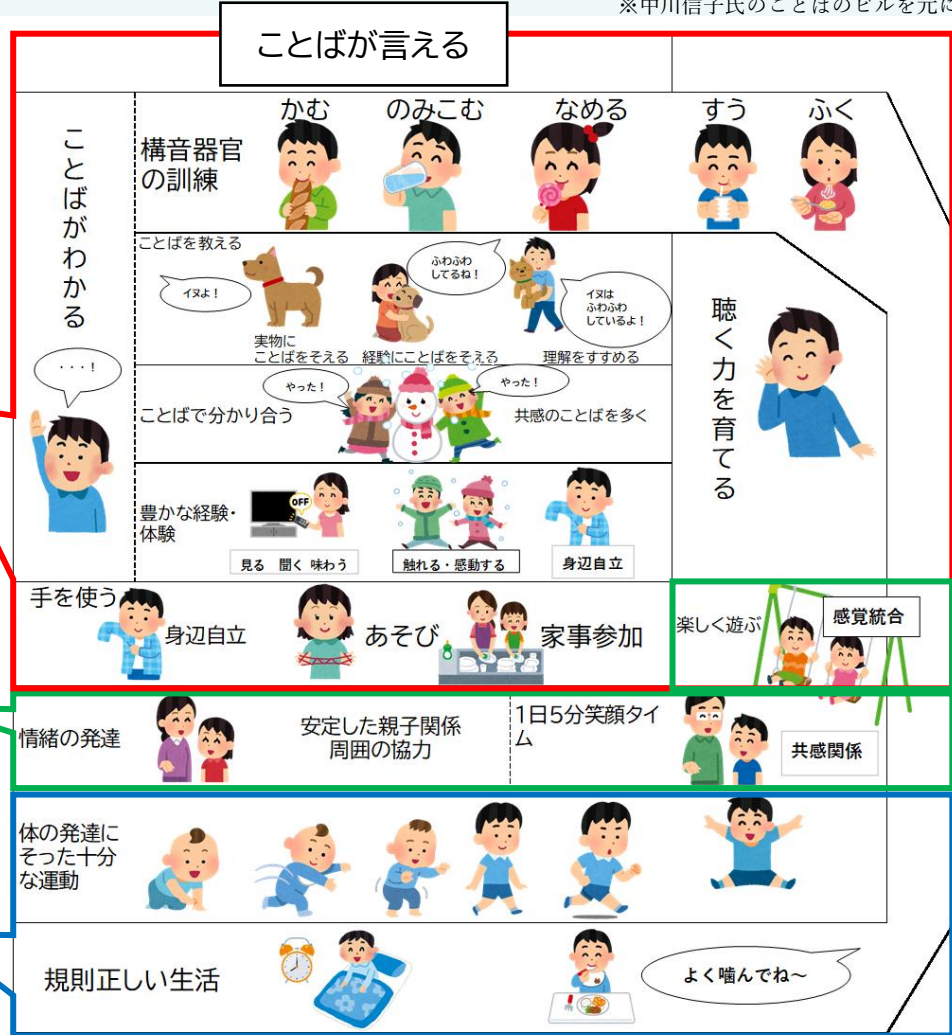
※中川信子氏のことばのピルを元に作成

## ことばのピル

**大脳皮質**  
「知力」や「ことば」  
を働かせるところ

**大脳辺縁系**  
「こころ」の動きの  
元じめ

**脳幹**  
「からだ」の動きや生  
命の動きをつかさど  
るところ



ことばのピルとは、ことばが言えるまでの脳の成長過程をピルの階層に例えた図です。ことばが言える能力があるのはピルの最上階です。そこにいたるまでに下位脳の機能が整ってはじめて大脳が十分に機能します。

1階では「からだ」作りのため、規則正しい生活と体に良いバランスの取れた食事、体の発達にそった十分な運動が行われます。2階では、「こころ」を育むため、子どもの気持ちに共感すること、親子関係の安定とそのための周囲の協力が不可欠です。また、遊びは体と心の栄養です。体を使って十分に遊びましょう。

3階では、わかることば、わかることがらを増やします。子どもは生活の中で様々なことを体験します。大人も一緒に体験し、子どもが知らないことは教え、気持ちを共有し、言葉をかけてあげてください。

ここまでの積み重ねを経て、最上階の「ことばが言える」につながるのです。

最新の文献でも、①朝日を浴びる、②十分に眠る、③規則正しい時間に食べる。この3つが子どもの脳のバランスを安定させると言われています。逆にいえば、生活リズムの乱れは脳に悪影響を及ぼすのです。ぜひ、この3つを実践し、ことばの土台作りをしましょう。

< 参考 >

中川信子著；ことばをはぐくむ 発達に遅れのある子どもたちのために初版；1986  
成田奈緒子著；「発達障害」と間違われる子どもたち 初版；2023