

令和5年10月23日（月）

## ゲームをやりすぎると別の神経回路ができるそうです

ヒトの脳機能は、神経細胞同士が繋がり、神経回路を作って情報のやり取りをすることで発揮されます。ヒトは生まれて以来、周りからいろいろな刺激を受けて神経回路ができ、強くすることで学習していきます。言い換えると、勉強するということは特定の神経回路を強くする、ということです。

ヒトの脳機能では、使わない神経回路はどんどん弱くなります。ポケモンの名前や技を覚えていたら、その分英単語が覚えられなくなってしまう気がしませんか。ある研究者の調査によると、小学生のころポケモンの名前を必死に覚えた子供たちの脳内には、ポケモン専用の神経回路が形成されていたそうです。ポケモン専用の神経回路は、言語を覚えるなどの、一般的な勉強に関わる回路には影響していなかったそうです。

ポケモンをすることで、ポケモンという生物をみると反応する回路を増やす形で新たな神経回路ができたということです。この結果から、脳が発達する時期にいろいろな経験をすることで、様々な神経回路が発達することがわかります。他にも、音楽や美術などの芸術面での才能は、脳が発達する時期の経験によって専用の神経回路ができるのです。ですから、小さい頃からいろいろな経験を積んで、考えることでいろいろな才能を開花させることができるのです。

ポケモンをたくさん覚えると、ポケモン専用の神経回路ができるのです。各分野で才能を伸ばしたい場合は、それぞれの分野での経験を積み、それぞれの分野専用の神経回路が発達するのです。ポケモンGOやポケモンスリープ、荒野行動などのゲームばかりやって勉強をしないと、ゲームの神経回路ばかりが作られてしまい、勉強の神経回路は発達しません。勉強する時間がないほどゲームに没頭すれば、テスト結果に影響することでしょう。賢明な喜入中の生徒の皆さんは、ポケモンGOやポケスリ、荒野行動、フォートナイトなどのゲームやSNSなどは計60分以内に留め、120分以上の家庭学習の時間を確保して、勉強の神経回路も発達させるようにしましょう。