

脳は好奇心がいっぱい

2023 年 5 月第三小学校朝礼

皆さんおはようございます。毎年、この時期に食育をテーマに皆さんにお話をしています。食育とは、食べ物、食事について正しい知識を身につけ、豊かで楽しい食生活、習慣を身につけることだそうです。今日は食育と脳の関係についてお話しようと思います。皆さんは毎日たくさん勉強していますね。算数、国語、理科、社会、最近では英語も勉強しますね。6年生は来年中生です。もっともっとたくさん勉強することが増えます。高校、大学と進学する人もいます。とっても難しい勉強がたくさん待っています。今から一步一步勉強を積み重ねていく必要があります。中学にいったから急に頑張ってもなかなか追いつけません。今からしっかり勉強する必要があります。なぜそんなに勉強する必要があるのでしょうか。私も高校、大学でとっても難しい数学や物理学を学びました。ロケットを宇宙に飛ばす人には必要でしょうが、日常生活には足し算、引き算くらいで十分です。なぜそんなに難しい勉強をたくさんしなければいけないのでしょうか？今度、校長先生に聞いてみてください。いろんな説がありますが、ひとつは、脳の好奇心を満足させるためといわれています。皆さんの頭のなかにある脳は好奇心のかたまりです。学校の授業、友達との遊び、お家の人との会話、毎日が新しい知識との出会いです。みなさんの脳はそれを吸収しても、もっともっと教えてと叫んでいます。脳はとってもたくさんを知りたいがります。私は皆さんの何倍も長く生きていますが、毎日、新しいことを知って、嬉しくなります。脳が喜んでくれています。皆さんはNHKの放送、チコちゃんにしかられる、見ていますか？とっても面白いですよ。チコちゃんにはいつも驚かされます。こんな話がありました。品川駅から山手線に乗って一周してくると、品川駅に立っている人達より未来にいつているそうです。何億分の1秒ですから、自分では感じないそうですが。面白いですね。皆さんも興味がある、タイムマシン、実はすべての乗り物がタイムマシンなのです。光と同じ速度で飛ぶと、人は年をとらないそうです。残念ながら、今の科学では、光の速度で飛ぶことはできないそうですが。このことを発見した人は、天才物理学者アインシュタインです。彼はもちろんノーベル賞を受賞しました。ノーベル賞をもらった日本の学者が言っていました。日常で不思議に思ったこと、興味を持ったことを生涯かけて追求した結果、素晴らしいことを発見したそうです。きっとその人の脳が一生懸命考えた結果だと思います。最近では人工知能が開発されて、コンピューターが自分で考える力を持つそうです。人工知能も人間の脳と同じようにたくさんを知りたいがります。皆さんの使っている、スマホもタブレットも人工知能とまではいえなくても、いろいろなことができますね。このコンピューターたちは電気で動いていることは知っていますね。長く使っているとバッテリー切れのランプがついて動かなくなりますね。近くにある二股のコンセントにさして充電するとまた動くようになります。皆さんの脳も

多くは同じ電気で動いています。しかし、皆さんの体には電源コードはありませんね。では電気はどうしているのでしょうか。

以前、皆さんにこの場で私たちの体を動かすエネルギーについてお話したことがあります。それは、皆さんが毎日たべている食事からエネルギーを作る TCA 回路の話でした。皆さんが高校生になると、理科の授業で勉強すると思います。とっても難しくて、理解するのが大変です。でも試験には必ずでたので、とにかく解らなくても丸暗記した覚えがあります。以前、ここでお話したことがあります、見事に失敗しました。十分に理解していない人が他の人に教えても解ってもらえないのは当然です。そこで今回は省略しますが、とにかく、皆さんが食べた物がエネルギーになり、電気になって、体を動かしています。そのエネルギーを一番たくさん消費するのは、手足ではなく、脳なのです。脳はものすごく沢山のエネルギーを必要とします。以前お話ししましたが、私達の脳がこんなに大きく発達したのは、カロリーが多いお肉をそれも焼いて食べることを覚えたからと言われています。皆さんはコンピューターを使っていると、機械がだんだん熱くなってくることを経験していると思います。皆さんの脳も沢山勉強したり、考えたりすると、熱くなってくるそうです。以前、聞いた話ですが、ある囲碁の名人は対局中に脳が汗をかくのがわかるそうです。皆さんもそのくらい勉強してみたら、きっと、世界をあっと言わせる、発明や発見ができて、世界に貢献できるかもしれません。そのためには、脳が沢山ほしがっているエネルギーをつくるために、毎日、しっかり食べてください。朝、食事をしないで学校に来ると、せっかく勉強しても、脳はバッテリー切れで働いてくれません。毎日3食しっかり食べて、大切な脳に十分なエネルギーを送って、朝からしっかり勉強してくださいね。