

鬼北町立広見中学校
道徳通信
道徳主任 酒井 智有
NO. 71
令和8年6月5日発行

よりよく生きる

独立行政法人国立青少年教育振興機構から、子どもゆめ基金10周年記念として、過去に学校に送られた「かがやく先輩からのメッセージ」は、子どもたちに向けて送られたメッセージをまとめたものですが、非常によい内容ですので紹介します。

「かがやく先輩からのメッセージ」 川島 隆太(かわしま りゅうた)

小学生の頃は、幼稚園から小学6年生までが徒党を組んで、毎日、山や川で遊んでいました。悪さもしました。トンボに爆竹をつけて飛ばしたり、火遊びをして消防署の方に怒られたり。4年生で群馬から千葉へ転校が決まった時は、友達と別れることが辛かったですね。しかも、転校先は都会で、同級生は中学受験に必死でした。皆と一緒に遊ぶような空気はなく、寂しかったです。好きな教科は体育で、好きな時間は給食。勉強は嫌いでした。特技は、「勉強をしないための努力」。家では勉強したくないので、宿題は学校にいる間にすませていました。そうすると、夜の時間をもてあます。そこで、本を読み始めました。当時は読書くらいしかすることがなかったので、川端康成や柴田錬三郎から、星新一のSF小説など、なんでも読んでいました。



中学生になるとラジオの深夜番組に投稿し始め、将来の夢は、それまでの野球選手から小説家になりました。科学に興味を持ったのもその頃。きっかけは、中学2年生の時の失恋でした。好きな女の子に振られてショックを受けて初めて、「自分と他人」を意識し、自分と周りの人は同じものを同じように見てはいないのかもしれないと考え始めました。「自分とは何か」を知りたいという哲学的な欲求がわいてきました。その答えを知る方法として中学生の私が出した結論が、「自分とは脳にある記憶によって作られているのではないか」ということ。当時の科学者の記事を読んで、「自分の脳をコンピュータに入れることができれば、人類最後の日まで意識が存在できるから、自分が今ここにいる意味が分かるかもしれない」と考えたのです。その後、大学に入ってから、脳を科学する研究者を目指すようになりました。

研究者には、発想力や大事なことを粘り強く探し続ける力も必要です。その力は、子どもの頃に外で友達とたくさん遊んだ中で培われたと思います。それは研究で証明されてもいて、コンピュータを使っている時、脳はあまり働いていないことが分かってきました。つまり、インターネットやゲームやテレビの世界でものを調べたり、何かを経験しても、脳にとっては本当に「経験した」ことにはなっていないんです。

もう一つ、私たちの脳科学の研究で分かってきたことは、「早寝・早起き・朝ごはん」は、脳の成長に強い影響を与えているということです。早寝・早起きをし、朝ごはんを食べる。遊ぶ時は遊び、勉強する時は勉強するというきちんとした生活のリズムがあることが、脳の発達に大きな影響を及ぼしています。大人が「早く寝なさい」「ごはんを食べなさい」と言うことには、実は意味がある。それができて初めて、努力も生きるのだと思います。

脳は、能力の全てを発揮する場所です。脳が発達していなければ、どんな夢にもたどり着けません。脳が発達する小学生、中学生の間に、「早寝・早起き・朝ごはん」を続け、インターネットやゲーム以外の経験をたくさんすることが、夢を叶える近道だと思っています。