

テレビ番組で科学的に実証されました!

だじゃれは脳トレになります。

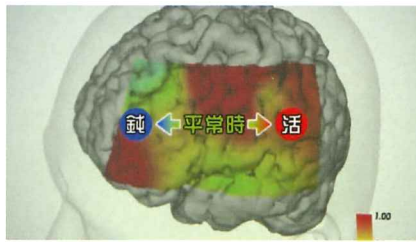
諏訪東京理科大学脳科学
篠原菊紀教授

富山テレビ放送 2017年5月放送



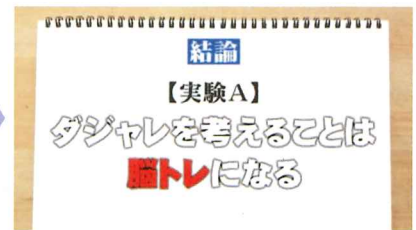
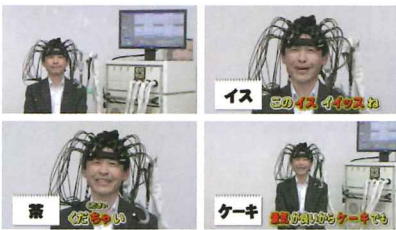
富山テレビ放送制作のだじゃれ企画番組『ダジャレ〜ヌーボー』において、篠原教授による“だじゃれを使った”実験で、科学的に「脳の活性化」が示されました。

脳科学実験とは??



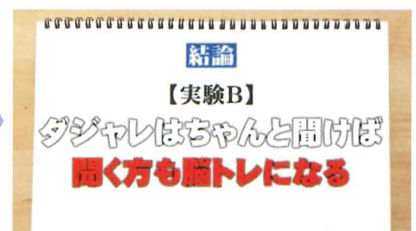
脳が活性化されるとその場所に酸素が集まります。専用の計測装置を装着した被験者の脳内の色の変化を見て、脳の活性度合いを測定します。平常時は緑色、活動が鈍ると青色、活性化されると赤色で表示されます。

結論① だじゃれを“考えること”は脳トレになる。



提示された複数のお題に対し、即興でだじゃれをひねり出してもらったところ、言語的な活動に関係する左の前頭前野に高い活性が見られました。特に、2つの出来事を繋ごうとする活動が高まっていることが認められたので、だじゃれは立派な脳トレになると言えます。だじゃれを「思いつかない」、「口に出すのは恥ずかしい」という方も問題ありません。だじゃれを考えるだけでも脳トレになります。

結論② だじゃれを“聞くこと”も脳トレになる。



だじゃれを聞く方の脳はどんな反応を示すのか、20代~70代までの男女5人にだじゃれを聞いてもらいました。その結果、だじゃれを聞いているときも、中身を理解しようとすることで、前頭前野を中心に活動が高まっており、脳トレとしての効果が確認されました。たとえ面白く感じなくても「あ、そう言うことね」と2つの事柄の結びつきを理解することでも脳活動が高まることがわかりました。つまり、だじゃれをくだらないと思わず、面白がってちゃんと聞こうすることは脳トレになると言えます。

篠原菊紀教授のプロフィール

諏訪東京理科大学・工学部情報応用工学科(知能、情報、通信コース)・共通教育センター・大学院工学マネジメント研究科教授。応用健康科学、脳科学。

「遊んでいるとき」「運動しているとき」「学習しているとき」など日常的な場面での脳活動を研究。ドーパミン神経系の特徴を利用して遊技機のもたらす快感を量的に予測したり、ギャンブル障害の実態や予防についても研究。茅野市縄文ふるさと大使。

- ★著書、監修:「もっと! イキイキ脳トレドリル」(NHK出版)、「クイズ! 脳ベルSHOW 50日間脳活ドリル」(扶桑社ムック)、他多数。
- ★共同研究: 新学社と幼児教材開発(幼児ポピー監修)。エポック社と「ジグソーパズル達人検定、ジグソーパズル脳力診断」。ほか多数。
- ★テレビ、ラジオ: フジテレビ「とくダネ! 脳活ジョニー」、「今夜はナソトレ」、BSフジ「脳ベルSHOW」、NHK「あさいち」、「ごごナマ」、「夏休み子ども科学電話相談」、「国民アンケートクイズリアル日本人」、「NHKスペシャル」、日テレ「損する人得する人」、SBC「ラジオ」などで解説や監修。

