

頭がいい子を科学的に解明!

英語・ピアノ・勉強・スポーツ・絵・コミュニケーション・想像力……

あらゆる「才能の伸ばし方」を大公開!!



【書籍概要】

タイトル：
16万人の脳画像を見てきた脳医学者が教える「賢い子」に育てる究極のコツ
著者：瀧靖之
定価：本体 1,320円+税
頁数：224頁
判型：四六判並製
ISBN：978-4-905073-36-9

脳科学で実証！
「習い事を始める時期」や
「生活習慣」で子供の
伸び方が決まる

本書は「世界最先端の脳研究から見えてきた、子供を脳レベルで賢くする子育て」というコンセプトのもと、これまで「子育て経験」
「保育園や幼稚園で蓄積したノウ



瀧靖之（たきやすゆき）

医師。医学博士。東北大学加齢医学研究所教授。東北大学東北メディカル・メガバンク機構教授。「脳の発達と加齢に関する脳画像に関する研究」「睡眠と海馬の関係に関する研究」など多くの論文を発表。脳を生涯健康に、若々しく保つ生活習慣は、新聞・テレビなどのマスコミでも数多く取り上げられ、そのノウハウをまとめた著書『生涯健康脳』（ソレイユ出版）は、10万部を突破するベストセラーとなっている。TBSテレビ系列「駆け込みドクター！」出演。



ハウ」親の主観に頼りがちだった「子育て」に、脳科学の手法を取り入れました。著者は、これまでに16万人に上るfMRIの画像診断とデータベース作成を行い、脳の発達・加齢のメカニズムを明らかにしています。

本書で紹介するのは「①楽しみながら頭のいい子に育てる、好奇心の伸ばし方」「②子供の脳の成長に合わせた才能開花法」「③子供の脳の成長を加速させる生活習慣」の3つです。

①世界最先端の研究によって、好奇心が子供を脳レベルで賢くすること、そして生涯にわたってその脳の健康を保つことがわかりました。そこで、「3つの秘密道具（図鑑・虫とり網・楽器）」を用いた、子供が潜在的に持っている好奇心を最大限に伸ばす方法をお伝えします。

②同じ習い事をさせる場合でも、始める時期を脳の成長に合わせることで、伸びる速さや大きさがぐんとアップします。どんな上達していくので、子供自身も楽しみながら才能を伸ばせるでしょう。

③睡眠の仕方、朝食のとり方などによって、実は脳の「海馬」の大きさや記憶力、学力が大きく変わる事が明らかになっています。

本書のメソッドを活用すれば、親子が一緒になって楽しみながら、才能豊かにイキイキと子供を伸ばすことができます。著者本人も自分の子育てに実践し、子供の成長を通してその効果を確信しているノウハウです。



0歳〜思春期のお子さんまで！
こんな「親の願い」「子育ての悩み」に有効です。

競争心が薄く、物事に
あまり興味を示さない

図鑑を買って、親子で楽しむ時間
をつくることから好奇心や探究
心、競争心が芽生え始めます。



自分は文系だけど、
子供は理系に育てたい

子供の将来は、「遺伝」より「育つ
た環境」の影響が大きいことが最
新の脳研究から明らかになってい
ます！ 能力・才能によって「伸
びやすい時期」が違いますので、
それに合わせて取り組ませてあげ
るといいでしょう。

夢を叶えられる子、
社会で活躍できる子に
育ってほしい



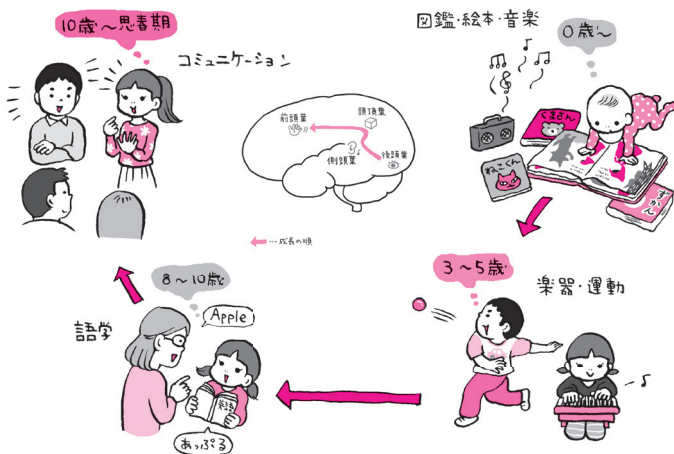
図鑑を楽しんだ後、その情報に
沿った「体験」をさせてあげる
ことで、努力を努力と感じず、
楽しみながらできる子供に育ち
ます。

とにかく元気に、
のびのびと育ってほしい

好奇心をしっかり伸ばせた子
は、脳の成長が活発で、生涯に
わたってその健康が保たれやす
くなります。また、本書のメソッ
ドは子育てをしながら親の脳の
健康を守ることにもあり、まさ
に一石二鳥です。

多忙で、子供のために
時間をかけられない……
最低限、何に
気をつけるべき？

「睡眠・朝食」だけは、気をつけ
てあげましょう。ちよいどいい睡
眠をとれた子ととれなかった子で
は、成績はもちろん、脳の大きさ
(成長具合)にも差が生まれます。
また、朝食をご飯にするだけで、
学力が目に見えてアップします。



一番最初に始める
習い事のおすすめは？

脳医学的に見れば、最初の習い事
は「ピアノ」がベストです。実は
ピアノを習っておくことが、将来
の英語習得の力ギにもなります。

周囲の子供と比べて、
歩いたり話したり
するのが遅い

脳の発達のスピードは、一人一人
違います。また、男の子は女の子
より1〜1歳半分遅いこともわ
かっています。焦って言葉や文字
を教えるのは逆効果。それよりも、
「知りたい気持ち」を育てるコッ
ツの実践をおすすめします。

試験前や受験は、
しっかり勉強してほしい

難関大学生の勉強法と脳の構造か
ら、「暗記物は寝る直前」等の簡
単なルールで、勉強時間を増やさ
ずに成績をアップできることがわ
かりました。また、子供をやる気
にさせる法、ゲーム等「やってほ
しくないこと」をやめさせる法も、
脳医学の側面からお伝えします。

リリースの問い合わせ先

株式会社文響社 広報担当

TEL 03-3539-3737 / FAX 03-3539-3738

E-mail info@bunkyosha.com