

特別寄稿・連載 (平成 31 年 1 月)

お手玉と前頭前野

『お手玉が脳にとって良いのか否か』

脳科学者 森 昭 雄 (日本のお手玉の会顧問)

新年の新企画として、脳科学者 森昭雄先生(日本のお手玉の会顧問)のご厚意により、「**お手玉と前頭前野**」**お手玉が脳にとって良いか否か**を、ご執筆いただくことになりました。

『特別寄稿』として、日本のお手玉の会のホームページに掲載します。期間は 1 年間の予定です。お手玉の効用を理解し、お手玉遊びの活動をつづけるにあたって、お役立ていただきますことを願っております。

おもな内容は、下記のとおりで、1 か月に一件ずつの予定で執筆いただきます。

- 0) はじめにーお手玉と脳の働きー
- 1) 前頭前野への入力
- 2) 前頭前野からの出力
- 3) 前頭前野と学習
- 4) 脳に良い食べ物
- 5) 脳を悪化させる食べ物
- 6) お手玉はなぜ前頭前野に良いの
- 7) 認知症の予防対策
- 8) 脳のネットワークと知恵
- 9) 生涯努力
- 10) 脳と環境
- 11) 美と脳
- 12) お手玉とロボット



【森昭雄先生のプロフィール】専門：生理学。脳科学（幼児教育、依存症、認知症、学習）。経歴：日本大学医学部、同歯学部、ロックフェラー大学(アメリカ)、クウィーズ大学(カナダ)、日本大学文理学部、大学院(他大学を含む)。日本大学評議員。学会：日本臨床神経生理学会、日本神経科学会、日本健康行動科学会(初代理事長、常務理事)。おもな著書・エッセー、講演など：NHK 出版、講談社、PHP 出版などから多数出版。韓国、中国でも発行。読売、毎日、朝日、日本工業ほかの新聞社にエッセーを執筆。また、講演は、全国の幼稚園、小中高、教頭会、教員、新聞社、市民、文科省などを対象としたものは 500 回以上。

* 森 昭雄の依存性教育相談 <https://nounomahou.com>