

53. 香りと記憶の関係(1)： 反復→自動化

The delicious scent, or smell,	おいしそうな香り、つまりにおいは
of baking bread coming out from the open doors of a nearby bakery	近所のパン屋の開いたドアから漂ってくるパンが焼ける
can act like a time machine,	タイムマシンのように作用し
instantly transporting you	瞬時に連れて行ってくれることがある
from a busy street in New York	ニューヨークの賑やかな通りから
to a tiny cafe in Paris that you visited years ago.	何年も前に訪れたパリの小さなカフェへと
Scent particles, in general, can revive memories	一般的に、香りの粒子は、記憶を蘇らせることができる
that have been long forgotten.	長い間忘れられていた
But why do smells sometimes trigger powerful memories, especially emotional ones?	だが、なぜにおいは時に強烈な記憶を呼び戻すのだろうか とりわけ感情的な記憶を
The short answer is …	簡潔な答えは…ということである
that the brain regions that process smells, memories, and emotions are very much connected.	嗅覚、記憶、感情を処理する脳の領域が 非常に強くつながっている
In fact, the way that your sense of smell is wired to your brain is unique among your senses.	実際、嗅覚が脳につながっている様子は 五感の間でも独特なのだ
A scent is a chemical particle that floats in through the nose and into the brain's olfactory area,	香りは化学粒子だ、流れ込む 鼻を通じて、脳の嗅覚野まで
the place where the sensation is first processed to be understandable by the brain.	(嗅覚野とは) 感覚が最初に処理される場所のことだ 脳によって理解されるように
Brain cells then carry that information to a tiny area of the brain called the amygdala,	それから脳細胞はその情報を運ぶ 偏桃体と呼ばれる脳の小さな部分へ
where emotions are processed, and then to the hippocampus,	そこでは感情が処理される そして海馬へと
where learning and memory formation take place.	そこでは学習と記憶の形成が行われる