

幼少期から自然音に親しむと 五感が活性化する

矢部 多加夫
やべ耳鼻咽喉科表参道院長

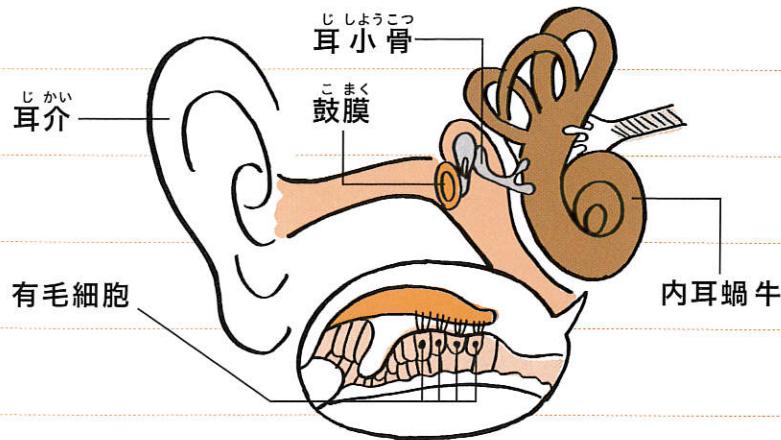
私は、約30年間、大学病院や総合病院で耳鼻咽喉科医として診療してきた経験を活かし、2014年に「やべ耳鼻咽喉科表参道」を開院しました。

当院は都会の一角に位置するため、周囲はどうしても人工的な音が多くなります。

そこで、待合室には喜田圭一郎先生の自然音CDを流しています。患者さんがリラックスできる環境づくりに役立っています。

耳の中には、渦を巻いている形の内耳蝸牛という器官があり、手前ほど高い周波数の音を、奥に行くほど低い周波数の音を感じるしくみになっています。

その際、蝸牛内の有毛細胞が刺激されて、振動を電気信号に変えるのですが、若い人のほうが周波数の高い音が聞こえるのは、有毛細胞のダメージが少ないからです。自然音には、都会の喧騒ではない1万Hz以上の周波数の高い音がたくさん含まれています。その意味で、音を



受け入れるキャパシティーの広い子どもの頃から自然音に親しむことは、耳の機能を活性化させるだけでなく、五感を使って感覚的に物事を理解するのにも役立つと思います。

10代の患者さんは、イヤホンで音楽を長時間聴いたり、大音量のコンサートに行ったりして、騒音性難聴になるケースも少なくありません。

人間が電子音に囲まれる生活になつたのは、つい最近のことです。電子音を聞き続けたお子さんの心身がどうなるかは、数十年たたないと正直わかりません。

一方、自然は人類誕生とともに存在し続けてきたものです。自然音を聞くことでいい影響こそあれ、悪い影響を受けることはないでしょう。

子どもの人格形成において最も大切なのは、安心できる環境といわれます。自然音を取り入れて、お子さんの心身の健康に役立ててください。