



潮流

私たち人間は視覚優位の生き物であり、80%以上もの外的情報を脳に送っているといわれていますが、機械文明の発達した現代のメディア社会では、平面的な実体験を伴わない視覚情報が増えています。

例えば筋肉でも、使っていない筋肉は退化して萎縮（廃用萎縮）して

NPO法人未来副理事長
鳥取県中部医師会副会長

松田 隆

しますか。視覚部位に、触覚（祖先の感覚）の状態が続くと、他の感覚が疎かにされ、触覚、聴覚、味覚、嗅覚など性化するのに重要な感覚の感覚器官が退化して、した脳、第二の脳とも言ふ钝感になっていくのではないかと思います。

昔は自然の中で、草木テナを十分に張り巡らの匂いを感じていたもので、衰えている感覚を意

五感力

しますか。視覚偏位に触覚（祖先の感覚）の状態が続くと、他の感覚刺激は、脳を刺激し、活性化され、それ、興奮、活性化の連鎖反応

ひつける力、五感を統合する力」として、「五感」とこのよう

も大切であることを強調しました。

が、今は強い香水を付けなければ感じ取れない、感覚が鈍磨した五感喪失の状態に陥っているのでないかと思います。

作家で五感生活研究所代表の山下柚実さんは「五感」というのは、外と自分をつなぐ通路だとおっしゃっています。特

明治大学の齊藤孝教授は単なる感覚としての視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚の五感の能力（レベル）を表すのではなく、「五感を身体の動きに結

題して、約300人の方の前での特別講演をしました。まさに、「死」に直面した極限状態の中で、生きていることを全身全霊で、五感を使ってリアルに感じ取り、自分の存在に対する肯定的に受け止めた表現として、その存在感とともに、私に強いインパクトを与えたのだ

歩いて、自然や社会に触れ、五感を拓き、体で学ぶ直接体験を通じて、子どもたちの豊かな心生きる力を育てる「歩育」をすすめる中で、特に、五感力を育むことが最

こそ、五感力を育む山で
はないかと思います。せ
ひ一度、皆さんで、親子
や友達や仲間と、五感力
を育む打吹山に行って、
自分の五感地図を描いて
みませんか？

作家で五感生活研究所は単なる感覚としての視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚の五感の能力(レベル)を表すのではなく、「五感」を身体の動きに結びつけています。特に自分をつなぐ通路だとおっしゃっています。特

に感じ取り、自分の存在に対する肯定的な受け止められた表現として、その存在感とともに、私に強いインパクトを与えたのだ。生きる力を育てる「歩育」が直接体験を通じて、子どもたちの豊かな心、五感力を育むことが最

自分の五感地図を書いて
みませんか？

(卷三)