**子どもに本を読み聞かせる効果、言語や脳の発達以外にも**資料Ｂ-2

RCT19件のメタ解析

[国際医学短信](https://www.m3.com/clinical/articles?clinicalSourceId=1169)2018年4月9日 (月)配信 [小児科疾患](https://www.m3.com/clinical/articles?specialtyId=10008)[精神科疾患](https://www.m3.com/clinical/articles?specialtyId=10009)[神経内科疾患](https://www.m3.com/clinical/articles?specialtyId=10010)[その他](https://www.m3.com/clinical/articles?specialtyId=10024)

寝る前に子どもに本を読み聞かせることは、子どもの言語や脳の発達を促すだけではなく、親と子ども双方 の社会的なスキルや行動スキルにも良い影響を与えることが、香港大学社会福祉・社会行政学のQian-Wen Xie氏らによる研究から明らかになった。この研究結果は「Pediatrics」3月27日オンライン版に掲載された。

　これまでの研究で、親が子どもに本を読み聞かせることで子どもの言語や読み書きの能力が向上するなど、 さまざまな効果が期待できることが明らかにされている。また、幼児期に本を読み聞かせると子どもの脳の発達が促され、学童期の成績も向上することも最近の 研究で示されているという。

　Xie氏らは今回、本の読み聞かせが親子の精神面や感情面、行動面や社会性といった心理社会的な能力に どのように影響するのかについて検討するため、合計で約3,300組の親子（子どもの年齢は0～3歳または3～6歳）を対象とした19件のランダム化比較 試験（RCT）のメタ解析を実施した。

　これらのRCTの試験デザインは同一ではなかったが、いずれのRCTも介入群では対象者の親に読み聞か せのトレーニングを実施したり、読み聞かせの補助ツールを提供したりするなどの支援を行った一方で、対照群ではこうした支援を行っていなかった。また、心 理社会的な能力については、社会的感情の調整や行動面での問題、QOL（生活の質）、読書への関心、ストレスや抑うつ、育児の能力（parenting competence）、親子関係などの検査に基づき評価した。Xie氏によると、心理社会的な能力とは**自分自身をケアする能力や、自己肯定感を持ち、他 者と有意義な関係を持つことで喜びを感じる**ことのできる能力が含まれるという。

　解析の結果、親が子どもに本を読み聞かせることで、親子双方においてこうした心理社会的な能力が向上す ることが明らかになった。この結果を踏まえ、Xie氏は「自信をもって本の読み聞かせが社会的スキルや行動スキルにも良いと勧めることができる。子どもに 本を読み聞かせることで子どもが賢くなるだけでなく、**子どもを幸せな気持ちにさせ、親子関係も良好になる**」と話している。

　なお、専門家の一人で米クリスチアーナ・ケア・ヘルス・システム小児科のDavid Paul氏は、今回の研究について「本の読み聞かせが子どもの言語の発達を向上させることは既によく知られているが、それ以外にも好ましい効果があること が明らかになった」とコメントしている。また、同氏は「本の読み聞かせがスポーツ、あるいはゲームやテレビ番組を親子で一緒に楽しむよりも良いことなのか どうかは不明だが、その効果には大きな可能性が秘められていると感じている」と話している。

HealthDay News 2018年3月27日