

英語の学習を趣味として楽しむシニアは多いようだ。外国人と話せるようになることで、自分の世界を広げたいと始めるケースが目立つ。学習によって脳の活性化も期待されるという。

英会話を楽しむ

学習

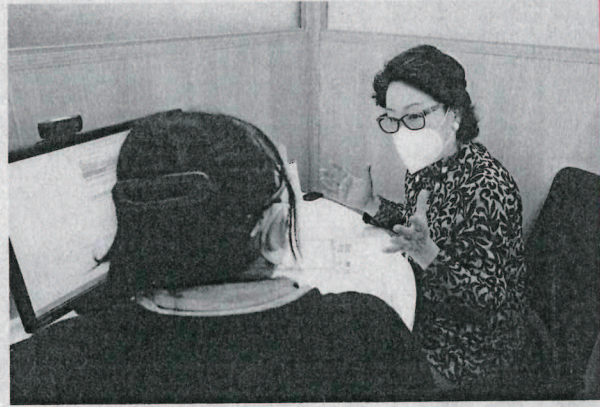


英会話教室で学ぶ豊田さん。「上達すると学ぶ意欲が高まる」(東京都内で)中内さんの教室ではシニアが熱心に学んでいる(提供写真)

東京都杉並区の豊田勝子さん(76)は7年ほど前から、マンツーマンの英会話教室「Gaba」に通い、1回は通っている。学生時代は英語が不得意だったが、あえて苦手なもので頭を使おうと、教室に通い始めた。当初は講師とあいさつ程度しか話せなかったが、次第に日常の出来事を滑らかに話せるようになった。コロナ禍前には娘と出かけた欧州旅行では、現地のスーパーで店員に英語で語りかけ、話が通じたことで成果を感じたという。「今は英語を習うのが楽しみで、ストレス解消にもなっている。元気でいる限り、続けるつもり」とほほえむ。

同教室は60歳以上のシニア向けのコースを設けている。予約の取りやすい平日の日中、通常より安めの単価で、週1回程度の無理のないペースで指導が受けられる。コロナ禍前に、海外旅行で使ったり訪日外国人観光客を相手に話したりしたいと通い始め、今も続けている人が多いという。同教室の受講生全体の約7%が60歳以上だ。

英会話講師の中内恵美子さんは10年以上前から、大阪市の公民館などで地域の住民を対象に教室「Emily脳トレ英会話」を開いており、「長く続ける高齢者も多い」と話す。テキスト



脳が活性化 ● 読書、音楽 趣味と絡めて ● 60歳以上のコースも

トに出てくる表現を使っ
て、その場で会話をする
レッスンなどを行っており、
実力が付けば、高齢者でも
英語だけを使ってレッスン
を進められるようになる
という。「学習を続けてい
けば、日本語に訳さずに英
語が言える『英語脳』が身
に付きます」と話す。

中内さんが勧めるのが、
自分の好きなものと絡めて
学ぶ方法。例えば、読書が
趣味の人は英語の本や絵本
を使って学び、音楽好きな
人は英語の歌の歌詞を覚え
る。英語のドラマや映画を
見て、表現方法などを学ぶ
のも効果的で、上達すれば、
英字新聞を読み、内容を英
語で要約して口に出すのも
いいという。

「特に話すことや書くこ
とは脳の動きを促進するの
で、取り組んでほしい。自
分より少し上のレベルを学
習していく姿勢も大切で
す」と話す。



外国語学習は、脳にも良
い影響を与えるようだ。英
語学習時の脳の動きなどを
研究している立命館大教授
(言語学)の田浦秀幸さん
によると、日本育ちの学生
が英語を学んで上達してい
くと、脳の動きが活発にな
ったという。海外では、2
か国語を自在に操るバイリ
ンガルは、1か国語しか話
さない人より、認知症の発
症が4年遅いという研究結
果もあり、高齢者が外国語
を学ぶことで認知症の発症
を遅らせられる可能性もあ
るといふ。