



金魚マイスターフォローアップ講座

～【金魚を飼う文化】大和郡山から発信～

今年度からスタートしました金魚マイスターフォローアップ講座。

金魚マイスターの皆さんと金魚に関するより専門的な内容を学ぶことにより、知識を深め、今後の活動に活かしてもらうことを目的に開講しました。

「金魚マイスターフォローアップ講座①」

日 時：平成29年9月9日（土）14：00～15：30
場 所：市民交流館 集会室
内 容：アクアリウムリラクゼーション
観賞魚飼育の効果に関する研究発表
講 師 ジェックス(株) 観賞魚飼育管理士 吉田 恵史郎 氏

① アクアリウムの癒し効果

～脳からみたアクアリウム効果～

実験1) 10分間、英語のタイピングすることにより、脳にストレスを与える。



ストレスを与えられることにより唾液アミラーゼが分泌されます。アミラーゼの量がストレスの指標なのです。

英語のタイピングの後、アクアリウムを眺めます。すると、アミラーゼの分泌が抑えられ、起きている（覚醒）状態でも脳を休める結果が出ました。

金魚を眺めるだけで、寝ているときの脳波に近づけることができる。つまり、リラックスしている状態であり、リフレッシュ出来るんですね！

～高齢者へのアクアリウム効果～

実験2) 高齢者施設で水槽を設置。1つは、疑似（映像の金魚が泳いでいる）水槽。もう一つは、本物の金魚が泳いでいる水槽。高齢者が、水槽を眺めている時間を調べる。

結果、本物の金魚が泳ぐ水槽を注視している時間が3倍も長かったのです。
金魚を眺め、話しかける事により、新しい環境におけるストレス緩和効果がみられました。

② 飼育実験の実施

～子ども達へのアクアリウム効果～

- 少子化によるコミュニケーション減少
- 都市化により自然が減少
- デジタル機器使用により、命に関する関わり・考えが減少
「リセットボタンを押したら生き返る」

昔と変わった、
子ども達を取り
巻く環境の変化

実験3) 3～5歳の幼稚園児の自宅に水槽をセット。子ども達に3つの世話をしてもらう。

【 エサやり 】・【 ライトのON/OFF 】・【 足し水 】

世話が出来た日には専用の記録用紙に押印し、日々子ども達の変化を保護者に記録してもらう。期間は1ヶ月間。

- 金魚飼育を通じて子ども達の習慣づけの訓練が出来た。
- 子ども達の金魚への好奇心が高まった。
- 「きんちゃん」など名前をつけ、金魚の動きを見て物語を作っていた。
- 命に対する教育の機能を果たした。

お名前をつけて呼ぶことにより、愛着が増えますね。エサやりすることにより、コミュニケーションもはかれます。金魚は、人が水槽に近づくと「エサをもらえる！」と口をパクパクさせて水面に上がってきます。足音でも反応するんですよ。コミュニケーションをとれる賢い魚なんです。

③ アクアリウムによる心のケアの研究

実験4) 不登校の中学生を対象にした実験中。

フリースクールに水槽を設置し、13～15歳の生徒にエサやり・照明のON/OFF/水替えの世話などを通して、変化を記録。

自己肯定・学校に来る動機づけになっている様です。



金魚の癒し効果は抜群ですね！！9月からホームページに「金魚マイスターの金魚のお部屋。」(金魚飼育日記)をアップしています。おうちでまだ金魚飼育されていない方！可愛い金魚を飼って、癒やされてみませんか？

次回フォローアップ講座②は、12月9日(土)市民交流館 集会室で実施します。

問合わせ先：〒639-1198

大和郡山市北郡山町248-4 大和郡山市役所 農業水産課

TEL 0743-53-1158(直通) FAX 0743-55-4911