

認知症予防の自助促進策としての「旅」(02) 海外旅に向けた1つの英語感覚維持方策の提案

松永義文†

知旅総合研究所†

【背景】

筆者は、知的刺激が多く発生する旅が、認知症予防に有効ではないかという仮説を立て、その中でさらに具体策の1つとして、海外を旅して英語を使うことが知的刺激を大きくしうる、との研究仮説を設定した([1]、詳細は[3])。

日本語だけで生活できる日本では、業務上の必要が無ければ、折角学校で学んだ英語力も、その後徐々に減衰させてしまっている人が多いと推測される。海外への旅をきっかけに英語を再度学習しようとしても、なかなか続かず、結果実践適用がうまくできない人もいるであろう。そこで、本研究においても、日常で英語を使わない社会人～高齢者が、一定の基礎知識は有している前提で、海外を旅する場合を想定した有効な英語感覚維持方策を探求することとした。

【従来の研究】

筆者らの研究[2]によれば、本報告より34年以上前の1988年時点で、日本語文中には5%～25%の割合でカタカナ英語が含まれていたし、今日に至るまで英語のみならず外国語全般にわたって日本語の中でカタカナ表記を借りて大量に存在していると推定される。実際、カタカナ外国語の調査・分析は近年においても多数なされており、ますます身近になってきた裏付けでもある。

【本研究の目的】

本研究は、日常性の高いカタカナ英語に着目することで、海外旅をする人のために簡便な英語感覚維持方策を立案・検証することを目的とする。

【提案する方策】

社会人から高齢者の間で広く親しまれている新聞を対象に、記事に含まれるカタカナ英語をピックアップし、その英語発話を日々ルーチン

的に繰り返すことで、英語の感覚と活用への意欲を維持する。英語力向上のための勉強の継続ではなく、英語との接点確保の継続が主目的となる。表1に、提案する方策の概要を示した。

表1 対象選定理由と具体的な方策の概要

◇対象が満たすべき必要条件(仮説) 新規内容性、再認容易性、継続容易性、国際対話での有効可能性	街角/雑/TVCM/Web/歌詞等でも、多くの外国語(カタカナ英語含む)が見られるが、必要条件を満たさない
◇選択した対象 紙の新聞のトップ記事に含まれるカタカナ英語及び英語略記(→注1)	内容が日々新規のため飽きずに継続可能で、見返しが容易であり、グローバルの話題であれば国際対話にも有効
◇方策 紙の新聞の場合、対象語チェックした各語に、意味と英語表記と発音メモを与え、最後に発話練習する	紙の新聞の場合、対象語のマーキングは容易であり、マークした語は身近に感じるものが多く、取り組みのハードルは高くない

*注1) 対象には、カタカナ英語だけでなく、英語略記(GDP, NATO等)も含めた。ただ本論では、以下、合わせてカタカナ英語と表記する。

【試行実験結果】

新聞(全国紙のうちA紙, M紙, Y紙の3紙, 紙メディア)の1週間分(2022/11/2-8)のトップ記事を対象に、カタカナ英語の抽出を行った。表2は、記事内容区分毎に、対象となった語数を整理したものである。

表2 対象記事区分と含まれていた対象語数

新聞	D(国内)			G(国際)			F(外国)		
	記事数	語数計	平均	記事数	語数計	平均	記事数	語数計	平均
A紙	2	9	5	5	54	11	0	-	-
M紙	2	4	2	3	20	7	2	18	9
Y紙	2	6	3	5	53	11	0	-	-

D(Domestic): 国内ニュース

G(Global): 日本を含む複数カ国が関係するまたは、内容がグローバルな関心を呼ぶニュース

F(Foreign): 外国(海外の)固有のニュース

*平均値は小数点以下を四捨五入

“Travel” as a self-help promotion measure for dementia prevention (02) a proposal of method to maintain a sense of English for overseas travel

† Yoshifumi Matsunaga, Citabi Research Institute

また、表 3 に、A 紙でのピックアップ例を示した。

表 3 A 紙 (2022/11/2) の TOP 記事(カテゴリー G)からのピックアップ結果

カタカナ英語	意味	表記	発音メモ
ソウル	大韓民国の首都名	Soul	ソウル
ハロウィーン	古代ケルト人の収穫祭 10 月 31 日に由来	Halloween	ハロウイーン
イベント	行事、催し物	event	イヴェント
カメラ	写真機	camera	キメラ
SNS	ソーシャルネットワークワーキングサービス	SNS Social Networking Service	エスエヌエス ソーシャル ネットワークワーキングサービス
メディア	(伝達)媒体	media	ミーディア

発音メモは、Web 上で利用可能なツールを使って確認できるが、正確性/正当性に神経質になり過ぎず、強く読むところをチェックする(自己練習目的のため主体感覚で実施)。

実際、カタカナ英語は身近に感じられる(ほとんど日本語化しているものもある)ものも多く、抵抗感なく取り組めた。

表 4 作業にかかる時間(およその推計)

手順	記事(平均 10 語程度)あたり所要時間
表 3 を作成し発話を 2 回実施するまでの時間	計約 23 分程度
a. 通読(区分判断)	a. 約 2 分
b. 該当語マーク	b. 約 2 分
c. 表 2 作成(PC)	c. 約 18 分程度
d. 発話練習	d. 約 1 分

表 4 に示した作業では、読む(a)、書く/聞く(c)、発話する(d)が訓練される。また、手指を使う(b/c)。このうち(d)の発話練習(及び(c)における発音メモ作成)は、海外での英語対話の意欲にもつながる重要要素であるとしている。

作業にかかる時間を計測した結果、全区分平均で、1 記事あたり(表 2 より平均約 10 語程度)約 23 分程度を要した。これは、毎日継続するための許容所要時間と考える。回を重ねるごとに重複語も多くなり、また作業慣れもあり、開始後一定期間は効率が上がってゆくと期待される。

本試行の結果、提案する方策(表 3 に示したような自己学習用の表を作成し発話練習する)が、

英語に触れる機会創出意欲を無理なく継続する方策として妥当性をもつ感触を得た。

【検討】

試行実験を通じて、期待効果をより強化するために検討したことを表 5 に整理した。

表 5 提案する方策の期待効果強化ための検討

<p>◇作業機会について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・G 区分だけを対象とすれば、DF 該当日をお休みとすることができ、より柔軟な継続性確保につながる ・配達サービス利用者なら、追加費用はかからない ・学習時間は自由に設定できるが、朝のルーチンに組み込めば、継続はより容易になると期待される(抜けた日があっても、その分は放棄して差し支えない) ・高齢者になればなるほど、紙の紙面で読む人の割合も依然大きいと考えられるため、当面は、このアナログ手法が汎用性も高く有効であると考えられる
<p>◇マーク対象について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・意味や表記等は記事中に記載されていることもあるが、発音等とともに WEB で確認することが容易である ・英語以外の外国語の単語の扱いは課題であるが、当面マーク対象から外してもよいと考える ・単に日本語をカタカナ表記したものもあるが、これは人手の作業であれば容易に外すことができる ・固有名詞については、国名、主要都市名/主要観光地名、大統領クラスの人名等のうち、記憶価値が高いと作業者が感じたものに限定して構わない

【今後の課題】

提案した方策の妥当性を検証するには、次を実施する必要がある。

- (1) 複数の参加者によるトライアル実験
- (2) トライアル実験に参加した人が実際に海外を旅した場合、英語活用機会獲得意欲が促進され、結果、知的刺激が増幅されたかどうかを確認するための調査

最終的には、本論で提案した方策の実践が認知症予防にもつながる、という本来の仮説の検証へと順次歩を進めていきたい。

【参考文献】

1. 松永「認知症予防の自助促進策としての「旅」(01) 仮説と課題の設定」第 84 回全国大会 7F-4, 2022. 03. 05, 情報処理学会
2. 黒田, 松永「日本語文におけるカタカナ英語の研究-カタカナ用語の使用実態と原語類推障害要因に関する考察-」自然言語処理研究会 68-3, 1988. 9. 16, 情報処理学会
3. 松永「知旅概論 1.0 -読書で旅を知的に-」ペーパーバック (Amazon), 2022. 6. 23 初版発行