

☆10月校長講話「読書の5つのメリット」～読書旬間によせて～

10月15日から秋の読書旬間が始まります。そこで、読書のメリットと効果について調べたので紹介します。

読書をするメリットは多くありますが、5つに絞ってご紹介しますので、この旬間中にぜひ本に親しんでみてください。

①新しい知識や情報が得られる



知識はネットの情報だけではなく、昔からある名著から学んでいったほうが、正しい知識が得られると共に幅広い知識を効率的にインプットできます。「投資の神様」と呼ばれているウォーレン・バフェットは、毎日欠かさず200ページ読んでいるそうです。彼はこう言っています。「読書に勝るものはない。探究心をもちたいものだ。『もし、歴史上の人物を含めて誰か一人とランチをするとしたら、誰を選ぶか?』と聞かれることがある。実は、本を読むことで歴史上のすべての偉大な人物と昼食をともにすることができる。』…バフェットが言うとおり、自分の悩みや知りたいことは全て本に載っています。うまく活用すれば、日常生活の問題解決に大いに役立ちますので、有効に活用していきましょう。

②創造力が鍛えられる



基本的に、読書は文字からしか情報を得られません。(たまに挿絵や写真などありますが)文字から情報を得るということは、頭の中で物語の情景や人の心などを描こうと、自然と脳が働きます。例えば、「冬から春に変わろうと景色が段々と色付いていく」という文章があったとすると、「景色が色付く」のはどういう風な情景なのか?と脳が勝手に想像していきます。これが脳の創造力を刺激している状態です。読書をすると様々な創造力が養われていきます。創造力が身につくと、日常生活や仕事でも様々なアイデアを生み出すことができ、人生の豊かさにつなげることができます。

③心に余裕ができる



4つ目は、読書をする「心に余裕が持てる」ことです。読書は基本的に一人で行います。必然的に一人の時間をもつようになり、せわしない日常から切り離された時間を味わうことができます。誰かにわずらわされることもなく、ただひたすら読書を行なっていく時間は、心を落ち着かせます。勉強や仕事、人間関係で疲れた時は、読書で心を癒してみましょ。10分だけでもリフレッシュすることができますよ。

④集中力が身につく



読書は精神的に安定するだけでなく「集中力」が鍛えることもできる一石二鳥以上のインドア趣味のひとつです。毎日でなくてもいいのですが、読書を習慣化していくと、ここぞという時に集中することができます。習慣化することで、身体が無意識に行動できるようになるので、ぜひ続けることをおすすめします。

⑤人とのコミュニケーションが円滑になる



読書をする、自然と知識が脳にインプットされます。そうすると、人とコミュニケーションをとる時、会話のキャッチボールが簡単になります。例えば、授業でのグループで話し合いがあった時や、友人との悩み相談などといった場面でも読書による知識があれば話題に事欠かない上に、人間関係が円滑になります。もちろん読書するだけではダメで、自分に必要な読書をした後は必ず人と会話してアウトプットを行うとさらに脳に身につきます。

第六中学校では、図書館の本の貸出冊数が個人によってかなり差があるようです。これからも皆さんが多くの本に触れ、本に親しみ、物事の見方や考え方をより深めていってくださることを願っています。



11月 今後の予定

- 1日(金) 3年 先輩の話を聞く会
- 2・3日(土・日) 中体連新人大会【男女バスケ、男女バレー】
- 7日(木) B週スライド開始(*時間割注意)、生徒会候補者学級訪問開始(~14日)、3年身体測定
- 8日(金) 1年 喫煙飲酒防止授業
- 11日(月) 1年 身体測定
- 18日(月) 六中ブロック人権教育研修会
(1-2、2-1、3-1が公開授業)
- 21日(木) 1、2年2学期期末テスト・3年第4回総合テスト

