

# 2021本屋大賞

出版不況の中、現役書店員さんたちが企画・実行した新しいスタイルの「賞」。毎年ニュースで取り上げられ、多くの大賞作は映像化されます。  
\* 紹介した本はすべて図書館にあります。

## 1位

52ヘルツのクジラたち  
町田その子著

52ヘルツはほかのクジラが聞き取ることができない声。自分しか聞き取ることができない声で叫ぶ少年と、その声を聞いて受け止めようとする女性のお話。

## 2位

お探し物は図書室まで  
青山美智子著

悩める人たちが集う図書室。みんなの悩みを聞き、司書が手渡すのが本と手作りの付録。受け取った人それぞれが自分の歩む道を見つける。優しい短編集。

## 3位

犬がいた季節  
伊吹有喜著

高校に迷い込んだ犬が見守った青春の数々。昭和から平成、令和と続く時代を背景に、18歳の迷いや葛藤に共感できるかもしれません。

本校図書館  
オリジナルキャラクターの  
ぽみれです。



毎日  
コツコツ

## 朝読書スタート!!

心もからだ  
もスッキリ

### 読書は脳の ダンベル体操



朝読書の時間にどんな本を読んでいいかわからない人、ぜひ図書館へきて探してみてください。選書の相談にも乗りますよ。

脳が専門の医学博士 築山隆さんは「読書は脳を鍛えるために不可欠な方法」と指摘します。

筋肉を鍛えるためには運動をするのと同じように、脳も使うことで鍛えられます。そのためには脳全体を使う必要がありますが、読書は、

本を選ぶ・目で活字を見る・言葉の意味を理解し、解釈するページをめくったり、紙のにおいを感じる・声に出して読んでみるなど、あらゆる感覚を使うので、脳をフル活用できるそうです。

また読む時間帯も大切で、朝は1日の始まりで体も活動を始めようとしているとき。朝の読書で脳の血流がよくなり、脳の活動にも弾みがつくのです。脳科学者の茂木健一郎さんも

「朝は脳のゴールデンタイム」

と指摘しています。脳の調子が良い朝に、適度な負荷をかけて脳を鍛えるのが「朝の読書」なのです。