

◆入口展示の紹介◆ \*展示本の一部を紹介します。

# 図書館へようこそ!



## 学校図書館ここはいつでもぼくのところ/埜納タオ絵

図書館は本が好きな人だけの場所ではありません。開いている時間はいつでも皆さんを歓迎してくれる場所です。教室や部活動以外の、第三の居場所が図書館なんです。

## お探し物は図書室で/青山美智子著

町のコミュニティーセンターにある図書館でのお話。さまざまな悩みをかかえた人たちが、本を探しにやってきます。彼らの本当の探し物は、一冊の本の向こうにある自分の新しい姿なのです。

## ふしぎな図書館/村上春樹著

図書館をたずねたぼくは、老人に地下の牢屋に閉じ込められてしまいます。そこにいたのは人の良い”羊男”。彼も捕らわれの身、二人は牢屋から出られるのでしょうか。

## 戦場の秘密図書館/マイク・トムソン著

シリア内戦下の町ダラヤ。日常的な空爆や食料物資不足の中、町の地下に設けられた秘密の図書館を必死に守る若者たちのノンフィクションです。

## 探究に役立つ! 学校司書と学ぶレポート・論文作成ガイド/東京都立高等学校学校司書会ラーニングスキルガイドプロジェクトチーム編

調べ学習のための指南書です。図書館の利用法や、様々な情報の選択と活用のコツなどについて書かれています。課題研究に取り組む前にぜひ読んでみて。

図書館の神様/瀬尾まいこ著  
箱庭図書館/乙一著  
ターン/北村薫著  
図書館の水脈/竹内真著  
本と鍵の季節/米澤穂信著  
図書館戦争シリーズ/有川浩著  
みんなでつくろう学校図書館/成田康子著 など

本校図書館オリジナルキャラクター  
**ほみれ**です。

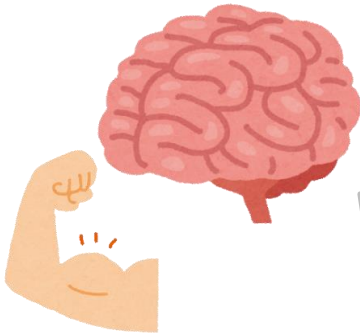


毎日  
コツコツ

# 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も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。

読書コンサルタントの岸本健太郎さんは、読書は効率のいい脳トレだといいます。読書中は短期記憶をつかさどる海馬や、感情や意欲をつかさどる扁桃体や前頭葉などの器官が使われます。

### 本の中の景色や音、においなどを想像する

など、大脳のそれぞれをつかさどる領域が活発になり、新しい神経回路を生み出すそうです。

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。