

11月 本のおすすめ

2014年11月号
通巻98号 2014/11/5
水戸一高図書館

今日の「知の宝庫」



「脳を活かす勉強法」

理科(生物)山崎 智美

高校の生物の授業でも学習するが、動物は外からの刺激に対して、適切な反応や行動を起こすことができる。それにはニューロンという特別な細胞(いわゆる神経細胞)が働いているが、そのニューロンが数百億ほど集合し、ネットワークを構築し、高度な情報処理を行っている場所こそが我々ヒトの司令塔とも呼ばれる脳(大脳)である。言うなれば、我々の精神や肉体は脳という司令塔に動かされているといっても過言ではない。その脳を上手に活かしてあげられるかどうかでその人の人生が大きく変わってくるという、脳科学の視点で日々の過ごし方や勉強の仕方を教えてくれるのが脳科学者としても有名な(心に火をつけるフォーラムでも過去に講演にいらした)茂木健一郎氏の「脳を活かす勉強法」(PHP研究所)だ。

茂木健一郎氏は、学校での生活や勉強にうまく適応することができず、決して秀才とはいえない生徒だったそうだ。その茂木氏がなぜ、小中高と学年トップになり、東大合格を果たし、今の彼の姿となっているのか。それは「自分の脳が喜ぶ勉強法がわかった」からなのだという。勉強とは、やらされるものではない。いい学校に入ることを目的に勉強するものではない。では、勉強とは何なのか、脳が喜ぶ勉強法とはどういう方法なのか……。知りたい人は、この本を手にとってみよう。

(本校の図書室にもありますよ!)そして、“勉強しなさい! いい大学に入りなさい!”と自分をけしかける誰かに、本当の勉強っていうのはね…と力説し、勉強が楽しくて仕方がない自分に変身してみせてみては? 自分の脳を上手に活用し、脳を喜ばせ、脳のシナプスがつなぎ変わる。今までとは違う自分に生まれ変わると、今見ている世界もだいぶ変わってくるかもしれませんよ。

11月 開館予定

8:25~17:00

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

は休館日

読書週間 10・27~11・9

図書館では、おすすめの本コーナーを設けています。

☆水戸一高職員が推薦する水戸一高生のための本
先生方からおすすめの本を紹介していただきリストと本を展示しました。

☆図書委員おすすめの本
広報活動として本のPOPを作成し、本と一緒に展示しました。

○『図書』(図書委員会誌)を発行します。
第70号記念号として、みなさんから募集した小説や詩を掲載しました。お楽しみに!

○読書に関する全校アンケートを検討中です。
図書委員会によるアンケートです。決定しましたらご協力をお願いします。

図書館利用状況

貸し出し冊数・入館者数

学年	4月	5月	6月	7・8月	9月	合計
1年	105冊	57	33	88	24	307
2年	43冊	120	136	201	113	613
3年	77冊	81	63	86	34	341
合計	225	258	232	375	171	1261
入館者	939人	671	429	682	478	3199