

生徒のみなさん、夏休みはどのように過ごす予定ですか？ 夏休みとはいえ、部活動や課外があって忙しい日立北高生ですが、ぜひ読書の時間も作ってほしいと思います。図書委員会では毎月、FROM LIBRARY で本を紹介しています。「何かいい本はないかなあ？」「他の人はどんな本を読んでいるのかなあ？」などと思ったときは、参考になりますよ。

ではまず、本校の先生からみなさんへのおすすめ本の紹介です！

～私のおすすめの本～

會田 政史先生

「スマホ脳」(新潮新書)

アンデシュ・ハンセン (著)

久山葉子 (訳)

選んだ理由： 20万部突破の世界的ベスト
セラーでとても勉強になるため



現代の我々の生活に欠かせなくなってきたスマートフォン（以下スマホ）。この機械の便利さの裏に隠された真実を、人類が歩んできた歴史と対比させながら多くのデータを元に解説していく本です。スマホに依存している人、SNSをよく利用している人、脳とスマホの関係性に興味がある人はぜひ本を手にとってみて下さい。

その理由が脳科学の観点から解析されており、説得力のある文章とデータで説明されています。私は、スマホを作ったスティーブ・ジョブズが自身の子どもにスマホを与えなかった理由がわかり、ぞっとしたことを覚えています。特に気になった内容は「スマホは脳に幸福感を与え依存性を高くする」「スマホが近くにあると電源を切っても集中力が高まらない」「SNSの利用により鬱症状が出やすくなり、世界的に10%ほど患者が増えている」などです。スマホと上手に付き合っていくために、スマホが脳に与える影響を知っておいてはいかがでしょうか。

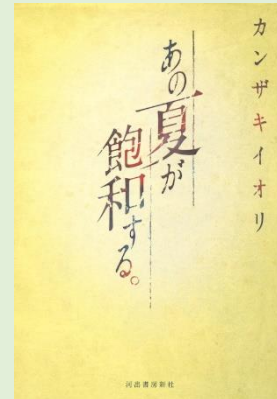
アンデシュ・ハンセン氏の最新作『ストレス脳』が、日本でも7月19日に発売されました。こちらもベストセラーになること間違いなしの話題作です。

～図書委員のおすすめの本～

「あの夏が飽和する」

(河出書房新社)

カンザキイオリ (著)



「命に嫌われている」というボカロ曲で知られているボカロP、カンザキイオリが、初の長編小説、「獣」に大幅な改稿改題を施し、発売された青春サスペンスの小説。発売直後から売り切れ店が続出し、現在11万部を突破している。

《河出書房新社特設サイトより》

—今度こそ、大切な人を守りたい— あの夏、逃避行の果てに、流花は自ら命を絶った。そして十三年後、生き写しの瑠花が現れる。破滅に向かう同級生の武命。千尋は、中学時代の十字架を乗り越えて二人を救えるか。戦慄の決行日は二学期の始業式。命を懸けた、ひと夏の戦いが始まる。

《図書委員：中和田楓さん(2-1)より》

私は高校1年生のときにこの本を読んだのですが、自分と近い年齢の登場人物が多く、共感できるところがたくさんありました。主人公の千尋が逃避行の末に流花を失い、そして大人になったときにたまたま同じ音の名前を持つ同僚の瑠花と出会い、だんだんと成長していくところがおもしろかったです。

また、初めの方では「～な男」などと表現されていた人物が、終わりに向かうにつれて名前が分かっていくところに驚き、とても良い工夫だと感じました。読書にあまり興味がない方も、この小説の展開は細かく区切られていて読みやすいので、ぜひ読んでみてほしいです。

中和田さんは、以前、この本で読書感想文を書いたそうです。夏休みといえば読書感想文ですね。この夏、みなさんが良い本に出会い、思い出に残る読書体験をすることができることを心から願っています。