



出会いは ときめき色

～ 読書のすすめ ～

校長 加藤 雄一郎

「皆さんは今、本をどのくらい読んでいますか。」（昼休み、読書している人が何人かいます。授業中に止められなくて、こっそり読んでいる人も…）「漫画本やコミックスなら読んでるけど、他はほとんど読んでないな。」なんて、声が返ってきそうです。それはとても残念です。それというのも……

私は中学生の頃、ほとんど本を読みませんでした。SFやユーモア小説を数冊かじっただけ。その私に今読書を勧めようとしています。自分自身が中学校時代にあまり本を読まなかったことを、とても後悔しているからです。少年時代からいろいろな本を読んでいれば、どんな人間になっていただろうと想像するのです。もっと早くから読書の素晴らしさや楽しさに気付けばよかったと思います。

そんな私が本を読むようになったのは、大学受験の時、たまたま出会った本がきっかけでした。受験勉強に飽きた時の読書は、心に潤いを与えてくれました。大学に入ってから、年間百冊読破の目標を立て、知的生活を目指しました。本を読む場所は決まって電車の中。満員電車だろうが、故障のため遅れようが、イライラすることもなく車内は快適な書齋でした。

自分の読みたい本、自分の関心のある本を読んでいくと、次から次へと関心が広がっていくのを脳とハートと肌で感じました。新しいことを知った喜び、新しい考え方や発想に出会った時の感動。それらが自分の中で成長していくのです。

一冊の本全部を理解できなくてもよいのです。まず、関心をもって本の“目次”や“まえがき”を読んでみましょう。読み始めたら、一気に読むか、こつこつ読むかはあなた次第です。読みたいと思った時が、「読む気スイッチ」ONです。面白いこと、納得したこと、不思議なこと、ワクワクしたこと等々、いろんなところで知的好奇心やハートを刺激されることでしょう。この刺激が読書の楽しみであり、魅力でもあります。

皆さんはこれから、いろいろな人と出会っていくでしょう。その人から学んだり教えてもらったり、好きになったり、それと同じ出会いが本にもあります。新しい本との出会い。それは人との出会いに似て、ロマンに満ちています。良書との出会いは、新しい親友ができたようで、自分を大きく成長させてくれます。また、心豊かにしてくれる本に出会ったら、素晴らしい恋人に出会ったようで心がときめきます。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、部活動ができなかったり、臨時休校になったりして、自分の時間ができました。自分の関心のある面白そうな本を、まず“まえがき”を読んでみよう。そして、一冊読むと、自然と読書の範囲が広がっていきます。読書をとおして、たくさんの親友と素晴らしい恋人を見つけてください。

ここで、中学生の皆さんにお勧めの本を紹介します。（臨時休校中にどうですか。）

①「君たちはどう生きるか」（吉野源三郎著 マガジンハウス）

※漫画版もあります。どちらもお勧めです。

②「ミライの授業」（瀧本哲史著 講談社）

※“14歳のきみたちへ”で始まる中学生向けの1時限目から5時限目までの授業のようなスタイル。とても分かりやすいです。読んでよかったと、きっと思える本。



③「何のために『学ぶ』のか 中学生からの大学講義1」(ちくまプリマー新書)

※この大学講義シリーズは7人の講師陣が中学生への講義をまとめているので分かりやすく読みやすいです。5巻まであり、好評で「続・中学生からの大学講義」も5巻まであります。私も今、ワクワクしながら読んでいます。

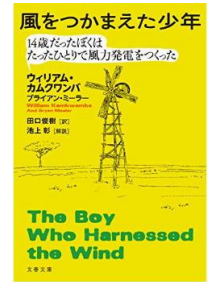
④「風をつかまえた少年」(ウィリアム・カムクワンバ著 文藝春秋)

※世界的ベストセラーとなった感動の実話。昨年映画化され、中学生に映画でも是非見てほしい作品。

⑤「16歳の教科書」(7人の特別講義プロジェクト&モーニング編集部 講談社)

※続編の「16歳の教科書2」もいい。あの漫画の「ドラゴン桜」公式副読本です。

①のノベル版と漫画版は図書館に数冊ずつあります。②③⑤は、校長室にあります。読んでみたい人は、校長先生に声を掛けてください。



配信動画を有効に活用しましょう

運動編

4月10日(金)から部活動が中止になり、運動不足や体力低下が懸念されます。運動不足は、体や心の健康にも大きく影響します。運動不足や体力低下、ストレスを解消するためにも、いろいろ工夫しながら運動する機会をみつけてほしいと思います。

運動に関して、ネット上で多くの情報がありますが、以前もお知らせしましたが、自宅で簡単に運動やストレッチができるサイトを紹介します。

○新潟市中学校体育連盟から

www.netin.niigata.niigata.jp/kodomono_manabi/kirameki...

～新潟市中学校体育連盟からのトレーニング紹介～ 運動不足を解消したい子どもたちへ「きらめき 4分エクササイズ！」～ 家でも、一人でも、できる！！～ 音楽に合わせてストレス解消に！ 新しい自分に！ ライバルに差をつける！ 持久力 UP に！

○ジョギング、ウォーキングなど外で運動する際は、人が多く集まる場所や時間帯に気をつけて行ってください。

学習編

臨時休業に伴い、各教科から課題が示されました。課題はもちろんですが、今までの復習にも力を入れてほしいと思います。

学習に関してもネット上で多くの情報がありますが、文部科学省から中学生の円滑な家庭学習を支援する教材が配信されていますので紹介します。

○文部科学省から【子供の学び応援サイト】



文部科学省【子供の学び応援サイト】のLINE公式アカウントが開設されています。スマートフォン等からも手軽に、自宅等での学習に活用できる無償の教材や動画等を見ることができます。