



# いいで

学校便り 第10号

喜多方市立山都小学校

平成27年10月14日(水)

文責 校長 菊地 誠

## 「読書の秋」です。

先日(10/6)の全校集会では、「読書の秋」を迎え、子どもたちにもっとたくさんの本を読んでもらいたいと思い、次のような話をしました。

今日は、「読書の秋」についてお話ししたいと思います。なぜ、読書の秋なのでしょう。秋になると、だんだん涼しくなってきます。気温が14度から16度の時が、脳の働きに一番いい温度なのだそうです。脳の働きが活発になるので、勉強や読書に集中できるのだそうです。

有名な脳科学者の茂木健一郎先生、本を読むことが、脳にとってどんないいことがあるかについて3つのことを言っています。

**1つ目は「読書のワクワクで頭がよくなる」です。**勉強が得意な子は読書好きの子が多く、勉強が苦手な子は読書をあまりしない子が多いそうです。脳の働きを活発にする物質にドーパミンという物質があるそうです。どういうときにドーパミンが出るのでしょうか。それは、ワクワクしたりドキドキしたり、感動したりしたときです。つまり、読書して物語の世界に引き込まれてワクワクすることによって、脳の働きが高まり、その結果、頭がよくなるというわけです。

**2つ目は「集中力を鍛えて本番に強い子になれる」です。**集中力を鍛えるのに一番よい方法は、すこし難しい本をがまんして集中して読むことだそうです。普段から読書で集中力を鍛えておくことで、本番で力を十分に出し切れるようになります。

**3つ目は、「読んだ分だけ自分の力になる」です。**本は、読んだ分だけ積み上がって、その積み上がった本の高さから世界を見られると言うことです。10冊読んだ人は10冊分の高さから、100冊読んだ人は100冊分の高さから遠くを見ることができると言うことです。つまり、読んだ分だけ知っていることが増えるということですね。

山都小学校では、1か月に読む本の目標を決めています。1,2年生は1か月に8冊、3,4年生は4冊、5,6年生は3冊です。みなさんは、9月の1か月間で何冊本を読みましたか?教室に市の図書館から借りてきた本が置いてありますね。1冊読むごとにシールを貼ることになっています。読書は、図書室の本を借りるだけでなくもいいと思います。本屋で自分の好きな本を買ってきて読むのもいいでしょう。市の図書館に行って借りてきてもいいと思います。今週は、メディアセレクト週間です。テレビやゲームをやめて、読書に取り組んでほしいと思います。今日は、読書について話をしました。

## 秋空のもと「いも煮会」



10月9日(金)、「自然に親しむ会(いも煮会)」を実施しました。台風の影響で前日は雨と風が強く、当日の天気が心配でしたが、好天に恵まれ、秋空のもと楽しい一日を過ごすことができました。昨年度までは、一ノ戸川の川原で実施していましたが、今年から山都の森林スポーツ公園に場所を変えて行いました。1~6年生までの縦割り班で活動しました。5,6年生が「いも煮」を作っている間、1~4年生は4年生がリーダーとなってアスレチックをしたり、笹舟を作ったり、松ぼっくりを拾ったりと自然に親しみました。「いも煮」は、なかなか火がつかなかったり、水を入れすぎてなかなか煮えなかったりと苦労しましたが、その分、味の方は格別だったようです。材料の準備にご協力いただき、ありがとうございました。