

群青 9月号

串木野高等学校図書館
令和6年9月4日発行

今年は、“記録的な猛暑”“危険な暑さ”と報道され、「今日も暑いね。」が挨拶の夏休みでした。まだまだ残暑が続くようですが、睡眠時間や食事を大事して生活リズムを整えましょう。

図書館には、進路に関する本・旅行や趣味の本・ミステリーなど新刊が入っています。暑くて外出を控えたいとき、余計なことを考えたくないとき……読書がおすすめです。気づきとゆとりが生まれそうですよ。



*ビブリオバトル鹿児島県大会が開催されました！！

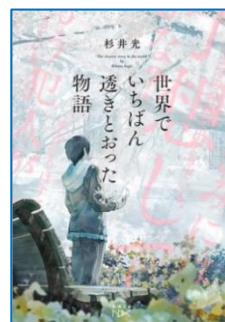
予選通過の本

教室がひとりになるまで	浅倉 秋成
N	道尾 秀介
世界でいちばん透きとおった物語	杉井 光
正々堂々 私が好きな私で生きていいんだ	西村 宏堂
超 暇つぶし図鑑	ARuFa

※チャンプ本は

れいめい高校1年生が紹介した

『世界でいちばん透きとおった物語』



☆串木野高校では、

- ・10月 2日 ビブリオバトルガイダンス
- ・11月 6日 ビブリオバトルクラス予選
- ・11月20日 ビブリオバトル校内大会

実施します。

早めに本を決めて、本への思いを膨らませてください。
発表を楽しみにしています。



川口 尚人先生(理科) おすすめの本

『ボッコちゃん』

星 新一

短編集なので、一話を10分かからずに読み切れます。

SF小説だが内容は多岐に渡り、とにかく一編一編が面白い。60年以上前の作品だが現在の世相に通ずる内容です。

私がこれと思った作品は「おーい でてこーい」という作品で、「穴」について書いたものです。読みどころをここで書くとネタバレになるので書きませんが、とにかく人それぞれいろんなことを考えさせられます。

学校の図書館に多分あると思うので一度読んでみてください。



『ボッコちゃん』
図書館にあります。
予約を受け付けます。

永山 綾乃先生(家庭科) おすすめの本

『「うつ」は食べ物が原因だった！

～4000 人の「うつ」が改善した栄養医学の新事実～

溝口 徹

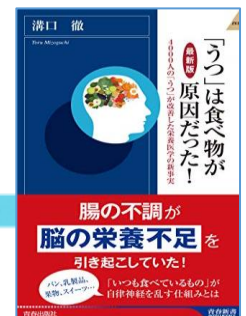
この本は、薬の処方ではなく、まずは患者さんの栄養状態を見直すところから治療をされている精神科の医師である溝口先生の著書です。発達障害やうつ病などの精神疾患に栄養が関わっていることが多いということをこの本で知り、とても興味がある内容でした。

溝口先生は、近年注目されている“分子栄養学”の提唱者でもあります。

食べ物があふれている今の世の中で、私たちの発達や心の不調に栄養不足が関係しているという内容に驚きと共に変に納得した部分がありました。

子どもから高校生までは特に、発達がめまぐるしく、だれでも栄養不足になり得ることを痛感し、我が家の食事を再度見直すきっかけになった一冊です。

少し難しい内容もあるかもしれませんが、もし興味があれば、ぜひ読んでみてください。



『「うつ」は食べ物が原因だった！』
購入しました。
予約を受け付けます。

