

教員おすすめ図書コーナー推薦書

教 員 氏 名	
梅田 宙 先生	おすすめメッセージ
<p>① 図書名：本を読む本</p> <p>著 者：M.J.アドラー・C.V.ドーレン</p> <p>出版社：新潮新書 ISBN：4061592998</p>	<p>本書は本を読む人のための本、これから本を読みたい人のための本であります。読むに値する良書の探し方、読書の本来の意味とは何かを考えることが論じられています。読書の技術をわかりやすく解説することに加え、読書の意義まで深く解説してくれております。</p> <p>本書は読書を四段階のレベルにわけ、取り組む順序が段階的に示されております。初級レベルから始まり、点検読書、分析読書を経て最終的にシントピカル読書となります。</p> <p>これから読書を始め方や読書技術を高めたい方に参考になる部分が多いと思います。</p>
<p>② 図書名：スマホ脳</p> <p>著 者：アンデシュ・ハンセン</p> <p>出版社：新潮新書 ISBN：9784106108822</p>	<p>スマートフォンは現代人の生活にとって身近な存在となり、非常に便利な機器ですが、本書ではスマホがもたらす負の側面が書かれております。負の側面が生じる最大の原因は、「人間の脳はデジタル社会に適應していない」ためだと本書は主張します。冒頭に人類誕生から現代の世代を1点で表した見開きから始まります。合計1万個の点のうち、スマホが誕生したのは最後の1点の世代からにすぎません。過去の9,999世代はスマホなしで生活をしてきました。過去の世代が生き残るために獲得してきた人間の器官の仕組みが、いかにデジタル社会に反応するのかが論じられております。</p> <p>日常で感じるストレスや疲労感、集中できないなどの症状はもしかしたらスマホが影響しているかもしれません。これらの対策も本書で紹介されているので気になる方は手に取ってみてください。</p>