

こんにちは！梅雨の時期ですが、みなさん雨は好きですか？☔

さて、今月も先月に引き続き先生方のお勧めの本を紹介していきます！それぞれの先生方に個性があって面白いな～と思いながら編集いたしました。

雨ふりで気分がジメジメするこの時期こそ…本を読んで過ごしてみませんか？  
雨の音を聞きながら静かに読書をするのもなかなかいいもんですよ～。



## ～新任の先生方のおすすめの本～

高橋 剛先生

### 「香川発 希小糖の奇跡」 松崎 隆司

食べても太りにくい機能性を備えた、香川発の「希小糖」。20兆円と言われる世界の糖類市場を激変させる可能性を秘め、食品・飲料業界の注目を集める「夢の甘味料」だ。本書では、希小糖研究の第一人者・香川大学の何森健特命教授をはじめ、希小糖プロジェクトを支える香川県庁、国内外のビジネス展開を進める松谷化学工業にスポットを当てる。10年以上に渡る地方発「産学官プロジェクト」は、いかに成功への道筋を歩んだのか、そして世界の肥満問題にどう立ち向かうのか。産学官の担い手たちが悪戦苦闘してきた、熱い開発ストーリーを追う。

希小糖含有シロップの健康作用から、期待されるトクホ商品化への道筋、さらに医薬品としても実用化を目指す次世代の「D-アロース」まで、この1冊だけで希小糖のすべてがわかる！



海野一成先生

### 「脳のパフォーマンスを最大まで引き出す神・時間術」 樺沢紫苑

高校生の時代には、勉強・部活・趣味とやりたいことがたくさんあります。そこで、効率よく時間を使うにはいったいどうしたらいいだろうか。

この本を読んで皆さんの学生時代に生かせそうなポイントを是非つかんでください。

#### 15 45 90の法則

集中力の上限は15分、次に45分、さらに90分。勉強するときの一つの単位として15分を目安としてはどうでしょうか。

#### 夜寝る前の15分は記憶力のゴールデンタイム

夜寝る前15分間教科書を音読してみてもいいでしょうか。



宮本耕平先生

紹介したい本～ よじょうはんしんわたいけい  
「四畳半神話体系」 森見登美彦

こんにちは～！宮本耕平です。新年度を迎えて早くも2ヶ月が過ぎました。生徒の皆さんはいかがお過ごしでしょうか？特に1年生は新しい生活が始まり、それぞれが思い思いに高校生活をがんばっている事でしょう。2年生、3年生は進路選択や自分の将来へと意識を向けながらも、部活や勉強をがんばっているという所でしょうか。そんな中、「なんか、思い描いていた高校生活と違うな…。」「あの時あの道を選んでいたら、今はもっと楽しい高校生活だったかも…」なあって思っている人はいませんか～？

そんな人がいたらぜひ読んでもらいたい私のオススメの本があります。それはズバリ！！「四畳半神話体系」という本です。

これは先日映画も公開された「夜は短し歩けよ乙女」の著者でもある森見登美彦さんが描く、青春ファンタジー小説です。主人公で大学生の「私」は大学生活の中で「バラ色のキャンパスライフ」を手に入れるべく奔走しますが、どうしても不毛で雑多な色のキャンパスライフになってしまいます。お話の中には一貫したテーマとして「もしもあの時こうしていたら」という主人公の並行世界がいくつも出てきます。しかしどの並行世界においても主人公はいつも不毛な学生生活に陥ってしまいます。

人生に一度きりしかない学生生活。わたくし宮本も、あの時こうしていればと悔やむ自分自身の不毛な学生生活をこの本の主人公に重ね合わせると自然と親近感を覚えます…(汗)。しかし物語を読み進めていくうちに、「今自分ができる事をしっかりやるしかない」、「過去を悔やんでもしょうがない」と腹をくくって笑うことができた、すがすがしい一冊です！皆さんもぜひ読んでみてくださいね。そして、今皆さんができることを精一杯やって自らの手で自分だけの高校生活をつくっていきましょう！

(※原文ほとんどそのまま掲載です。)



## ～今月のディスプレイ～

6月はなんだか気分が下がり気味…なんて人もいると思います。そんな6月のディスプレイは、前半はかわいいカエルが特徴的に。後半は、夏を先取りして飾りつけてみました。



☆ディスプレイは図書館入り口左側にあります！  
毎月変わるので、ぜひ目を向けてみてください！！



## 編集後記つぶやき

夏はかゆいから好きじゃない。

