

## 今日のシライ中

## 本の翼

白井中学校図書室から VOL.17

短い夏休みも終わり、あっという間に学校が始まりました。さあ、心機一転、また頑張りましょう！ただ、短かったとはいえ、休みの後は、何となく気が重いなあ、テスト近いなあ。と、ため息をついている、そんなあなたのヒントになれば……。今日は、そんな本を紹介します

## 『学校に行きたくない君へ』 ～大先輩たちが語る生き方のヒント～

ドキッとするタイトルですね。でも、安心してください。「偉い人の難しいお話集」ではありません。その昔、悩み傷ついた先輩たちからの、「今」を乗り越える温かなメッセージがたくさん掲載されています。例えば、樹木希林さんの言葉。「難があってこそ育つ」夫、内田裕也さんとの関係を「ああいう御しがたい存在は自分を映す鏡になる」と思っている。とか、「まわりと自分を比べない」とか。「誰だってチャーミングなところがある」などなど。今までマイナスだな、と思っていたことも、見方を変えれば案外プラスに転じるのかもしれませんが。また、リリー・フランキーさんは、「こうだったらいい、とたくさん想像する」「身体に従っていこうと思う」と伝えます。そして、芥川賞作家でもあり、お坊さんでもある玄侑宗久さんは、「理屈にならない行動はいっぱいある」「思考はきりが無いから、時間で区切ってみる」「考えない、という決断も重要」と説きます。一回フリーズ、一回そのままにしておく、というのも案外いい方法かもしれません。漫画家、西原理恵子さんのイラストもほのぼのしています。

## 『中学生の成績が上がる！ノートを取り方 最強のポイント55』 小澤 淳

内容はこれだろう！と誰でも迷わずわかりますね。そうです。「ノートの使い方をいち早くマスターすれば、成績も偏差値もぐんぐん伸びる！」と赤い字で表紙に書いてあります。この本の優れているところは、教科別に、上手なノートの作り方を、具体的に示してくれているところ。ただ、ここで教科別の内容を紹介するには、紙面が足りません。だから、ぜひ読んで、実践してみてください！えっ？そんな無責任な……。わかりました。それでは、共通する実践ポイントもいくつかあるので、その内の一つを紹介します。「定型フォーマットで上手に情報処理」やり方は、①ノートを内容ごとに区切る。②どこに何を書くか決める③決まった場所に書く。これだけです。例えば①なら、ノートのタイトル欄に「大気圧の特徴」と内容を書く。②授業の内容・まとめはノートの左2/3に書く。③ノートの右1/3には、先生が繰り返した言葉などをメモする。という具合です。つまり、どのページを見ても、同じ場所には、同じ項目が入っているようにするのです。これは、押し入れの整頓と一緒に。どこに何を入れるか、決めておけば、情報は上手に整理できるし、取り出せます。実は、勉強が上手な人は、自分なりのやり方で、このような工夫をしていることが多いのです。でも、自分で考えるのはちょっと……。と思っている皆さん、心配はいりません。まずは、まねをしてみましょう！「学ぶ」の語源は「まねる」です。何の問題もありません！ファイト！

