



# 学校だより 11月号

神奈川県立平塚盲学校

「読んだら忘れない読書術」

寄宿舎支援L 総括教諭 村田 尚文

最近、本を読む機会が減ったと感じています。今は何でもインターネットで調べることができます。しかし、インターネットは情報を得る場で、情報は断片化された知識であり1年もしないうちに古くなってしまいます。

精神科医で作家の樺沢紫苑(かばさわ しおん)さんは、「知識を身に着けることで、自己成長を加速させ、現実を変えていくことが可能となる。知識を得るためには読書が効率的かつ有効である。」と述べています。樺沢さんの著書に「読んだら忘れない読書術」があり、次のことが書かれています。

## 1 記憶に残る読書術

### (1) アウトプットをする。

本は汚してよい。「気づき」や「疑問点」にマーカーを引き、メモを書き込む。

本の内容を要約して感想を誰かとシェアする。最初のインプットから、7～10日以内に3～4回アウトプットすると効果的。

### (2) スキマ時間に読書をする。

待ち時間や通学通勤時間等の10～15分程度の時間を活用する。一定の時間を区切って読書をする、高い集中力を維持できる。

## 2 忘れない本の読み方(実践編)

### (1) パラパラ読書術

全体を大きく把握して、この本から何を求めるのかというゴールと読み方を決める。

### (2) ワープ読書術

知りたい部分を先に読んでしまう。最初の5分間は記憶に残りやすいので、結論を先に読むと効率的。目次から結論や要点に当たりをつける。

### (3) ギリギリ読書術

自分の実力より少し難しいものを読む方が、学びが最大化される。優しすぎず、難しすぎない内容のものを選ぶとよい。

### (4) ワクワク読書術

買った直後からすぐに読み始めて一気に読む。

最近では声優の方が読まれた本を聴く「Audible(オーディブル)」などの新しい読書の方法が提案されています。本は自分の想像を超えた世界を提供してくれる最高のエンターテインメントでもあります。秋の夜長に本を楽しみましょう。

## 11月行事予定

- 1日(水) 中普秋の遠足 体重測定(普3) 点字制定記念日  
2日(金) 校外学習(小6-2・予) 体重測定(普2) 一斉帰省  
3日(金) 関盲陸上競技大会(筑波付属)  
6日(月) 体重測定(中普1組・普1) 舎・第4回避難訓練  
7日(火) 第2回あんま模試 体重測定(幼・小) 部活  
舎・リーディングサービス  
8日(水) 小秋の遠足 第2回はりきゅう模試  
9日(木) ⑤⑥ともいきアート 歯科保健指導 舎・囲碁教室  
10日(金) 幼秋の遠足 関盲連文化祭 一斉帰省  
13日(月) 舎・囲碁教室  
14日(火) 第2回避難訓練 部活  
15日(水) 中学部修学旅行~17日(金)  
16日(木) 医療器展示会 15:00  
17日(金) ⑥国試オリエンテーション1 幼秋の遠足(予) 一斉帰省  
20日(月) 学ぶ場・働く場見学会  
21日(火) 部活 舎・リーディングサービス  
24日(金) 一斉帰省  
27日(月) 高等部専攻科理療科推薦入学選抜  
28日(火) 第2回学校運営協議会  
29日(水) 中高後期中間・保専部3年後期期末試験 消防署見学(小)  
30日(木) 中高後期中間・保専部3年後期期末試験

## 12月行事予定

- 1日(金) 中高後期中間・保専部3年後期期末試験 一斉帰省  
5日(火) 部活  
7日(木) 生徒総会 中普進路懇談会  
8日(金) 一斉帰省  
12日(火) 部活  
15日(金) 一斉帰省

