



図書館だより

令和8年3月
八尾高校図書館
13H 山田・笹山
14H 伊藤・経田

春

少しずつ暖かさを感じる時期になりました。みなさんどのように過ごしていますか？春といえば、卒業式や入学式、お花見に春休みと沢山の行事や過ごし方があります。今回はそんな春がテーマの本を紹介します。本を通して沢山の春を感じませんか(T)

「今朝の春」 高田郁 角川春樹事務所

この本は高田郁さんの小説シリーズ、「みをつくし料理帖」の短編集です。高田さんの小説はどれも惹かれるものばかりです。その理由は登場人物の人情が強く書かれているからだと思います。そしてこの本も例外ではありません。相手のためを思って行動する、しかし相手のことを思いすぎて空回りしてしまう。そんなハラハラドキドキなシーンがいくつもあり、どのページを読んでも飽きることがありませんでした。読み終わったあとはまるで春のようなやさしく、ほっとするような気持ちになります。(S)



「秒速5センチメートル」 新海誠 KADOKAWA

小学生の遠野貴樹と篠原明里はお互いに惹かれ合い、恋をしていました。しかし、二人は明里の転校をきっかけに離ればなれになってしまい、少しずつ心の距離が広がっていきます。中学生になった貴樹は鹿児島県に引っ越すことになり、そこで出会った同級生の澄田花苗が貴樹に想いを寄せることでまた恋愛模様が描かれます。貴樹は大人になり仕事に恋愛に冴えない毎日を送る日々でしたが、ある出来事をきっかけに、中学生時代に明里と約束した桜の木の下に向かいます。約束した場所に明里は現れるのか？果たして2人の結末とは…？幼少期の初恋から大人になるまでの切ないすれ違いと、貴樹の心の成長が読みどころです。(I)



「ほどなくお別れです」 長月天音 小学館

葬儀場で働くことになった主人公の目線を通して、様々なお別れの形が描かれている。そこでは、突然の別れに戸惑いながらも、故人の想いを受け取ろうとする人々の姿があった。読み進める中で、葬儀とは、亡くなった人との思い出を整理し、残された人が前を向くための大切な儀式なのだと気づかされた。読み終えて感じたことは、別れは決して終わりだというだけではないということだ。大切な人との思い出を胸に刻むことは、次に進むための力になることが分かった。春は別れの多い季節だが、この本を読んで、別れの先にある希望を感じることができた。一つ一つの縁を大切にしようと強く思える一冊だった。(Y)



読書をしようぜ！



「読書瞑想」

「瞑想」をご存知でしょうか。近年、研究が進められ、ストレス軽減や集中力向上などの効果が認められている実践法です。イチロー（元プロ野球選手）やスティーブ・ジョブズ（Apple 創業者）、ビル・ゲイツ（マイクロソフト創業者）など、スポーツ選手や起業家をはじめとする多くの著名人が実践していることでも知られています。

私も瞑想に興味を持ち、実際に取り組んでいますが、なかなか思うようにできず、どのような状態（心境）が望ましいのか、何が効果的なのかを現在も模索しているところです。その過程で、瞑想を継続することの難しさも実感しています。

最近、ある書籍の中で「**読書瞑想**」という言葉を知りました。これは読書と瞑想を組み合わせることで、脳を鍛えながら心を整える方法であるとされています。読書は本来、知識を得ることを目的とする活動ですが、同時に心を落ち着かせ、集中力を高める働きもあります。読書に深く没頭することは、注意を一つの対象に向けるという点で瞑想と共通しており、読書そのものが瞑想に近い効果をもたらす可能性があると考えられます。この考えに触れたことで、読書の新たな魅力に気づくことができました。

令和7年度 貸出上位本



「夏へのトンネル、さよならの出口」／「宇宙一わかりやすい高校化学」／「空飛ぶタイヤ」／
「キングダム」／「今までで一番やさしい経済の教科書」／「恋はいつも少し足りない」／
「汝、星のごとく」

図書館からのお知らせ

**3月25日(水)～4月7日(火)まで休館します。
来年度も来館をお待ちしています！**

