

図書館だより



2019年4月号

竜王北中学校



図書館



春は出会いの季節です



1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2・3年生のみなさん、ご進級おめでとうございます。1年生は「中学校」という新たな環境、違う小学校から進学してきた友だち、教科ごとになる先生・・・、慣れるまでは戸惑うことも多いと思います。1年生に限らず、2・3年生も担任の先生やクラスが変わり、1学期は何かと緊張すると思います。そんな時は焦らず、ゆっくり深呼吸をして、本の扉を開いてみてください。「読書」にはストレス軽減効果があるので、自然と心が落ち着きますよ！勉強に部活に忙しい中学校生活です。ホッと一息気分転換には図書館にぜひ来てくださいね。きっと心が癒されるはず・・・

4月8日（月）から1学期の貸出を開始します！

2・3年生のみなさん、お待たせしました！1学期の貸し出しを開始します。図書館のきまりを確認して、気持ちよく利用しましょう！1年生のみなさんはオリエンテーションをしてから貸し出しを開始します。

貸出時間は…

休み時間・昼休み・放課後（16:30まで）
※給食・清掃中、および司書が不在の時は閉館です。

貸出冊数は…1人2冊まで（うちマンガは1冊まで）

※連休前・読書週間中は3冊、長期休業前は4冊貸し出します！
※金曜日は3冊貸し出します♪

本の返却…

返却日を過ぎてしまった場合は、「督促状」を出します。
この紙をもらったら、すぐに本を返却してください。



貸出期間は…2週間です

※返却日を守りましょう！
次にその本を借りたい人が待っています。
期間内に読み切れなかった場合は期間の延長ができます。

図書館司書の早川直美です。

北中の図書館司書として2年目になりました。
これからもみなさんが足を運びたいような図書館づくりをしていきたいと思います。
どんどん図書館を利用してくださいね☆彡
よろしくお願いします♪

予約連絡カードについて…

借りたい本が貸出中の場合、1回に1冊、予約をかけることができます。予約連絡カードが届いたら、1週間以内に図書館に本を借りに来てください。（1週間経っても借りに来ない場合は、次の人に先に貸し出します。）
学校にない本は、甲斐市内の小中学校・甲斐市内公共図書館から借りることも可能です。
他館の本を借りる場合は返却日を必ず守ってね！
（図書館利用の決まりを守れる生徒に限ります（#^.^#））

☆期間限定☆ カードを再発行してもらいたい人へ

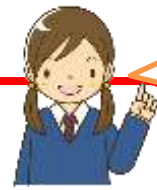
2・3年生のみなさんは進級しても、これまでのカードを引き続き使用します。図書館のカードをなくしてしまった…、ボロボロになってしまった…という理由で、新しくカードを作ってほしい人は 4月中に申し出てください。再発行をします。

竜王北中学校



朝の読書はよいこといっぱい！

さあ、始めよう！朝の読書



4月9日（火）
から始まるよ！
8：25～8：35

竜王北中学校の朝は「読書」から始まります。毎日10分という短い時間ですが、気持ちを落ち着かせるにはちょうどよい時間です。10分で読める量は多くなくても、1日10分、1週間（月曜～金曜）で50分、1ヶ月（だいたい20日間）で200分＝3時間20分です！とても貴重な時間ですね。「継続は力なり」です。がんばりましょう！

毎日の読書が自分の力になるよう、自分に合った本を用意して、コツコツ続けてみましょう！

①朝の読書を始める前に・・・8時23分（予鈴）までにすること



落ち着いた朝を迎えるための・・・

STEP 1 … 予鈴の前に机の上のカバンや教科書を片付けておこう！

STEP 2 … 予鈴が鳴ったら着席し、準備ができたなら読み始めよう！

STEP 3 … 25分のチャイムは読書をしながら聞こう！

②朝に活字を読むとよいこといっぱい！

朝は脳の中にある記憶（情報）が整理されているため、最も集中力が高まる時間です。朝、集中して読書することで普段の集中力も向上します。また活字を読むことは文章の世界を頭で想像するため、大腦を刺激し脳が活性化するとされています。

※注意※

これまで通り、朝の読書ではマンガや参考書・教科書は読めません。またサバイバルシリーズや学習系マンガ・部活動の技能本などは、朝の読書の時間では読まず、休み時間に読むようにしましょう！



③読書でストレス解消できるって本当？！

イギリスの大学の研究調査によると、静かな場所で毎日6分程度読書をする、ウォーキングや散歩のような軽運動に相当するストレス軽減効果があるそうです。何かと忙しい中学生！心を落ち着かせる時間をみんなで作りましょう。



★読書でストレス解消のコツ★

1. 興味のある本を読む！
2. つまらなと思った本は無理して読まない
→新たに借り直し、次の本を読もう！読書相談受付中！
3. みんなで取り組む！
→誰かが違うことをしていると集中できません！みんな
で静かな環境を作りましょう。

