

「図書司書」に聞く読書の魅力！

市立図書館と輝北総合支所図書室で働く2人の図書司書に、読書の効果や本を選ぶときのポイントなどについて聞いてみました。



市立図書館 吉田 美奈子 図書司書
3歳の頃から親に連れられ市立図書館に通い、自然と図書館好きに。平成21年から同館の図書司書として本や図書館の魅力を伝えている。

読書で得られる4つの効果
読書の効果は大きく4つに分けられます。1つ目は、「娯楽のため」。純粋に自分が好きな本を読むことで楽しめるという効果があります。2つ目は、「学習のため」。勉強に活かすことや教養を磨くといった効果が期待できるでしょう。3つ目は、「自分の気持ちを表現するため」。読書することで気持ちを整えることができます。最後の4つ目は、「将来につなげるため」。将来の目標を見つけたり、理想とする姿をイメージし、前向きな気持ちを持ち続けることができるでしょう。

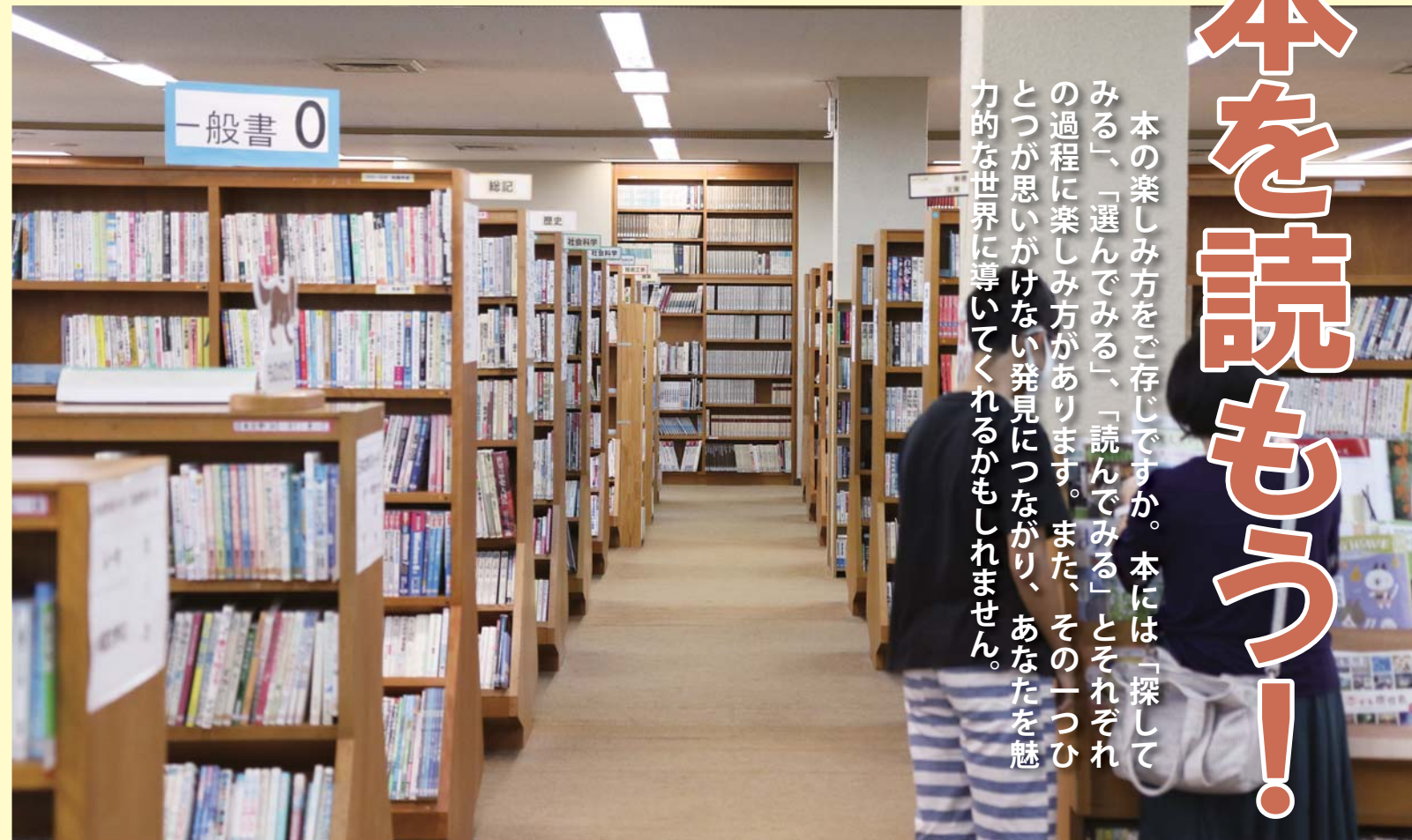
本選びに迷ったら児童書がおすすめ
まずは、自分の興味のある分野から選ぶのが一番だと思います。ただ、たくさん本の中から選ぶのは大変だという方におすすめしたいのが児童書です。大人だと児童書に少し抵抗がある人もいるかもしれませんが、易しい言葉で書かれているので読みやすいと思います。他には図書館の返却棚から選んでみたり、市立図書館が発行している「図書だより」に載っている貸し出しランキングから、自分が読んでみたいと思う本を選んでみるのも一つの方法です。

おすすめのためのタイミングは目覚めたとき
本を読むときの環境は、書かれている内容によっていろいろ分かれていますが、時間に余裕のある方へおすすめしたいのは、眠りから目覚めたときです。起きたときに目は疲れておらず、脳はすっきりしていて、読んだ内容がすっと入ってくると思います。バスなどで通学している学生の皆さんであれば、移動中の空いた時間を活用するのもいいかもしれません。小さな子どもがいる保護者の方は、子どもの就寝前に、膝に子どもを乗せたり、寝転んだりしながら読み聞かせを楽しんで下さい。

継続のコツ
まずは、興味がある分野の本を選ぶこと。読み始めて自分になんとなく合っていないかったり、内容が理解できなくなったりした場合は、無理して最後まで読まなくても構いません。図書館にはたくさん本があるので、いろいろ読んでみて自分が読みやすいと思うものを読むことで継続できると思います。また、短編集は忙しい方におすすめですね。自分が気に入った絵本を選んで、親子で一緒に読みながら本を読んであげること、お子さんが本に興味を持て継続できると思います。



輝北総合支所図書室 さかぐち かおり 図書司書
本が好きで、学生の頃に図書司書の資格を取得。平成22年から学校巡回司書を経て、現在は図書室で読書の楽しみ方を伝えている。



本を読もう！

本の楽しみ方をご存じですか。本には「探してみる」、「選んでみる」、「読んでみる」とそれぞれの過程に楽しみ方があります。また、その一つひとつが思いがけない発見につながり、あなたを魅力的な世界に導いてくれるかもしれません。

読書量、減っています…。

文化庁は国語施策の参考とするため、平成7年度から全国の16歳以上の男女を対象に日本人の国語に関する意識や理解の現状についての世論調査を毎年実施しています。平成30年度の調査結果によると、「1か月に大体何冊くらい本を読むか」という問いに対して、「読まない」と回答した人の割合は47.3%となり、過去の調査結果（平成20・25年度）とあまり変化がなく、この傾向は10年以上前から続いており本を読まない人の数が半数近くを占めている結果となっています。また、「読書量は以前に比べて減っているか、それとも増えているか」という問いに対しては、「減っている」と回答した人の割合は67.3%となり、過去の調査結果（平成20・25年度）と比較すると、読書量は減っていることが分かります。

