



たまにはスマホを置いて、本を読もう

暑くなってきました。梅雨入りは先週でしたが、その前から夏日（最高気温25℃以上）が多くなり、時には真夏日（最高気温30℃以上）と、汗ばむ陽気が続いていました。加えて、学校が再開し、本格的な授業が始まってから3週間が過ぎ、体力・気力ともに疲れを感じる人もいます。梅雨時は、高温のみならず湿度が高い日が多いです。日本の夏の特徴と理解はしながらも、じっとりと肌にまとわりつくような蒸し暑さは、時にたまらないほどです。梅雨明けし本格的な夏が到来するのは一ヶ月ほど先ですが、栄養と睡眠を十分にとりながら適度な運動をし、体力・気力を充実させて夏を乗り切りましょう。



ところで、以前読んだコラムに、「最近、電車の中で大人も若者も新聞や雑誌、本など紙媒体を手に行っている姿をあまり見かけなくなった。目につくのはスマホを手にする姿の多さだ。図書館の中でも分からない漢字や言葉があるとすぐにスマホやパソコンを使って検索する学生が多い。」と大学図書館勤務の人が書いていました。

スマホのメリットは、カメラ、辞書、インターネットでの検索、学習系のアプリ、読書、音楽プレーヤーなど、さまざまな機能をスマホ1台で数多くのことがカバーできます。反面、皆さんの中にスマホ無しでの生活は考えられない「スマホ依存症」に陥っている人はいませんか。

スマホやネットを利用することによって役立つものは多くありますが、ついつい、余計なものを見てしまい無駄に時間を使ってしまうこともあります。また、ネット上に溢れている言葉や情報は短文化したものが多く、それを見ることに慣れてしまうと、文脈と関係なく、それだけを抜き出して解釈し、なんとなく分かったような気になりがちです。そして、そういったことを繰り返していくと、言葉や情報の全体を捉えて自分の考えをまとめるという作業を煩わしく感じ、深く考えない言動が多くなってしまいます。ツイッターなどで、ちょっと気の利いた一言を書いている人が支持を受けたり、一方でちょっとした失言を捉えられて一気に炎上したりするのも、その一例といえます。

何かを人に伝えるとき、「なんて言えばいいかな」「こんな感じのことを伝えたいんだけどな」と悩んだことはありませんか。

自分の考えを言葉で相手に伝える大切さや自分で考え、選び、行動する大切さは、誰もが認めることでしょう。今、皆さんにとって必要なことは、自分の言葉や思考を豊かにするために、活字を読む



習慣を身につけることです。日頃から本を読んで自己の関心・思考力を深める。それを自分の言葉で論理的に話せる・書ける。それらは、自分と向き合って自分の事を知ることや、今の自分が大切にしている価値観は何かといった事を自覚することにもつながるので、進路実現のために大いに役立つといえます。

たまにはスマホを置いて、本を読みましょう。