

# SUZUKA UNIVERSITY LIBRARY NEWS

OCTOBER, 2021

秋は「読書の秋」という言葉通り、読書を楽しむのに最適な季節です。新たな知識や考え方を得るのはもちろん、読書自体に脳を刺激し、集中力や記憶力を高め、ストレスを軽減する効果があるとされます。

お気に入りの本を見つけて、じっくりと読書の時間を楽しんでみてはいかがでしょうか。

## 特設コーナー（こども教育学部・作品）



現在、特設コーナーには、こども教育学部の皆さんの楽しめる作品、心がほっこりする作品等が展示されています。



## 新着本の紹介

### ■ 芥川龍之介賞

『貝に続く場所にて』 石沢麻依 著

『彼岸花が咲く島』 李琴峰 著



### ■ 直木三十五賞

『テスカトリポカ』 佐藤 著

『星落ちて、なお』 澤田 著

## 先生のおすすめ本

脳には妙なクセがある 池谷裕二 著 出版社：扶桑社

ヒトは、「面白いから笑う」のでしょうか。それとも「笑うから面白い」のでしょうか。最新の脳科学では、「脳は身体の出力に感情を後づけしている」といいます。ここからすれば「ヒトは、笑うから面白い」ということになります。

このような心と身体の動きの逆転例として、スポーツなどで「姿勢を正せば自信が出てくる」ことを挙げ「形から入る」ことの有効性を述べています。また「ボクシングの試合では、青より赤コーナーの方が勝率が高い」というデータを挙げています。これは赤色が相手の脳を威嚇し、ひるませるのだそうです。

筆者は、このような脳と身体の不思議な関係を「妙な脳のクセ」として、ユーモアを交えながら解説しています。脳科学に興味がない人も目からうろこ。読み始めたら止まらなくなる一冊です。

短期大学部 こども学専攻 木村幸泰先生

