

最近本を読みましたか？

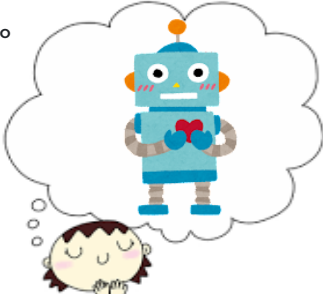
映画やテレビと違い、文字から風景や心情を想像する読書は、生活に潤いをもたらしてくれるだけではなく、脳に良い影響も与えます。
あなたも物語の世界に浸ってみませんか？ (N.S)

読書の良いところ



1. 共感能力がアップする

著者や登場人物の考え方や知識に触れることで、自分とは違う考え方がある事が理解できます。



2. 創造力が鍛えられる

限定された文字情報を想像力で補いながら考察する中で、新しい価値観やアイデアを生み出す「創造力」が鍛えられます。

3. 語彙が増える

普段触れる機会のない言葉や表現方法を覚える、絶好のチャンスです。



4. 知識が増える

本の中には様々な人生やシチュエーションがありますので、実際に体験するよりもはるかに多くの事を知ることができます。

5. ストレス解消になる

登場人物に感情移入しながら、泣いたり笑ったりすることで、ストレスが発散できます。



最近読んだ本の中で、記憶に残っているのは山田詠美さんの「つみびと」です。現実とリンクしており、とても考えさせられました。
今はスマホでも読書ができますので、ぜひお気に入りの一冊をみつけてみてください。