

60

- 「学生用図書」展示中です。
- 電子ブックトライアル中！
- 私のお勧め本

「習得への情熱」 社会学 工藤 直志 講師

- 図書館からのお知らせ

「学生用図書」展示中です。

明けましておめでとうございます。良いお正月をお過ごしでしょうか。今年の年末年始休暇は、あっという間に過ぎてしまいましたが、図書館には、お正月気分もそこそこに熱心に勉強する学生さんが増えています。これからは試験シーズンとなりますが、体調管理をしながら勉強もがんばりましょう！

図書館の南棟ディスカッションスペースでは、昨年12月から初めての試みとして、「学生用図書」の展示を行っています。「学生用図書」とは、先生方が“学生の皆さんのために役立つ本”として図書館に並べるように選書して下さったものです。

ここには新たに購入した「学生用図書」を一括して並べています。

つまりは、オススメ本が一目でわかるコーナーです。

もちろん、これらの本も通常通り貸出できますので、ぜひご利用ください。



「基礎医学」「臨床医学」「看護学」に分けています。

2月末まではこのコーナーに、3月からは通常通り2階の書架に並べます。

目印として、背にこのようなラベルを貼っています。このコーナーから使った本は、ここに戻してくださいね！

電子ブックトライアル中！

配布物等でお知らせしていますが、日本語の電子ブック「メディカルオンライン電子書籍」をトライアル中です。

医学書は勿論、コメディカル分野や栄養学・料理本など関連分野の図書も多く、既にのべ200名以上の方にご利用いただいています。

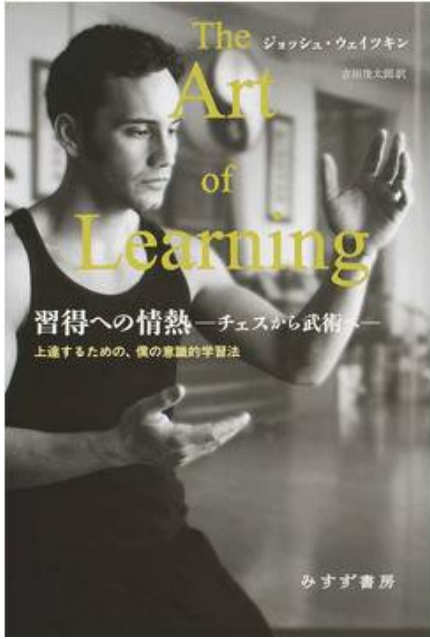
OPAC検索でもヒットしますが、トライアル資料リストをご覧になりたい場合は、OPACの「図書館サービス」-「電子ブック」-「メディカルオンライン電子書籍」を選択することで一覧できます。

学内LANの端末からでしたらどなたでもご利用できますので、この機会にどうぞご利用ください。

旭川医科大学図書館 OPAC Asahikawa Medical University Library OPAC		
OPAC	図書館サービス	利用者サービス
	図書新着案内	
	雑誌新着案内	
電子ブ	AV資料新着案内	
	雑誌タイトルリスト	
【旭川医科大 メディカルオン	AV資料タイトルリスト	
	ブックハンティング	クリックしてください。
電子ブックに	開館記	
	電子ブック	
困りごとが	ベストリーディング	るスーパーバージョン / 外口玉子
<small>図書館 : electronic bk. - 東京 : ゆう書房, 2008.3</small>		



物事に集中して取り組むことができない。思わぬ邪魔が入って集中力が失せる。本書は、このような悩みの処方箋となるかもしれない。



著者のジョッシュ・ウェイツキンは、少年時代はチェスの世界的プレーヤーとして名を馳せ、22歳頃から習いだした太極拳でも世界選手権を制覇した人物である。本書では、チェスと太極拳で積み重ねた経験から独自の学習論が解説されている。さらに、本書の内容は逆境で集中力を高める技法にも及んでいる。

では、どうすれば集中力を高めて物事に取り組めるのか。ウェイツキンは、プレッシャーが強まる逆境でも集中力が高い心理状態になるための準備をすべきだとする。まずストレッチなど簡単な行為をして、次に音楽を聴くなど自然に集中できる行為をするというルーティーンを繰り返す。そして、始めの行為と集中しやすい行為のリンクができれば、逆境でも始めの行為をすると集中力が高い心理状態に入れるとする。このような技法に興味を持ったなら、具体的なやり方を本書で確認してみてほしい。

ここでは集中力を扱った部分を取りあげたが、本書は学びへの深い洞察に富んでいる。自分自身の学びを見直したい人にも是非お勧めしたい。

習得への情熱：チェスから武術へ：上達するための、僕の意識的学習法 / ジョッシュ・ウェイツキン [著]; 吉田俊太郎訳

図・2F開架/一般教養 796.9/Shu

図書館からのお知らせ & お願い

前号でもお知らせしていますが、館内には寒いエリアがあります。また、ディスカッションスペースは特に屋外の天候に室温が左右されているようです。場所を移動したり、**服装による調整をお願い**します。

また、この時期は、コート類をはじめ資料など持込荷物が増える傾向がありますが、**隣の席に荷物を置いたり、一人で複数の席を使わない**ようにしてください。多くの方が利用できるよう、ご協力ください。

なお、時折**キャスター付きバッグ、巨大サイズのカバン、大きなスポーツ用品等**を持ち込もうとする人がいますが、通路を塞いだり、複数の席を使う原因となることから、持込はお断りします。

体調が悪い時は無理せず休養しましょう！

試験に備えて遅くまで館内で勉強する方がこれから多くなりますが、風邪や胃腸炎などで体調を崩しやすい時期でもあります。体調が悪い時は、無理せず自宅で休養を取ってください。

ちょっと休憩のつもりで席を離れても、急に体調が悪くなり図書館に戻れなくなる可能性もあります。図書館から出るときは、荷物を持って出るようにお願いします。

また、咳が出るときは、他の方につさないようマスクを着用するなど、ご協力をお願いします。



南棟天井の換気口の周囲は、外気の影響を受けます。結露を避けるため、換気を止めることができないので、寒いと思う方は、他の場所へ移動してください。

冬休みの長期貸出図書は

1/17(火)

までに返却をお願いします。

貸出延長の対象外です。期間内にしっかり使ってくださいね！