



mirai 通信

夏休みHPバージョン

～輝く「未来」の中に「伊里」はある～



あなたは何秒集中できる？

先日、「人の集中力がどんどん落ちてきている」という話を聞きました。

ウィンドウズで有名なマイクロソフト社の調査によると、「現代人が1時間に集中できる時間は、わずか8秒なのだとか。にわかには信じがたい時間ですね。そして、金魚は9秒です。オイオイ、金魚の集中時間ってどうやって調べるんだ!? だいたい、金魚の集中って何やってる時だ? と突っ込みを思わず入れてしまいそうなことも言っていました(苦笑)。

8秒しか集中できないなら、ウサイン・ボルトが100メートルを走っていても、90メートルを過ぎた辺りであきて走るのを止めるわけで…そう考えたらとんでもない数字ですね。

この信憑性は置いておいて、それだけ現代人が集中できなくなったということへの警鐘なのでしょうね。

我々は、「集中している」と思い込んでいるだけで、案外「集中できていない」のかもしれない。

この夏は、ちょっと集中時間を延ばす訓練をしてみてもいいかも? と思いました。

少なくとも、スマホなどの「与えられることが中心の」メディアに集中するよりは、何か「自分で与えることができる」もので集中力を高めていきたいものです。

部活の後の勉強会



20日の夏休み初日の午後の図書室です。

午前中の部活動を終えたバスケットボール部員が勉強会をしていました。自分の頃にはなかった光景です。ひとしきり汗を流した後の勉強…すごいですね。頭が下がります。共に汗を流し練習する仲間たちとの勉強

は、さぞかし効果も上がろうというものですが、まさか、部活を終わって帰っても、どうせ勉強しないだろうから部活で面倒見よう、と思われることではないでしょうか(苦笑)? これも集中力upの訓練だ!



みんなもスマホチャレンジして スマートになろう!

保健委員会のみなさん～、スマホチャレンジ順調ですか～? ぜひスマートなホケンインカイになってくださいね。