

記号	書名	著者名
007 E	やばいデジタル 現実が飲み込まれる日 講談社現代新書	NHKスペシャル取材班 著
031 キ	ギネス世界記録, 2021	クレイグ・グレンディ 編
369 ツ	レスキューナースが教えるプチプラ防災	辻直美 著
498 イ	感染症時代のマスクの教科書 的確に選んで、正しく着ける	飯田裕貴子ほか 著 ; 矢部太郎 画
498 ニ	新型コロナからいのちを守れ! 理論疫学者・西浦博の挑戦	西浦博 著 ; 川端裕人 聞き手
519 ヤ	地球を滅ぼす炭酸飲料 データが語る人類と地球の未来	ホープ・ヤーレン 著 ; 小坂恵理 訳
598 オ	きつおんガール うまく話せないけど、仕事してます。	小乃おの 著
599 ナ	子どもが幸せになる「正しい睡眠」	成田奈緒子, 上岡勇二 著
778 ハ	見るレッスン 映画史特別講義 光文社新書	蓮實重彦 著
779 ニ	ゴミ人間 日本中から笑われた夢がある	西野亮廣 著
796 オ	証言羽生世代 講談社現代新書	大川慎太郎 著
816 ト	論文の教室。一新版 レポートから卒論まで NHKブックス	戸田山和久 著
913.6 ア	暗黒館の殺人, 1~4 講談社文庫	綾辻行人 [著]
913.6 ウ	推し、燃ゆ	宇佐見りん 著
913.6 ヒ	野良犬の値段	百田尚樹 著
913.6 マ	羅城門に啼く	松下隆一 著
913.6 マ	52ヘルツのクジラたち	町田そのこ 著



— 読み応えのある本 —

GOTAEBON

SINCHAKUBON

— 新しくとう着した本 —

アンデシュ・ハンセン『スマホ脳』



話題の本から、
新たな「知識」を

スマホが鳴る

- ドーパミン（報酬）が出る
- 満足感が得られる

↓

なぜ、満足感が得られるの？

- 昔々の狩猟採集時代、人は常に危険と隣り合わせ。獣に襲われそうになる気配を察知することは生き残る上でとても大切。だから、そういう情報を得たとき、脳は報酬を与えることにしました。現在でも、脳はスマホが鳴り、情報を得ることと昔々の危険の察知を同視しているのです。