



並木中等story

令和2年12月17日号

明け方はお告げがある？！

今日はある脳科学者から聞いた話をもとに作成しました。皆さんは“人は寝ている間に頭の中で（その日までにあった内容を）整理していることは知っていましたか。そのようなこともあり、一定以上の睡眠は大切なのです。眠りが短かったり、浅すぎたりすることが長期間続くと、整理が十分でなくなるため、健康を害したり精神を病んだりすることがあるそうです。

人は寝ていながら、頭は整理を続けているので、明け方、眠りが浅くなった時に“ひらめき”が生まれることがよくあります。歴史上の人物に「神からお告げがあった。」など

と伝えられる話もこの“ひらめき”に近いものではないかと言われています。しかし、このひらめきは、忘れやすいのだそうです。私も時々、並木中等storyの題材に適した内容が明け方にひらめくことがあります。すぐに忘れてしまいます。そこで、今は忘れないうちに書き留められるように、メモ用紙と筆記用具を枕元においています。皆さんにも良いひらめきが来ることをお祈りします。



祝 《第10回科学の甲子園 茨城県予選会優勝！》

つくば国際会議場で開催された「第10回科学の甲子園茨城県予選会」で本校5年生Aチームが県内18校33チームの頂点に立ちました。優勝は2年ぶり4回目です。優勝したAチームは3月に開催される全国大会出場も決定しました。おめでとうございます。