



# 教員 おすすめ図書 2024



城西大学水田記念図書館

Copyright (C) Josai University Mizuta Memorial Library All rights reserved.





この小冊子では、教員が「学生に読んでもらいたい本」として推薦した図書を紹介しています。

読書を通して、教員との交流を楽しんでください。

※ こちらで紹介している図書は1階「教員おすすめ図書コーナー」にあります。



# 目次

電子ブックについて.....	1
■ 学長 藤野陽三先生.....	2
■ 短期大学副学長 白幡晶先生.....	8
■ 図書館長 関俊暢先生(薬学部薬学科).....	9
■ 経済学部経済学科 勝浦信幸先生.....	10
■ 経済学部経済学科 河村徳士先生.....	12
■ 経済学部経済学科 神崎直美先生.....	13
■ 経済学部経済学科 小山真理子先生.....	22
■ 経済学部経済学科 清水昭男先生.....	25
■ 現代政策学部社会経済システム学科 飯塚智規先生.....	26
■ 現代政策学部社会経済システム学科 市川直子先生.....	26
■ 現代政策学部社会経済システム学科 大藺陽子先生.....	27
■ 現代政策学部社会経済システム学科 土屋正臣先生.....	28
■ 現代政策学部社会経済システム学科 真殿仁美先生.....	29
■ 現代政策学部社会経済システム学科 柳澤智美先生.....	34
■ 経営学部マネジメント総合学科 篠原康男先生.....	35
■ 経営学部マネジメント総合学科 田部溪哉先生.....	36
■ 経営学部マネジメント総合学科 千葉佳裕先生.....	37
■ 理学部数学科 小木曾岳義先生.....	38
■ 理学部化学科 石川満先生.....	38
■ 理学部化学科 宇和田貴之先生.....	39
■ 薬学部薬学科 大嶋繁先生.....	45
■ 薬学部薬学科 畑中朋美先生.....	45
■ 薬学部薬学科 渡辺知恵先生.....	46
■ 薬学部医療栄養学科 五十嵐庸先生.....	46
■ 薬学部医療栄養学科 伊東順太先生.....	49

■ 薬学部医療栄養学科 君羅好史先生 .....	50
■ 薬学部医療栄養学科 山王丸靖子先生 .....	55
■ 薬学部医療栄養学科 中里見真紀先生 .....	62
■ 薬学部医療栄養学科 古屋牧子先生 .....	63
■ 薬学部医療栄養学科 松本明世先生 .....	64
■ 薬学部医療栄養学科 松本明世先生／藤縄善朗元鶴ヶ島市長※ .....	65
■ 薬学部医療栄養学科 松本明世先生、真野博先生 .....	66
■ 薬学部医療栄養学科 真野博先生 .....	66
■ リベラルアーツセンター 高嶺エヴァ先生 .....	68

## 電子ブックについて

電子ブックでも所蔵がある図書には QR コードも記載しています。

### 1. 学内 Wi-Fi からアクセスする場合

QR コードを読み取って利用できます。

### 2. 学外からアクセスする場合

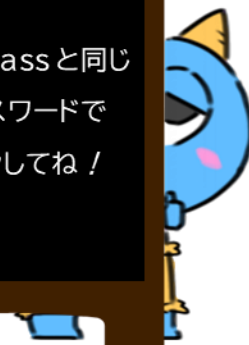
**Maruzen eBook Library** または **KinoDen** とあるものは **MyLibrary** にログインの上それぞれアクセスし、タイトルを検索してください。

MyLibrary



**LibrariE** とあるものは学内利用時と同じです。QR コードを読み取り、ログインしてご利用ください。

WebClassと同じ  
ID、パスワードで  
ログインしてね！





## ■ 学長 藤野陽三先生

学生の皆さんに本を推薦してくださいと言われ、私の身の回りにある本を10冊以上推薦することにしました。どの本も、皆さんが読むと色々な意味で参考になると思います。

### 新・大学でなにを学ぶか（岩波ジュニア新書 912）

上田紀行 編著／岩波書店 377//U32

特に1年生に推薦するのが『新・大学で何を学ぶか』という本です。これは東京工業大学の先生方が新生入生に向けて語り掛ける本です。リベラルアーツ系の先生を中心に色々な分野の方が書かれています。大学の「学び」と高校での「学び」はかなり違います。大学での学びとその楽しさを知ってもらいたく、この本を書くことにしたのだそうです。私も皆さんに、大学での学び方を早く知って、学ぶことの楽しさを味わっていただきたいと思います。それが出来るようになれば、大学で学ぶことの意義を半分以上達成できたとも言えると思います。



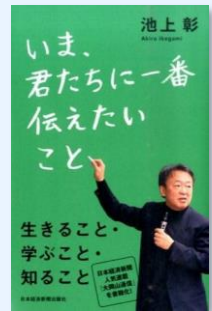
### いま、君たちに一番伝えたいこと

池上彰 著／日本経済新聞出版社 304//I33

### 池上彰の未来を拓く君たちへ（日経ビジネス人文庫 966 [い21-4]）

池上彰 著／日本経済新聞出版社 304//I33

ご存知の方も多いと思いますが、池上彰さんはNHKでジャーナリストとして活躍し、60歳を過ぎてから東京工業大学に招かれました。理系の学生を主たる対象に、社会に関心を持つことの重要性を訴え、読書の大事さ、議論・対話の大事さなどを講義の中で学生に伝えてきました。講義では、社会で問題になっている身近なことをテーマに選ぶように努力してこられました。これまでも沢山の本をだされていますが、いずれもが平易に書かれています。右に示すのは、私がたまたまもっていたものです。



## 理科系の作文技術（中公新書 624）

木下是雄 著／中央公論新社 407//Ki46

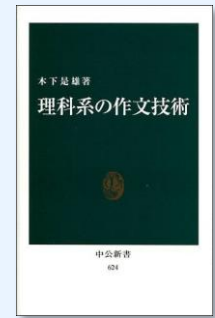
## 物理の散歩道

ロゲルギスト 著／岩波書店 420.4//R62//1~5

## 新物理の散歩道（自然選書）

ロゲルギスト 著／中央公論社 420.4//R62//1~5

木下是雄先生の『理科系の作文技術』は、言ってみればレポートをどのように書くかという事を教えてくれる本です。皆さんも、レポートというのはこれまでも書いてきたと思いますが、レポートを書くにもルールがあり、技術が必要です。ただ書けばいいというものでは全くありません。この本は基本的なルールを丁寧に、例を交えながら説明しており、多くの方に読まれてきた名著です。1981年に初版が出され、100万部以上も刊行されました。ちなみに、著者の木下是雄さんはロゲルギストという物理学者のグループの一人で、『物理の散歩道』という有名な物理の随想シリーズの著者としても有名な方です。私も若い頃、この『物理の散歩道』を何度となく、読み返しました。なお、『理科系の作文技術』は文系の方にも参考になる本で、文系の先生が推薦される本の一つにもなっています。レポートをちゃんと書けるようになるというのはとても重要なことですので、この本からそれを是非、学んでください。



## タテ社会と現代日本（講談社現代新書 2548）

中根千枝 著／現代新書編集部 構成／講談社 361.3//N38

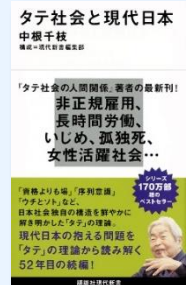
## リスクに背を向ける日本人（講談社現代新書 2073）

山岸俊男, メアリー・C・ブリントン 著／講談社 361.42//Y23

## タテ社会の人間関係（講談社現代新書 105）

中根千枝 著／講談社 361.6//N38

日本は先輩、後輩を大事にするタテ社会と言われていています。上下関係がはっきりした社会という事です。このタテ社会という言葉が50年以上前に世の中に流行らせたのは女性学者の中根千枝先生による『タテ社会の人間関係』です。タテ社会の限界、問題点が色々述べられています。これもベストセラーになり100万部を超え、今でも売られています。50年経ち、日本の社会は変わった面もありますが、まだまだタテ社会で、昨年、『タテ社会と現代日本』（中根千枝著）という本が出され、非正規雇用やパワハラなどの問題がタテ社会が起因となっていることを述べています。なお、中根千枝先生は女性で初めて文化勲章をとられた方です。私は日本のタテ社会が好きではなく、山岸俊男先生が提案している“信頼社会”、つまりヨコ社会をモットーの一つにしています。対談形式で書かれている『リスクに背を向ける日本人』という本はとても読みやすい本で、別の角度から日本のタテ社会を批判しています。



## 経済学を味わう：東大1、2年生に大人気の授業

市村英彦[ほか] 編／日本評論社 331//I15

『経済学を味わう』という本は、東大教養学部で経済学部進学予定の学生に経済学の面白さを知ってもらうという主旨で最近始められた講義を書籍化したものです。今年はコロナ禍でオンラインで講義が行われ、それもあって、理系の学生の聴講が増え、受講者が1000名を超えたと聞いています。理系の学生でも読みやすい本になっていますので、社会科学の一つとして重要な地位を占める経済学をぜひ味わってみてください。



## 還暦からの底力：歴史・人・旅に学ぶ生き方（講談社現代新書 2568）

出口治明 著／講談社 159.79//D53

## ここにしかない大学：APU 学長日記

出口治明 著／日経 BP 377.28//D53

『ここにしかない大学』という出口治明さんの本は、私と同じように70歳になって大学学長を経験した方の本です。この方は保険会社を経て、60歳で新しいライフネットという新しい会社を設立した企業経営者でもあります。大分県別府にある立命館アジア太平洋大学APUをいかに魅力的な大学にするかを述べています。私にとり、とても参考になった本です。皆さんと力を合わせて、城西大学をより魅力的な大学にしたいと思っています。なお、出口さんは1万冊以上の数の本を読んだと言われ、世界史、日本史に通じた大変な教養人です。私などは、最近でた『還暦からの底力』にもいろいろ教えられました。



## 社会的共通資本（岩波新書 新赤版 696）

宇沢弘文 著／岩波書店 343.7//U99

私の専門は土木工学で、社会基盤（インフラストラクチャー）、中でも橋を専門にして研究をしてきました。インフラは日々の生活を行う上で欠かせないサービスですが、インフラを含め、公共財を学問的に整理したのが、宇沢弘文先生による『社会的共通資本』という概念で、本には自然環境、土木的インフラ、制度資本の3つから構成されると書いてあります。私にとり、社会科学の重要性を目覚めさせてくれた本でもあります。





## 学びのティップス：大学で鍛える思考法（高等教育シリーズ 148）※

近田政博 著／玉川大学出版部 377.15//C43



電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library



## 思考を鍛える大学の学び入門：

論理的な考え方・書き方からキャリアデザインまで 第2版

井下千以子 著／慶應義塾大学出版会 377.15//I56



電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library



## スタディスキルズ・トレーニング：大学で学ぶための25のスキル

吉原恵子[ほか] 著／実教出版 377.15//Y87

インターネットで世界中のありとあらゆる情報に携帯電話を介して繋がる時代がきました。問題は、いかに課題を見つけるか？そしてそれをどのように解決するかです。大学は単に教える/教わる場所ではありません。アクティブラーニングが初等教育から大事になってきている所以です。アクティブラーニングに関する本も沢山出ています。学生がそれを知っておくことも大事だと思います。



※『学びのティップス：大学で鍛える思考法（高等教育シリーズ 148）』の書影は2024年出版の改訂版です。

## 医療につける薬：内田樹・鷲田清一に聞く（筑摩選書 0092）

岩田健太郎 著／筑摩書房 490.15//I97

『医療につける薬』は薬学の本ではありません。広い意味での医療のあるべき姿を考えようとする本で、医療とは「人間を相手にするものである。病気を対象とするべきではない」という趣旨の本です。薬学も医療の一環であり、医者、看護師、介護士らとチームを組んでやることの大切さを語っています。哲学者との対談も入っていて読みやすい本です。



### 知の逆転 (NHK 出版新書 395)

ジャレド・ダイヤモンド [ほか] 著／吉成真由美 インタビュー・編／NHK 出版 040//D71



### 知の英断 (NHK 出版新書 432)

ジミー・カーター [ほか] 著／吉成真由美 インタビュー・編／NHK 出版 304//C23



### 人類の未来 : AI、経済、民主主義 (NHK 出版新書 513)

ノーム・チョムスキー [ほか] 著／吉成真由美 インタビュー・編／NHK 出版 304//C53

知の時代と言われています。人工知能はどこまで発展するのでしょうか。今後、知がどのように展開するのでしょうか。知を代表する世界の識者数十名にサイエンスライター吉成真由美さんがインタビューしてまとめたものです。知をリードする人達が何を言うのか、是非、読んでみてください。



橋をかける：子供時代の読書の思い出  
(文春文庫 特-1-1)

美智子 著／文藝春秋 019.5//Ko26



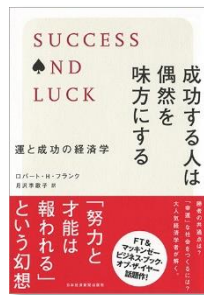
思考の整理学 (ちくま文庫 と-1-1)

外山滋比古 著／筑摩書房 141.5//To79



成功する人は偶然を味方にする：  
運と成功の経済学

ロバート・H.フランク 著／月沢李歌子 訳／  
日本経済新聞出版社 331.04//F44



Come On! 目を覚まそう!：  
ローマクラブ『成長の限界』から半世紀：  
環境危機を迎えた「人新世」をどう生きるか?

エルンスト・フォン・ワイツゼッカー, アンダース・ワイクマン 編著／  
中村秀規 [ほか] 訳／明石書店 519//W55



電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library



知的技法としてのコミュニケーション：

「話す力」は「生きる力」

児島建次郎 編著／山田匡一, 寺西裕一, 都築由美 著／  
ミネルヴァ書房 809.2//Ko39



考える力：新しい自分を創る

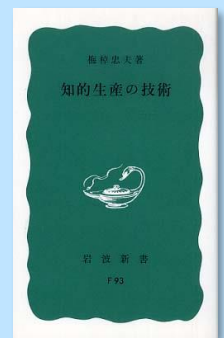
外山滋比古 著／海竜社 914.6//To79

## ■ 短期大学副学長 白幡晶先生

### 知的生産の技術（岩波新書 青-722）

梅棹忠夫 著／岩波書店 002.7//U73

高校2年の時に、大人になった気分で、夢中になって読んだ本です。著者は日本の文化人類学のパイオニアであり、知性の巨人のような人ですが、題名のイメージとは異なり、文章も分かりやすく楽しめると思います。物事を整理して考えるとはどういうことか、大学に入ってから何度も読み直し、僕の基本的な考え方を生み出した一冊といえます。



### ソロモンの指環：動物行動学入門

コンラート・ローレンツ 著／日高敏隆 訳／早川書房 481.78//L88

著者は、ノーベル賞を受賞した著名な動物学者ですが、観察の鋭さに衝撃を受けつつも、ワクワク感いっぱい楽しく読めると思います。ソロモン王の指輪をすると動物の話がわかるようになるという伝説にあるような、愛情に満ちた観察と色々な動物とのやりとりを通して、動物の見方、物事への感じ方が大きく変わる一冊です。





## ■ 図書館長 関俊暢先生(薬学部薬学科)

### われ思うゆえに思考実験あり：最新科学理論がもたらす究極の知的冒険

橋元淳一郎 著／早川書房 404//H38

アインシュタインの相対性理論の入門本を読んだことがある方なら、光速に限りなく近い速度で走行する列車に乗って、様々な実験を試みる記述は、馴染みのものと思います。思考実験は、極限的な状況を想定し、自身が持つ科学の原理を頼りに結果を予測する、科学的思考に関するトレーニングです。何と云っても、思考実験はただですから、皆さん思考実験で科学者としてステップアップを！！



### 泣くな研修医／逃げるな新人外科医 (泣くな研修医 2) (幻冬舎文庫 な-46-1, 2)

中山祐次郎 著／幻冬舎 913.6//N45//1, 2

免許取りたての新人医師が、自身の未熟さや無力さに焦りを覚えながら、“あるべき姿”、“命”に向き合い、格闘するお話です。医療関係を目指す人でなくとも、“なりたい自分”と“現実の自分”の乖離に苦戦している全ての若者にオススメです。また、コロナ禍において、医療人、特に医師に対して、その職責を理解し、敬意と感謝の気持ちを確認するのも良い読書となると思います。その意味で、全ての年齢層の読者におすすめします。



## ■ 経済学部経済学科 勝浦信幸先生

### 20歳のときに知っておきたかったこと（スタンフォード大学集中講義 1）

ティナ・シーリグ 著／高遠裕子 訳／阪急コミュニケーションズ 159//Se15

本書は、スタンフォード大学での起業家育成のための講義をまとめたものですが、自分の脳を開放して、発見力、発想力、創造力を高めるヒント、そして人生を面白くするヒントがたくさん詰まっています。

内容もわかりやすくでどんどん読み進めます。

もしかしたら、学生の皆さんの人生を変えるかもしれません。ぜひ、読んでみてください。

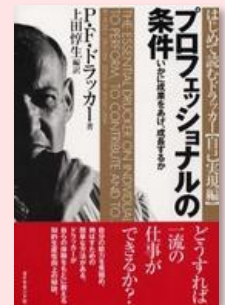
### プロフェッショナルの条件：いかに成果をあげ、成長するか

（はじめて読むドラッカー 自己実現編）

P.F.ドラッカー 著／上田惇生 編訳／ダイヤモンド社 159.4//D92

本書は、ドラッカーの著書 10 点と論文 1 点から、そのエッセンスを抜き出し編集したものです。「はじめて読むドラッカー」との副題がついているとおり、とてもわかりやすく、よくまとめられています。

ドラッカーは、まずこの一冊から！



### 無名戦士たちの行政改革：WHY NOTの風

WHY NOT メンバー 著／澤昭裕 編／関西学院大学出版会 318//W69

本書は、自治体の長をはじめとした行政内部からの改革はもとより、市民からの行政改革、メディアからの行政改革の実践についても、それぞれの立場から書かれています。

公務員を目指す学生だけでなく、将来、地域の一市民となる学生にも、ぜひ一読をお勧めします。

監修は、NEWS ZERO のメインキャスター村尾さんです。

ちなみに、私も 3 章を書かせていただいています。

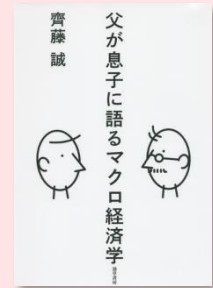


## 父が息子に語るマクロ経済学

齊藤誠 著／勁草書房 331//Sa25

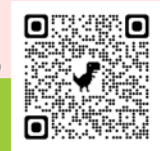
本書は、最初から最後まで、父と息子の対話形式で書かれています。とても読みやすいと思います。

ただ、書かれている内容は、次第に高度になっていきます。少し難しい数式なども登場しますが、「難しいな」と思ったら、そこは読み飛ばしてもいいと思います。



電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library



## 里山資本主義：日本経済は「安心の原理」で動く（角川 one テーマ 21 C-249）

藻谷浩介, NHK 広島取材班 著／角川書店 332.107//Mo82

本書は、「デフレの正体」に続く、藻谷さんの第2のベストセラーとなる本です。マネー資本主義、アメリカ型資本主義から脱却し、真に豊かな生活を送るためにはどうすればいいのかを示唆してくれます。

とても読みやすいのでお勧めです。



## 私たちはどうつながっているのか：ネットワークの科学を応用する（中公新書 1894）

増田直紀 著／中央公論新社 361.3//Ma66

人は一人では生きていけません。家族、友人だけでなく、好むと好まざるとにかかわらず、社会に出れば多くの人たちとのつながりが生まれます。

本書は、人と人とのつながりをネットワーク論によって分析し、日常生活への応用について書かれています。



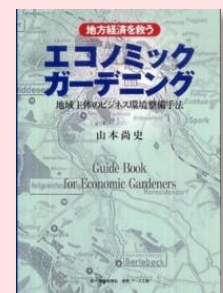
## 地方経済を救うエコノミックガーデニング：地域主体のビジネス環境整備手法：

guide book for economic gardeners

山本尚史 著／新建新聞社 601//Y31

本書は、持続的な地域経済発展のヒントが書かれています。

オレゴン州ビーバートン市の具体的な取組事例の紹介や、日本の地方自治体で実践する場合の課題などが、まとめられています。



## ■ 経済学部経済学科 河村徳士先生

### 読書と社会科学（岩波新書 黄版 288）

内田義彦 著／岩波書店 019//U14

読書離れが進んでいると言われていいます。そもそも本を書き、それを別の人が読むという人間の営みはどのような意味があるのでしょうか。大学生活はやや無目的に時間をつかえる機会が多く、ちょっと難しい本を手にとるゆとりが持てるのもある意味ではめぐまれたことと思われま。たまには小難しそうな本を読むのも良いでしょう。



### 仕事と日本人（ちくま新書 698）

武田晴人 著／筑摩書房 366.021//Ta59

大学を卒業し、うまくいけば、どこかに就職し働いて歳を重ねるのだろうとばくぜんと考えている人も多いと思います。しかし、いざ働くとはどういうことを考えるきっかけはなかなか得られていないのではないのでしょうか。働く意味はお金をもらうことにしかないのか、労働の喜びはあるのだろうか、ボランティアは働いたことにならないのか、いろいろ考える材料が提示されていると思います。



### 大学でなにを学ぶか（岩波ジュニア新書 38）

隅谷三喜男 著／岩波書店 377//Su67

少し古い本ですが、今の大学事情を考えるうえでも重要な論点が指摘されています。大学は就職するためにあるのか、就職のために専門的な技術を学ぶだけしか意味はないのか、主体的に学ぶことに意味があるとすれば、いったい何を勉強したらよいのか。答えがあるわけではありませんが、大学生活を送るうえでも指針になればと思います。





## ■ 経済学部経済学科 神崎直美先生

### 橋をかける：子供時代の読書の思い出

美智子 著／文藝春秋 019.5//Ko26

この著作は、2013年に私が担当するソフォモアセミナーの読書討論会で対象とした書籍の1つです。令和の幕開けに際し、昭和天皇・皇后美智子さまのこれまでの事蹟を回顧する報道が多々ありました。改めて美智子さまと児童文学との関わりが語られる中で、この著作、および著作でふれられた新美南吉著「でんでん虫のかなしみ」について耳にされた学生さんもいらっしゃることでしょう。美智子さまは子供時代の読書から楽しみを与えられたこと、さらに根っこと翼を与えられた、すなわち、「外に、内に、橋をかけ、自分の世界を少しずつ広げて育ていくときに、大きな助けとなってくれました」と記されています。加えて、読書から「人生の全てが、決して単純でないこと」や、人間関係や国家関係においても「私たちは、複雑さに耐えて生きていかなければならないということ」を教えられたと述べていらっしゃいます。

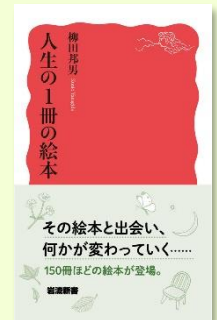
この著作から、読書からの学びを人生の支えとされながら、人生の中で激しい波に揉まれた折に、静かに受け止めて耐えながら、人生を歩み続けられたお姿が髣髴とかがわれ心が打たれますとともに、人生における読書との最上の在り方を提示してくださったと感じました。



### 人生の1冊の絵本（岩波新書 新赤版 1828）

柳田邦男 著／岩波書店 019.53//Y53

絵本は人生で最初に出会う本です。幼少期に親しみますので、絵本は子供のための本、という印象があります。しかし、絵本には人生を支える内容のものが存在しています。決して、子供だけの本ではありません。疲れた心を癒したい時、生きていくことが辛い時に、そっと寄り添ってくれる簡潔な文章と文章を彩る絵が施された絵本を、大学生の皆さんも手にとってみませんか。ノンフィクション作家の柳田邦男氏が大人にお薦めの絵本の数々を紹介してくださいました。皆さんと絵本との再会の契機になる書物です。



## 小泉今日子書評集

小泉今日子 著／中央公論新社 019.9//Ko38

歌手・女優のキョンキョンが、読売新聞の読書委員を10年担当した折の書評97編をまとめた書。それぞれの本、さらには読書の楽しさと魅力が満ち溢れていると共に、書評者が人生にしっかりと向き合い、真摯に生きてきたことが感じられます。

本学の学生さんの中で読書好きの方の多くは「小説が好き」とおっしゃいますので、次に読む本を探す時、この書評集に掲載された本から選んでみてはいかがでしょうか。さらに、「書評とは何か」ということを知り、かつ学ぶ為の好適な本でもあります。

なお、書評者の言葉に共感するものが多々ありました。以下に1つあげておきます。「形のあるものじゃなく、誰かの心の中に、ほんのりと温かい小さな光のような思い出をいくつか残すことが出来たら、自分の生きた人生によりやく意味を感じられるような気がした」



## 14歳からの哲学：考えるための教科書

池田晶子 著／トランスビュー 104//I32

2003年に刊行された時、日常の言葉でわかりやすく哲学を説明している本として、たいへん話題になりました。それゆえ「14歳からの・・・」を冠した本が、その後、様々な分野で刊行されるようになりました。「知りたい」と思うこと、そして「考える」ことにより、人生は豊かになります。また、「考える」とは、生きる上での力になります。本書には、家族、社会、理想と現実、友情と愛情、仕事と生活など、大学生の皆さんの日常に直結することもあれば、人生の意味、存在の謎など深遠なテーマもあります。「考える」ことにより、一度きりの人生を充実させましょう。



## 明治人の力量（日本の歴史 21）

佐々木隆 著／講談社 210.08//N71//21

世界を帝国主義の嵐が吹き荒れていた明治時代は、日本が欧米諸国に肩を並べてゆくために、不羈独立した国家を形成すべく、先人たちの壮絶な努力がありました。

その様子を徹底した実証主義で明らかにした著作です。当時の日本が直面していた真の事実を世界の動向と共に知り、皆さんの歴史認識の糧にしてほしいです。



## 鎌倉殿を歩く：——一九九九年の記憶

伊東潤 著／歴史探訪社 210.42//I89

2022年は久しぶりに古都鎌倉が大河ドラマの舞台になった1年でした。多くの「鎌倉本」が刊行された中で、「13人って誰?」「鎌倉…。埼玉から遠いから、行ったことない」とおっしゃる本学の学生さんに「鎌倉入門」としてお勧めします。13人を各1章ずつ、全13章で構成した親しみやすいエッセイ、それらに添えた鎌倉在住の古都写真家原田寛氏による美しい写真の数々を眺めれば、皆さんも「いざ、鎌倉!」となること間違いなし。ドラマは終わっても、ドラマを契機にますます所縁の地が整備された鎌倉は、皆さんを待っています。



## ヤングケアラー：介護する子どもたち

毎日新聞取材班 著／毎日新聞出版 367.61//Ma31

「ヤングケアラー」とは、本来、大人が担う介護を担っている18歳未満の子どものことです。子どもが加重に家族の介護に関わらざるを得なくなり、日常生活、学業に影響を及ぼしていることが、近年、少子高齢化・家族の世帯数減少による問題として注目され始めました。大学生の場合は、「若者ケアラー」と定義されます。この書物には具体例がわかりやすく掲載されています。国も教育機関も「ヤングケアラー」「若者ケアラー」について、これから対策を検討してゆくところです。介護は家族として当然と思い、限界を超えた介護を続けている場合もあります。自らの現状が「ヤングケアラー」を経て「若者ケアラー」であると気づいた方は、遠慮なく身近なゼミの教員、または学生相談室などに相談してみてください。

なお、澁谷智子著『ヤングケアラー－介護を担う子ども・若者の現実－』（中公新書）も現状と対策を考えていくうえで是非一読していただきたい著作です。



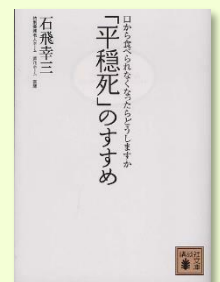
電子ブック版はこちら

LibrariE

## 「平穏死」のすすめ：口から食べられなくなったらどうしますか（講談社文庫 い-129-1）

石飛幸三 著／講談社 369.263//I81

医療の世界は日進月歩。治療が難しかった病気も、刻々と新たな治療法が研究され実用化して命が救われています。しかし、医療が進歩した現在において、実は治療することによりかえって本人が苦しむ場合があります。それは老衰です。人生の最終楽章というべき終末期に過度な延命治療により、人としての尊厳を失いながら生き永らえることは、本人、さらにはその家族に心身共に苦痛をもたらすこととなります。老衰のために口から飲食ができなくなったならば、延命治療はせずに人として安らかな最後を迎える、これが著者が提唱する「平穏死」です。命あるものが避けられないのはいつか必ず訪れる死です。青春真っ只中で日々元気いっばいに楽しくすごしている学生の皆さんにとって、死は遠い存在でしょう。でも、元気な今だからこそ、この現実を知って、思いをめぐらせていただきたいのです。いつの日か必ず訪れる最愛の家族との辛い別れの時が凄惨な治療の場ではなく、自然の摂理を受け入れて穏やかであたたかく濃密な時を過ごすことが叶えば・・・と存じます。



## いないことにされる私たち：福島第一原発事故 10 年目の「言っではいけない真実」

青木美希 著／朝日新聞出版 369.36//A53

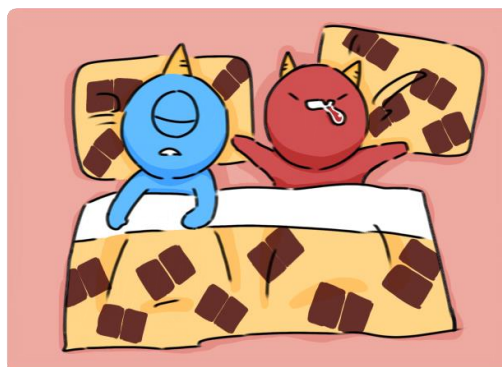
2011年3月11日の東日本大震災。千年に一度と言われる大地震、そして大津波。安全と言われ続けていた原子力発電所の重大事故で安全神話が崩壊しました。時を経て、東京オリンピック開催を前に復興五輪という言葉が聞かれましたが、むなしく寂然としない思いをした人々も多かったはず。未曾有の大天災とそれに伴う大事故により、未だ大切な故郷を離れ、家族が崩壊し、人生をゆがめられ、苦しい日々を過ごしている人たちがいます。この書物は読み進めると胸が苦しくなるほどの悲しみと怒りがわき、涙がこぼれます。しかし、私たちは被災者が今なお不条理のもとに苦しんでいることを決して忘れてはなりません。事実を知り、心を寄せることから、まずはじめましょう。



## 人生の達人・堀文子の生き方

堀文子, 中島良成 著／中央公論新社 721.9//H87

生涯現役で大好きな画業に打ち込み続けた堀文子画伯。堀氏の言葉をその作品と共に堀文子記念館理事の中島氏がまとめた著作です。堀氏の絵に、何故かなんとなく懐かしさのようなものを抱き続けていました。神奈川県立近代美術館で開催された「白寿記念堀文子展」を観覧に行き、一連の「くるみわりにんぎょう」の挿絵を目にした時、その謎が解けました。子供の頃、両親が買ってくれたレコードとお話のシリーズ『こども音楽館』の第7巻が「くるみわりにんぎょう」であり、その挿絵を堀氏が描いていたことを、半世紀近くを経て知ったのでした。堀氏の言葉には1つの道を極めた方ならではのものが多々あります。この著作を読んだ皆さんには、次は是非、堀氏の絵の原物を見に美術館などに出かけていただきたいと思います。





**好日日記：季節のように生きる**

森下典子 著／パルコエンタテインメント事業部 791.049//Mo65

**日日是好日：「お茶」が教えてくれた15のしあわせ**

森下典子 著／飛鳥新社 791.049//Mo65

**好日絵巻：季節のめぐり、茶室のいろいろ**

森下典子 著／パルコエンタテインメント事業部 791.049//Mo65

新型コロナウイルスによるパンデミックという非常時を生きている現在、従来のようにのびのびと外出、旅行などが出来ない日々が続いています。大学生の皆さんには、とりわけ窮屈に感じていることと存じます。しかし、時は静かに流れ、季節は巡っています。移り行く季節に心を傾け、目をこらし、耳をすますことで、時の流れに日々旅をしていることに気づきます。その移ろいを味わいながら、心豊かに過ごすことができます。この本は以上のことを語りかけてくれています。さらに、控えめに差し挟まれている人生に対する著者の思いが心を打ちます。茶道の世界を描き映画化した『日日是好日－「お茶」が教えてくれた15のしあわせ』と、著者が自ら描いた挿絵が茶道に対する愛を感じる『好日絵巻』を併せて、3部作としてお勧めします。

**「鎌倉百人一首」を歩く（集英社新書 ヴィジュアル版 009V）**

尾崎左永子 著／原田寛 写真／集英社 911.157//O96

古都鎌倉は小さな山々の緑に囲まれ、南には青い海が広がり、自然豊かな美しい土地です。鎌倉は古代から現在に至るまで、多くの人々の歌心を揺さぶり、沢山の短歌が詠まれました。この書は、かつて鎌倉ペンクラブが選んだ「鎌倉百人一首」から、さらに約50首を歌人の尾崎氏が選び解説を付し、さらに古都の写真家原田氏が短歌に所縁の芸術的な写真を寄せた書です。



是非、短歌の調べとその背景を楽しみながら、美しい風景写真を眺めて、仮想鎌倉散策をしてみてください。鎌倉在住の2人の手によるこの書は、鎌倉の魅力をたっぷりと伝えてくれます。さらには、実際にみなさんが鎌倉を訪れるきっかけとなればとてもうれしいです。

なお、鎌倉好きな私にとっては、宝物というべき存在の一書です。

## 北原白秋歌集 (岩波文庫 緑(31)-48-4)

高野公彦 編／岩波書店 911.168//Ki64

中学生の頃、国語の教科書に短歌を学ぶ単元があり、著名な歌人の短歌がアンソロジーとして掲載されていました。その中の1首にとっても心魅かれました。「石崖に子ども七人腰かけて河豚を釣り居り夕焼小焼」という短歌です。目にした瞬間、心にフレーズが染みこみ、原風景のように懐かしく感じ、自宅でこの短歌の風景を絵に描いたことを思い出します。それが私と北原白秋の短歌との出会いでした。その後、朝日新聞に大岡信氏が連載していた文学コラム「折々のうた」で紹介された白秋の短歌「いつしかに春の名残となりにけり昆布干場のたんぼぼの花」も私が好きな作品です。当歌集にこれらの短歌も収載されています。是非、本書をひもといて、皆さんも心に響く作品を探して見てください。



## 美しく愛(かな)しき日本：歌集

岡野弘彦 著／角川書店 911.168//O45

日本人が古代から連綿と継承してきた短歌は、人々の心を紡いだものです。文語短歌ならではの調べの美しさと濃密さを味わいつつ、昭和の戦争と敗戦、および東日本大震災に対する著者の思いに添いながら、学生の皆さんが未来に向けていかに生きてゆくべきか、考えてみるきっかけになることと存じます。



## 金子みすゞと詩の王国 (文春文庫 ま-44-1)

松本侑子 著／文藝春秋 911.58//Ma81

私が初めて金子みすゞの名前と詩を知ったのは平成前期の頃、朝日新聞の「天声人語」で紹介された「私と小鳥と鈴と」でした。「みんなちがって、みんないい」で終わるこの詩を繰り返し読み、それぞれの存在を包み込むように受け止める作者の慈愛の心、視点とその展開、心地よいリズム感や言葉の巧みな並べ方に心魅かれたことを覚えています。この記事には詩人矢崎節夫氏がみすゞの詩を全発掘したこと、及び詩集の刊行についても記されていました。



それから月日が流れ令和の現在、みすゞとその詩はすっかり著名になりました。松本侑子氏の当著作はみすゞの弟・上山雅輔の日記に出会いこれを検討、さらに童謡詩が大正期に流行したものの昭和に入り衰退した時代・社会・文化的な背景などからみすゞを捉え直しました。その結果、従来、みすゞの人物像は薄幸の詩人という面が目立ちがちでしたが、実は知性に溢れ積極的に作品を制作・投稿した、情熱と旺盛な行動力を有した聡明な女性であったことが明らかになりました。みすゞという人物を立体的に描き出した読み応えのある著作です。

なお、私が担当するソフォモアセミナーは、学生さんに本を人生の友にさせていただききっかけとして読書会をテーマにしており、『金子みすゞ名詩集』(彩図社)を近年、対象本の1冊にしています。この書籍も併せてお薦めいたします。

## 舟を編む

三浦しをん 著／光文社 913.6//Mi67

辞書の編集を軸に4人の人物が登場します。辞書の編集に人生をかけた研究者、専門知識を期待されて抜擢された編集者、周囲の人々を気遣う心を持ちながらも辞書作りに情熱を感じられない編集者、花形部署から辞書編集部に異動となり左遷されたように感じている編集者。それぞれが苦悩しながらも、職場における自己の存在意義を見出し、仕事に情熱をそそいでゆく姿が描かれています。社会に出たら苦悩はつきもの。仕事で悩んだ時に思い出していただければ、心の支えになる一書と存じます。



## 羊と鋼の森

宮下奈都 著／文藝春秋 913.6//Mi83

皆さんは、将来どのような仕事に就きたいと思っていますか。大好きなこと・興味を寄せていることを仕事に選び社会貢献ができると、充実した日々をおくることができます。この書物の主人公外村は、高校に来たピアノ調律師板鳥の調律の音色に魅了されました。運命的な出会いを得た外村は、調律師を自分の進路として目指し、専門学校で学び、卒業後、板鳥が勤める楽器店で調律師として働き始めます。さらに、調律師としてよりよい調律ができるよう、悩みながら、努力を重ねていきます。希望する仕事に就けることは、実に幸せなことです。しかし、その為には努力が必要であり、かつ努力を継続してゆくこと、研鑽に努めさらなる向上を目指すことの大切さが描かれています。ひたむきに努力することは実に尊く、人生を豊かに過ごすこととなるでしょう。

静謐感をたたえた文体は、読み進めながら心がとても落ち着き、清々しい読後感を得られます。なお、この書籍は第13回(2016年)本屋大賞を受賞しました。読書が大好きな書店員さんたちが選んだ本屋大賞は、魅力的な書物揃いです。他の受賞作・候補作もお薦めですので、お気に入りの書物を探してみてください。



## ツバキ文具店

小川糸 著／幻冬舎 913.6//O24

主人公は故郷の鎌倉に戻り、家業の文具店兼代書屋を継いだポッポちゃん、こと鳩子さん。新たな出会いを重ねながら、代書を通じて、わだかまりがあった亡き祖母と、心の和解に至る物語です。本書の見どころの1つは、手書きの手紙の表情豊かな筆跡です。さらに、鎌倉の四季の移ろいの中で、日々の生活を丁寧に営む様子も魅力です。祖母のいない世界で「一歩前に踏み出さなくてはいけない」との思いに達し、祖母への手紙をしたためたポッポちゃんは、思いを行動に移し、人生を静かに切り開いていきます。その様子は、是非とも続編の『キラキラ共和国』(幻冬舎)をひもといて、ご確認ください。



## カシス川

荻野アンナ 著／文藝春秋 913.6//O25

少子高齢化の現在、介護に関する小説やルポルタージュが多々刊行されています。本書は少子高齢化時代の究極な介護—一人っ子（しかも闘病中）で3人の身内を看取った著者の体験—を7編からなる小説にまとめたものです。小説ですが、介護者にとまどい、心を痛める被介護者の言葉や行動は、介護の現場での現実そのものです。肉親であるからこそ、言葉に尽くしがたい動揺・傷心・失望・絶望、そしてその繰り返し。壮絶な日々のいくつかの破片を、著者は小説というオブラートに包んで文学に昇華させました。同じ体験をした（している）読者には、共感、受容を持って心の救いになります。この小説は理解がむずかしいところもあるかもしれませんが、将来、介護に直面した時、きっと納得できるでしょう。その時にこの本を思い出してひもといてください。きっと、救いの小船が見えると存じます。



## 太郎物語 大学編（新潮文庫 そ-1-11）

曾野綾子 著／新潮社 913.6//So44

長いようであつという間の大学生活。実り豊かな日々となるか否かは、皆さん次第です。主人公の太郎君は一年生。学び、遊び、考え、時には悩みながら、生き生きと日々を過ごしています。皆さんはどのような毎日を過ごしていますか。同世代の太郎君の日常だからこそ、大学生活をいかに過ごすべきかの示唆が得られる一書と思います。

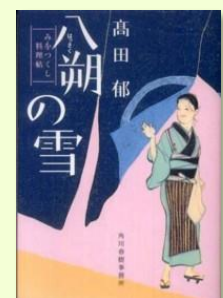


## みをつくし料理帖 全10巻／みをつくし献立帖

（ハルキ文庫 時代小説文庫 た 19-1～5, 7～12）

高田郁 著／角川春樹事務所 913.6//Ta28

幼い頃に故郷の大坂で水害により両親を亡くした主人公の漣が、江戸で料理の道に奮闘する姿を描いた歴史小説です。努力を尽くすにもかかわらず、繰り返しかえし遭遇する理不尽に苦しみ絶望に陥りながらも、自分が選んだ料理の道に突き進んでいく様子は、清しく実に天晴れです。漣が考案した料理はとておいしそう。食いしん坊な方、読み味わってみてください。この本と出会った契機は、2014年末に大学時代のサークルの仲間と会食した際に読書談義が盛り上がり、私がきっと好きそうな本として先輩がお勧めくださいました。読み始めると魅了されて全10冊を一気に読了しました。お仲間での読書談義も良書に出会える良い機会ですので、併せてお勧めいたします。



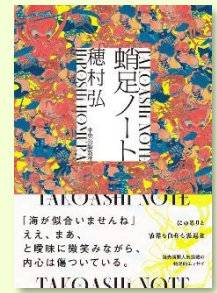


## 蛸足ノート

穂村弘 著／中央公論新社 914.6//H83

本書との出会いは帰宅途中に立ち寄る馴染みの書店で、透明プラスチック製のカバーを纏い、独特な色合いと模様の表紙が目飛び込んできたことによります。手に取ってみるとこの装画は江戸時代後期の浮世絵師歌川国芳の「流行蛸の遊び」をコラージュしたものでした。さらに、帯には「海が似合いませんね」ええ、まあ、と曖昧に微笑みながら、内心は傷ついている。」と…。一体なぜ、海が似合わないと言われたの？、傷ついたなんてかわいそうと、気になり目次で当該箇所を探し読むと、実際には「クスッ」と笑ってしまう内容でした。他の箇所もばらばらと眺めると、様々な心模様が描かれ、「そうそう！」と同感することや、心がほんわりとする話が多々ありました。家に連れて帰ってゆっくり読みたく思い、即刻購入しました。絡みつく蛸の足の如く、本に捕まえられた…感があります。

著者穂村氏は口語短歌の代表的歌人の1人で、かつ評論やエッセイ、絵本などの分野も手掛け多彩な活躍をしています。本書は読売新聞の夕刊で現在も連載しているエッセイをまとめたものです。見開きで2頁ずつのエッセイは、本を読むことが苦手という方にもきっと息切れせずに楽しみながら読めると思います。



## 窓ぎわのトットちゃん

黒柳徹子 著／講談社 916//Ku78

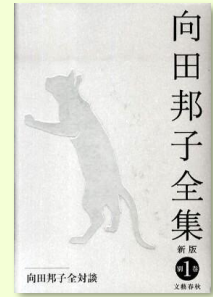
初めてこの著作を読んだのは、初版刊行直後で高校生の頃でした。いわさきちひろさんの手によるかわいらしい少女が描かれた表紙をひらき、読み進めると天真爛漫な主人公トットちゃんに魅了されました。次にこの書物をひもといたのは大学時代。教員を目指し教職科目を履修していた日々でした。本書に出てくる校長先生の包み込むような優しさ、一人一人の生徒の個性を見つめ、大切に伸ばしてゆく教育に、教育者および教育の場としての理想の姿を見出し、感銘をうけました。3回目にこの著作を手にしたのは今年（平成29年）の春、書店で文庫版を見て、懐かしく思いました。久々に読んだ本書は、戦争の空襲によるトモエ学園の焼失、それに伴うトットちゃんの幸せな学園生活の終焉に一入心を痛め、静かな反戦小説と感じました。1度読んだ本でも、後に読み直すと、その折々で心に響く事項が変わります。読み手の年齢・立場、さらには読み手を取り巻く環境・世相により、1冊の本は様々に語りかけてくれます。そして、隣国のミサイル発射の報道を頻繁に耳にするこの頃、戦争は絶対悪であることと、平和の尊さを改めて心に留めていただきたく、本書をお薦めいたします。



## 向田邦子全集 全11巻, 別1巻, 別2巻 新版

向田邦子 著／文藝春秋 918.68//Mu27//1~11, 別1, 別2

2021年は向田邦子氏の没後40年。向田氏を偲ぶ特別企画の書籍や著者の文庫本が重版されて書店に並びました。昭和のラジオ・テレビの脚本家として多くの名作品を手がけ、エッセイスト・小説家として注目され始めた直後に直木賞受賞、しかしその1年後に不慮の事故で急逝された向田氏の作品は、人の心の機微を巧みにとらえ描き出し、今なお多くのファンがいます。私もその1人です。『思い出トランプ』『あ・うん』をはじめとしてお薦めしたい作品ばかりですので、全集を推薦します。昭和という時代を知る文学作品として、好きな巻から紐解いてみてください。

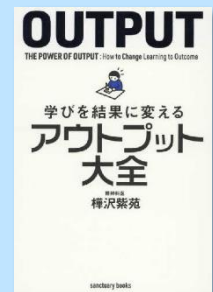


## ■ 経済学部経済学科 小山真理子先生

### 学びを結果に変えるアウトプット大全 (Sanctuary books)

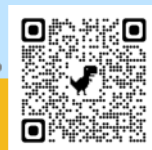
樺沢紫苑 著／サンクチュアリ出版 002.7//Ka11

いくらたくさんの本を読んでも、インプットだけでは成長はありません。「メルマガ毎日発行13年」「Facebook毎日更新8年」「年2~3冊の出版連続10年」「新作セミナー毎月2回以上連続9年」などなど、日本一情報発信し続ける精神科医が公開する、すぐに実践できるアウトプットの極意が満載です！



電子ブック版はこちら

LibrariE



### ミライの授業

瀧本哲史 著／講談社 159.7//Ta73

学校は未来と希望の工場である。そして君たちは魔法を学んでいる。著者が全国の学校を訪れて開講した特別講義「未来を作る5つの法則」のエッセンスをぎゅっと凝縮。中学生向けと侮るなかれ、大人が読んでも目から鱗！偉人達の生き様に感動の一冊です。



### ゼロから始める都市型狩猟採集生活

坂口恭平 著／太田出版 368.2//Sa28

〈都市の幸〉で暮らす一。『0円ハウス』『隅田川のエジソン』で話題の、自称「建てない建築家」坂口氏による、目からウロコの都市生活方法論！高い解析度を持った目で都市生活を見つめ直すことで、自分の何気ない日常を改めて振り返ることができるでしょう。



## 名画の謎 ギリシャ神話篇, 旧約・新約聖書篇, 陰謀の歴史篇, 対決篇 (中野京子と読み解く)

中野京子 著/文藝春秋 723//N39

西洋絵画を見ても、キリスト教やギリシャ神話などに関する知識がないので、何の場面が描かれているのかさっぱりわからない。そんな貴方の頼もしい指南役となる本シリーズ。とにかくわかりやすくて滅法面白い。これを読んでぜひ美術館に足を運んでください。



## 語彙力こそが教養である (角川新書 K-56)

齋藤孝 著/KADOKAWA 814//Sa25

「言葉は身の丈」。語彙力が豊かになれば、周りから一目置かれる存在になるだけではなく、見える世界も変わります! 古今の名著はもちろん、テレビやネット、SNSなどを駆使した語彙力アップトレーニングが、今すぐできる指南書です。



## 入門・やさしい日本語 : 外国人と日本語で話そう

吉開章 著/アスク出版 817.8//Y89

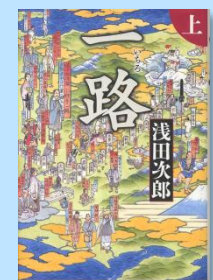
日本語を学ぶ外国人には、英語でなくやさしい日本語で話せばいい、と気づくだけで、外国人と話せる機会が増えます。ただ、やさしい日本語はあなたが話す日本語と少し違います。ちょっとしたコツが必要です。あなたもやさしい日本語を学んで、外国人と日本語で話してみませんか?



## 一路上, 下

浅田次郎 著/中央公論新社 913.6//A81//1, 2

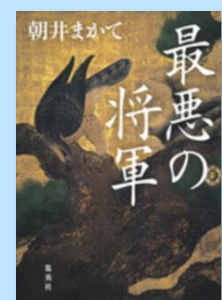
時は幕末、19歳の小野寺一路は、父の突然の死により家督を継いで、江戸への参勤交代を差配することになる。笑って泣ける道行をともに旅しながら、豊かな日本語の美しさに酔いしれてください。山口晃画伯の表紙絵も必見!



## 最悪の將軍

朝井まかて 著/集英社 913.6//A83

江戸の昔も、政治は「村度」で歪められていた?? 生類憐みの令で知られる江戸幕府の五代將軍・徳川綱吉の、知られざる劇的な生涯を描いた傑作長編。現代の私たちが動物を愛する心を持ち、ペットと幸せに暮らせるのは、実は彼のおかげかもしれません。



## 活版印刷三日月堂 1～6巻 (ポプラ文庫)

ほしおさなえ 著/ポプラ社 913.6//H92

古びた印刷所「三日月堂」が営むのは、一文字一文字活字を拾って印刷する昔ながらの活版印刷。仕事を依頼に訪れる様々な人たちとの物語を通して、人が生きる意味、働く意味を考えさせられます。本学からもほど近い東上線の小江戸・川越が舞台です。

※飯田橋には「印刷博物館」があり、そこでは活版印刷の体験やワークショップなども行われています。



## 青が散る

宮本輝 著/文藝春秋 913.6//Mi77

新設大学のテニス部員たちを主人公とした、「定番中の定番」ともいえる青春小説。若さの持つ喜びや悲しみ、輝きや苦渋などが、今まさに学生生活を謳歌する皆さんの胸にストレートに響くと思います。大学時代の今読まなくていつ読むの?という一冊です!

## また、桜の国で

須賀しのぶ 著/祥伝社 913.6//Su21

第二次世界大戦が勃発しナチス・ドイツに蹂躪される欧州を舞台に、ショパンの名曲『革命のエチュード』が繋ぐ日本とポーランドの知られざる歴史秘話。本学にも毎年交換留学生が訪れている「ポーランド」という国の深い魅力に、ぜひ触れてみてください。



## 黛家の兄弟

砂原浩太郎 著/講談社 913.6//Su73

主人公は 17 歳の武士。神山藩で代々筆頭家老の黛家。穏やかな青春の日々を過ごしていた三男の三郎は、大目付を務める黒沢家に婿入りし政務を学び始める。そんな中、黛家の未来を揺るがす大事件が起こり、その理不尽な顛末に三兄弟は翻弄されていく。同年代のみなさんに今こそ読んでほしい清冽な時代小説です。



## パチンコ 上, 下

ミン・ジン・リー 著/池田真紀子 訳/文藝春秋 933.7//L51//1, 2

日本に併合された朝鮮半島、釜山沖の影島。下宿屋の娘キム・ソングジャが出会ったのは、日本との貿易を生業とするハンスという男だった。1910年の朝鮮半島で幕を開け、舞台は大阪、そして横浜へ。四世代にわたる在日コリアン家族の苦闘の歴史を描き、世界中の読者を感動させた韓国系アメリカ人作家の渾身の大作。





■ 経済学部経済学科 清水昭男先生

天才! : 成功する人々の法則

マルコム・グラッドウェル 著/勝間和代 訳/講談社 159//G48

「天才=成功者は状況の産物である」という主旨の本で、いわゆる「How to」ものではありません。「個人の努力・才能」という変数をゼロとして天才という方程式を解くようになる、、、。作者の頑なな理論展開が本当に楽しい一冊です。



フラット化する世界 : 経済の大転換と人間の未来 上, 下

トーマス・フリードマン 著/日本経済新聞出版社 361.5//F47//1, 2

経済格差を前提としたグローバル化ではなく、標準化が前提となってくる 21 世紀的なグローバル化を観察/展望した一冊です。2004 年までの「世界同時経済成長」を背景に書かれていますが、ここで示されている方向感把握しておきたいですね。



フリー : 「無料」からお金を生み出す新戦略

クリス・アンダーソン 著/高橋則明 訳/日本放送出版協会 675//A46

裾厚 (Fat Tail) の時代のマーケティング戦略をセンセーショナルなタッチと事例でまとめ、富を生み出す背景変化を解説した一冊です。発売と同時に (米国 2009 年) に、ビジネス界では Must Read として意識され、一般図書としても Best Seller となりました。



マンガ学 : マンガによるマンガのためのマンガ理論

スコット・マクラウド 著/海法紀光 訳/美術出版社 726.101//Ma13

マンガと Comics は必ずしも同じではないので、訳書のタイトルは不正確だと思いますが、連続するコマ (絵) を読者のイマジネーションに依存してつなげていくことによって、最終的にストーリーを紡ぎ出そうとする点で、両者は同じです。連続する不安定な飛び石を渡った読者が、最終的に一様な印象を得るというこのアートフォームには、メッセージを正確に/効果的に届けるための「お約束 (理論)」が存在します。





## ■ 現代政策学部社会経済システム学科 飯塚智規先生

### 来るべき民主主義：小平市都道 328 号線と近代政治哲学の諸問題（幻冬舎新書 315）

國分功一郎 著／幻冬舎 318.8365//Ko45

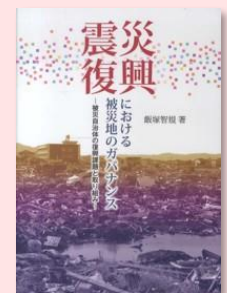
議会制民主主義には、行政権に係わる仕組みがない！本書は、筆者が係わった地元の住民活動や道路問題を通して、民主主義と行政の仕組みの今日的問題を明らかにしている。



### 震災復興における被災地のガバナンス：被災自治体の復興課題と取り組み

飯塚智規 著／芦書房 369.31//I28

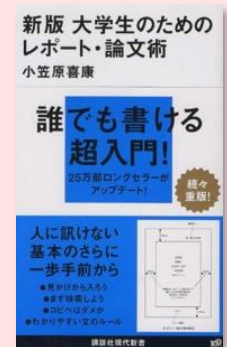
震災からの復興のためには、地元行政や被災者、ボランティアやNPO、国や近隣自治体などの様々なステークホルダーが政策に係わる必要がある。本書から彼らの様々な活動を理解してもらいたい。



### 大学生のためのレポート・論文術（講談社現代新書 2021）

小笠原喜康 著／講談社 816.5//O22

大学生、そして社会人にとって必須の能力の一つとして、文書作成がある。本書はレポート論文を書くための、お作法から始まり、執筆手順や資料収集方法も網羅されている。



## ■ 現代政策学部社会経済システム学科 市川直子先生

### The constitution of Japan : a contextual analysis

Shigenori Matsui/Hart Pub 323.14//Ma77

英語を母語とする学生や留学を希望する学生には特にお勧めです。同著者の『日本国憲法』と合わせて読むと、理解が一層深まるでしょう。

\*「日本国憲法」松井茂記著 第3版 有斐閣, 2007.12 323.14//Ma77

## 裁判百年史ものがたり

夏樹静子 著／文藝春秋 327.02//N58

推理小説家が目をつけた「事実の面白さ、裁判の深さ」を実感しながら、明治以降の著名な事件・裁判を読み進めていくことができます。

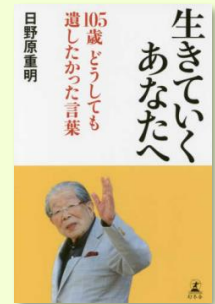


## 現代政策学部社会経済システム学科 大藺陽子先生

### 生きていくあなたへ：105歳どうしても遺したかった言葉

日野原重明 著／幻冬舎 159//H61

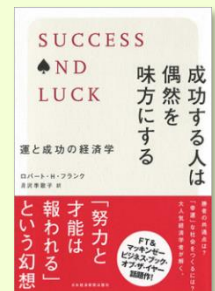
聖路加国際病院の医師であった105歳の著者が、目をつむり、混濁する意識の中で、私たちに語られた19ページの最後のメッセージ（2017年1月31日）が収録されています。生きていく私たちへの温かいメッセージが何度読んでも心に響き、涙ぐんでしまいます。山中伸弥氏（2012年ノーベル生理学・医学賞）もこの本を薦めておられます。



### 成功する人は偶然を味方にする：運と成功の経済学

ロバート・H・フランク 著／月沢李歌子 訳／日本経済新聞出版社 331.04//F44

2018年1月の図書館報（vol.108）のBookMarkで私が紹介した本です。コーネル大学ジョンソンスクール経済学教授の著者は、「ささいな偶然が人生を変える」、「才能があっても努力しても、運なしでは勝てない」と述べています。偶然や運、社会全体の幸運度を上げることについて興味深い考察がなされており、人生を紡いでいく際のヒントがたくさんつまっています。



### 人生がときめく片づけの魔法

近藤麻理恵 著／サンマーク出版 597.5//Ko73//1, 2

著者の教えに従い、引っ越しの際、新しい部屋の1か所に全部の荷物を並べ、ときめくか、ときめかないかをひとつ、ひとつ手に取って判断しました。ときめくものだけを残して、物を収納したところ、きれいに片づけ、リバウンドもしていません。片づけにとどまらない人生の魔法として、40カ国以上で翻訳され、シリーズ累計800万部突破の大ヒットのようです（2017年12月時点）。



※所蔵するのはサンマーク出版の図書です（絶版）。書影は現在、河出書房新社から出版されているものです。

## ■ 現代政策学部社会経済システム学科 土屋正臣先生

### 状況に埋め込まれた学習：正統的周辺参加

ジーン・レイヴ, エティエンヌ・ウェンガー 著/佐伯胖 訳/産業図書 141.33//L38

学習とは個人で完結しない。筆者らは仕立屋や操舵手、産婆などの5つの徒弟制度を分析し、学習とは共同体への参加過程であり、初めは周辺のだが、段階的に関りを深め、複雑さを増してくるものとした。実践的な場に参加する学びは、大学での学びそのものである。なぜ大学生はレポートを書き、発表しなければならないのか、その答えの一つがここにある。



### 豊かさ幻想：戦後日本が目指したもの（角川選書 615）

森正人 著/KADOKAWA 210.76//Mo45

戦後、日本人は開発によって豊かさを手に入れると信じてきました。しかし、実際には環境破壊、経済格差といった社会のひずみを生みだしてきました。それでもなお、今日も豊かさという幻想を追いかけて、ひたすら走り続けているのではないのでしょうか。今後の私たちの暮らしや政策のあり方を考える上で、本書は多くの示唆を与えてくれます。



### 監獄の誕生：監視と処罰

ミシェル・フーコー 著/田村俣 訳/新潮社 326//F42

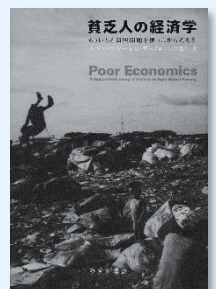
パノプティコンとは円形監獄である。この監獄では、「見られてはいても、こちらには見えない」、「収監されている人は、常に自分が監視されていると自覚することで、自発的に自己を統制するようになる」という特徴があり、病院における患者、学校における児童・生徒、職場における労働者にも当てはまる。近代システムを考える上で示唆に富む名著である。



### 貧乏人の経済学：もういちど貧困問題を根っこから考える

アビジット・V・バナジー, エスター・デュフロ 著/山形浩生 訳/みすず書房 331.87//B18

貧困といえば、明日の食事にも事欠く人々の問題でしょうか。実は世界の貧困問題の実態は異なっています。食糧支援金は多くの食糧の購入ではなく、より高価な食糧の購入に充てられてしまいます。著者は、貧困問題の解決には、政治体制、宗教、慣習といった多領域にわたる改革が必要だと述べています。食糧や金銭的な援助を行えさえすれば、貧困問題が解決するというのは、誤りなのです。



電子ブック版はこちら

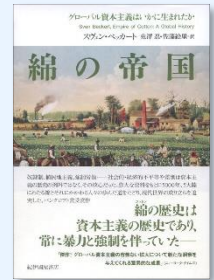
Maruzen  
eBook Library



## 綿の帝国：グローバル資本主義はいかに生まれたか

スヴェン・ベッカート 著／鬼澤忍, 佐藤絵里 翻訳／紀伊國屋書店 586.22//B31

綿は、家庭内の伝統的な織物の原料として使われてきた。しかし、16世紀になると、資本主義社会の成立とともに、世界商品として流通するようになった。そこでは、栽培の労働力としての奴隷貿易や植民地支配など、暴力と支配を伴っていた。本書は、膨大かつ詳細な資料を用いて、綿の帝国が描き出され、今日のグローバル資本主義の成立過程を考える上で重要な示唆を私たちに与えてくれる。



## 現代政策学部社会経済システム学科 真殿仁美先生

### あなたのその苦しみには意味がある (日経プレミアシリーズ 206)

諸富祥彦 著／日本経済新聞出版社 146.8//Mo77

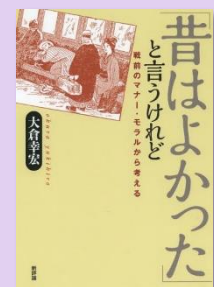
誰も苦しみを経験していますね。その経験している苦しみには意味がある、と著者は本書の中で述べています。人はさまざまな苦しみを通して、自己変容の道へと歩み出していくそうです。本書から苦しみの意味を悟ってください。



### 「昔はよかった」と言うけれど：戦前のマナー・モラルから考える

大倉幸宏 著／新評論 150.21//O57

時代をさかのぼって、戦前のモラルやマナーについて知りたい人はぜひ、読んでください。一読の価値あります。



### 世界名言集

岩波文庫編集部 編／岩波書店 159.8//I95

言葉の持つ深さを味わうことができる書籍です。この名言集を通して、多くの言葉に出会ってください。





**あなたは、あなたでいい：焦らない、比べない**

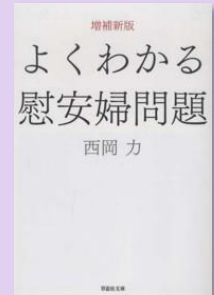
川村妙慶 著／高村あゆみ 絵／PHP 研究所 188.74//Ka95

辛いとき、しんどいとき、または心のバランスを崩しそうになったとき、本書を手にとって読んでみてください。

**よくわかる慰安婦問題（草思社文庫 に1-1）**

西岡力 著／草思社 210.75//N86

きわめて丁寧に検証し、知らなかった事実を発信している書籍です。ぜひ読んでみてください。

**ホセ・ムヒカ：世界でいちばん貧しい大統領（角川文庫 19672 [ム3-1]）**

アンドレス・ダンサ, エルネスト・トゥルボヴィッツ 著／大橋美帆 訳／KADOKAWA

289.3//D39

本書は、2012年にリオデジャネイロで開かれた「持続可能な開発会議」でスピーチをし、一躍有名になった第40代ウルグアイ大統領ホセ・ムヒカ氏の軌跡について記されています。本書を通して、リアリズムを追求した氏の生き方に触れてみませんか。

**教養としての政治学入門（ちくま新書 1393）**

成蹊大学法学部 編／筑摩書房 311.04//Se17

「政治」ってなんだろう？皆さんはこんな疑問を感じたことはありませんか？

この書籍では、権力者は信頼できるか（30頁）、公務員の天下りはなぜなくなる（65頁）、産業構造の転換と「ちびだら飲み」コーヒー（249頁）、トランプ政権誕生の背景（284頁）など、さまざまな視点から「政治」を論じています。楽しく読みすすめることができる「政治」本です。





## アメリカ政治講義 (ちくま新書 1331)

西山隆行 著／筑摩書房 312.53//N87

いま何かと話題になっているアメリカに注目してみましょう。アメリカは2020年に大統領選挙を控えています。本書はアメリカの政党や選挙制度、投票権など大統領選挙に関する詳細な内容に加え、アメリカ社会が抱える不法移民、医療保険、貿易摩擦などのさまざまな課題についても、丁寧にわかりやすく解き明かしてくれます。この書籍を通して、アメリカへの理解を深めていきましょう。



## 中国 4.0 : 暴発する中華帝国 (文春新書 1063)

エドワード・ルトワック 著／奥山真司 訳／文藝春秋 319.22//L97

本書では「新型大国関係」(G2)は、誰が考えだしたのか、なぜ、アメリカはG2を受け入れなかったのか、について興味深い分析が示されています。中国の次の戦略を読み解くうえで、また、私たちが「戦略の論理」を突き詰めて考えるうえで、本書は重要な役割を果たしてくれるでしょう。



## 世界はなぜ社会保障制度を創ったのか：主要9カ国の比較研究

田多英範 編著／ミネルヴァ書房 364.02//Ta16

「社会保障制度とは何か」という根本的な課題を解き明かしたくなったらぜひ、この書籍を読んでください。



## 親を、どうする？

小林裕美子 著／滝乃みわこ 原作協力／実業之日本社 367.7//Ko12

この先、親や兄弟姉妹との関係について、考えたことはありますか？この書籍は、これから誰もが経験することをイラストで紹介しています。

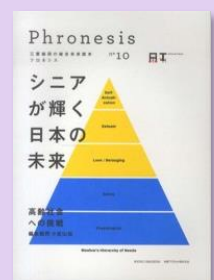


## シニアが輝く日本の未来

(Phronesis : 三菱総研の総合未来読本 / 三菱総合研究所編 10)

三菱総合研究所 編著／丸善プラネット 367.7//Mi63

本書には「プラチナ社会」を構築していくためのヒントがたくさん示されています。なかでも、マズローの欲求5段階説を超高齢社会の文脈にあてはめてとらえなおしている点が興味深いです。この本を読んで一緒に「プラチナ社会」について考えていきましょう。図表や写真がふんだんに盛り込まれ、読みやすい書籍ですよ。『Phronesis』シリーズは、他にも多数刊行されています。



## 破綻を防ぐ 10 のプラン：ジェロントロジーが描く理想の長寿社会

(2030 年超高齢未来 / 東京大学高齢社会総合研究機構 著)

東京大学ジェロントロジー・コンソーシアム 著 / 東洋経済新報社 367.7//To46

超高齢社会をどのように受けとめ、考えるべきかを指し示す良書です。読後は“高齢”の概念ががらりとかわるでしょう。



## 街場の教育論

内田樹 著 / ミシマ社 370.4//U14

現代社会において「教養」とは一体、何を意味しているのでしょうか。また「専門」や「専門家」という言葉は、どのように解釈すればよいのでしょうか。本書はこれらの言葉について、丁寧に解説しています。ぜひ読んでみてください。著者による『街場』シリーズはこの『教育論』以外にも、『中国論』や『アメリカ論』などもあります。



## 経済学部タチバナキ教授が見たニッポンの大学教授と大学生

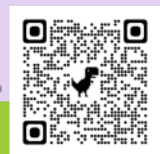
橋本俊詔 著 / 東洋経済新報社 377.1//Ta13

帯の表現が強烈だったので、手に取ってみました。著者は本書の中で「大学」という知の拠点を、批判的に検証しています。厳しい言葉が並んでいますが、大学がいま、どのような状況に置かれているのかを知るには、興味深い書籍です。



電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library



## 知のバリアフリー：「障害」で学びを拓げる

嶺重慎, 広瀬浩二郎 編 / 京都大学学術出版会 378//Mi43

本書は、大学が「障害」や「障害学生」とどのように向き合っていくのか、について考えさせてくれます。「支援を乗り越えて、知のバリアフリーを目指す」とは一体、何を意味しているのでしょうか。本書から「「障害」で学びを拓げる」(副題) 機会につなげていってください。



**化粧の日本史：美意識の移りかわり（歴史文化ライブラリー 427）**

山村博美 著／吉川弘文館 383.5//Y32

「化粧」って何のことでしょうか？この書籍では、古代から現代までの「化粧」の変遷を詳しく解き明かしています。「化粧」について知りたい人におすすめの一冊です。



電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library**熊：人類との「共存」の歴史**

ベルント・ブルンナー 著／伊達淳 訳／白水社 489.57//B78

最近、熊の目撃が相次いでいる、と報道されていますね。そもそも、熊はどのような生き物なのでしょう。本書は、熊と人間の歴史を振り返りながら、両者の関係や共通点などを丁寧にひも解いています。ぜひ、本書から熊と人間の関係について学んでみてください。

**パンダが来た道：人と歩んだ150年**

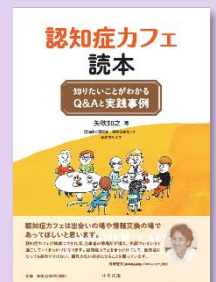
ヘンリー・ニコルズ 著／池村千秋 訳／白水社 489.57//N71

2017年6月12日、上野動物園でパンダが誕生しました。パンダの誕生は人々に大きな喜びをもたらしました。パンダの誕生による経済効果は200億以上との試算も出されています。人はなぜこれほどまで、パンダに魅せられるのでしょうか。本書を通じて、パンダの不思議を解明してみませんか？

**認知症カフェ読本：知りたいことがわかるQ&Aと実践事例**

矢吹知之 著／中央法規出版 493.758//Y12

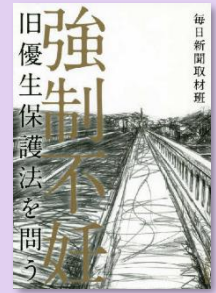
住まいの近くにある認知症カフェ（おれんじカフェ）、に行ったことはありますか？おれんじカフェは、地域に暮らす誰もが参加することができます。そのおれんじカフェについて詳しく知りたい人はぜひ、この書籍を読んでみてください。



**強制不妊：旧優生保護法を問う**

毎日新聞取材班 著／毎日新聞出版 498.25//Ma31

2019年4月「旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた者に対する一時金の支給等に関する法律」が成立しました。優生保護法が母体保護法に改められたのは1996年のことです。21世紀への入り口の手前まで、なぜこの法が存在してきたのでしょうか。強制不妊手術を受けさせられた人たちは、どのような思いで過ごしてきたのでしょうか。本書を通じて闇のなかにある実態に目を向け、この問題にどのように向き合うのかを考えていきましょう。

**じつはもっと怖い外食：外食・中食産業の最前線で聞いた「危険」すぎる話**

(ワニブックス「Plus」新書 157)

南清貴 著／ワニ・プラス 498.54//Mi37

“安いものばかりを追い求める消費の形態が、じつは大事なものを失っていくことに加担しているのではないか・・・(略)・・・この構造を変えない限り、私たちは本当の幸せをつかむことはできない・・・” (本書116頁)。読後、著者のこの言葉が印象に残りました。目の前の食べ物を口にに入れる前に、本書を読んで「食」について真剣に考えてみませんか。



## ■ 現代政策学部社会経済システム学科 柳澤智美先生

**政策学入門：私たちの政策を考える**

新川達郎 編／真山達志[ほか] 著／法律文化社 301//N72

今年、教科書にしようと考えたが値段が少し高く、学生に買わせるには厳しいかと思いましたが、内容もわかりやすくまとまり、読むたびに新しいことを考えさせられる本です。

**楊家将 上, 下 (PHP文庫)**

北方謙三 著／PHP研究所 913.6//Ki65//1, 2

この本を読むと本当に楊業という1人の生き方がステキで史実とはかなり違って素晴らしいとしか言えませんでした。あこがれてしまいます。こんな生き方が出来たらと考えてしまいます。





## インフェルノ 上, 下

ダン・ブラウン 著／越前敏弥 訳／KADOKAWA 933.7//B77//1, 2

ストーリーも楽しいのですが、何よりも、人口問題はこんなにも人の心を悩ますのかと考えさせられました。人の選択や善意の否定の難しさを知ることが出来ます。

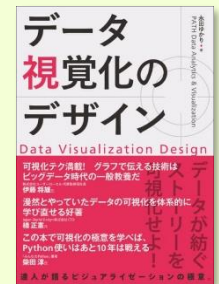


## 経営学部マネジメント総合学科 篠原康男先生

### データ視覚化のデザイン = Data visualization design

永田ゆかり 著／SBクリエイティブ 007.6//N23

何かを伝えるときに、具体的な数字やデータがあると説得力が上がります。そして、その数字やデータを視覚的に「見せる」ことができれば、その数字やデータが持つ意味をより理解する手助けになります。本書を通じて、数字やデータを「魅せる」こともぜひ意識してもらえれば幸いです。



### 数学的に話す技術書く技術：文系の人も使える!

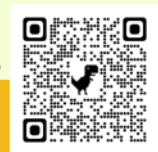
曾布川拓也, 山本直人 著／東洋経済新報社 410.4//So12

「文系（≡経営学部）には数学はいらない」という人、数学や数字そのものに対して苦手意識を持つ人にこそ、おススメしたい本です。数学はあくまで「ツール」であり、何に役立つかではなく、身の回りの現象や仕事にどう活かしていくかを考えてみると、今まで気づけなかったことが見えてくるはずです。



電子ブック版はこちら

LibrariE





## ■ 経営学部マネジメント総合学科 田部溪哉先生

### 転換期を生きるきみたちへ：中高生に伝えておきたいたいせつなこと（犀の教室）

内田樹 編／岡田憲治[ほか] 著／晶文社 304//U14

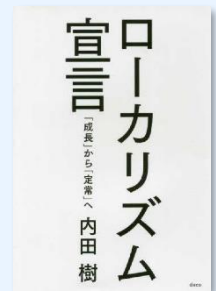
人口が減っていく社会は、今生きている人々が体験したことのない、未知のものです。これから先を生きていかなければならない君たちが知っておかなければならないことを、11人の著者たちが解説しています。



### ローカリズム宣言：「成長」から「定常」へ

内田樹 著／デコ 304//U14

「厳しい競争社会でどう生き残るか？」という論調で煽る人はたくさんいますが、私は生きることって誰にでもできるくらい簡単でなきゃいけないと思いますね。いま「何か生きづらいなあ」と思っている人、この本で生きづらさは解消しないでしょうが、何で生きづらいのかを掴むヒントは得られると思います。



### 先生はえらい（ちくまプリマー新書 002）

内田樹 著／筑摩書房 370.4//U14

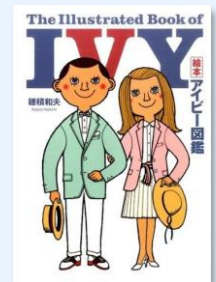
先生である私からお薦めしにくいタイトルですが…。みなさんは今「学ぶ」という行為と関わることを避けられません。ここで、「学んで得られるもの」と「それを得るための対価」を天秤に掛けて、勉強するかどうかを決めていますか。この考え方が正しいと思った人に、この本を読むことをお勧めします。



### 絵本アイビー図鑑

穂積和夫 著／万来舎 589.2//H97

「ファッションにルールはない」。その是非はさておき、歴史はあります。1960年代の日本では、若者の間でアイビースタイルが活況だったそうです。この本は、彼らの着こなしをイラストとともに解説しています。ここで紹介されている格好の大学生はもういないかもしれませんが、品の良い服装、着合わせの基本を理解できます。



## 世代×性別×ブランドで切る! : 3万人調査が語るニッポンの消費生活

マクロミルブランドデータバンク 著/日経デザイン 編/日経 BP 社 675.2//B91

おじさんとカラオケに行くと必ずやジェネレーションギャップを感じます。好きなアーティストが世代で違うように、好きなスポーツ、持っているブランド、乗っている車なども違うものです。それでは実際どのくらい違うのか、3万人以上に行なったアンケートの結果をまとめたのがこちらの本。眺めるだけでも面白いです。



## レポート・論文をさらによくする「書き直し」ガイド :

大学生・大学院生のための自己点検法 29

佐渡島紗織, 坂本麻裕子, 大野真澄 編著/大修館書店 816.5//Sa13

大学ではレポートの作成を求められる機会がたくさんあります。うまく仕上げるためのコツの一つは、一度書いた文章を見直して、修正することです。この本には、一度書いたレポートをどのように見直せばよいかについて、ポイントがまとめられています。



## ■ 経営学部マネジメント総合学科 千葉佳裕先生

### ゾーンの入り方 (集英社新書 0905C)

室伏広治 著/集英社 780.7//Mu72

「周りの人間が止まって見える」「ボールが止まって見える」このような極限の集中状態を「ゾーン」と言います。一流のスポーツ選手は意識的にこの「ゾーン」に入ることができると言われています。この本はアテネオリンピックハンマー投で金メダルに輝いた室伏広治選手のゾーンの入り方について書かれた著書です。アスリートなら必ず手にとりましょう。

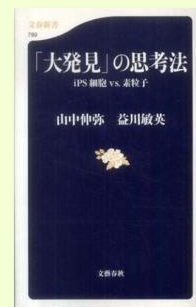


## 理学部数学科 小木曾岳義先生

### 「大発見」の思考法：iPS細胞 vs.素粒子（文春新書 789）

山中伸弥, 益川敏英 著／文藝春秋 404//Y34

この本は、2008年にノーベル物理学賞を受賞した益川敏英先生が、2012年にノーベル生理学医学賞を受賞した山中伸弥先生に次々と鋭い質問をしていく形で、展開して行く、対話型の形式でまとめられている本である。この本の中で、特に面白かったのが、セレンビリティーについての議論と、失敗談である。（ちなみに、この本の出版は2011年で、この時、山中先生はまだ受賞をしていません。）



### 攻める健康法：“守り”におさらば! たぎる肉体を取り戻せ（双葉新書 105）

三浦雄一郎 著／双葉社 498.3//Mi67

大きな目標を達成するために、どの様に準備をし、どの様な心構えで望むかということが書かれている。登山に限らず全ての大きな目標にチャレンジしていくことに通じる内容が、大変ユーモアたっぷりの文章で語られている。幸運にも今年3月に著者にお招き頂く機会があり、80代とは思えない若い考えと肉体をお持ちの方だと感じた。

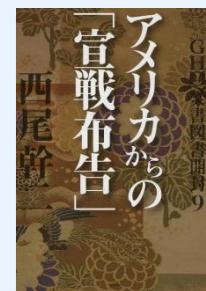


## 理学部化学科 石川満先生

### アメリカからの「宣戦布告」（GHQ 焚書図書開封 9）

西尾幹二 著／徳間書店 023.8//N86//9

日本は1941年に米国と戦争を始めて45年に敗北した。なぜ、日本（米国）は米国（日本）と戦争したのか。当時の日本の立場を著した書籍は米国の政策によって、終戦直後、日本国民の目から封印されてしまった。本書を含めた1～9巻には、日米開戦に至るまでの経緯を含む戦前の日本の国際的立場が克明に記されている。今日の米国の対日外交、TPP交渉など、における時代を越えた対日政策の根幹を理解するためにも本書（第9巻）は極めて有用である。



## フーリエの冒険

トランスナショナルカレッジオブレックス 編／言語交流研究所ヒッポファミリークラブ

413.59//To66

本学生も含め、数学を使う立場の理工系なのに数学の学習に抵抗感を抱いている学生は少なくないでしょう。その原因のひとつは、一般に数学書の記述が無味乾燥なことが挙げられます。無味乾燥とは「定義あるいは公理→定理の証明→例題→演習問題」という流れであり、“なぜそのような考え方や方法が必要か”や“何がありがたいのか”といった十分な説明がないことを指します。本書は無味乾燥とは一味違う数学書なので、化学・薬学生に一読を薦めます。



## 理学部化学科 宇和田貴之先生

### 陰謀の日本中世史 (角川新書 K-196)

呉座勇一 著／KADOKAWA 210.4//G74

事実は往々にして複雑であり単純化して語ることは難しいものだが、そんなことはお構いなしに断言してくれるのが自然科学では似非(エセ)科学であり歴史では陰謀論である。それらは単純すぎるほどの「わかりやすさ」や信じたいことを信じさせてくれる「心地よさ」のために人気があるが、当然真実ではない。本書は本能寺の変や関ヶ原の戦いなど日本史で人気のある事項について、最新の学説を紹介しつつこれらについての陰謀論を批判・論破し、最後にはなぜ陰謀論が跋扈(バッコ)するかを検証している。ある程度歴史の事前知識は必要になるが、これを読めば似非科学も含めて「わかりやすさ」「心地よさ」に騙されないようになる、かもしれない。それをリテラシーといって大学生に求められるものだと思う。



### 三国志きらめく群像 (ちくま文庫)

高島俊男 著／筑摩書房 222.043//Ta54

歴史の入門に最もよいのは優れた歴史物語を読むことで、その次の段階がいろいろな資料を検討して多面的に歴史を捉えることです。中国・三国志の物語(三国志演義)、正史(正統な歴史書)、その注釈など多くの文献に精通した著者が三国志の英雄の実像を列伝形式で紹介します。物語以上の奥深さを感じることでしょう。三国志の好きな人は是非読んでみてください。というか、三国志を知らないとなんの面白味もわからない、第二段階の本です。





## 世界のすごい巨像（地球の歩き方 Books W08 . 旅の図鑑シリーズ）

地球の歩き方編集室 編集／地球の歩き方, 学研プラス(発売)／2021.8.

290.93//C44//W08

みんなが見たことのある巨像といえば牛久の大仏になるんですが、特に信仰心のない私でもあれを見ると息を呑みます。大きさゆえの圧倒的な存在感だけでなく像にこめられた多くの人の思いとがそうさせるのでしょう。

この本で紹介されているのは世界各地にある古今の巨像です。これらの像がいったいどのような経緯で、誰の思いにより作られたのかを想像すると、世界に対する興味と関心が高まるのではないのでしょうか。なお、私は中国の樂山大仏を一度見てみたいと思っています。



## 大東亞科學綺譚

荒俣宏 著／筑摩書房 402.8//A64

つい数十年前まで、科学はプロジェクトで行うものではなく、もっと個人的な営みであった。それゆえ研究者の個性を直接反映するものであった。本書ではそんな時代の日本の科学者として、アジア初のロボットを作った西村真琴、星新一の父で星製薬創業者の星一、不良華族にして鳥類学者・蜂須賀正氏などを紹介している。彼らの生き様に科学に魅せられたものに通底する爽やかさを感じとることだろう。



## 実験ノートの書き方：誰も教えてくれなかった：研究を成功させるための秘訣

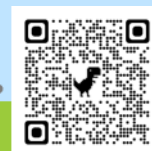
野島高彦 著／化学同人 407//N93

記憶とは思いの他あやふやなもので、都合よく思い込みをしていたり、肝心なことを忘れてしまったり、また時間が経つと薄れてゆくものです。忙しいとなおさらです。そこでどんなことも書き留めて記録することが重要になりますが、それを学ぶ良い機会が理系ならば実験ノートです。単に実験条件や結果をメモするだけではなく、計画や考察やアイデアを文章としてまとめることで、見返したときに実験を頭の中で再現できて様々なことに気づかされ、今後の指針も立てやすくなります。そんな役立つ実験ノートの書き方を教えてくれるのがこの本で、これを通して学んだ記録術は仕事においても応用できるものになるでしょう。



電子ブック版はこちら

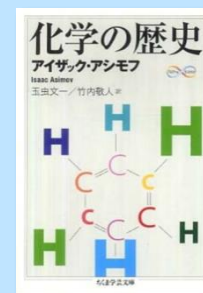
Maruzen  
eBook Library



## 化学の歴史 (ちくま学芸文庫 ア32-1)

アイザック・アシモフ 著／玉虫文一、竹内敬人 訳／筑摩書房 430.2//A92

著者は銀河帝国興亡史などで SF 小説の大家として知られているが、元々は化学者(専門は生化学)。大学で学ぶ学問を歴史の中に置き直し、その学問が成長するにあたっての人類のモチベーションを知ると学ぶ意欲も高まるものと思うが、本書は化学を学ぶ学生にその成立過程を教える、いわば化学興亡史。多彩な登場人物が少しずつ化学を発展させてゆく様は一つの大きな物語であり、君たちも将来そこに登場できる、と信じて学んで欲しい。



## スパイス、爆薬、医薬品：世界史を変えた 17 の化学物質

ペニー・ルクター、ジェイ・バーレサン 著／小林力 訳／中央公論新社 430.2//L46

人類の歴史の各段階、例えば大航海時代、産業革命、帝国主義のそれぞれにおいて大きな役割を果たした“分子”をその構造式とともに解説している。歴史を化学の視点から見つめなおした良書である。同時に、天然物由来の分子の“発見”から需要が生まれ、その結果として天然物と全く同じか改良した分子を人類が合成することに成功した例の紹介にもなっており、化学史の観点からも示唆に富んでいる。



## 世界史は化学でできている：絶対に面白い化学入門

左巻健男 著／ダイヤモンド社 430.2//Sa57

以前紹介した『スパイス、爆薬、医薬品』(J. バーレサン、P. ルクターは世界史の節目で化学物質が果たした役割を描いた本でしたが、こちらの本は科学史(化学史)を世界史とリンクさせながら語る本で、似ているようで目的は異なります。化学を学び始める皆さんが科学史の入門として読むのが最も良いでしょう。世界史の部分が正直ちょっと弱いのが難点ですが。



## これだけは知っておきたい化学実験セーフティガイド

日本化学会 編／化学同人 432.1//N77

化学の実験では安全と環境に十二分に配慮しなければいけません。これは大学でも企業でも同じことです。しかし、それを疎ましく思っはけません。その安全と環境への配慮をよく理解することは、化学という学問の奥深さを理解することと同じ意味を持ちます。化学は役に立つものだからこそ危険を伴うということです。日本化学の総本山がまとめたセーフティガイド、一度目を通して損はないと思います。



**雪（岩波文庫 緑124-2, 31-124-2）**

中谷宇吉郎 著／岩波書店 451.66//N44

フェアブル『昆虫記』、ファラデー『ロウソクの科学』と並ぶ科学読物が、この中谷宇吉郎『雪』である。著者の天然雪の観察に始まる雪に関する研究を紹介した内容となっているが、興味を惹くのは研究そのものよりも、これを例に紹介される科学研究の「方法論」。テーマ選びから問題設定、実験、データのまとめ方、考察まで、一流の研究者がいかにして研究を進めるかを丁寧に見せてくれている。研究職に興味がある学生に推薦したい。

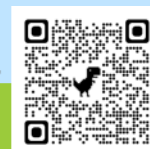
**牧野富太郎：なぜ花は匂うか（Standard books）**

牧野富太郎 著／平凡社 470.4//Ma35

牧野富太郎は明治時代から昭和初期にかけて活躍した植物学者で、「日本植物学の父」と呼ばれています。日本全国を採集旅行をして歩き数多の新種を見つけ分類すると同時に、植物図鑑を作り日本の植物の豊かさを広めた大功労者です。一方でこの方、小学校中退という、今では絶対に考えられない経歴の持ち主でもあります。それでも大学者になれたのは、黎明期ならではの面白さではありますが、それだけ彼が国民に人気があった証拠でもあります。その彼の人気的一端がエッセイに垣間見えます。科学的であるのみならず、万葉集などを引用する詩心、四季への高い感性が垣間見え、幅広い教養と植物への愛情が伝わってきます。さすがに時代がかった文章で今の若者には読みづらいとは思いますが、彼の「写真を越えた」と言われる特徴を捉えた植物のスケッチだけでも見る価値があります。



電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library**ねじとねじ回し：この千年で最高の発明をめぐる物語**

(ハヤカワ文庫 6685. ハヤカワ文庫 NF NF366)

ヴィトルト・リップチンスキ 著／春日井晶子 訳／早川書房 531.44//R93

1543年に鹿児島・種子島にポルトガル人によって鉄砲が伝えられ、当時の日本人はそれを国産化しようと躍起になりました。しかし、鉄の加工の得意な日本人でも困ったのが、銃身をふさぐネジでした。溶接のフタでは火薬の爆発に強度的に耐えられないためどうしてもネジが必要だったのですが、そもそもそれまで日本、いや東洋にはネジがありませんでした。つまり、鉄砲の伝来は西洋からのネジの伝来でもあったのです。この本はそのネジを、西洋の機械文明を支えたこの千年で最高の発明として起源を調べています。単なるネジの話と思いきや、西洋の文明史としてとても面白く展開するスリリングな読み物です。



## ゼロからトースターを作ってみた結果 (新潮文庫 10338, シ-38-22)

トーマス・トウェイツ 著／村井理子 訳／新潮社 545.88//Th9

イギリス大学院生が、卒業研究としてパンを焼くトースターを「一人で」「完全に一から」作ろうとした過程をブログで公開し、それをまとめた本です。パンを焼くだけにしか使えないトースターだって、鉄やマイカやプラスチックなど多くの原料からできています。著者は全ての原料をまず「採掘」(!)するところから始めそれを「精製」し、「加工」して部品にしてゆきますが、この過程一つ一つがとてつもなく困難であることが、彼の体を張った失敗からよくわかります。人類はその困難を一つ一つ乗り越えてきたのです。皆さんの手元の工業製品が、いかに多くの人の手を経て完成したものであるか、多くの人の知恵の結晶であるか、よくわかると思います。



## 誰も語らなかつたジブリを語ろう (Tokyo news books)

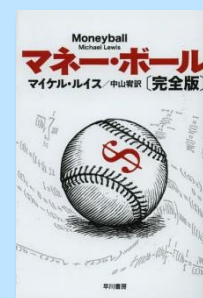
押井守 著／東京ニュース通信社 778.77//O76

皆が当然知ってる宮崎駿の映画ですが、あまりに偉大すぎてなかなか批評の対象にならないものです。そこで宮崎駿と古くから付き合いもあり多くの因縁もある映画監督の押井守が、専門家としての見地と付き合いがなせる遠慮のなさで業界人だから知る裏事情をもとに、今まで気が付かなかったような新鮮な見方を提供してくれます。その新鮮な見方が批評というものの意義です。つまり批評入門としてどうぞ。

## マネー・ボール (ハヤカワ文庫 NF387)

マイケル・ルイス 著／中山宥 訳／早川書房 783.7//L59

アメリカ・メジャーリーグにおいて、選手能力の統計学的な解析(セイバーメトリクス)を採用したオークランド・アスレチックスのGM ビリー・ビーンを中心に描いたノンフィクション。仕事をする上では数字こそが最も重要で、数字を元に判断することで経験や勘に頼らない合理的なマネジメントが可能となる。この本が描くのはその野球における実践。いずれ働く学生みんなに読んで欲しい。



## ルポ電王戦：人間 vs. コンピュータの真実 (NHK 出版新書 436)

松本博文 著／NHK 出版 796//Ma81

将来、人間の仕事の多くが機械に置き換えられるといわれている。例えば車の運転も自動化される見通しと言えばその現実味がわかるだろうか。そんな未来の現実に関心を持って矢面に立っているのがプロの将棋棋士であり、彼らは機械学習により格段に進歩した人工知能と対決しているが、旗色は良くない。機械が人間を上回る将来、人間は何を学んでどう生きるべきかの示唆を与えてくれる良書。





## 日本語の作文技術 新版（朝日文庫 [ほ1-41]）

本多勝一 著／朝日新聞出版 816//H84

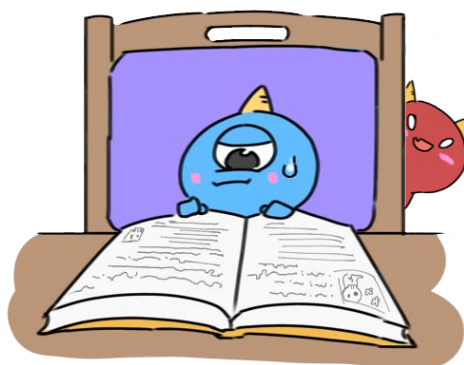
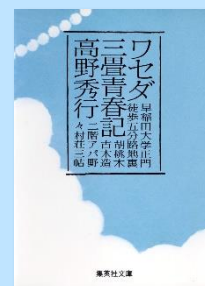
大学生とは文章を書く訓練をする期間でもあります。レポート、卒論、就職活動その他、ありとあらゆるところで文章を書くよう求められます。文章を書くためになにより重要なのは「伝えたい」という気持ちですが、同じくらい重要なのがその「伝えたい」ことを誤解なく伝える能力、つまり作文技術です。この新聞記者による『日本語の作文技術』は"わかりやすい"文章の技術的な解説本としては古典中の古典、名著中の名著で、一度読めば文章を書く際の心構えがまるで変わってきます。その心構えは一生の財産に、きつとなることでしょう。



## ワセダ三畳青春記（集英社文庫）

高野秀行 著／集英社 913.6//Ta47

今、ノンフィクション作家で一番面白いのは高野秀行であると言っても過言ではありません。世界の変なところの奥深くまで取材して面白くルポを書く達人で、『謎の独立国家ソマリランド』が一番面白いと思います。そんな彼がどんな大学生であったのかを描いたこの本。教員としてはあまり参考にして欲しくない学生だったようですが、自分が何者なのかを知り、面白いと思えるものを探すためには必要な時間だったのかもしれません。面白いと思ったら、是非この著者の国際感覚の養われる本も読んでみてください。



## ■ 薬学部薬学科 大嶋繁先生

### 好きになる薬理学・薬物治療学：

薬のしくみと患者に応じた治療薬の選定（好きになるシリーズ）

大井一弥 著／講談社 491.5//O31

薬物治療に必要な薬理学を大切なことを臨床とのつながりを意識して書かれた入門書です。ポイントをしばって、重要事項がまとめられています。薬学部の学生のほか、薬の知識が必要な管理栄養士などにもおすすめです。

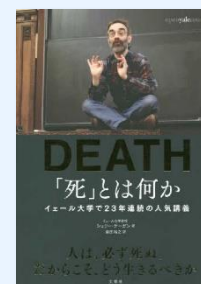


## ■ 薬学部薬学科 畑中朋美先生

### 「死」とは何か：イエール大学で23年連続の人気講義

シェリー・ケーガン 著／柴田裕之 訳／文響社 114.2//Ka16

原題は『DEATH』、正に「死」に関する本である。宗教本でも啓発本でもなく、「死」という現象を、論理的に考察した哲学の本である。感情を排して客観的に「死」を見つめることにより、「人生」に新たな意義を見出せるかもしれない一冊である。



### サピエンス全史：文明の構造と人類の幸福 上, 下

ユヴァル・ノア・ハラリ 著／柴田裕之 訳／河出書房新社 209//H32//1, 2

「人間はなぜ生まれて、どこへ向かって行くのか？」誰もが多少なりとも一度は抱く疑問ではないでしょうか？この本にはその答えのヒントが隠されています。ビル・ゲイツ、ザッカーバーグ、そして畑中が絶賛する世界的ベストセラーです。一読をお勧めします。



電子ブック版はこちら

LibrariE



上巻



下巻

## 薬学部薬学科 渡辺知恵先生

### バッタを倒しにアフリカへ (光文社新書 883)

前野ウルド浩太郎 著/光文社 486.45//Ma27

人類史がはじまって以来、何人たりとも解決することができなかったアフリカの食糧問題に直結するバッタ問題「神の罰」に立ち向かい、一攫千金ならぬ己の人生をかけてサハラ砂漠のあるアフリカ・モーリタニアへ渡った若き日本人研究者バッタ博士の奮闘記。非常に軽快な文章で読みやすく、苦難に遭っても、ユニークな方法で解決していき、適応していく姿は、非常にユーモラスで、共感を覚えるとともに、未知のものへの興味と、夢と希望を与えてくれる一冊である。



### 若き薬剤師への道標：薬学・薬剤師の歴史を辿り、現在を照らす

佐谷圭一 著/エニクリエイティブ 編/薬事日報社 499.04//Sa99

薬学・薬剤師における歴史や今日行われている業務になった経緯、著者の薬剤師としての経験談、人生考などが、コラムの形で興味深い写真とともに紹介されている。著者の若き薬剤師への熱いメッセージや人生考に、今一度自分自身を内省させられる一冊である。



### 薬局新時代：薬樹の決断：「まちの皆さま」の健康を支えるために

鶴蒔靖夫 著/IN 通信社 499.095//Ts85

薬剤師と管理栄養士の連携、「かかりつけ薬局」としての地域の健康への貢献、在宅医療においてターミナルケアを中心とした薬剤師の訪問によるサポート。本書では、「まちの薬局」薬樹株式会社、真に患者に寄り添う新しい薬局のかたちに向かって、これらの実現に向けた挑戦が記されている。社会における薬局の新しい流れを感じ取るとともに、薬剤師や管理栄養士に対する社会の期待、責任、やりがいを感じて頂き、さらに新しい将来を創造する糧として頂きたい一冊である。

## 薬学部医療栄養学科 五十嵐庸先生

### 2時間でおさらいできる戦国史 (だいわ文庫 183-3H)

石黒拡親 著/大和書房 210.47//I73

日本史の中でも、戦国時代はまさに動乱の時代である。しかし、いわゆる受験の日本史では、戦国大名の領国経営などにスポットが当てられる。

本書では、受験日本史では見ることのできない細かなエピソードや農村社会の構図などを、わかりやすく描いている。歴史が苦手な学生も読みやすいと思う。

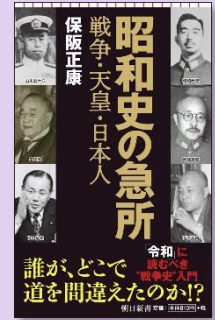


## 昭和史の急所：戦争・天皇・日本人（朝日新書 715）

保阪正康 著／朝日新聞出版 210.7//H91

「当時の日本人が、なぜ戦争へ邁進して行ったのか。なぜ引き返すことができなかったのか。」

本書は、著者が以前発表してきた著作から、本テーマに関する重要部分を抜き出し、再編集したものである。戦争から得た教訓を平和に生かすために、7章に分けて記している。



## 東大教授も惚れる!日本史アツパレな女たち

本郷和人 監修／まんきつ 画／集英社 281//H84

本書は、「歴史は人間が紡ぐもの。男性と女性が織りなすもの。だから、学校で教える女性なしの歴史なんてあり得ない!」というお題目で、東京大学教授である著者が、日本史に出てくる女性を、対決形式で解説している。歴史が苦手な学生も面白く読めると思う。



## 昭和の怪物七つの謎（講談社現代新書 2484, 2518）

保阪正康 著／講談社 281//H91//1

近・現代史の実証的研究により、和辻哲郎賞を受賞している著者が、「戦争の目撃者」として六名を挙げて、戦後七十余年の今だからこそ見えてくる「七つの謎」について切り込んでいる。過去の歴史を現代史の視点で捉えるという著者のライフワークの一端が感じられる。



## 戦国診察室

馬淵まり 著／GH 株式会社（SPP 出版） 281.04//Ma12

本書は、歴史戦国ポータルサイト「武将 JAPAN」に連載されたコラムに、新たな章を加筆し、出版されたものである。

医師でもある著者が、戦国時代に絞り、医学的見地から、病気のみではなく、切腹など幅広いテーマを取り扱っている。歴史ファンのみならず、面白く読める一冊である。



## ビューティフル・マインド：天才数学者の絶望と奇跡

シルヴィア・ナサー 著／塩川優 訳／新潮社 289.3//N55

第74回アカデミー賞4部門を受賞した同名の映画の原作である。映画も素晴らしかったが、本書も素晴らしい。

今いう妄想型統合失調症と診断された天才数学者、ジョン・スティーブ・ナッシュの正気と狂気、そして喜びに満ちた生涯を取り上げている。読者を飽きさせない翻訳も素晴らしい。





**プレゼンテーション Zen : プレゼンのデザインと伝え方に関するシンプルなアイデア 第3版**

ガー・レイノルズ 著／熊谷小百合, 白川部君江 訳／丸善出版 336.49//R29

現代社会において、プレゼンテーションの重要性はますます高まっていると感ぜられる。それは、大学時代のみではなく、社会に出てからのほうが高いかもしれない。

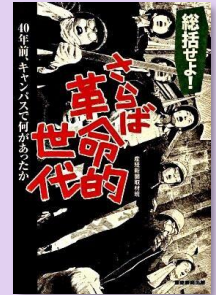
本書は、テキストだらけで余白もなく、魅力もない、いわゆる「最悪」なプレゼンを、魅力的に変えるヒントが満載されている。

**総括せよ!さらば革命的世代 (産経NF文庫 S-5 さ)**

産経新聞取材班 著／潮書房光人新社 377.96//Sa63

本書は、全共闘運動を知らない産経新聞記者による、時代の証言者のインタビューを集めた一冊である。

取材対象者に対し、それぞれの人のそれぞれの総括に考えさせられるものがあり、予想外に楽しめた一冊である。一点残念だったのは、文庫化にあたり趣のあった表紙が変更された事ぐらいだろうか。

**東大全共闘 1968-1969 : フォトドキュメント (角川文庫 20908)**

渡辺眸 著／KADOKAWA 377.96//W46

学生運動真っ只中のバリケードの中で何が起きていたのか。当時、撮影が許された女性写真家が写した闘いから、「1968-1969」を鋭く切り取る。

元・東大全共闘代表の山本義隆氏に浪人時代に予備校で講義を受けた推薦者からすると、とても感慨深い一冊である。今の学生さんたちも、当時日本で何が起きていたのかを知ってほしい。

**πの話 (岩波現代文庫 社会 211)**

野崎昭弘 著／岩波書店 414.12//N98

「円と同じ面積をもつ正方形を作図することはできるか?」という問いは、円周率というものの不思議さを端的に表している。本書は、円周率を歴史上どうやって求めてきたのかを、優しく解説している。推薦者は、「岩波科学の本」版を小学生の時に読み、感銘を受けたのを今でも覚えている。



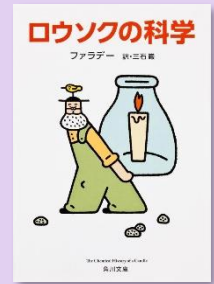
**ロウソクの科学 (角川文庫 17401) 改版**

ファラデー 著/三石巖 訳/角川書店 430.4//F15

偉大な科学者ファラデーが、日本の小学生ぐらいの子供たちに、授業をしつつ実験を行う様子をまとめたもの。

「ロウソクに灯った火」という、誰もがみたことのあるものを題材にしながら、科学の精神が読み取れる。

科学を学ぶ学生さんだけでなく、あらゆる学生さんたちに読んでもらいたい。



## ■ 薬学部医療栄養学科 伊東順太先生

### フリーランスで活躍したい管理栄養士の本：地域にもっと可能性がある!

中田恵津子, 安達美佐, 岩崎祐子 著/女子栄養大学出版部 498.14//N31

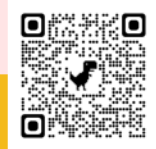
“管理栄養士らしい仕事”とは何か。

「フリーランス管理栄養士」という働き方を通じて管理栄養士としての価値をどう生み出すか、どんなスキルが必要なのかが丁寧に書かれている一冊です。この本から、管理栄養士はフリーランスに限らず、「個人の視点」を持つことで自身の価値を作り出すことがとても大切だ、というメッセージが伝わってきます。



電子ブック版はこちら

LibrariE



### 自炊力：料理（レシピ）以前の食生活改善スキル（光文社新書 975）

白央篤司 著/光文社 596//H19

私が料理が苦手な方への栄養指導の参考にしている本です。『自炊=食材を買って、「1」から作るもの』と思い込んで自炊に二の足を踏んでいる学生さんに読んでもらいたい!本書は、『作らずに、「買う」ことだって自炊です』と、自炊のハードルを下げてくれる本で、「コンビニで必要な買う力」と「味噌汁・スープ」の章は必読です。



## ■ 薬学部医療栄養学科 君羅好史先生

### 学びとは何か：「探究人」になるために（岩波新書 新赤版 1596）

今井むつみ 著／岩波書店 141.33//I43

学んでどういうことだろう？と考えるきっかけとなる一冊だと思います。

知識の断片を覚えるのではなく、「問い」に対する答えを求めて、知識を自分で発見し、使うことで身体の一部にしていく。自分にとっての「学び」とは何かを考えながら、大学生生活を充実させてほしいと思います。



### 「利他」とは何か（集英社新書 1058C）

伊藤亜紗 編／中島岳志 [ほか] 著／集英社 151.5//I89

相手を助けてあげようと考えて行う「利他」は相手を支配することにつながってしまう。自分の行為の結果はコントロールできないと考え、その不確実性を認識しながら、相手が「いる」ことを肯定し、聞くことで他者を発見し、その行為から自分にも変化が起こる。「うつわ」として生きることで、そこに利他が生まれる。「利他」についてたくさん考えることのできる本です。



### なんで僕に聞くんだろう。

幡野広志 著／幻冬舎 159//H42

多発性骨髄腫を発病し、余命宣告を受けた写真家の幡野広志さんのもとに寄せられる人生相談の一つ一つに「なんで僕に聞くんだろう」と感じながらも、相談者に向き合って答えていく幡野さんの「言葉」が詰まった1冊。辛辣だけど否定せず、包み込むようにウィットに飛んだ言葉を織り交ぜて和ませ、相手を肯定し、背中を押す。

この本を読むと、「言葉で人の歩みを止めるのではなく、背中を押してあげられるようになりたい」といっつも思います。

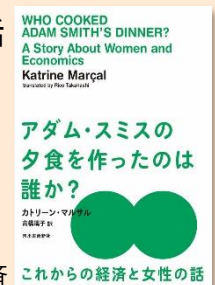


### アダム・スミスの夕食を作ったのは誰か？：これからの経済と女性の話

カトリーン・マルサル 著／高橋璃子 訳／河出書房新社 331//Ma51

利益の追求により夕食が手に入ると言っていたアダム・スミスが夕食にありつけたのは、ステーキを焼いてくれる母親のケアがあったから。

家事労働やケア、そこに居場所を求めざるを得ない女性たち、それらを排除した「経済人」という誤った前提を捨て去って、「女性」「経済」について考えることが必要と教えてくれる本です。



## 他者と働く：「わかりあえなさ」から始める組織論

宇田川元一 著／ニュースピックス 336.3//U26

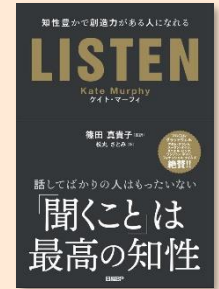
「なんであの人はこんなことも出来ないんだ？」と思った時に立ち止まり考える。そこには自分からは見えていなかった相手のナラティブ（その語りを生み出す解釈の枠組み）があり、それを否定するのではなく、よく観察する。その上で相手の実践を支援することを心掛ける。「わかりあえなさ」をのりこえるためのアプローチについて知ることができます。



## LISTEN：知性豊かで創造力がある人になれる

ケイト・マーフィ 著／松丸さとみ 訳／日経 BP 361.454//Mu78

そもそも「聞く」って意識したことがない、どうやって「聞く」かわからないと感じていた時に出会った本です。寄り道状態の頭で相手の話を聞かない僕のような人間が会話の中で相手の話に集中し、「聴く」ことができるようになるヒントが本書には散りばめられています。「聴く」を努力して実践していきたいなと思うようになりました。



## 視覚化する味覚：食を彩る資本主義（岩波新書 新赤版 1902）

久野愛 著／岩波書店 362.06//H76

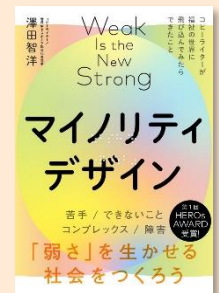
私たちが「自然」だと感じている食品の色はどうやって決められたのか？マーガリンは着色したり、漂白したり、赤いエムアンドエムズが一時姿を消していたり、オレンジもオレンジ色をつけていたり、食品の「色」の歴史的側面を見ることができるおもしろい本です！



## マイノリティデザイン

澤田智洋 著／ライツ社 369.04//Sa93

著者の澤田さんは本書の中で、「弱さ」は克服するものではなく「生かす」ものであり、「伸びしろ」だと書いています。この考え方を知れば、自分や誰かの中にある「マイノリティ」がキラキラして見えてくる。「弱さ」や「ピンチ」を見つけるのが楽しみになってきます。



## 目の見えない人は世界をどう見ているのか（光文社新書 751）

伊藤亜紗 著／光文社 369.275//I89

見えないという障害が、その場のコミュニケーションを変えたり、人と人の関係を深めたりする「触媒」として人間関係の「壁」を低くし、互いが影響し合う「揺れ動く関係」に変えてゆくことに貢献していると書かれています。「障害」について考えるきっかけになる本。読んでみてください。





**縁食論：孤食と共食のあいだ**

藤原辰史 著／ミシマ社 383.8//F56

『食べることと出すこと』から”共食圧力”について考えていて辿り着いた『縁食論 孤食と共食のあいだ』。ちょっと立ち寄れて、でも話さなくてもいいような、人の「ヘリ」がある場所の同じ時間に停泊しているような食・場のあり方「縁食」について考えている一冊。おもしろいですよ。

**探究する精神：職業としての基礎科学（幻冬舎新書 612）**

大栗博司 著／幻冬舎 404//O26

大学生・大学院生の学び、研究者としての考え方と行動について書かれていて、大学1年生や大学院1年生が読むと良いんじゃないかと思います！

著者の大栗さんの「知」の原点としての大型書店での体験と影響を受けた沢山の「本」が紹介されているのもとっても良いんです。

**栄養学を拓いた巨人たち：「病原菌なき難病」征服のドラマ（ブルーバックス B-1811）**

杉晴夫 著／講談社 408//B59//1811

教科書に出てくる栄養素や体の仕組みが、いつ、どのように発見され、解明されてきたのかを知ることができる一冊です。研究者たちの命をかけた研究によって確立されてきた栄養学の歴史に目を向けることで、勉強がより一層面白くなると思います。

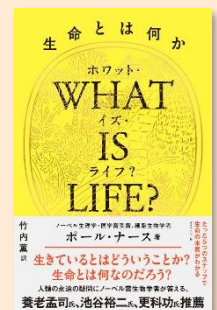


電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library**What (ホワット) is (イズ) life (ライフ)？：生命とは何か**

ポール・ナース 著／竹内薫 訳／ダイヤモンド社 461//N99

ノーベル賞受賞の細胞生物学者ポール・ナースのエッセイは、読み進めるだけで現代生物学の重大な知見が脳内に入ると入ってきちゃいます。「生命とは何か？」を深く考えることの大切さと面白さを存分に教えてくれるとってもワクワクさせてくれる本です。



## 命の格差は止められるか：ハーバード日本人教授の、世界が注目する授業

(小学館 101 新書 174)

イチロー・カワチ 著／小学館 498//Ka91

日本人が持つ「お互いさま」「持ちつ持たれつ」といった連帯意識が日本人の健康を支えてきたとして、健康のためには病院や薬より大切なものがあると書かれています。

「みんなが健康でいられる社会をつくる」ことが目的である「パブリックヘルス」や、一人一人の命をどう救うかではなく、社会全体の健康をいかにして守っていくのかという「社会疫学」という考え方にも触れられる名著です。



## 宇宙に命はあるのか：人類が旅した一千億分の八 (SB新書 426)

小野雅裕 著／SBクリエイティブ 538.9//O67

なぜ人々は宇宙に惹かれるのか？

それはイマジネーションの力が人々を突き動かすから。

「SFの父」ジュール・ベルヌの言葉「人が想像できることは、すべて実現できる」のとおり今もイマジネーションを自由に働かせ、新たな世界を切り開こうとワクワクしている人がたくさんいるはず！

この本を読み終わった僕のように！



## サステナブル・フード革命：食の未来を変えるイノベーション

アマンダ・リトル 著／加藤万里子 訳／インターシフト 610.1//L71

古代農業への回帰かテクノロジーによる改革かの二者択一ではない、革新的で伝統的な「第3の方法」が提示されています。気候変動と人口増加に適応した食料供給について、地球の住人である我々が考え関わる必要があると気づかせてくれる本です。



## 目の見えない白鳥さんとアートを見にいく

川内有緒 著／集英社インターナショナル 707.9//Ka98

目の見えないひとと一緒にアートを見るとしたらあなたはどうしますか？誰かとともにアートを見るという美術館に導かれる"旅"のなかで、分かり合えなさを抱えながら、ただ歩き、一緒に笑うことの素晴らしさについて気づかせてくれます。

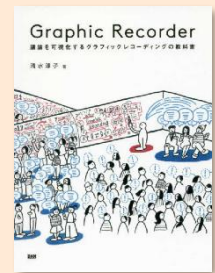


## Graphic recorder : 議論を可視化するグラフィックレコーディングの教科書

清水淳子 著／ビー・エヌ・エヌ新社 809.6//Sh49

暗記が苦手、ノートテイクがうまくいかないなどの悩みを抱える学生さんにオススメなのが「グラフィックレコーディング」です。

漫画だと世界史が覚えられるように、人はイラストによって瞬間的に理解できます。情報をグラフィカルに表現できるようになると、授業の内容などが頭に入りやすくなりますよ。



## 美味礼讃 (文春文庫)

海老沢泰久 著／文芸春秋 913.6//E15

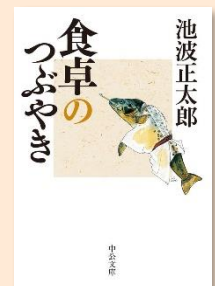
日本に初めてフランス料理をもたらしたといわれる、辻調理師学校の創設者・辻静雄氏をモデルにした小説です。料理の素人が本物を極めるためにフランス全土のレストランを食べ歩き、名だたる料理人たちとの交流を経て本物のフランス料理を日本に伝えようと奮闘した人生がつづられた一冊です。人生において、本物を知ることの大変さと大事さがわかる本です。



## 食卓のつづやき (中公文庫 い-8-9)

池波正太郎 著／中央公論新社 914.6//I34

「鬼平犯科帳」「剣客商売」で有名な時代小説作家の食べものの思い出がいくつも登場します。いろんな料理が出てくるのですが、高級なものや豪華なものよりも、タマネギ味噌や鰹の骨湯、埋豆腐などシンプルな即席飯がなんともうまそうでお腹が空いちゃうエッセイ集です。



## 食べることと出すこと (シリーズケアをひらく)

頭木弘樹 著／医学書院 916//Ka76

食べることは人をつなぐことも断つこともできる。この本を読むことで、相手が食べない理由を想像し、食べることに困難のある人、食によるコミュニケーションに参加したくない人がいることを想像できるようになったと思う。

この本に通じかかった人が様々な解釈をすることができる「弱い本」ぜひ読んでみて下さい。



## ■ 薬学部医療栄養学科 山王丸靖子先生

### 君たちはどう生きるか

吉野源三郎 著／マガジンハウス 159.5//Y92

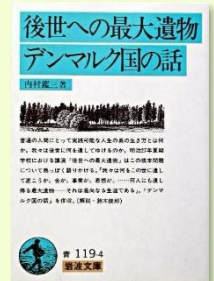
著者の吉野源三郎は明治から昭和に掛けて生き抜いた児童文学者です。主人公コペル君が、学校生活を送る中で「いじめ」「貧乏」「裏切り」など様々な体験をします。その時々感じたことを交換ノート形式で、叔父さんと共有し、考え方や見方を示唆されて心身ともに成長していく過程が描かれています。「僕たちは、自分で自分を決定する力をもっている」私はこの言葉が好きです。皆さんもこの本中から、自分を encourage してくれる言葉を見つけてみませんか？小説はちょっと。。という方には漫画がおすすめです。



### 後世への最大遺物；デンマルク国の話（岩波文庫 青 33-119-4）第 84 刷改版

内村鑑三 著／岩波書店 198.9//U19

『後世への最大遺物』 内村鑑三は明治・大正の無教会主義を唱えたキリスト教思想学者です。その著者が「あなたの人生にはどのような意味があるのか。あなたは後世に何を遺すのか？」と問いかけ、そして自らが答えていく講話をまとめた本です。内村は講話の中で、「残すのはお金か？事業か？文学（思想）か？」と問いかけ、そのどれでもないと話します。そして「後世に残すのは〇〇である」と話して、講話を閉じるのです。皆さん、この本を手に取り、是非「〇〇」を探してみませんか。人生をどのように生きるか、ヒントが得られる本です。



### 銃・病原菌・鉄：一万三〇〇〇年にわたる人類史の謎 上, 下

ジャレド・ダイヤモンド 著／倉骨彰 訳／草思社 204//D71//1, 2

2000年に発行された本作は、ピューリッツァ賞、コスモス国際賞を受賞し世界的ベストセラーとなった。地球上に分布している異なった種族の人間たちはなぜ異なった発展を遂げたのか？著者は36年に渡る調査研究から驚くべき仮説にたどり着く。それは「環境の違い」によるというのである。この見解がどこから、どのように導き出されたのか知りたい方は是非とも、本書を読んでいただきたい。中盤には日本で「刀」が発達した理由についても解き明かされている。知的好奇心を満たすこと、間違いのない稀代の傑作である。





## 歴史を変えた 6 つの飲物 :

ビール、ワイン、蒸留酒、コーヒー、茶、コーラが語るもうひとつの世界史

トム・スタンダージ 著／新井崇嗣 訳／楽工社 383.8//St2

様々な歴史の歩みの中で、実は飲み物が重要な役割を果たしていた!? 私たちが日ごろ何気なく口にしているお茶、コーヒー、ビール、コーラ、ワイン、蒸留酒が、歴史の変化に影響を与えていました。歴史の教科書には載らない「飲み物」の影響を描いた世界的ベストセラーであり、一読の書です。



## スマホ脳 (新潮新書 882)

アンデシュ・ハンセン 著／久山葉子 訳／新潮社 491.371//H29

あなたは一日にどれくらいの時間をスマホに費やしていますか?なんと大人なら平均4時間!!信じられない人は自分のスマホで使用時間とロック解除の回数をチェックしてみましょう。スマホを使用している時間の長さに驚愕するはずです。では、なぜ私たちはスマホが大好きなのでしょう?それは新しい情報を提供してくれるスマホが、私たちの脳内の報酬システムを刺激するからです。そして、いつしか報酬を我慢できなくなり、記憶力や集中力まで低下してしまうのです。そんなスマホの誘惑への対抗策が知りたい方は、スマホではなく本書を是非手にとって読んでください。



## 口語養生訓

貝原益軒原 著／松宮光伸 訳註／日本評論社 498.3//Ka21

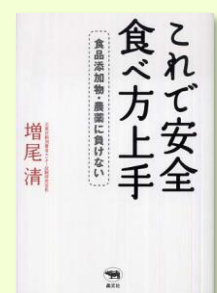
日本が誇る儒学者であり本草学者(薬学)である貝原益軒(1630年—1714年)が亡くなる晩年に記した健康に関する教育書である。この「口語 養生訓」は現代文に読みやすく訳されているとともに、翻訳者が薬学の知識をもとに解説をつけている。薬学の知識がなくても読める「健康の書」である。「腹八分にバランスの良い食事をすること。薬に頼りすぎず、食事が大切である。」と説き、睡眠、運動(労働)についても言及している。現在のがん予防12か条にも通じる「健康のバイブル」である。この本を読めば、昔から言われてきた日本人の健康法が腑に落ちる。



## これで安全食べ方上手 : 食品添加物・農薬に負けない

増尾清 著／晶文社 498.54//Ma68

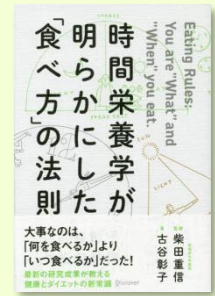
偽造食品、表示違反、食品添加物、農薬、放射能、禁止輸入食品など食品の危険は絶えることはありません。しかし、現代のような便利な社会において農薬や添加物をなくすることはできません。それならば、消費者自身が食の安全を考え、自分の健康を自己防衛するしかありません。下ごしらえ、調理の工夫による「除毒」が科学的見地から、一般の人にもわかるように楽しく解説されています。元東京都消費者センター試験研究室長だった著者が、自らの経験をもとに、食品の安全について語ります。



## 時間栄養学が明らかにした「食べ方」の法則

古谷彰子 著／ディスカヴァー・トゥエンティワン 498.583//F94

「いつ、何を、どれだけ」食べるか？これは管理栄養士でなくても、すべての人が知りたい質問です。自分の好きなものを食べただけいつでも食べたい！というのは、人類共通の飽くなき欲求です。でも、いつまでも健康に元気に暮らしたい。。というのも私たちの大きな願いです。この「時間栄養学が明らかにした食べ方の法則」を読めば、自分の食生活やライフスタイル“特に食事時間”を少し変えるだけで、健康な生活が手に入り、美味しく食事ができるようになるかもしれません。そんなヒントが科学的に解説されています。



電子ブック版はこちら

LibrariE



## 外国語学習の科学：第二言語習得論とは何か（岩波新書 新赤版 1150）

白井恭弘 著／岩波書店 807//Sh81

日本に住んでいて日本語ができれば生活に不自由しない日本人がどのように学習すれば良いのか。長い間、なぜこんなに英語ができないのかと悩んできました。そして、たくさんの英語学習法に関する本を読み漁ってきました。そして、とうとうこの本に出会いました。なぜこれまで悩んできたのか、その理由が本書を読んで腑に落ちました。著者は、日本生まれの日本人で、現在アメリカで教鞭をとっています。英語学習について科学的な研究（言語学、心理学、認知科学）をもとに著者が知見を加えて分かりやすく解説しています。最後の章にまとめられている効果的な学習方法は、英語を学ぶ人には誰にとっても必読です。



## 英語で読む武士道（IBC 対訳ライブラリー）

新渡戸稲造 著／増沢史子 英語解説／IBC パブリッシング 837.7//I11//2

日本銀行の5千円券の肖像画として知られる新渡戸稲造が、38歳の時に英語で執筆したのがこの「武士道」です。新渡戸は、序文に「日本に存在する価値観や道徳教育を説明するためには、封建制と武士道を理解してもらわなければ、説明できない」と記しています。国際化が進む現在、世界の人々により良く日本を知ってもらうためにも、この武士道を読むことを推奨します。この「武士道」には日本人の宗教観、倫理観、価値観が明解に説明されています。日本人である新渡戸の読み易く、かつ格調高い英語が、平易な現代日本語に翻訳されています。英語の勉強にも一役買うことは間違いありません。



**戦国自衛隊 (角川文庫 13650)**

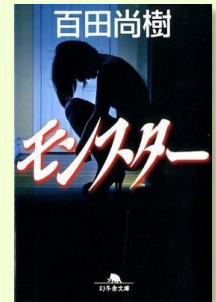
半村良 著／角川書店 913.6//H29

21名の陸上自衛隊員が、演習中に時空の歪みに巻き込まれ、戦国時代にタイムスリップしてしまいます。生き延びるために近代兵器を駆使し、友情を交わした戦国武将とともに天下取りを目指します。しかし、戦国時代の荒ぶる波は、次第に自衛隊員たちの精神を蝕み、やがて。。。。荒唐無稽な SF 物語ですが、それぞれの場面では思わず手に汗を握ること間違いなしです。1979年に公開された映画(千葉真一主演)もおススメです。

**モンスター (幻冬舎文庫 ひ-16-1)**

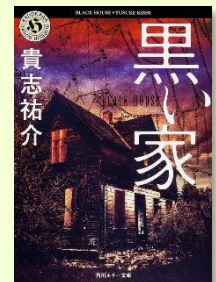
百田尚樹 著／幻冬舎 913.6//H99

生まれつき顔が醜い女性の恋物語である。主人公の未帆は、「バケモン」と呼ばれるほど醜く蔑まれて成長した。そしてある時から、整形を繰り返し完璧な美女に生まれ変わる。美女となった未帆は、醜かった自分をあざ笑い蔑んできた周囲の人間に復讐しつつ、諦めきれない初恋の男性の心を手に入れようともがき苦しむ。。さあ、このストーリーを一人の女性の単なるストーカーの話ととらえるのか、純愛物語ととらえるのか、それはあなたの心次第です。整形手術の現状を丹念に取材して書き上げられた本書は、小説の域を超えて読者の胸に迫ってくる。

**黒い家 (角川ホラー文庫 10875, Hき 2-2)**

貴志祐介 著／角川書店 913.6//Ki56

保険金殺人のホラーミステリー小説である。保険会社に勤務する若槻は、ある中年女性が住む「黒い家」に保険の契約に訪れる。そこで、その家の息子の自死現場に遭遇し、歯車に巻かれるようにして犯罪に絡めとられて行く。「彼ら(サイコパス)は、自分の子供にすら愛情を抱かない！」と若槻は叫ぶ。心理学・生物学的視点に基づき犯罪心理を掘り下げた解説は十分な読み応えがある。最後に若槻の恋人が「わたしは、生まれつき邪悪な人間なんていないと信じているわ」と語るのだが。。その言葉を信じるか信じないかは、本書を手取るあなた次第！！心の底から震え上がる恐怖を感じたい方は、夜中に一人で読むことをおすすめします。



## 小僧の神様：他十篇（岩波文庫 緑 31-046-2）改版

志賀直哉 著／岩波書店 913.6//Sh27

日本を代表する小説家の一人である志賀直哉の作品です。この「小僧の神様」は、貴族院議員 A がお金のない丁稚小僧に高級寿司をご馳走する。というただそれだけのお話です。しかし、議員 A は自分のした行為は欺瞞ではないかと自身を顧みるのです。一方の小僧は、寿司を奢ってくれた名も知らぬ A を「神様」だと思のです。この小説を読むと、誰にでも「神様」はいるのではないかと、心の慰めをもらう事ができます。表題の他には「清兵衛と瓢箪」「赤西蠣太」など、人間の持つユーモアと哀しみを著した十つの短編が収められています。



## 家族八景／七瀬ふたたび／エディプスの恋人（新潮文庫 つ-4-1, 7, 13）改版

筒井康隆 著／新潮社 913.6//Ts93

主人公の七瀬（18歳、女性）は、住み込みのお手伝いとして働いている。七瀬には人の心を読む超能力があり、そのことから生じるトラブルや自分自身との葛藤が中心のフィクション小説である。



人間の深層心理を鋭く描いた描写からは目を離すことができない。人間が心の底では何を考えているのか再考する良い機会となるだろう。興味を持った人には続編の「七瀬ふたたび」「エディプスの恋人」もおすすめです。

## 猫の事務所：宮澤賢治童話選 復刻版

宮澤賢治 著／市村宏 編／シグロ 913.8//Mi89

日本人なら誰でも知っている宮澤賢治氏による童話集です。太平洋戦争後、間もない昭和 24 年に世界平和と幸福を願い、学校で学ぶ生徒さんのために選者らが心を込めて選んだ童話集です。表題「猫の事務所」以下 9 編の童話がおさめられ、「良い人間を作りたい」という宮澤賢治氏の願いが込められた作品に心を打たれます。復刻版のため旧かなづかいなので、古き良き日本の風情が感じられます。佐伯義郎画伯による挿絵の素朴な美しさにも心を惹かれます。

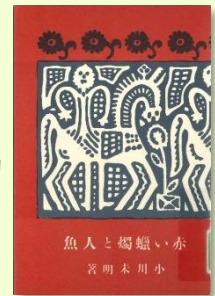


## 赤い蝋燭と人魚

(新選名著復刻全集近代文学館 / 新選名著復刻全集近代文学館・編集委員会編) 復刻版

小川未明 著 / 日本近代文学館 913.8//O24

「日本童話界の父」とも称される偉大な作家、小川未明の童話が18編収められています。表題「赤い蝋燭と人魚」は、子供の幸せを願い人間に預けられた人魚の話です。蝋燭屋を営んでいた老夫婦は、最初は人魚の娘をかわいがっていましたが、しかし、香具師（見世物屋）が大金を提示すると売ってしまい、その結果夫婦と村は災難に見舞われます。人間のきれいな心や、醜い心を扱いつつ教訓が分かりやすく、素朴な文体で綴られています。柔らかい旧仮名遣いに触れてみることをお勧めします。



## ガラスの地球を救え：二十一世紀の君たちへ (知恵の森文庫)

手塚治虫 著 / 光文社 914.6//Te95

1989年に亡くなった、天才漫画家・手塚治虫の最後のメッセージです。代表作火の鳥、ブラックジャックなど、すべての作品を通じ、惜しみなく命への賛辞を発信した理由が明かされています。手塚は「なんとんでも、この世界を、この地球を、未来へとつなげていかねばならない・・・後略」と述べています。暗い話題が多い最近ですが、この本を読めば、明るい未来を信じることができます。そして、自分の持てるエネルギーを再考するに違いありません。



## 知覧からの手紙

水口文乃 著 / 新潮社 916//Mi94

「あなたたちは、命は尊いものと教えられているでしょうけれど、あの時代は、命は国のために捨てるべきものだったの。」そう語る智恵子さんの婚約者・穴沢利夫大尉は、終戦間際の昭和20年4月12日に東シナ海で、特別攻撃隊の隊長として命を散らしました。智恵子さんの口を通して、太平洋戦争に否応なしに巻き込まれた若者の悲劇が語られます。終戦後60年の年月を経ても色あせない、穴沢大尉への想いに胸を打たれます。涙なしには読めないノンフィクションです。若い人にこそ読んでもらいたい1冊です。



## 嵐が丘 上, 下 (岩波文庫 赤 233-1, 2)

エミリー・ブロンテ 著 / 河島弘美 訳 / 岩波書店 933//B75//1, 2

「私よ、開けて」と亡霊キャサリンが窓を叩く衝撃的なシーンから始まる2家族の愛憎の物語である。物語は女中の口を通して、無関係な旅行者へ淡々と語られる。これでもかこれでもかと、悲惨な展開が進む。しかし、それでも人間は希望を捨ててはならないのだ。「嵐が丘」は人間の考える得る最高の奇体な物語である。



## チップス先生、さようなら 新訳

ジェームズ・ヒルトン 著／大島一彦 訳／慧文社 933.7//H58

図書館の新刊コーナーで見つけ、懐かしくなり 30 年ぶりに再読しました。そして、若い時にはわからなかった静かな感動を覚え自然と涙が出ました。訳者は「あとがき」で次のように述べています。「この作品は、読者の側が想像力を十分に発揮しながら一行一行心を込めて読んでいくなら、一人の忘れがたい人物と一つの貴重な人生体験を深い感動とともに読者の心に残してくれるはずである。」一人の教師が全うした人生の話です。学生の皆さんも是非読んでみてください。そして年齢を刻んだ何十年後かに再び手に取り、味わう価値のある作品です。



## 息子が殺人犯になった：コロンバイン高校銃乱射事件・加害生徒の母の告白

(亜紀書房翻訳ノンフィクション・シリーズ 2-16)

スー・クレボルド 著／仁木めぐみ 訳／亜紀書房 936//K13

1999年に世界を震撼させたアメリカのコロンバイン銃乱射事件。37名が死傷した大規模な無差別殺人事件の犯人はわずかに18歳と19歳だった。本書は、我が子の誕生を祝ってから、恐ろしい事件を起こすまで息子の軌跡を、犯人の母親が万感の想いを込めてつづった1冊である。「なぜ気づかなかったのか」「人生のターニングポイントはどこにあるのか」事件から16年が経過した2015年に出版された本書は、ノンフィクションであり精神衛生の分野に深く切り込んだ専門書でもある。加害者の母ではあるものの、最愛の息子を失った母親としての慟哭には心を動かされずにいられない。



## ■ 薬学部医療栄養学科 中里見真紀先生

### アリス・ウォータースの世界：

「オーガニック料理の母」のすべてがわかる

小学館 596.23//A41



### アリスのおいしい革命

アリス・ウォータース, NHK エンタープライズ取材班 著／文藝春秋

596.23//W47



### アリスのオーガニックレシピ

アリス・ウォータース, NHK エンタープライズ取材班 著／文藝春秋

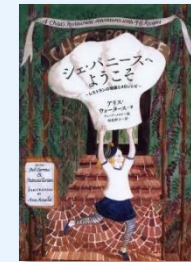
596.23//W47



### シェ・パニースへようこそ：レストランの物語と46レシピ

アリス・ウォータース 著／アン・アーノルド 絵／坂原幹子 訳／

京阪神エルマガジン社 596.23//W47



1971年にアメリカ合衆国サンフランシスコ郊外のバークレーに世界初のオーガニックレストラン「シェ・パニース」がオープンしました。このレストランでは地元オーガニック食材だけを使った日替わりコースメニューが1種類だけ提供されています。これはこのレストランを作った女性、アリス・ウォータースの信念です。

『アリス・ウォータースの世界』では、自然と共に生きるアリスの日常とシンプルで素材を生かしたレシピなどが、インパクトのある綺麗な写真と共に紹介されています。

『アリスのオーガニックレシピ』では、シェ・パニースの人気メニューを中心に20種類のレシピが紹介されています。調理方法やポイントなどが丁寧に記され、すぐにでも作りたくなるレシピばかりです。

『アリスのおいしい革命』は、アリス・ウォータースが提唱する有機栽培、地産地消、スローフードがキーワードとなる9つの料理の原則をレシピと写真と共に紹介した1冊です。アリスのおいしい革命やレシピには、人生を豊かにする知恵が詰まっています。読み終わると食材や食そのものを大切にしたいと思えます。

『シェ・パニースへようこそ～レストランの物語と46レシピ～』は、手書きの可愛らしく美味しそうなイラストと共に、アリス・ウォータースの娘ファニーが簡単なレシピをたくさん紹介する絵本です。シェ・パニースで起こる事件の数々をファニーが楽しくお話してくれるので、子供たちと一緒に読むととても盛り上がりがあります。

## 絵とき金子さんちの有機家庭菜園

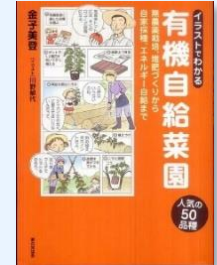
金子美登 著／守田勝治 絵／家の光協会 626.9//Ka53



## イラストでわかる有機自給菜園：

無農薬栽培、堆肥づくりから自家採種、エネルギー自給まで

金子美登 著／川野郁代 イラスト／家の光協会 626.9//Ka53



1971年にアメリカのバークレーで世界初のオーガニックレストラン「シェ・パニース」がオープンした年に、日本の埼玉県小川町では金子美登さんが農業者大学校を卒業し、有機農業を始めました。金子さんは減反政策や公害問題がある中で、「安全でおいしく、栄養価のある」ものをつくり、豊かに自給していくことこそこれからの農業に必要であると言っています。城西大学から車で30分ほどの距離にある小川町下里地区では金子さんの有機農業に対する熱意を周りの人々が受け取り、地域で有機農業に取り組んでいます。金子さんの著書である『イラストでわかる有機自給菜園』や『金子さんちの有機家庭菜園』では、イラストを交え、土作りから作付けの方法、野菜の育て方まで詳しく紹介されています。完全有機栽培で世界の有機栽培の聖地となっている霜里農場のオーナーである金子さんの著書は食の専門家である管理栄養士を目指す学生の皆さんや食に興味のある方におすすめできる本です。

## 薬学部医療栄養学科 古屋牧子先生

### サッコ先生と!からだこころ研究所：小学生と考える「性ってなに？」

高橋幸子 著／リトルモア 367.9//Ta33

産婦人科医、高橋幸子（サッコ）先生の著書です。サッコ先生は、全国の小・中学校や高校での生徒や保護者を対象とした「性教育」の講演やテレビ出演を通し、性教育の普及や啓発に尽力なさっている方です。医者＝体の科学の専門家、という立場から、「性」について科学的にポジティブにわかりやすく書かれている本です。





## がんと共に生きていくときに、知っておいてほしいこと：

### 人生を丸ごと抱きしめて生きるヒント

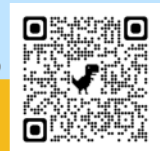
秋山正子 著／山と溪谷社 494.5//A38

長年、訪問看護師としてがん患者の方のケアにあたってきた秋山正子さんの著書です。秋山さんは、2016年、がん患者の方が気楽に立ち寄れる相談室「マギーズ東京」を東京・豊洲に開設し、センター長をなさっています。患者さん自身が自分の中にある力を取り戻せるようサポートするという考え方にとても共感しました。



電子ブック版はこちら

LibrariE



## 薬学部医療栄養学科 松本明世先生

### いま、なぜ専門家集団薬局なのか：薬局の新しい価値をつくるフォーラルの挑戦

鶴蒔靖夫 著／IN 通信社 499.095//Ts85

城西大学薬学部医療栄養学科は、日本で、世界で唯一の薬学部にある「管理栄養士養成課程」です。「薬」を共通言語とする「チーム医療」により、地域で暮らす人々の健康に貢献することを目指しています。フォーラルが展開する薬局では、現在、薬剤師と管理栄養士の連携によるより良い医療サービスが提供されています。さらには、「予防医療」の拠点として、人々のより健康で幸せな暮らしを支えて行こうとしています。この本には、このような取組と薬局のこれからの姿が示されています。

### イベリコ豚を買いに

野地秩嘉 著／小学館 648.2//N93

食べるのが好きな人へお勧めです。スペイン料理で最高の生ハムの原料となっているイベリコ豚への愛情豊かな育て方を垣間見てみませんか。ほんとうに美味しい本物の生ハムが食べたくなってしまいます。



### 短い正義：「60字1メッセージ」で結果が出る文章術

田口まこ 著／ダイヤモンド社 816//Ta19

僕自身は、とても苦手なことである。いくつものメッセージをワンセンテンスに詰め込み、長く読みにくい、文を書きってしまう。それが、読み手に言いたいことを伝わり難しくしていること。同時に、読みたくない気持ちにさせていることが理解できた。

ワンセンテンス・ワンメッセージ。短い文で、伝えたいことをシンプルに伝える文章術。就活のエントリーシート作成に活用して欲しい。



## 地鳴き、小鳥みたいな

保坂和志 著／講談社 913.6//H91

芥川賞作家 保坂和志の短編集、とにかく不思議な文章構成で、読んでいると思考が変になりそうな話の数々です。しかし、普段のとりとめのないお喋りの文脈は、「将にこれら文章のようだ。」と感心させられます。自分の無意識でおこなっている思考をみつめることができそうな1冊です。



## 口福無限 (講談社文芸文庫 < D3)

草野心平 著／講談社 914.6//Ku84

城西大学で学んでいる学生の皆さん、草野心平を知っていますか。そう、「城西大学学歌」を作詞した、とても自然・生き物に造詣の深い詩人です。彼は、食への想いも超一流で、このエッセイを読んでいると、自分でも試してみたくくなります。バラの花びらの酢の物、とても美味しかったです。



## ■ 薬学部医療栄養学科 松本明世先生／藤縄善朗元鶴ヶ島市長※

### ニッポンの奇祭 (講談社現代新書 2441)

小林紀晴 著／講談社 386.1//Ko12

『ニッポンの奇祭』(講談社現代新書)購入、まずは脚折雨乞の章に目を通す。面白い。偉そうに言うが(脚折雨乞とのこれまでの関わりから、言ってもいい立場だ)、よく見てよく書けている。他の章もつられて読んだ。引き込まれた。著者に共感した。「奇祭」という書名は、出版社や編集者の意向だろう。

(※ 元鶴ヶ島市長 藤縄善朗様が Facebook に紹介された書評です。藤縄様に記事の使用をご許可いただきました。)

参考：『埼玉のまつり』 開架3階 386.134//Ta33

『埼玉のまつり(埼玉ふるさとシリーズ 3)』 開架3階 386.134//Sa24



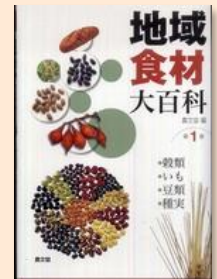
## ■ 薬学部医療栄養学科 松本明世先生、真野博先生

### 地域食材大百科 1-15 巻

農文協 編／農山漁村文化協会 596//N97//1-15

「川越いも」と呼ばれる「紅赤（サツマイモ）」や「下仁田ネギ」など、日本各地の伝統的な食材が紹介されています。自分が生まれ育った地域や、今生活している地域のおもしろい食材を探してみよう！

※この本は松本先生と真野先生、両名からのおすすめです。  
※3F 参考書コーナーにあります。

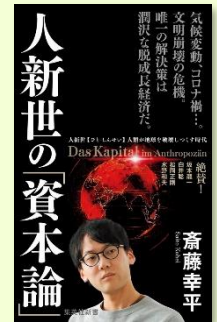


## ■ 薬学部医療栄養学科 真野博先生

### 人新世の「資本論」（集英社新書 1035A）

斎藤幸平 著／集英社 331.6//Sa25

現代社会の問題点を指摘し、あたらしい社会を作らなければ、社会が崩壊する前に地球が危ないと警鐘を鳴らしている。では、どうしたらいいのだろうか？この本を読んで、すべての答えがわかるわけではないが、何が問題なのかは理解できる。読みやすい本ではないがすべての城西大生に読んでもらいたい。



### 忘れられた日本人（岩波文庫 青(33)-164-1）

宮本常一 著／岩波書店 382.1//Mi77

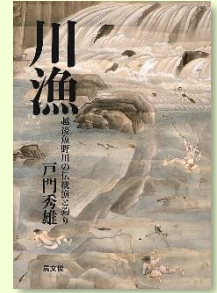
宮本先生は、私の恩師の恩師です。歴史には名前を残さない一人一人の住民が、懸命に生きた時代の記録です。一人の力は弱くとも継続し、努力すれば大きな成果がえられるということが分かります。



**川漁：越後魚野川の伝統漁と釣り**

戸門秀雄 著／農山漁村文化協会 384.36//To28

城西大学近隣の入間市にある郷土料理店「ともん」のご主人で、釣りやキノコ、山菜に関する書籍を多数出版している戸門秀雄氏が執筆した最新本。川で育った魚を食べる。簡単なことだが実際には難しい。川は誰でも目にでき、その川の環境を誰でも確認できるからだ。資本主義は「見えなくすること」でなりたっている。例えば、エコカーの電池製造のために途上国では悲惨な鉱山労働と公害がある。誰でも自分の家の前を流れる川の生き物をとって口にできる環境を目指したい。この本を読んでから、高麗川上流の吾野を訪問し、そのあと「ともん」で高麗川上流で育った鮎や雑魚を食べてみてほしい。

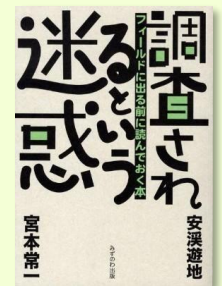


電子ブック版はこちら

Maruzen  
eBook Library**調査されるという迷惑：フィールドに出る前に読んでおく本**

宮本常一、安溪遊地 著／みずのわ出版 389//Mi77

民俗学研究に精通した二人によるブックレット。量的には薄い本であるが、その内容は深く、簡単には読み進まなかった。宮本先生の恩師である渋沢敬三先生の言葉も重い。文系、理系を問わず、人自身や人の暮らしに関わる研究を志す全ての人に読んでいただきたい。私自身、栄養学的な「ヒト試験」と水環境に関する環境教育学のための「聞き取り調査」などを実施しており、留意しても対応できない「迷惑」があることを知り、怖くなった。

**昆虫飛形図鑑：昆虫食の先生、飛んでる虫に魅せられて**

三橋淳 著／八坂書房 486.1//Mi63

昆虫生理学を昆虫培養細胞を使って長年研究していた三橋先生のサイドワーク的研究は「昆虫食」に関する研究。さらに、昆虫飼育や昆虫写真撮影が趣味。卒寿を前に、約10年間こつこつと撮影した昆虫の飛形写真を揃えた本図鑑は圧巻。さらに、昆虫生化学、昆虫文化学などコラムも必読。昆虫飛形写真撮影のテクニックも紹介されている。個人的には「ハナムグリ」の飛形に驚いた。学生の皆さんには、この推薦文を読んで、「パラレルワーク」とは何か？「仕事と趣味」とは何なのか考えるきっかけにしてほしい。さらに、「継続」とはなにか考えるきっかけにもらえるといい。





## ぼくの市場は『森』と『川』”奇跡の料理店”食味歳時記

戸門剛 著／つり人社 596.04//To28

子供の時、野山の植物をとって食べたことはありますか？筆者の戸門 剛氏は、溪流釣り、きのこ・山菜採りの達人。この本には、高麗川周辺で採取された山、里、川の食材情報も満載。「食」に興味のある学生はもちろん、「さかな釣り」、「アウトドア」に興味がある学生に手に取ってもらいたい一冊。「身近な自然」に関心を深めるきっかけにしてほしい。



## 思い込み弁当：栄養士の卵 48 人が、大切なひとりのために考えたお弁当レシピ

栄養学生団体「N」 著／セブン&アイ出版 596.4//E39

城西大学医療栄養学科の 11、13、14 期生の 3 名が、思いを込めて作ったお弁当が掲載されたレシピ本『思い込み弁当』です。

この『思い込み弁当』は管理栄養士の卵である学生たち 48 人が大切な一人のために考えてつくったお弁当レシピを集めた本です。

医療栄養学科以外の皆さんにも参考になるレシピが必ず見つかると思います。



## 職漁師伝：溪流に生きた最後の名人たち

戸門秀雄 著／農山漁村文化協会 664.2//To28

日本各地の職漁師に関する興味深い話を取材という形かたちでまとめてあります。食文化、民俗学、地域、河川環境、民具に興味のある皆さんには読んでほしい本です。特に、最後は、高麗川の「最後の川漁師」の話など貴重な内容が書かれていますので、高麗川プロジェクトに関わる皆さんにとっては必読書です。



## リベラルアーツセンター 高嶺エヴァ先生

### 外国語上達法（岩波新書 黄版 329）

千野栄一 著／岩波書店 807//C47

千野栄一さんは東京外語大学で教授・和光大学で学長を務められた方で、語学の達人と言われた方です。30 年ほど前に書かれた本ですが、語学習得のやる気にさせ、エッセイのような読み物としても面白い本です。



〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1

TEL 049-271-7736

FAX 049-286-8126

URL <https://libopac.josai.ac.jp>

E-mail [library1@josai.ac.jp](mailto:library1@josai.ac.jp)



発行日 2024年4月1日

発行者 城西大学水田記念図書館



- ▶ 使用している書影はすべて図書館が各出版社より掲載許諾を得ています。
- ▶ 無断での転載はご遠慮ください。