

図書案内

2018年 2月号

担当 2-1 櫻田 2-2 砂子 2-4 長谷川 2-5 横道

冬休みも終わり、忙しい日々が戻ってきました。雪も降り、寒く、憂鬱な人もいるかもしれません。そんなとき、心がホッとする瞬間があるだけで気分が変わってきます。そこで今月は「**心があたたまる本**」を紹介し、心をポカポカにあたたためて寒い冬を乗り切りましょう。



ガール 奥田英朗／著

50～60 頁の短編小説集。30 分ほどで1つの物語が読めます。表題作『ガール』は32歳独身の由紀子が、自分はいつまで「ガール」でいられるのか、年下の若い子や年上の若作り女性を見ながら考えて……。どの話から読んでも気軽に楽しめます。心があたたまり、かつ爽快感あふれる一冊です。

女の子は楽しまなくっちゃ。心の中でつぶやいた。

「外見を装う」ことの意味を考える

「ガール」たちは、人としての中身はもちろん、外見を装うことも大事だと考えています。そもそも人はなぜ装うのか？ この疑問を『化粧する脳』（茂木健一郎／著）が答えてくれます。「顔」は口ほどにものを言う？ 人は知らず知らずのうちに、顔でコミュニケーションしている!? 化粧を通じた画期的な研究成果をもとに、人気脳科学者が人間の本質を解き明かします。読みやすいですよ。



化粧する脳

即興詩人(上・下) アンデルセン／著

『人魚姫』『みにくいアヒルの子』など、デンマークを代表する童話作家であるアンデルセンが、童話作家になる前にイタリアを旅行し、そのときの体験をまとめた長編小説。歌姫に思いを寄せる詩人の運命は……？ 登場人物は美男美女、イタリア各地の名勝旧跡や風光明媚な自然のたたずまいを情熱をこめて描写していて、現在でもこの本を読んでからイタリアを訪れる日本人が多いそうです。想像力も心も豊かになれる物語。

この中には飛び立つべきつばさと、魔法の杖がはいっていました。わたくしは自由の身になったのです。



やめるときも、すこやかなるときも 窪美澄／著

過去に大切な何かをおいてきた家具職人の男と、恋を半ば諦めた恋愛初心者の女。ともに32歳の彼らには、数々の障壁が待ち受けている。たとえば、男は毎年12月に声を失う「記念日反応」を持ち、女には劣悪な家庭がある。何か一部が欠けたふたりは、互いに足りないものを埋め合い、そして心を通わせていく。人の優しさをまっすぐ感じることのできる、繊細な恋愛長編小説。

誰かとともにいる時間は永遠には続かないということ、目の前にいる人がある日突然姿を消してしまうこと、その残酷さと無力さを僕は自分の体にきざみつけるように知っていたはずだったのに。

「心のケア」を考える

「記念日反応」とは、身近な人の死や災害などに直面した人が、その出来事のあった日の前後に、つらい経験を思い出して心身に不調をきたすことです。この症状に限らず、いまや精神科の知識は現代人にとって必要不可欠。『世界一やさしい精神科の本』（斎藤環・山登敬之／著）では、発達障害、ひきこもり、対人恐怖、拒食症／過食症、解離、トラウマ、人格障害、うつ病、統合失調症などの症状をやさしく解説。心のケアの第一歩に、悩み相談の手引きに、そしてなにより、自分自身を知るために。興味のある人は是非読んでみてください。



クリスマスを探偵と 伊坂幸太郎／著

あるクリスマスの日、探偵カールはある男を浮気調査のため尾行していた。その男女は女性の豪邸へ入っていき、カールも公園で休憩することに。そのとき、見知らぬ男がカールに話しかけてきた。その男に自分の家族のことやクリスマスの悪い思い出を語るカール。すると、その男が「あるゲーム」を持ちかけてきて——。この男の正体は？ 読後は心に静かなあたたかさが広がります。

普通に考えればこうだけれども、見方を変えると、こういう風にも考えられるよ

「ものの見方」を考える

「見方を変える」のはなかなか難しいですね。しかし、科学の分野では常識とは少し違った「ものの見方」をきっかけに新しい有益な技術が開発され、私たちの生活を便利にしています。『科学的思考とは何だろうか』（瀬戸一夫／著）では、科学の考え方は非常識ではなく、研究者たちの創意工夫が土台に隠れていたことが記されています。好奇心旺盛な人におすすめしたい本です。



図書館にて貸出しています