

図書案内

2020年 1月号

担当 1-7 高木 1-7 山口



こころがあたたかくなる本

新年を迎え、冬の寒さも本格的な季節になってきました。このような時期は、読書をして教養を深め、心を豊かにするのにぴったりです。そんな素敵な時間を過ごし、実りある一年のスタートとするのも一興ですね。さて、今回はみなさんにさむ～い冬にぴったりの「こころがあたたかくなる本」を紹介します。暖房が効いた部屋での一服、そんな時間のお供に一冊の本はいかがですか？本は図書館で貸出しています。



『植物図鑑』 有川浩



さやかと樹の出会い、道で行き倒れている樹を仕事の飲み会帰りのさやかが「拾う」という、とても不思議なものでした。料理上手な樹と、キャリアウーマンであるさやかとの同居生活や、さやかの甘酸っぱい心情が色濃く描かれています。二人でたまに行く野草採りの散歩、その様子がとても愛おしい！植物を通じて育まれていく二人の関係、その行く末をぜひご覧ください。きっとあなたも恋がしたくなるはず。(高木)

そんなことは何も要らない。中途半端なままでいい、一生ずっと一緒にいたいと思って泣いたあの夜を思えば。



『ひと』 小野寺史宜

両親を亡くし、ひとり東京に残された主人公・柏木聖輔。金銭的にも人間関係にも困窮していた彼の人生は、ある一つの出会いによって大きく変わっていく。日々の生活で感じる聖輔の感情に共感できるのではないのでしょうか。逆境の中にあっても諦めない、自分らしくありのままだいる。そんな生き方をする勇気をもらえる作品。(山口)

先は大事。でも今も大事。先は見なければいけない。でも今も疎かにしたくない。だって僕は、生きてる。

『学生時代にやらなくてもいい20のこと』 朝井リョウ



学生時代の失敗やクスッと笑える出来事が独特の表現で書かれています。20の話すべてが実体験に基づいており、笑える箇所に教訓が隠れていたりもします。著者のなかに秘めた本音や他者へのツッコミが、時にハイテンション、時に何かを悟ったような口調で書かれており、老若男女誰にでもオススメできる一冊です。多忙な日々には疲れた心や頭を笑いで癒やしませんか？(高木)

この時すでに、私の頭の中で地球は二つのエリアに区分される。トイレがある場所とトイレがない場所である。

『安心ひきこもりライフ』 勝山実



ひきこもりの生活はどのようなものでしょうか。この本には、ひきこもりに必要な生活の極意が詰まっている。対人関係のトラブル対処法や心構えなど、ひきこもりではない人でも学べるのがたくさん掲載されている。現代におけるひきこもりの事情を痛快的な批評とともに収録。社会での多様な生き方を学べる一冊。(山口)

必要な時に動く。頼まれたことをする。それ以外の時間は休む。この簡素で人間らしい生活を、現代社会でおこなえば、自然と安心ひきこもりライフになります。

鏡餅について



お正月といえいろいろありますが、代表的なものとして「鏡餅」が挙げられます。そこで今回は鏡餅についての豆知識をお届けします。まず、なぜ「鏡」餅というのでしょうか。鏡餅の丸い形は人の魂（心臓）を模したものでいわれ、昔の鏡が円形だったことから「鏡餅」と呼ばれるようになったそうです。次に、なぜ鏡餅は2つセットなのでしょう？ 大小の餅を二つ重ねるのは月（陰）と日（陽）を表し、福德が重なっていると考えられているとのこと。その上に橙（家が代々繁栄する象徴）やゆずり葉、昆布、裏白などを飾って完成です。そして、鏡開きは運を「開く」という意味があり、この餅を食べると、神様の力を得ると考えられているそうです。この機会にお正月特有の行事に思いを馳せてみるのもよいですね。ちなみに、ご飯 100 g の 148kcal に対して餅 100 g は 235kcal。餅はアスリートにおすすめのエネルギー補給食です。長時間動ける体作りのために餅を活用してみてもいいですね。

【出典】日本鏡餅組合 <http://www.kagamimochi.jp/index.html>