

図書案内

2021 年 12 月号

担当 2-1 松山 2-6 地田

こたつのなかで読みたい本



寒さがいちだんと厳しくなってきました。冷える日は、こたつにはいって温まりたいと思う方も多いのではないのでしょうか。今回のテーマは、そんな皆様にぴったりの「こたつのなかで読みたい本」です。こたつの中でまったりと本を読みたい日には、図書館に寄ってこれらの本を借りてみてください。きっと充実したこたつライフが過ごせるはずです。

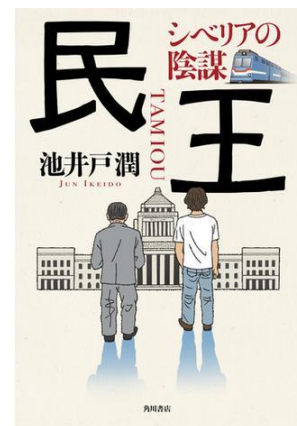


『白銀ジャック』 東野 圭吾

年末のスキー場に爆破予告が届いた。索道事業所本部長の倉田は警察に通報できない状況の中、解決のために奔走する。しかし、そんな倉田を嘲笑うかのように、犯人は巧妙な犯行計画を進めていく。白銀の世界で繰り広げられる犯人との命をかけたレースは手に汗を握る展開に——。

一度読んだら止まらなくなるような疾走感満載のサスペンスです！ 小説を読んだ後は映画を観るのもおすすめです。(松山)

この事件の裏には、自分の知らない何かがある——。



『民王 シベリアの陰謀』 池井戸 潤

発症すると突如として暴力的になる未知のウイルスが日本に蔓延し、それに対応する政治家の苦悩や葛藤がありありと描かれています。昨年から続くコロナ禍での出来事と重なる部分も多くあり、大変読み応えのある一冊です。池井戸潤と言えば「経済」や「銀行」の話が多いというイメージがあります。しかし、この本では、人々の心情が細かく描写されていて、読み始めると物語の世界に取り込まれます。読み終わるまで、こたつからは出られなくなるほど夢中になれます。(地田)

「——武藤泰山、逃げも隠れもしません。」



『神さまの貨物』 ジャン＝クロード・グランベール

第二次世界大戦中、貧しい木こりの夫婦のもとに、ユダヤ人を乗せて絶滅収容所に向かう貨物列車から赤ん坊が投げ渡された。

読後には、戦争と平和、愛や家族について考えたい本です。美しくリズミカルに語られる物語のなかに見え隠れする不穏な言葉が胸に刺さります。おとぎ話風の語り口で綴られた感動的な物語は、ゆっくりと時間のある時に読みたいものですね。(松山)

たとえどんなことがあっても、どんなことがなくても、その愛があればこそ、人間は、生きてゆける。



『青空と逃げる』 辻村 深月

有名女優と主人公”力”の父親が同乗していた車が交通事故を起こした。その後、父親が失踪し、力とその母親は、女優と父親の関係を疑う人々に追い込まれ、田舎に逃げ隠れながら日々を過ごす——。

「見つかるかもしれない」という漠然とした恐怖心を抱きつつも、日々の生活での小さな幸せに喜ぶふたりの姿に心を動かされます。また、母親の目線を通して描かれる、力が逞しく成長していく様子もこの物語の魅力の一つです。読後は心も体も温かくなれる一冊。(地田)

もう逃げるのは嫌だった。

こたつで寝ると風邪をひく、は本当か？

「こたつで寝ると風邪をひく」という話を聞いたことはありますか？ 実はこれに関しては比較可能な研究データがないため、医学的な根拠はありません。ではなぜそのような話があるのでしょうか？ 理由は2つあります。1つ目は「睡眠の質の低下」です。こたつで寝ることによって深部体温の低下が妨げられて、眠りが浅くなったり、途中で起きたりすることがあります。こたつはポカポカとしていて、心地よく睡眠につけたと感じても質の良い睡眠ではなく風邪に繋がってしまうのです。2つ目は「脱水症に繋がる危険性」です。人間は汗をかくことによって体温を下げようとしますが、こたつの中は暑いいため、発汗した結果、多量の水分を奪われることとなるのです。こたつに長く入った後に体調がすっきりしないと感じたことがある人はこれが原因かもしれません。こたつの入り方に気を付けながら、快適に冬を乗り切りましょう。

【参考】ふとん・寝具の西川「ぬくぬくと心地良いまま、寝落ち！睡眠専門医に聞く、こたつで寝ることの危険性」<https://www.nishikawa1566.com/column/sleep/20201129194510/>