



帝京科学大学教員 おすすめの本

「最近、本を読んでいますか？」

あっという間に終わる日々の中、

少し立ち止まって本を読んでみませんか？

TEIKAの教員がTEIKAの学生に今読んでほしい一冊を選びました。

あなたのお気に入りが見つかるかもしれません。



CONTENTS

学生生活を送るために……………2

- 橋本 伸也 先生 (東京理学療法学科)
- 橋本 慎治 先生 (自然環境学科)
- 新永 拓也 先生 (理学療法学科)
- 杉浦 加奈子 先生 (柔道整復学科)
- 小林 咲里亜 先生 (幼児保育学科)
- 岩瀬 礼子 先生 (生命科学科)
- 大石 徹 先生 (東京柔道整復学科)

学び……………6

- 小黑 正幸 先生 (東京柔道整復学科)
- 山田 知代 先生 (こども学科)
- 大石 徹 先生 (東京柔道整復学科)

現代社会……………8

- 長嶺 宏作 先生 (教職センター)
- 山田 健司 先生 (医療福祉学科)
- 島田 将喜 先生 (アニマルサイエンス学科)

教養……………10

- 榎原 健太郎 先生 (総合教育センター)
- 大橋 信行 先生 (学校教育学科)
- 稲川 健太郎 先生 (教職センター)

人と動物の関係……………12

- 八木 行雄 先生 (アニマルサイエンス学科)
- 大森 奈保子 先生 (アニマルサイエンス学科)
- 佐藤 衆介 先生 (アニマルサイエンス学科)
- 加賀谷 玲夢 先生 (総合教育センター)

人間のからだ……………14

- 橋本 伸也 先生 (東京理学療法学科)
- 福沢 節子 先生 (幼児保育学科)

文学……………16

- 門多 真弥 先生 (アニマルサイエンス学科)
- 岡村 千鶴 先生 (看護学科)
- 鈴木 貴史 先生 (教職センター)
- 吉田 和久 先生 (総合教育センター)
- 安里 修子 さん (保健室)
- 昇 寛 先生 (柔道整復学科)
- 渡辺 長 先生 (理学療法学科)

生きる……………20

- 永沼 充 先生 (学校教育学科)
- 小橋 一雄 先生 (作業療法学科)

学生生活を送るために

考える力を培う読書術。



東京理学療法学科
橋本 伸也 先生



『死ぬほど読書』

丹羽宇一郎著 幻冬舎 【請求記号：019/N89】

2017年春、新聞に「読書はしないといけないの?」という大学生からの投書があり、これに対してさまざまな立場や年齢の読者からの反響がありました。著者は、投書へのアンサーとして自身の読書経験、読書スタイル、読書への考えを綿々と記しています。

著者は大手商社の社長・会長を歴任したのち、民間人登用で中国大使を務めた経歴もっています。「読む、読まないは君の自由」と言いつつ、現代社会では「自分の頭で考える」「考える力を培う」ことが大切であり、そのための読書を薦めています。

「読んでいて楽しくない本は、読む必要はありません」「手にする本をみな精読する必要はありません。本によっては飛ばし読みでかまわない」などの読書術に混じって、「本は働く意識を大きく変える」「歴史書から人間の本質を学ぶ」「不足している感情を本で補う」「仕事の姿勢を読書がただす」などの識見が述べられています。書名は著者の読書スタイルですが、そのどこかに共感・理解できる場所が見つかれば幸いです。



自然環境学科
橋本 慎治 先生

『迷いながら、強くなる』

羽生善治著 三笠書房
【請求記号：796/H11】

現在、将棋界で話題になっている棋士と言えば藤井聡太さんですが、私にとって応援している棋士は著者の羽生善治さんです。羽生さんは1期獲得するのも大変なタイトルをこれまでに通算99期獲得しています。この本にはそのような羽生さんが人生の多くの局面で失敗したり、壁にぶつかったり、迷ったりしたとき、羽生さんなりにどのように対処してきたかが書かれています。例えば「恐れ」とはどのようなもので、自分の中でどのように捉えているかといったことが分かりやすく書かれています。前人未達のタイトルを獲得している裏で、様々な迷いと戦われてきたことがわかる一冊です。

学生の皆さんが情報化社会を生きていく上で様々な問題にぶつかったとき、この本からすべてを解決することは出来ないかもしれませんが、しかし、何らかのヒントや解決の糸口をつかむことが出来るのではないのでしょうか。

問題解決のヒントを 与えてくれる一冊。



伝えるための技術が 凝縮されています。



理学療法学科
新永 拓也 先生



『1分で話せ』
伊藤羊一著 SBクリエイティブ
【請求記号：336.49/189】

皆さん、人前で話すことは得意ですか。中には人前で話をするだけでなく、プレゼンテーションや人に伝えることが苦手な方もいると思います。私自身も人前に立って話すことに苦手意識があり、授業や発表する度に自分が伝えたいことが聞き手に届いているかなと不安になります。対して、話の内容が頭に入ってきて、分かりやすい話をする方いませんか。この違いは为什么呢。話すことが得意だから？ 話し方が上手だから？

その答えのヒントが本書で見つかるかもしれません。この手の話し方や資料の作成方法に限局した本は多く出版されています。しかし、本書はタイトルである「1分で話せ」という通り、話し方やプレゼンテーションにおける資料の作成方法が凝縮されており、話す上での事前準備や目的を具体的かつ論理的に解説しています。

相手に伝えて終わりではなく、動いてなんぼ。その秘密は左脳と右脳に働きかけることです。この続きが気になる方は是非一読を。



柔道整復学科
杉浦 加奈子 先生

『人は、なぜ約束の時間に遅れるのか』
島宗理著 光文社 【請求記号：140.18/Sh39】

突然ですが、皆さんは自分のことをどういう人間だと考えているだろうか？

柔道整復学科の学生からは、これまで運動ばかりしてきて勉強はあまりしてこなかったから国家試験での難しい勉強なんて無理だ、などの意見をよく耳にする。この例だけではなく、自分はこうだからできないとあきらめてしまうことはないだろうか？ 私もそんな考えを持った一人だった。

この本は行動分析学という心理学に基づいた視考術を紹介した本である。とても難しいように感じるが、なんでいつも忘れ物をするんだろう、やるべきことを後回しにしてしまうのは为什么呢、などの日常生活での考え方を知ることができる。自分についての考えも今までとは違った見方ができ、行動を変えることでこれからの可能性に期待が広がるかもしれない。私の場合、時間にルーズなのは南国生まれだからだと思い込んでいたが、段取りをしっかりと行う、こんな単純なことでも変わるのだとわかった。

行動を変え 可能性を広げよう。



自分自身に目を向け、 メンタルを鍛える。



幼児保育学科
小林 咲里亜 先生



『ラグビー日本代表を変えた「心の鍛え方」』
荒木香織著 講談社 【請求記号：783.48/A64】

アスリートはもともとメンタルが強いのでは?と思っている方も多いと思います。でも決してそんなことはありません。「不安」や「恐怖」は誰にでもある感情です。“自己理解”を深め、上手にコントロールしてあげるとおのずと“最高のパフォーマンスを限定された日時に発揮することができる”のです。そのノウハウを知ると知らないでは雲泥の差と言えるでしょう。「五郎丸ポーズ」もその1つ。

自分自身に目を向け、メンタルを鍛えるということはスポーツだけでなく日常の場面でも活用していくことができます。ビジネスでの商談やプレゼン、勉強や日々の生活においても、なにか変化していくことでしょ。自分の“こころ”の成長を楽しんでみてはいかがでしょうか??



生命科学科
岩瀬 礼子 先生

『生命科学者になるための10か条』
柳田充弘著 羊土社 【請求記号：460.7/Y53】

卒研究生や大学院生は、実験したり、英語で書かれた論文を読んだり、研究発表するなど、様々な活動を通して研究を進めていき、最後に卒論や修論など論文を書きます。講義と比べると、研究では能動的、創造的な活動が多く、時にはその仕方に悩み、立ち止まることもあるでしょう。そんな時、解決のヒントが見つかる『生命科学者になるための10か条』(柳田充弘著)を紹介します。私は「生命科学者」のところを「化学者」に置き換えて、久しぶりに再読しました。自分の化学者としてのこれまでの思い出を思い起こし、弱点を克服する仕方を再確認し、そして励まされました。

今回一番共感したのは、第3条「助言と協力を得て実験をしよう」にある、「創造性は遊ぶ心がどこかにないと出てこない」です。実験がおもしろくて楽しかった時の気持ちを思い起こし、やる気が湧きました。

おもしろく、ためになり、そして励まされる、研究の仕方の手引きとしておすすめしたい1冊です。

研究活動の手引きとして おすすめの1冊。



東京柔道整復学科
大石 徹 先生



『海賊の世界史』

桃井治郎著 中央公論新社 【請求記号：209/Mo25】

海賊という一つの軸を通して歴史を俯瞰し、歴史的思考力を身につけると共にいまの自分に気づきを与えてくれると感じた一冊。

4年かけて学んで挑む国家試験のためのテキストを目の前に、「主体性を持つ」「自ら考える」「自ら学べ」とひと言に言っても難しく、壁にぶち当たりつづけ、ただただ一生懸命勉強して過ごしていませんか。

「そもそも、現代の我々が宇宙の果てに思いを巡らせるように、これまで人類は海洋の果てに様々な思いを巡らせてきた。人間にとって海は、どこまでも広がる未知の世界であった。人々は成功への野心や冒険心に従い、あるいは社会的束縛からの解放を求めて海に乗り出し、自らの人生を賭けてきたのである。その試みのひとつが海賊であった。」(p.263)

いま、あなたが選んで進もうとしている道の「そもそも」を考え、振り返る一冊になるのではないのでしょうか。

あなたはなぜ

その道を選び

進もうとしているのだろう。



経営者の視点から

得られる気づき。



『経営を見る眼』

伊丹敬之著 東洋経済新報社 【請求記号：336/188】

大学生は経営者ではないが、働くとは何か、企業とは何か、リーダーのあり方、経営のあり方など、経営する者の視点に立って物事を考えると分かることが多くあることに気づかされる。本書は経営者の発言や行動の裏側にある本質を解説してくれているので、「考え方」「視点」を今現在の自分自身に置き換えると面白い気づきを得ることができるのではないのでしょうか。

私はトップスポーツチームのメディカルスタッフとしてのアスレティックトレーナーの立場で、監督を経営者としてチームマネジメントを考え、チームとは何か、誰のものか、チームの中で人々はなぜ働くのか、チーム戦略とは、リーダーとは、フォロワーとは、組織・人を動かすには、勝つためのシステムとは…と、ぐいぐい読み進めることができた。単純にチームと向き合うのではなく、チームに属することの意味、仕事を通して自分と向き合う自分軸を確立しつつチームに属し、結果として一人で出来ない物事を達成して行くことが仕事なんだ。と自分自身の仕事を複数の視点で捉えることができる一冊である。

学 び

効率的に記憶するための
ヒントを与えてくれます。



東京柔道整復学科
小黒 正幸 先生

『記憶と情動の脳科学 「忘れにくい記憶」の作られ方』
ジェームズ・L・マッガウ著 講談社
【請求記号：491.371/Ma15】



試験前に「ドラえものの暗記パンがあればいいのに」とか「頭が良くなる薬ってないのかな」と思ったり、「好きなことはすごく良く覚えているのに、このテキストはなぜ覚えられないのか」と自分の記憶力について疑問を憶えたりする人は少なくないだろう。そうこうしているうちに試験が目前になり、徹夜で勉強したのに惨敗、という結果になる人はぜひ一読をお薦めする。

記録媒体もなかった中世の頃の出来事が現在に伝わっているのは、人の記憶によるものである。その頃、どうしても後世に伝えたい事柄を残すには少し乱暴な方法がとられていたという。7歳ぐらいの子供を選び、伝えるべきことを覚えさせた後、川に突き落とすというものだ。この「恐怖」という情動体験が加わることで「記憶」が増強され、それが代々受け継がれてきたのである。

このようなエピソードから、記憶に関する動物実験などを通し、記憶の作られ方や、記憶を増強／減衰させる薬物、睡眠との関係などについて述べられている。「こうすれば暗記がすらすらできる」といった How to 本ではないが、記憶の仕組みと情動の関係を理解することで、効率的に記憶するためのヒントを与える本である。

内容をあまり書いては面白くなるのだが、「一夜漬けの勉強」がいかに非効率かについての部分など、毎回これで失敗している学生にはぜひ読んでほしい。少なくとも空想のみみつ道具や、ありもしない夢の薬より、ずっと役に立つ1冊である。





こども学科
山田 知代先生

『勉強の哲学 来たるべきバカのために』
千葉雅也著 文藝春秋
【請求記号：002/C42】

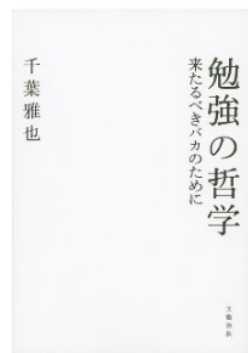
勉強とは何をするのか、深く考えたことはありますか。勉強したその先のこと(将来何になりたいとか、どの資格を取りたいとか)を考えることはあっても、「勉強」という行為それ自体の意味をじっくりと考える機会は、あまりないかもしれません。

本書は、哲学者である著者が、勉強について原理的に考えたものです。著者いわく、「勉強とはわざと『ノリが悪い』人になること」だそうです。どういうことでしょうか。

私たちは、環境依存的な存在で、自分を取り巻く環境のコード(=こうするもんだ)に適応しながら、言い換えれば、周りのコードにノリながら生きています。育った家族のノリや地元のノリ、高校時代の仲間のノリ…。勉強とは、今までの「ノリ」から、新たな環境の「ノリ」へと引越すことであると、著者は丁寧に論を展開しています。

勉強のメカニズムや方法が気になる方、最近「周りのノリ」に合わせることに退屈している方へ、一読を勧めます。

勉強とは、 新たな環境の「ノリ」へと 引越すこと。



「遊び・本気」が 本当の成長を促す。

東京柔道整復学科
大石 徹先生

『学びとは何か 「探求人」 になるために』
今井むつみ著 岩波書店
【請求記号：141.33/143】



脳には情報を自動処理する能力が備わっており、処理速度が速いという利点がある一方で、この自動処理システムが脳内にできてしまうと修正は容易でないという欠点がある。

教員として教授することや学生が学ぶということについても実感する部分があり、「教授する→学ぶ」「見る・聞く→書く→覚える」「予習 ⇄ 復習」というように「A→B, B→C」の順番で進むことがスムーズな学びに必要なことと思っていたが、この自動処理システムが脳内に出来上がってしまうと人間はそれを壊せなくなってしまうという…。

本書にもあるが、「遊び」から入った人間は強い。自分で目の前の問題を乗り越えているから、情報の「使い方」が備わっている。「知識と知恵」という対比にも似ている。

期限内の目標達成(国家試験や認定試験)というMUSTな目標があると、我々は自動処理システムを構築したくなるけれど、「遊び・本気」が本当の成長を促すと再確認できる一冊である。



現代社会

若者を取り巻く 現代社会の矛盾。

教職センター
長嶺 宏作 先生



『何者』
朝井リョウ著 新潮社
【請求記号：913.6/A83】

『若者と社会変容 リスク社会を生きる』
アンディ・ファーロン、フレッド・カートメル著 大月書店
【請求記号：367.68/F92】



「いい加減気づこうよ。私たちは、何者になんてなれない。」(p.309)
朝井リョウの『何者』は、就職活動でもがく若者を描いている。痛々しいほど意識高い系の理香が、就職が決まらない主人公に言い放った言葉である。そこには何者かになろうとして何者にもなれず、凡庸な自分との間で悩む若者の姿がある。しかし、その姿こそ、現代社会の矛盾である。アンディ・ファーロンとフレッド・カートメルは次のように指摘する。

「個人主義の強まりによって、危機は個人のコントロールを超えておこるプロセスの結果としてよりも、個人の欠陥として認識される状況がうまれる。この文脈で、現代社会で若者が直面している問題の一部は、個人レベルで問題を乗り越えようとする努力自体から生じている。」(p.274-275)

学歴が明確だった頃は、「結局は学歴だよな」と社会に文句を言いながら、諦めていた。しかし、ベンチャー企業が隆盛し、個人の能力次第で将来が変わるといふ信仰が広まれば広まるほど、全て個人の問題としてすり替わる。しかも、そのすり替わりを認識できず、誰もが夢をあきらめられず、「何者か」になろうとする。結局、『何者』の瑞樹のように、社会は若者らしい素直で明るいものを評価し、依然としてステレオタイプ的な人間を求めているのだ。

それを『若者と社会変容』では、「後期近代の認識論的誤謬^{ごびやう}」という漢字だけの概念で分析する。社会的な問題を個人的な問題として「誤謬(間違った認識)」を繰り返しつつしていると明示してみせる。ちょっと背伸びをして、就職活動する前に読んでみてはどうだろうか。答えがあるわけではないが、自分自身を冷めた目で見るのもいいかもしれない。『何者』に登場するサワ先輩のように。

あわせて、教育から労働を扱った古典的な名著であるポール・ウィリスの『ハマータウンの野郎ども』(筑摩書房、1996年)と、訳者が本書の影響を受けて書いた乾彰夫『学校から仕事へ』の変容と若者たち』(青木書店、2010年)も読んでほしい。



医療福祉学科
山田 健司 先生



説得力抜群の希望の書。

『**拡張の世紀** テクノロジーによる破壊と創造』
ブレット・キング著 東洋経済新報社
【請求記号：504/KI43】

「人類史の転換期」が到来している、らしい。ただ、何かがすごい勢いで変化しているような、気もする。#Me too運動、信じがたい格差、しょぼすぎる森友加計の顛末、茶番の日大会見、中央官庁やマスコミの腐臭等々、不正義やそのメカニズムが、あっという間に丸裸になってしまう。中途半端な自己愛に塗(まみ)れた権威や正義の隠れ場所は、どんどん無くなっている。ITやAIの拡張がこの「転換」に寄与しているのは明らかですが、それらが便利にする近未来の紹介が本書の趣旨ではない。次世代は「親たちが壊した環境を本気で回復しようとし、宗教や民族ひいては国家の排他性に疑問をもち、他人を犠牲に稼ぐのではなく、世界のために投資する」と予言する。

テクノロジーがもたらすスマート化は、American firstや成長神話などの古臭い脳が招くディストピアなんかじゃなく、わりとこてこての正義がとおる近未来ですよ、と世界注目の学者兼実務家が書き募る、説得力抜群の希望の書です。

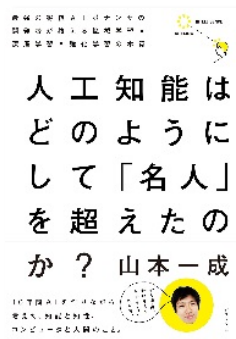


人工知能と人間の知性。

アニマルサイエンス学科
島田 将喜 先生



『**人工知能はどのようにして「名人」を超えたのか？**』
山本一成著 ダイアモンド社
【請求記号：007.13/Y31】



本書は、劇的に進歩する人工知能(AI)研究の現状を、予備知識がない読者にも分かりやすく概説した本である。AIの研究を通じて理解されるようになった人間の知性の特徴や、近い将来に私たちがどのようにしてAIを受け入れるようになってゆくのを知りたい学生にお勧めの本である。

本書が題材にするのは「将棋」という身近なゲームだが、著者はプロの将棋棋士に初めて勝利した将棋AI「ポナンザ」を開発したプログラマだ。有史以来ヒトのみがもつとされてきた「知能」の多くの領域でヒトをはるかに凌駕する支援AIやロボットに囲まれて暮らす日がそこまで来ている。私たちは今、ポナンザに限らず、AI技術の進歩と応用にすばやく適応しようとしている。このことは、どんな現象にも意味と物語を見出し、理解しようとするのが、知能と異なる人間の「知性」の本質であるという著者の主張の正しさを実感させる。

教 養



総合教育センター
榎原 健太郎 先生

『トマス・アキナス 理性と神秘』
山本芳久著 岩波書店
【請求記号：132.2/Y31】

愛という眼。

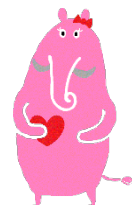
本書の序文の書き出しの一節に、「愛のあるところ、そこに眼がある(Ubi amor, ibi oculus)」。これは、トマス・アキナス(1225頃~74)の著作のなかに見出される有名な格言である。この格言は、「恋は盲目」の正反対の意味と考えると分かりやすい。愛しているからこそ見えてくる物事の深層というものがある。私だけが知っているあの人の本当の姿、長く聴き続けてきたからこそ見えてくるようになった好きな音楽の本当の魅力。この世を生きる限り、誰であれ、そうした仕方でも深く愛する何かを有しているだろう」とあります。

本書は神学や哲学の入門書ですが、上の一節のどこかにこころ当たりや共鳴するものがある読者であれば、本書の世界に何らかのご縁があるということになるのかもしれませんが。本書の著者もまた、読者に対して、上の一節を含む本書の著述全体を通して、そのような「愛という眼」をもって神学者・哲学者であるトマス・アキナスその人やその思索の跡へ共鳴する姿勢を示そうと試みているからです。

「愛する」こととは、どうしてもなく「気に入ってしまう」こと(p.72)。本書の持ち味は、たとえばこのようなあっさりとした語り口を出発点にしながらも、(トマスがそうであるように)出来事の片隅にひそむ小さな事実に思索の目を注ぎつつ、愛、理性、神秘、人間の限界と可能性、自分が自分や世界を受け入れること(自分や世界を受け入れられないこと)といった一種のスケールの大きなテーマの核心部分にジリジリと迫る姿にあります。

本書はまた、人文系科目の授業の中での学生からの質問にも見られる「人文学をどう学ぶか」、「人文学的な追究とはなにか」、といった疑問に対する応答の一つのサンプルとして広く読むこともできます。一方で、愛、徳、理性、神秘、希望といったテーマに懐疑的な立場の読み手に対しても、おそらくは読みごたえのある一冊です。

本書が手ごわく感じられる場合には、同じ著者の『トマス・アキナス 肯定の哲学』をご紹介します。こちらは哲学・思想系の授業の中でテキストとしても使用しましたが、学生たちからの反響が、共感と反感、そのいずれにおいてもたいへん大きかった一書です。





学校教育学科
大橋 信行 先生

『よく生き、よく死ぬための仏教入門』
田中利典著 扶桑社
【請求記号：182.1/Ta84】

新書だし、仏教の難しい本だろうと思ってページをめくると、「はじめに」に書かれている話はタレントの壇蜜さんと対談した時の話。仏教書特有の難解なイメージを持たず読める一冊です。

現在の日本の仏教が「葬式仏教」と呼ばれるようになった要因を、「仏教」＝「葬式」と考えられる様になったことから、坊さんは葬式をする人というイメージができあがった、と説明しています。

仏教の伝来や仏教本質については、釈迦の話から仏教それ自体も詳細に解説されています。また、日本国内に一三宗五六派ある宗教・宗派についても、奈良南都六宗の話から始まり現在の宗派の話まで丁寧に述べられています。著者は、山岳信仰である修験道(山伏)の僧侶であることから、山岳信仰の説明や「般若心経」の解釈なども紹介しています。

仏教について、
やさしく教えてくれる一冊。



理性を導き、真理を探究せよ。



教職センター
稲川 健太郎 先生

『方法叙説』
ルネ・デカルト著 白水社 【請求記号：135.23/D64】

『まんがで読破 方法序説』
デカルト作 イースト・プレス 【請求記号：135.23/D64】



文理融合の哲人、ルネ・デカルト殿は学校の「教師たちの隷属から解放される年齢に達する」や否や、“世界という大きな書物”を読みに出かけて行ったのであった。ある時は戦争に出かけ、ある時は炉辺で哲学する。またある時は図形の問題を代数計算で解き、そして脳について語る。

教室の中でパワポや板書を筆記するのにいささか飽きてきたその君!“ボン・サンス(健全な常識)はこの世で最も公平に配分されているものである”と始まるデカルト殿の「理性を正しく導き、もろもろの科学における真理を探究するための方法序説」に心の耳を傾けてみないか。

「科学」は「学問」とも、また「序説」は「叙説」、「話」などとも訳される。本学図書館には、定評ある邦訳とマンガ版(意外にも、哲学について厚い解説)がある。尚「序説」や「叙説」よりも「話」という日本語に親和性があるならば白水社版を勧める。

人と動物の関係

「生の問いかけ」が
全頁に詰まっています。



アニマルサイエンス学科
八木 行雄 先生



『いのちをいただく みいちゃんがお肉になる日』
坂本義喜原案、内田美智子作、魚戸おさむとゆかいななかまたち絵
【請求記号：498.5/Sa32】

ひとは生活のため様々ないのちを必要とします。原案の坂本さんは食肉処理センターの食肉解体作業員で、仕事上の経験と家族とのかかわりを小学校で講演したことがきっかけで5年前に絵本化されました。絵本ですので簡単に読破できますが、生き物を殺す(解く)こと、いのちをいただくこと、働くこと、それぞれの意味について創作ではない、「生の問いかけ」が全頁に詰まっています。

本書は昨年、偶然書店の立読みで見つけたのですが、長年、原作者と同様の経験を積んでいるにもかかわらず、大人げなく嗚咽が漏れるほど泣いてしまいました。孫に読ませようと購入したのですが、内容が難しすぎるとの周囲の意見でまだ読ませていません。先々月4歳になりましたのでそろそろ読ませて良いかもしれません。命あるものとの共生を目指す帝科の学生には是非読んでいただきたい絵本です。

アニマルサイエンス学科
大森 奈保子 先生



犬がおしえてくれる
新たな気づき。

『イスとイヌの見分け方』
きたやまようこ作 理論社 【請求記号：645.6/Ki74】

『なかよし取扱説明書(犬式)』
きたやまようこ作 理論社 【請求記号：645.6/Ki74】

きたやまようこさんの「犬がおしえてくれた本」シリーズです。
『イスとイヌの見分け方』では、「イス」と「イヌ」を見分ける方法を、さまざまな角度からユニークに解説しています。椅子と犬なんて見分けるまでもないと思いきや、視点を変えることで、これほど比較できるポイントがあることには驚かされます。そして、比較を通じ、動物や物を大切にするというメッセージにも繋がっていきます。

『なかよし取扱説明書(犬式)』では、犬と人が「なかよし」でいられる方法が書かれています。使用方法から修理・点検まで、取扱説明書のように各章が分かれており、取り扱いを間違えると「なかよし」も「故障」してしまうこと、「なかよし」でいるためにはお互いの配慮や理解が重要であることを教えてくれます。「犬式」とありますが、人間同士の関係においても考えさせられる内容です。

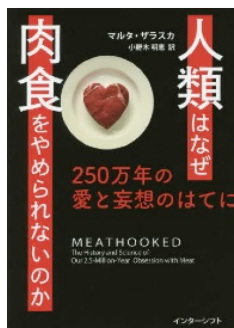
どちらも子ども向けの絵本ではありますが、犬と暮らしている人も、そうでない人も、大人の視点から新たな気づきを得られるのではないかと思います。



肉飽食時代に一石を投じる書。



アニマルサイエンス学科
佐藤 衆介 先生



『人類はなぜ肉食をやめられないのか』

マルタ・ザラスカ著 インターシフト 【請求記号：383.8/Z1】

『イギリス肉食革命 胃袋から生まれた近代』

越智敏之著 平凡社 【請求記号：642.33/O15】



私は畜産動物の福祉改善に強い関心を持ち、40年以上もそれに関する研究と教育に携わってきた。いっそ肉食を止めればと自問したりもする。

前書によれば、米国の自称「ベジタリアン」の60%はときどき肉や魚を食べるといふ。味の魅力、濃厚な食料を欲する体、肉の分配による絆維持などから人は肉食を止められない。しかし肉生産は極めて効率が悪い。鶏肉、豚肉、牛肉を1kg生産するのに穀物をそれぞれ2、3、10kg食べさせなければならない。そんな贅沢がいつから出来るようになったのかを後書は解説する。18世紀に英国で「囲い込み」がおこるが、これは農業における土地利用及び家畜生産の改善運動であった。そして4圃式農業という穀物と家畜飼料を同時生産する方式が開発され、加えてそれまでは環境に依存すると考えられていた家畜の生産力を、選抜により改良しようとする革命児ロバート・ベイクウェルの出現に至り、肉飽食の時代は始まった。現代の過剰な肉飽食時代に一石を投じる書となっている。



総合教育センター
加賀谷 玲夢 先生

『新版水族館学』

鈴木克美・西源二郎著 東海大学出版会 【請求記号：480.76/Su96】

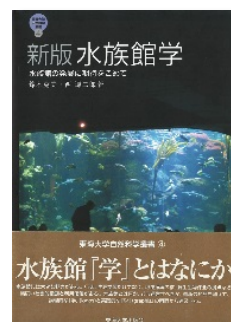
『水族館の文化史』

溝井裕一著 勉誠出版 【請求記号：480.76/Mi93】

水族館を博物館の一形態ととらえ、水族館をめぐる学問分野を網羅して博物館学的な体系化を試みた著作に、2010年刊行の鈴木克美・西源二郎著『新版水族館学』（東海大学出版会）があります。「水族館の発展に期待を込めて」と副題にあるとおり、長く水族館人として水族館に関わり続けてきた両著者の思いが込められた名著です。水族館に興味がある人や、将来の進路として水族館への就職を考えている人にはぜひ手元に置いていただきたい必読の教科書です。

同時にもう一冊、2018年6月に刊行されたばかりの溝井裕一著『水族館の文化史』（勉誠出版）もお勧めします。こちらは『新版水族館学』の aquariology（水族館論理学）を補填するような内容となっています。水族館前史から水族館の誕生と歴史、現在水族館に起きていることや未来の水族館の展望まで、膨大な資料を引用しながら、豊富なカラー写真と最新の話題を交えて論じています。読み物としても面白い、非常に読みやすい本です。

水族館に興味がある人必読！



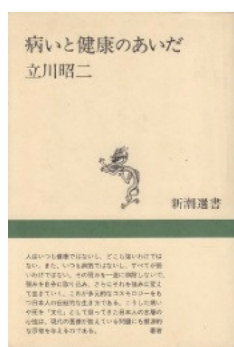
人間のからだ

病気に関する言葉の深さに
ふれてみよう。

東京理学療法学科
橋本 伸也 先生



『病いと健康のあいだ』
立川昭二著 新潮社
【請求記号：490.4/Ta94】



「病い」は話すことで人に伝わるが他者と共有するには難しさがあります。本書によると「元気」や「病気」という言葉は、明治以降に多く用いられるようになったとのこと。古く平安時代は「減気(げんき)」といい今昔物語集に「此の病少し減気有り」、つまり病勢が衰えることを指していたが、江戸初期には「験気(げんき)」(病気が治る、快方に向かう)となり、江戸中期の「養生訓」(貝原益軒)ではこんにちに近い意味の「元気」が汎用されているとのことでした。

かたや「病気」も中世の保元物語に「御病気のよし聞こえしかば」とあるものの、近世は「病い」「煩い」といった和語が一般的でした。明治に入り「病気」が近代用語になったけれど、和語の言い廻しは現代生活にも根づいています。

本書は、言い方を受けとめる心性を論点として、文学作品中の病気に関する表現が数多く紹介されており、また興味深い対談も収録されています。1991年の刊行であるため現代とのズレを含みますが、どの章節からでも読めて、ふだん何気なく使っている病気に関する言葉の出自や意味の深さにふれることができます。





幼児保育学科
福沢 節子 先生

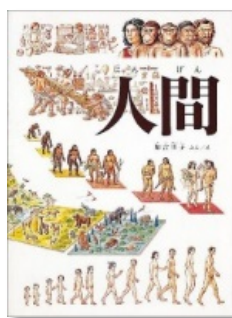
『人体絵本 めくってわかるからだのしくみ』
ジュリアーノ・フォルナーリ作 ポプラ社
【請求記号：491.1/F39】

『人間』 加古里子ぶん・え 福音館書店
【請求記号：726.6/Ka27】

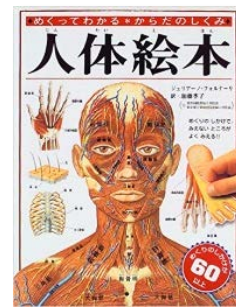
私は、「子どもの保健」の授業を担当しています。今回、おすすめの本として、授業の中で用いている本学の図書館の蔵書の中から優れたものの絵本を2冊紹介します。

学生には、からだのしくみをよく学習してほしいのですが、授業に際して、「『生物』弱いから……」「内臓も勉強するの?」とは、よく聞かれる残念な言葉です。からだのはたらきを知るには、まず、そのしくみを知ってほしいですね。専門用語にも少し親しんでほしいものです。ちなみに、授業ではOHCを使って大きく映しながら解説しています。

例えば、子どもは、「からだはなぜグニャグニャにならないの?」という素朴な質問をすることがあります。保育をめざす学生は答えられるのでしょうか?魚の骨は、見えますが、人間の骨は見えないのです。特に、脊柱は解りにくいかもしれません。『人体絵本』を見れば一目瞭然です。しかし、就学前の子どもには、この絵本は怖いかもしれません。絵本とはいっても、詳細に色づけられていてとてもリアルなのです。



人体の奥深さと遊んでください。



「めくりのしかけで、みえないところがよくみえる。めくりのしかけが60いじょう」との表紙の説明のとおり、めくると中のしかけが見事です。私には、腱や靭帯、子宮の中にある胎児などが興味深かったですね。また、本の縁に穴が開けてあり、フックに下げられるように工夫されています。開くと縦70センチ、横27センチで、分厚く、頑丈に作られていて、計5枚。からだについてまなぶには、部屋に掛けて、いつでも見えるようにしてはどうでしょうか?からだの複雑さや、巧妙さへの驚きを感じられるでしょう。

私は、50年前の看護学校卒業ですが、改めて観てみると、なんと知らなかったことが多いことか、恥じ入るばかりです。この絵本に出会えたことに感謝します。気になるお値段は、2000円というお安さです。

もう1冊の『人間』も、同じように、いのちについて感慨を深くさせられる絵本です。「宇宙の始まり」から「母なる地球の海水をたたえている人体」まで、人間のこころとからだ、生と死、文化や戦争まで、深く洞察された絵と文章がすごいですよ!幼児は、恐竜のページに興味があるでしょう。青年期にある学生には、骨格と脳、子どもの胎児から成人への成長・発育のところをじっくりと観てほしいですね。1500円です。

卒業後、対人援助職として、いのちと健康を守り、生活を支援する本学の学生には、学科を問わずお薦めします。気楽に、また真剣に、人体の奥深さと遊んでください。

文学

アニマルサイエンス学科
門多 真弥 先生



自分だけの名言を 探すのも面白い！

『有頂天家族』『有頂天家族 二代目の帰朝』
森見登美彦著 幻冬舎
【請求記号：913.6/Mo54】



この物語の主人公・矢三郎は、人に化けて日常を過ごす、狸の青年です。「面白きことは良きことなり」という亡き父(偉大な化狸でしたが、人間に狸鍋にされてしまいました)の言葉を座右の銘に、彼は日々を謳歌しています。登場人物は狸だけではなく、天狗や人間もいます。個性的でどこか憎めない彼らは、互いに絶妙に関わりあいながら、京都の街で生活しています。

この物語の中では、矢三郎が亡き父の死を探るミステリーの要素や、矢三郎と彼の幼なじみで許嫁の海星とのもどかしい関係が紡ぐ恋愛の要素、矢三郎の視点から京都の街を楽しむガイドブックの要素などが複雑に絡み合いながら展開していて、どんどん引き込まれてしまいます。登場人物たちの台詞も独特で、時々とっても奥深い言葉があるので、自分だけの名言を探すのも面白いです。

森見登美彦氏の作品には、この『有頂天家族』だけではなく、『夜は短し歩けよ乙女』『四畳半神話大系』など、皆さんと同世代の大学生が登場する個性的なものが沢山あります。そちらもオススメです。



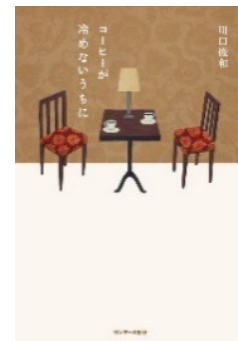
看護学科
岡村 千鶴 先生

『コーヒーが冷めないうちに』
川口俊和著 サンマーク出版
【請求記号：913.6/Ka92】

気持ちを切りかえる ヒントが見つかります。

もしも一度だけ過去に戻れるとしたら、あなたは誰に会って、何を伝えますか？『コーヒーが冷めないうちに』は、「過去に戻りたい」と願う4人の女性達が紡ぐ、ちょっと不思議な時間旅行を描いた物語です。素直になれないキャリアウーマン、ひたむきに夫を支える看護師の妻、かけがえのないものを失った姉、不安を抱える妊婦。どこにでもいそうな、ごく普通の登場人物が、真直ぐに自分の過去や未来、そして後悔と向き合おうとする姿に胸を打たれます。この物語では、過去や未来に行って、どんなに努力したとしても現実は変わりません。それが、定められたルールの1つです。

何も変えられないのに、なぜ彼女達は過去や未来へ行くのか、手に取って確かめてみてはいかがでしょう。特に、後悔を抱えている人にはおすすめです。読んですぐに何かが変わることはなくとも、後悔と向き合う方法や、気持ちを切りかえるヒントを見つけることは出来るのではないのでしょうか。



「本を読むことって楽しいよね」
を伝えて欲しい。



教職センター
鈴木 貴史 先生



『くまの子ウーフ』

神沢利子作、井上洋介絵 ポプラ社 【請求記号：913.8/Ka59】

小学校の国語教育の思い出として、暗く悲しい物語を読み、道徳的な模範解答を求められることに激しい嫌悪感がありました。ですから、私の理想の国語教育とは、「本を読むことって楽しいよね」という意識を共有できることだと考えています。

さて、私の記憶の中で唯一この理想を満たしてくれる愉快的な教材がありました。それが、短編の児童文学である『くまの子ウーフ』です。なかでも「ウーフはおしっこでできているか」というお話は、光村図書2年生の教科書に掲載されていた傑作です(もちろんタイトルは変更されて掲載されました)。私は今でもこのお話を読むと、国語の授業の暗い記憶に光が差し込み、明るく楽しい教室の風景へと記憶が塗り替えられていくのを感じるのです。

こうした優れた児童文学作品は子どもの時に読まなければその本当の味わいを知ることはできません。では、すでに成長してしまった大学生の君たちはこの本とどう向き合うべきでしょうか。その回答として私の願いは、教育者・保育者を目指す学生はもちろんのこと、やがて親になる多くの学生がこの本に触れ、未来の教え子、そしてわが子らにこのお話を読み聞かせ、「本を読むことって楽しいよね」と伝えて欲しいのです。子どもたちに時間的な猶予はありません。私たちは早くこの本を届けなければならないのです。かれらが大人に成長してしまう前に。



総合教育センター
吉田 和久 先生

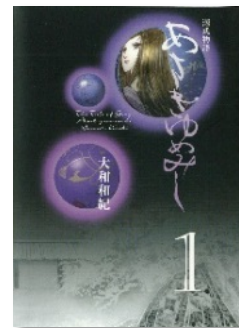
『あさきゆめみし』

大和和紀著 講談社 【請求記号：726.1/Y45/1~7】

『源氏物語』 入門として
好適です。

これは少女漫画の傑作です。日本文学の最重要作品の一つに紫式部の『源氏物語』があることは皆さんご存知だと思いますが、読んだことのある人は少数でしょう。高校の古典の教科書には《若紫》という巻の一部が載っているのですが、これが源氏物語の魅力を反映しているとは言い難いです。作者の大和さんは、『源氏物語』を現代の読者にも知ってもらおうと、劇画化に挑戦して見事に成功しました。漫画とはいえ、基本的なストーリーや登場人物はきちんと押さえられています。『源氏物語』入門として好適です。

この他に、現代語訳もいくつか出ています。古くは谷崎潤一郎や与謝野晶子のもの、また最近では瀬戸内寂聴のものが有名ですが、私のおすすめは、橋本治『窯変 源氏物語』です。また、ちょっと変わったものとしては、『源氏物語』をアーサー・ウェーリーというイギリス人学者が英語に翻訳したものを、更に現代日本語に訳し直したもの(『ウェーリー版 源氏物語』)もあります。こちらもドラマの台本のようにサクサク読めます。『源氏物語』は、いろいろな意味で結構すごい物語ですし、何よりも面白いですよ。



次ページへ
つづく



先人の知恵を得、 人生の糧となることを願って。

保健室
安里 修子 さん



『小説上杉鷹山』
童門冬二著 集英社、学陽書房
【請求記号：913.6/D85】



この本との出会いは、今から二十年ほど前、急性期医療の現場で仕事をしていた頃でした。多忙な職場の中で「リーダーとは」「人材育成とは」といったことに悶々と思いを募らせていた丁度その頃、尊敬する師匠が紹介して下さいました。

本書は江戸時代中期、九州の小藩からわずか十七歳で名門・上杉家の養子に入り、第九代米沢藩主となり、破滅の危機にあった藩政を立て直すべく改革に乗り出し、高邁*1な理想に燃え、すぐれた実践能力と人を思いやる心で家臣や領民の信頼を集めていった経世家・上杉鷹山の感動の生涯を描いた歴史長編小説です。

著者の童門冬二氏は、「自分が上杉鷹山にのめりこんだのは、『私の最も尊敬する日本人は上杉鷹山』と語った故 J・F・ケネディ米大統領の一言を知った事、心身障害者の妻を限りなくいたわり、その愛情を藩政全般に敷衍*2していたことを知ったためだ」と記しています。著者の上杉鷹山という人物に対する思い入れと、人柄が伝わってくるように感じ、感動したことを記憶しています。その後、私は、作家・童門冬二のファンのひとりになりました。

最高学府で学ばれている学生のみなさんには、ぜひ、この歴史小説『小説上杉鷹山』を読んでいただきたいと思います。書物から先人の知恵を得、そして人生の糧の一助となればとの思いで推薦します。

やがて社会に巣立っていかれる皆さんは、自らの使命を自覚して、社会に貢献できる人材へと成長して行ってください。そして、社会の大舞台で活躍されることを願っています。

最後に鷹山が藩主就任と同時に詠んだ歌を紹介します。鷹山の藩主としての姿勢であり、改革の目標を示した歌です。

「うけつぎて 国の司の身となれば 忘るまじきは 民の父母」
「なせば成る なさねば成らぬ何事も 成さぬは人のなさぬなりけり」

図書館注

*1 高邁：志などがたかく、衆にぬきこんでいること。

*2 敷衍：おし広げること



柔道整復学科
昇 寛 先生

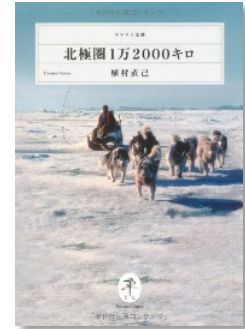
『北極圏 1 万 2000 キロ』
植村直己著 山と溪谷社
【請求記号：297.8091/U42】

植村氏が、準備に3年、実行に1年5ヶ月命がけで走破した北極圏犬ぞり大冒険の貴重な記録である。

この本との出会いは私が大学生の最中、本稿を読んでいる皆さんと同年代の頃である。当時、私は目白の学生寮(塾)に住み自由度の高い自治の中に生活していた。漲るエネルギーを多様な著名人との議論に昇華させることが許され、それを「フォーラム」と呼んだ。何人かの有志で植村氏をフォーラムに招聘することに成功した。植村氏が『北極圏一万二千キロ』を著しマスコミを賑わせていたその頃である。

実際に遭ってみて「何と純粋な人なんだろう。この世の中にこんな純粋な人がいるのだろうか」と打ちのめされたことを憶えている。到底議論にはならず、植村氏の圧倒的で純粋な熱意に翻弄させられた。冒険に翔ける熱意と我々学生達に伝えようとする熱意に、である。私の人生に揺さぶりをかけた著書と著者との出会いであった。

私の人生に 揺さぶりをかけた書。



日本史上における 最後の武士を 司馬遼太郎が描く。

理学療法学科
渡辺 長 先生

『峠』 司馬遼太郎著 新潮社
【請求記号：913.6/Sh15/1~3】



勝てば官軍という言葉通り、歴史は常に勝者にばかり光を当ててきた。この本は歴史小説に珍しく敗者に光を当てた本。時は幕末、譜代である長岡藩の藩士である河合継ノ助は風雲急を告げる時勢の中で家老に抜擢される。一流の洋式軍隊を整え藩政改革を行い、長岡藩を官軍にも幕軍にもつかないスイスの様な独立中立国にしようとした。しかし、押し寄せる時代の流れの中で、やがては官軍と対峙することになり、戊辰戦争で最も壮烈な戦いとなる北越戦争の指導者となっていく。明確な開明論者であり、封建社会の崩壊を予見し、戦争の敗北も知りながら官軍と戦った河合継ノ助の矛盾した行動は長岡藩士としての立場を貫き、そして己の武士道を貫くためであった。

司馬遼太郎が描く日本史上における最後の武士。「日本男子とは何か」そのことを考える時、日本史に河合継ノ助という男を持ったことは我々にとって幸運であったと思う。



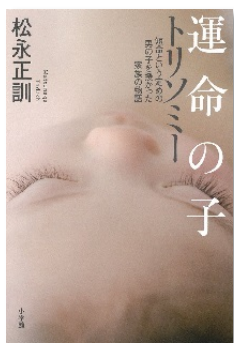
生きる

学校教育学科
永沼 充 先生



倫理は思弁ではない、
行動である。

『運命の子トリソミー』
松永正訓著 小学館
【請求記号：493.94/Ma83】



本書に出会ったのは、本学で開かれた日本医学哲学・倫理学会の特別講演で著者の話を聞き、懇親会でその人柄にふれてからである。13番目の染色体が3本ある異常(13トリソミー)により極めて短命と宣告された重障児の受容と在宅介護を、現職の小児外科医が家族の眼を通して丹念に追ったノンフィクションである。時に医療用語を交えた筆致には抑制的な臨場感があふれる。著者は19年間の大学病院勤務で1800人の乳幼児にメスをいれたベテランであるが、一度だけ、大学の方針に従って赤ちゃんのいのちを見放した経験があるという。これがここに突き刺さったトゲのように残っている。

本書の根底には医学的には生存がほとんど期待できない重障の赤ちゃんに、どこまで関わるかという医療倫理に対する模索がある。出生前診断どころか着床前診断によりいのちが選択される時代、優性思想が未だに残る状況に対して、本書はその対極にある。「倫理は思弁ではない、行動である」というあとがきの一語がここに残った。



作業療法学科
小橋 一雄 先生

『自然の教科書 ネイティブ・アメリカンのもの見方と考え方』
スタン・パディラ編・画 マーブルトロン 【請求記号：382.53/P13】

「知識は風のようなもの…それが自分のものになれば好きなところへ行くことができる」この言葉は、ネイティブ・アメリカンであるスー族に伝わる言葉だ。

この言葉は、子供の頃疑問に感じた「なぜ勉強しなければいけないんだろう？」こんな素朴な疑問に快く答えてくれた。

自然や先人の言葉に耳を傾けること、そしてそれを語り継いでいくことが、時代に左右されない普遍的な意味を理解するには大切であると感じる。

人はこれまで、自然との調和の中、生きる術を模索し進化してきた。そして、ただ生きるのではなく、より良く"生きる"ことが、持続可能な社会を育み、成長してきたのかもしれない。

多くの自然から切り離された現代人にとって、自然との共存、むしろ自然からの恵みに改めて感謝することは、多忙な時代を生きる我々の心を癒してくれだろう。

是非この本を手に取り、もう一度、先人の知恵に耳を傾け、そして生きる意味や価値について考えてみてはどうだろうか？

自然や先人の知恵が
教えてくれること。

