

帝京科学大学教員



おすすめの本

どの本から
読んでみる？



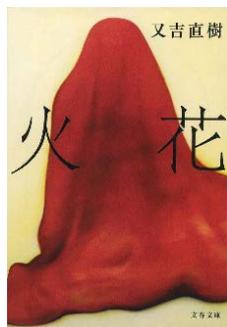
CONTENTS

生きるということ……………2	本は知の宝庫だ……………12
大西 圭介 先生 (教職センター)	小堀 馨子 先生 (総合教育センター)
寝占 真翔 先生 (教職センター)	小湊 真衣 先生 (こども学科)
齊藤 百合花 先生 (医学教育センター)	昇 寛 先生 (柔道整復学科)
彦野 弘一 先生 (アニマルサイエンス学科)	
永沼 充 先生 (学校教育学科)	
三尾 真琴 先生 (総合教育センター)	
	夢中になれる、知識も得られる ……14
	杉山 渉 先生 (東京柔道整復学科)
	今野 晃嗣 先生 (アニマルサイエンス学科)
強く、そして美しく……………5	
塩川 春彦 先生 (学校教育学科)	
佐藤 光浩 先生 (東京柔道整復学科)	
	科学史の楽しみ……………16
	山際 清史 先生 (自然環境学科)
	米田 巖根 先生 (学校教育学科)
見方を変えると見えてくる……………6	
小山 優美子 先生 (東京理学療法学科)	
大関 健一郎 先生 (作業療法学科)	
今西 ひとみ 先生 (幼児保育学科)	
持田 尚 先生 (学校教育学科)	
小黑 正幸 先生 (東京柔道整復学科)	
近藤 保彦 先生 (アニマルサイエンス学科)	
	教育に携わるあなたへ……………17
	近藤 保彦 先生 (アニマルサイエンス学科)
	渡部 晃子 先生 (幼児保育学科)
	その道を極める……………18
	戸澤 あきつ 先生 (アニマルサイエンス学科)
	堀 和芳 先生 (生命科学科)
	有賀 雅史 先生 (東京柔道整復学科)
新たな一歩を踏み出す…………… 10	
楠永 敏恵 先生 (医療福祉学科)	
杉浦 加奈子 先生 (柔道整復学科)	
サイエンティフィックな日常…………… 11	
平賀 篤 先生 (理学療法学科)	
安藤 生大 先生 (学校教育学科)	
	現代と私たち……………20
	永沼 充 先生 (学校教育学科)
	田中 樹 先生 (看護学科)



生きるということ

夢を追う人の生き様から
人が生きるということを
考えさせられます。



教職センター
大西 圭介 先生

『火花』

又吉直樹著 文藝春秋 【請求記号：913.6/Ma71】

第五十三回芥川賞の受賞作品として、大きな話題を読んだ作品なので、ご存知の方も多いことでしょう。文庫版も出ていますし、図書館にも所蔵されていますので、手に取りやすい作品だと思います。短い本なので、読みやすいと思います。

私も話題になっていたもので、軽い気持ちで手にとってみました。当時の私の境遇と内容がリンクして、非常に重たくのしかかった作品でした。

「自分が本当にやりたいことは何か」を見つけるだけでも大変なことのよように思うのに、やりたいことが見つかったら、それを成し遂げる道筋がこんなにも大変なのかと考えさせられます。

ただ、それでも「自分が本当にやりたいこと」に向かって、もがき苦しむ様子は、なぜか素敵で、そんな人の周りには、とても温かい。人が生きるということの一端を感じられます。

皆さんが自分の人生をどのように歩みたいのかを考えるきっかけになれば良いと思います。



教職センター
寝占 真翔 先生

『塩狩峠』

三浦綾子著 新潮社 【請求記号：913.6/Mi67】

中学生の時に会い、これまで何度も繰り返し読んでいます。私もこの主人公のように生きようと中学生の時に決めましたが、全くそのような人にはなれていません。

この本は、実在した男性(作中、永野信夫)をモデルとして、彼の人生について書かれています。厳格な家庭で育った信夫は、様々な人や出来事に遭遇し、悩みながらも懸命に生きていきます。その悩みとは、例えば「愛」や「死」、「罪」や「欲」など時代を越えて人が向き合わなければならない(向き合うだろう)普遍的なことです。私が見習いたいのは、その一つ一つに真摯に向き合ってしっかりと考え尽くし、正しく前に進むとうとする彼の姿勢です。この本ではその過程が非常に丁寧に描写されていると思います。

物語の最初から最後まで、挫けてもがきながらも、自分の芯を作りつつ、独りよがりにもならず生き抜いた彼の姿に、読むたびに圧倒されてしまいます。

悩みに真正面から
向き合うこと。

「大切にすべきこと」を
大切にすること。



今の自分は 過去の自分が選んだ道の 延長線上にある



医学教育センター
齊藤 百合花 先生



『かくかくしかじか』
東村アキコ著 集英社 【請求記号：726.1/H55/1~5】

この作品は、今では作品が何作もドラマ化や映画化された著者の自伝漫画です。恩師との高校生での出会いから別れまでを描いています。過去の自分の行動を淡々と述べるシーンや思い出して反省するシーンまで様々な方法で構成されていますが、読み終わった後にふと夏目漱石の『こころ』やジョン・スタインベックの『エデンの東』という素晴らしい作品を思い出させてくれました。この作品がこれらの小説と異なるのは、著者の自伝であるという点と著者は現役の漫画家で現在精力的に活動されているという点です。作品の中で著者は作品作成時から20年ほど前の20代前後の行き場の無い思いと向き合い、現実と向き合う決意をしたのであろうと推測させる描写で作品を終えています。

明るい作品ではないものの、著者の今は過去に著者が選んだ道の延長線上にあり、過去が全て輝かしい道ではなく単に過ぎていくだけの日々であっても、悪くないと思わせてくれる作品です。

アニマルサイエンス学科
彦野 弘一 先生



『運のつき』
養老孟司著 マガジンハウス 【請求記号：914.6/Y84】

大学に入ってうれしかったことは、暇なことだった。1年生は毎日ニコマの講義があるだけで、アルバイトをしても、まだ自由な時間があった。駅前の本屋では、新刊の本と雑誌が読み放題だった。店員さんもキュートだった。

わからない本が好きだった。1年生で文化人類学を履修して、ストロース『野生の思考』に出会った。動物行動学では、ドーキンス『利己的遺伝子』に出会った。必修の免疫学では、多田『免疫の意味論』に出会った。やはり必修の解剖学では、養老『唯脳論』に出会った。そんなとき、いつもの本屋で生理学の教授と鉢合わせし、講義の感想を問われたので、身体の構造と機能について話したら、笑ってもらえた。のちの私の恩師である。大学で学ぶことは、人生に役に立つことばかりであるとしか言いようがない。

『運のつき』は、敗戦、東大紛争、学問などについて考察された文章が集められている。しばしば読み返すが、効能としては『歎異抄』に近い。

運がついたあとに 生きるために



次ページへ
つづく



降りることは
上がることより
ずっとむずかしい



学校教育学科
永沼 充 先生



『猫を棄てる 父親について語るとき』
村上春樹著, 高妍絵 文藝春秋 【請求記号: 914.6/Mu43】

たまたま入ったエキナカの本屋で、少し変わったタイトルと著者が目に留まったのが本書を購入したきっかけである。サブタイトルの一父親について語るときも気になった。著者は私と同年である。父親を亡くした年もその時の父親の年も近い。そして、ともに戦地に駆り出されている。

書名の猫がどうなったか気になる人は読んでいただきたい。父親の戦争体験を軸に父子の関わりを書くという本書の導入部である。村上春樹は平易な文章で深く難しい内容を著すといわれるが、本書では事実を淡々と述べることにより、戦争がごく普通の市民の生き方や精神を変えてしまうことをわかりやすく訴える。これを「メッセージ」としてではなく、「歴史の片隅にあるひとつの名もなき物語」としてそのままの形で提示したかったとあとがきで述べている。

私はハルキストではないが、ノーベル賞候補に挙がるような著名な作家も私と同じ市民なのだと感じるとホッとす。

総合教育センター
三尾 真琴 先生



『青春の門「筑豊篇」』
五木寛之著 講談社 【請求記号: 913.6/I91/1】

私が大学生時代に夢中になって読んだ本のひとつが、五木寛之著『青春の門』です。『青春の門』と一口に言っても第1部「筑豊篇」から第8部「風雲篇」までの大作です。

この本は、太平洋戦争中・終戦後の筑豊(福岡県)の炭鉱を舞台に、伊吹信介という少年の葛藤と成長が描かれています。読み始めてすぐに炭鉱で働く人々の生活ぶり、悲哀も秘めた力強さ、そして同地域に暮らす在日朝鮮人への差別に出会います。また、1950年の朝鮮動乱や1951年日米講和条約(日米安全保障条約)締結など、当時の国際情勢や日本の立ち位置に触れ、「勉強せねばあかん」と強く思ったのを覚えています。

濃密な人間関係の描写も『青春の門』の魅力のひとつです。父親を炭鉱事故で亡くした信介を厳しくも愛情豊かに見守る母親タエ、信介の幼なじみで生活のため飲食店の女給になった牧織江の誇りといじらしさ(織江は信介を「しんしゅけしゃん」と呼びます)、などなど。

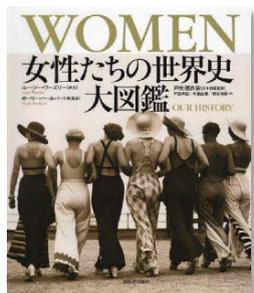
ずいぶん前の日本が舞台であり、その変化の大きさは、現在と比べようがないかもしれません。ただ、信介の「おれはこれからどんなふう生きていくのだろうか?」、「人間が生まれてきて、死んでいくのは、いったいなんのためだろうか?」との自問、改めて問い返してみたいと思います。

無理を承知で
「時計の針」を戻す



強く、そして美しく

世界史の中の女性を テーマにした ヴィジュアル図鑑



学校教育学科
塩川 春彦 先生



『WOMEN 女性たちの世界史大図鑑 OUR HISTORY』

ホーリー・ハールバート [ほか] 監修 ; 戸田早紀, 中島由華, 熊谷玲美訳
河出書房新社 【請求記号 : 367.2/H98】

本書は、先史時代から現代まで、世界史の中の女性をテーマに解説したカラーのヴィジュアル図鑑です。世界史上特筆すべき女性たち、約 600 名を紹介しています。例えば、クレオパトラ、ジャンヌ・ダルク、ヴァージニア・ウルフ、マララ・ユスフザイなど。日本からは、紫式部、樋口一葉などが取り上げられています。単なる人物紹介ではなく、政治、戦争、職業、育児、科学、芸術など、様々な視点から女性の歴史を解説しています。見開き 1 テーマで、美しい写真を中心に構成されており、解説は簡潔なのでとても読みやすい。どのページからでも、興味を持ったところから読めます。私は、世界史の勉強のやり直しのつもりで読み始めましたが、期待以上に知的に興奮しました。

本書には、歴史上さまざまな形で存在した女性の苦難にも多くのページが割かれていますが、しかし、変化を生み出すという歴史上重要な役割を果たした賞賛すべき女性が数多く紹介され、読者に勇気を与えてくれます。

東京柔道整復学科
佐藤 光浩 先生



『ぶれない』

平山郁夫著 三笠書房 【請求記号 : 914.6/H69】

平山郁夫先生の 最後のメッセージ

著者の行動決定基準は「美しさ」にある。

美しさの判断は教養によるという。

教養は人間の幅を広げるための必須条項であり、幅が広がれば高さも出る事は、ピラミッドを見れば一目瞭然である。底辺の広がりには安定をもたらす、ぶれないという事である。

人間も同様、ぶれない人間形成には教養が必要。教養は武士道、武道、軍人の美しさであり、美しさは^{かなんしんく}艱難辛苦の上の喜びにある。著者の場合、艱難辛苦の上の喜びをインドから中国に仏教を伝えた僧に見出した。後に著者の大作となる『仏教伝来』や『シルクロード』の原点はここにある。順風満帆で育った木は大きくなるが強くはならず。風雨や寒さ等の逆境により強くなる。木と同じく、逆境、艱難辛苦は、強くぶれない人間を育てる。現在、我々はコロナウィルスという逆境、艱難辛苦の只中にある。これを乗り越えた時、強くぶれない人間となる。

このような状況であるからこそ、ぜひ読んで頂きたい一冊である。



見方を変えると見えてくる

アートを通して
「自分だけのものの見方」を
身につける。



東京理学療法学科
小山 優美子 先生



『13歳からのアート思考 「自分だけの答え」が見つかる』
末永幸歩著 ダイアモンド社 【請求記号：704/Su18】

美術館で作品を鑑賞すると、しばしば困惑することがありませんか。それが大家と呼ばれるアーティストのものであっても、作品の表現の方法やその裏の意図を理解するのが難しいと感じることはよくあります。そして「正解」を見つけられない自身のアートに対する感性の低さに、がっかりしてしまうことも。そもそも「正解」など存在していないことに気づきもせずに。

この本では、アートの常識や人間の視覚、表現の限界に挑んだ、近現代のアーティストたちの挑戦を解説しています。そして、彼らの「自分だけのものの見方」は、「正解など存在しないことが自明となってしまった」世界に生きる私たちが、「自分なりの答え」を見つける、つまりは新たなものの価値を生み出すためのヒントを与えてくれます。アート思考とは自身の興味を探究する力でもあり、それこそ大学にいる私たちに求められるものではないでしょうか。

作業療法学科
大関 健一郎 先生



『目の見えない人は世界をどう見ているのか』
伊藤亜紗著 光文社 【請求記号：369.275/189】

この本の作者は医療系の方ではなく、元々は生物学者を目指していたが、実際には美学・現代アートの専門家になったという大学の先生である。そのためか、読み始め早々から私の凝り固まった脳みそを打ち砕くような衝撃を感じた。例えば、指で点字を読むことについて以下のような文章がある。「点字を理解することは、実は純粋な触覚の働きではない。むしろ働きとしては見える人が目を使って行っている「読む」に近いのではないか。こうした気づきから、本章では、器官と能力を切り離して考える身体観を提案しました」。

この本は、医学書とは異なった、しかし見えない人の事実を鋭く正確に描写している文章で満ち溢れています。この本を読み終えたとき、きっと貴方が今感じている現実には唯一の現実でないことに気が付くでしょう。

視覚のない世界は
凄く豊かな世界であった



伝統芸能で

「自文化」を知ることは
「異文化教育」の
はじまりです



幼児保育学科
今西 ひとみ 先生

『ようこそ伝統芸能の世界 伝承者に聞く技と心』
森田ゆい著 薫風社 【請求記号：772.1/Mo66】

この本の筆者である森田先生は、「日本の伝統芸能についての感覚が、若い人達にとって『祖父母が楽しむもの』から外国の芸能と同様で『初めて触れるもの』になりつつある」とおっしゃっています。確かに、西洋文化が主流である我々日本人の生活の中では、「自身が日本人である」という感覚を意識するのは、若い世代では“海外旅行に出る、スポーツやゲームで日本を応援する、あるいは卒業式・成人式などに着物を着る”くらいしか機会がないのかも知れません。

こうした時代において、この本は、「日本の伝統芸能」について、素人が持つ初歩的な質問を各芸能の熟達者に投げかけ、彼らが、各自の磨き上げた技（わざ）にひそむ、日本古来の「心」や「精神」について、回答する形をとりつつ、わかりやすくまとめられています。この本から、多少なりとも日本人として伝統文化の見識をもって海外に出た暁には、「自文化教育」こそ「異文化教育」であることを、深く認識することは間違いないでしょう。



学校教育学科
持田 尚 先生

『毎月新聞』
佐藤雅彦文と絵 中央公論新社 【請求記号：914.6/Sa85】

「毎月新聞」というタイトルの本を勧められて、読みたいと思う学生がどのくらいいるのだろうか。なぜそう思うタイトルの本を私が勧めるのかと聞きますと、これを読むと頭が良くなるからです。頭が良いというのはいろいろな捉え方があるでしょうが、私は「自分で視点・観点を変えて、モノの見方ができる人」を頭が良いと感じます。つまりこの本は、私に新しい視点・観点を与え、違った立場からのモノの見方をさせてくれ、私の頭を良くしてくれる本だということなのです。頭が良くなると、なぜか、ほくそ笑んだりしませんか。それって幸せでしょ。だから皆さんにもお勧めしたいのです。

この本は、著者の佐藤雅彦さんが、毎日新聞で月に一回執筆したコラム、その名が「毎月新聞」といい、それを書籍化したものとなります。佐藤雅彦さんは、「ピタゴラススイッチ」を創り上げた方で、独特のまなざしと分析で世の中を考察した文章はたいへん心地よいものとなっています。

こんなモノの
見方をしていきたい





東京柔道整復学科
 小黒 正幸 先生

『アリエリー教授の「行動経済学」入門』
 ダン・アリエリー著 ; NHK 白熱教室制作チーム訳
 早川書房 【請求記号：331/A71】

昨年この冊子で私はシーナ・アイエンガー著『選択の科学』を紹介した。詳細はそちらを読んでいただきたいが、要は人生が大なり小なり「選択」の連続であり、「人はどのように選択するか」を科学的に論じた著書である。その文中で、「私たちは感情的・精神的代償を支払っても、選択し続けなければならない。なぜなら選択することは新しい扉を開けて、未来を創造することにほかならないからである。」と書いた。しかし、私たちは本当に自分の力で「選択している」のだろうか。時に「選択させられている」のではないか、と思うこともあるだろう。

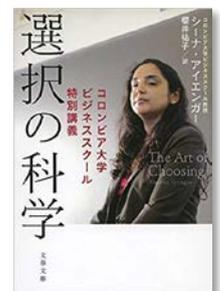
そんな疑問に答えてくれる1つの学問として、「行動経済学」があげられる。著者のダン・アリエリーは、行動経済学者でノーベル経済学賞を受賞したダニエル・カーネマンの弟子で、ユニークな実験によりイグ・ノーベル賞を受賞したデューク大学の教授である。だからといって、お堅い内容かと言えば、そうではなく、身近なできごとから不合理なのに「なぜ、それを選んでしまうのか」を授業形式でわかりやすく論じている。

「選択させられる」というと、嫌な感じを受けるかもしれないが、「つついやってしまう」システムを理解すれば、様々なことに応用ができる。他人や自分の選択、「行動」を変えることができるかもしれない。紹介された実験で、おそらく最も有名なものは男性トイレの小便器の例である。女性にはわかりにくいかもしれないが、小便器周りの床は飛び散った液体で汚い。どうすれば、飛散と汚れを防げるか、つまり、「こぼさないような行動を選択」してくれるかを考える事例である。その答えは便器の真ん中に小さな「ハエ」の絵を描くというシンプルなものだ。ところが、このシンプルな答えは絶大な効果を発揮する。小便器の前に立った男性は「つ

「それは本当に自分で決めたこと？」 行動選択の不合理とは？

ついハエを狙ってしまう」のである。結果として小便器周りの飛散と汚れは防止される。男性はハエの絵を狙う行動を「選択した」ようであるが、実際はハエの絵を描いた人に、それを狙うことによって小便器周りの汚れを防止する行動を「選択させられている」のである。

その他にも「あなたが人に流される理由」として、人間が行動を選択する際に「周囲に同調」することなどが論じられているが、学生諸君には大いに心当たりがあるだろう。「みんなやっているから…」というやつである。それは本当に自分で自分の行動を、未来を「選択した」と言えるのだろうか。まわりに流されたり、変えることが面倒くさいから不合理なのにそのままにしたり、行動経済学の観点を知らず、自らの行動や選択が、自分の意識だけではなされていないことがわかる。自分を守るためにも、人を動かすためにもぜひ知ってもらいたい学問分野である。本書はその最も読みやすい入門書の1つである。



『選択の科学 コロンビア大学ビジネススクール特別講義』
 シーナ・アイエンガー著 文藝春秋
 【請求記号：361.4/I97】

アニマルサイエンス学科
近藤 保彦 先生



『線は、僕を描く』

砥上裕將著 講談社 【請求記号：913.6/To21】

両親を失い、遺産があるため金銭に不自由はないものの喪失の中にいたやる気のない大学生が、たまたまバイトで水墨画の巨匠と出会い、水墨画を始めることに。この本は、昨年の本屋大賞で 3 位となったため、ネットでも多くの紹介があると思うので、ここではちょっと違った視点から紹介します。

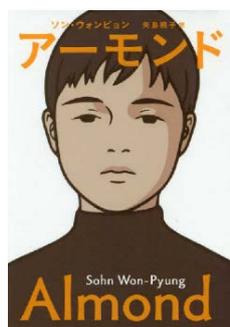
主人公の霜介は、師匠篠田湖山の名を冠した「湖山賞」をかけて師匠の孫と競うことになるのだが、師匠から差し出されたのは一輪の「菊」。それをどのように描いたらよいか、霜介はずっと悩み続け、そして「墨で絵を描くことが水墨画ではない」こと、絵の中の描かない部分をどう描くかが重要であることに気が付く。こういったことは、この本の著者砥上裕將氏自身が水墨画家だからこそのとらえ方なんだろう。そしてここからは、本の内容とは外れますが、私が読んでいて「ああ、水墨画もサイエンスと似ているな」と思ったのです。目の前の現象をそのまま投影させるのではなく、削って削っていく。空白ができるから、そのもの自体が見えてくる。実験は美しくなければならない、サイエンスは芸術的でなければ面白くないと、私の持論に通じるものがそこにあった気がしたのです。

科学者だって
アーティストだ



新たな一歩を踏み出す

生きづらさの先に
見えてくる希望



医療福祉学科
楠永 敏恵 先生

『アーモンド』

ソン・ウォンピョン著；矢島暁子訳 祥伝社 【請求記号：929.13/So41】

書店の店員が勧める本屋大賞受賞作は、気になりつつもあまり読んだことがなく、この機会を得て読んでみました。本書は、同賞の 2020 年翻訳小説部門で 1 位を獲得した本で、著者は韓国の人です。

アーモンドとは、脳の脳辺縁系の一部であり、感情（正確には情動）を感じる扁桃体のことを指しています。主人公の少年はそのアーモンドが小さく、感情を感じられません。周囲からは、気味が悪い人だと思われてしまいます。摩擦を起こさず生きられるように、母親と祖母に愛情深く育てられます。しかし、彼が 15 歳のときに通り魔に襲撃されて、祖母を亡くし、母親も植物状態になってしまいます。

ありのままに生きることの難しさは、他国の話とは思えないほど似通っていると感じました。ラストには希望が見えますので、現実もこのような展開になることを願いながら、おすすめする一冊です。



柔道整復学科
杉浦 加奈子 先生

『リトルターン』

ブルック・ニューマン著；リサ・ダークス絵；五木寛之訳 集英社
【請求記号：933.7/N68】

この本は、ある日突然飛べなくなった一羽のアジサシという鳥が主人公のお話です。体の隅々を確認しても問題はないため、原因が内面にあるのだと理解し、再び飛べるようになるまでの葛藤や出会いや気づきなどが描かれています。その中で、友人がアジサシへ言った「きみは飛ぶ能力を失ったんじゃない。ただどこかに置き忘れただけだ。探し出すには、丹念に注意をはらって、気づかなかったことに気づくことだよ。」という言葉と、「ただ待つって時間を無駄にすること、待ちながらじっくり学ぶことの違いを発見せよ」というアジサシ自身の気づきが印象に残っています。

誰でも壁にぶつかり動けなくなったり、心が疲れてしまったりとアジサシと似たような状況に陥ることはあると思います。再び飛べるようになったアジサシがどのような経験をしたのか、ぜひ読んでみてください。

突然出来ていたことが
出来なくなった…
あなたはどうしますか？



サイエンティフィックな日常

身近なものを
様々な側面からみる
習慣をつけよう



理学療法学科
平賀 篤 先生



『まだまだあった！知らずに食べている体を壊す食品』
手島奈緒著 アスコム 【請求記号：498.54/Te83】

誤解のないよう初めに伝えておきますが、私は食品添加物や農薬、化学肥料などに対して完全肯定派でも否定派でもありません。近年は「無農薬野菜がいい」とか「有機栽培が安全」とか、「無添加が体にいい」という発言をよく聞きます。これは食品添加物や人工物が絶対悪のように捉えられがちですが、一方でこれらの技術発展により食品の安定供給、長期保存、市場価格の安定に寄与しているのも間違いありません。また、合成添加物が毒で天然添加物は安全という考えも根強くありますが本当でしょうか？

この本の内容を全て肯定するわけではありません。しかしこの本では上記のような普段は気にしないような食品の裏側が細かく書いてあります。身近な食品に留まらず、世の中にあるもの全てに対して様々な角度から見る習慣をつけ、それについて思考し、自分なりの答えを出すプロセスが重要であり、その積み重ねが人間力向上につながっていくのではないのでしょうか。

学校教育学科
安藤 生大 先生



『海洋プラスチック汚染 「プラなし」博士、ごみを語る』
中嶋亮太著 岩波書店 【請求記号：519.4/N34】

この本は、JAMSTEC (海洋研究開発機構) の研究員である著者が自らのブログに綴った内容をベースに書かれたものである。海洋プラスチック問題について網羅的、ふかんでき俯瞰的な解説が、とても平易で読みやすい表現で書かれている良書である。

世界中で生産されそして廃棄されたプラスチックのデータをもとに、海洋プラスチックごみの量とその流出経路について解説されている。とにかく、膨大な量のプラスチックが生産され、意図的、非意図的を問わず海洋に投棄されており、その結果としてのマイクロプラスチックによる深刻な海洋汚染が進んでいることを思い知らされる内容となっている。最終章では、海洋プラスチック問題の対策として、現在すでに海洋に存在するプラスチックを回収することは現実的ではなく、排出源をコントロールするしかないと結論付けている。プラスチック生産量の削減、廃棄物の徹底管理、使い捨ての禁止、Reuse の仕組みづくり、Recycle に適した製品のデザイン、そして我々のライフスタイルの改善等さまざまな提案がされている。

海洋のプラスチック汚染は、他人ごとではなく深刻であることを、我々一人一人が認識する上で、この本は必読の書と言える。

海を汚染する
マイクロプラスチックの
ディープインパクト



本は知の宝庫だ

大人になっても
新しいイソップの知恵を
自分のものにする！



総合教育センター
小堀 馨子 先生

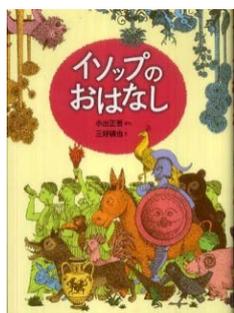


『イソップ寓話 その伝承と変容』
小堀桂一郎著 中央公論社 【請求記号：991/Ko14】

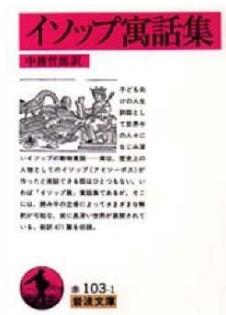
イソップ物語は皆さん幼稚園や小学校で読んでもらったことがあるかもしれません。「北風と太陽」、「都会のねずみと田舎のねずみ」など、イソップという名前を知らなくても、題名だけは耳にしたことはあるかもしれませんね。

イソップは今から 2500 年以上前の古代ギリシアの人です。奴隷の境遇で、容姿も醜かったと伝わっていますが、知恵があり、含蓄のある話を多く残しています。寓話の中に描かれた人は皆さんの身の回りによくなるような人かもしれませんし、そうでないかもしれません。その人たちが様々な状況下で、日常的な出来事や非日常的な出来事に直面した時に、どのように対応したか、自分や自分の周りの人達に置き換えながら読んでみると、学ぶことが多くあります。

私も今年度皆さんと授業で一緒に読みながら、改めて奥深さを感じています。子供の読み物と思わずに成人した者の視点から一読されることをお勧めします。



『イソップのおはなし』
[イソップ原作；小出正吾ぶん；三好碩也え のら書店
【請求記号：991.7/A17】



『イソップ寓話集』
イソップ [著]；中務哲郎訳 岩波書店
【請求記号：991.7/A17】



こども学科
小湊 真衣 先生

『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
【請求記号：481.78/L88】

かつて大学の学部生だった頃、先生が「オススメの本」として黒板に書いたこの書名を見て、「児童向け小説のタイトルみたいだな…」と思ったことを今でも覚えています。なので、副題がなければ皆さんもそのような印象を持たれるかもしれませんね。

ニュートンのリンゴやアルキメデスのお風呂など、科学者が「!」というひらめきを得たシーンにまつわるエピソードは色々ありますが、ローレンツが有名な「インプリンティング(刷り込み)」をひらめくきっかけとなったであろうエピソードが、この本の中に収録されています。

生まれてすぐにローレンツの姿を目にし、彼の声を耳にしたことにより、鳥の親ではなくローレンツを親として認めてしまったハイロガンの子。マルティナと名付けられたその子が、その後どのように育っていったのがユーモアたっぷりに語られています。

鳥類に関するエピソードが多いですが、ほかにも虫の話、イヌの話など、短めのお話がたくさん収録されていますので、自分が好きな生き物や興味がある生き物の章から読むのもオススメです。

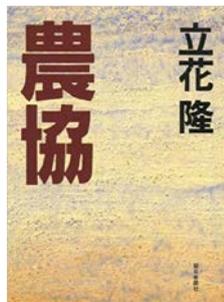
可愛い
挿絵の数々も必見です



柔道整復学科
昇 寛 先生

知の巨人
—ジャーナリスト立花隆

『農協 巨大な挑戦』
立花隆著 朝日新聞社 【請求記号：611.6/Ta13】



日本の政治や経済、文化までも俯瞰できる膨大な総合社会経済書籍とでも言うべき本である。単に農協という団体を調査した本ではない。社会や政治構造の矛盾、内外の歴史的背景、そして日本の進むべき道を考察させる本である。

私が本稿をご覧している皆さんと同年代の頃、立花氏との対話集会に参加した。今回おすすめの本『農協』発刊についての経緯を対話の中に問うた。何故今回『農協』を著したのか？その問いに氏は「私は文明という事象に強い関心があり、今回もそれを追求しただけ」と。

立花氏の姿勢は、思考範囲が途轍もなく広範に及び、途轍もなく深く、正確に掴むまで徹底的な探求姿勢を崩さず、それを何なく苦なく全うしてしまう人物、つまり、知の巨人である。

『思考の技術』『日本経済・自壊の構造』『田中角栄研究』『日本共産党の研究』『アメリカ性革命報告』『宇宙からの帰還』『脳死』等々、膨大な著書に氏の知的好奇心の様相が伺える。

夢中になれる、知識も得られる



東京柔道整復学科
杉山 渉 先生

『ヒポクラテスの誓い』

中山七里著 祥伝社 【請求記号：913.6/N45】

「ヒポクラテス」といえば、医療従事者であれば知らない人がいないほど有名な紀元前の医師である。

2016年の中山七里氏の推理小説『ヒポクラテスの誓い』が2017年にはテレビドラマ化され、この言葉がにわかに広く知られるようになった。昔からヒポクラテスがギリシアの神々に誓ったこととして伝えられており、現在も世界各国の医学生が医科大学を卒業する際に、医師としての**職業倫理**を忘れないように宣誓している。ヒポクラテス自身のことばではないと言われているが、「**医学の父**」に仮託されて中世ヨーロッパですでに知られていた。

昨今「法医学」を扱ったテレビドラマがよく放映されているが、この小説は不審死をとげた事件に対し法医解剖を行ない、事件の解明を行なっていく過程が描かれている。

勸善懲悪とはちょっと違うが、**真実の究明**を核とする痛快無比のエンターテインメント性を正面から追求するのが本書の魅力である。幾多の障壁を突破して、ついに遺体が解剖され、真相が明らかになった瞬間、スカッと胸がすく爽快感が味わえる。

解剖は大きくわけて、**系統解剖**、**法医解剖**、**病理解剖**の三つがあり、同じ解剖と名がついているがそれぞれ目的が異なっている。

系統解剖は人体の構造等を習得するために、医系大学の解剖学で検体による解剖実習として行われる解剖のことをいい、法医解剖は**司法解剖**と**行政解剖**のことをいう。

「解剖学」が苦手な貴方に
～学ぶことの楽しさを
身につけよう！～

司法解剖とは犯罪の疑いのある死体について裁判上の鑑定のために行われる解剖をいい、**行政解剖**とは犯罪の疑いはないが死因が不明確な不自然死とか異状死体など、監察医が行なう解剖をさしている。

法医解剖、病理解剖も「**系統解剖**」をしっかりと学んでいないとできない。皆さんが勉強するのはこの「**系統解剖**」であり、医療科学部のどの学科でも重要なのは「**解剖学**」と「**生理学**」である。

「**解剖学**」が苦手だと言っている君たち、まずは**解剖学**を学ぶ**楽しさ**を身につけよう！

その面白さを引き出すにはこの『**ヒポクラテスの誓い**』は最適であり、ここに推薦する次第である。





アニマルサイエンス学科
今野 晃嗣 先生

『大英自然史博物館珍鳥標本盗難事件 なぜ美しい羽は狙われたのか』
カーク・ウォレス・ジョンソン著；矢野真千子訳 化学同人
【請求記号：936/J64】

2009年、大英自然史博物館のトリング分館から約300羽の鳥の標本が盗まれた。犯人はエドウィン・リストという音大生。その標本が行き着いた先は、鳥の羽で「毛針」を制作するマニアの世界だった！――

本書は、実際にあった盗難事件の裏側にジャーナリストの著者が切り込んでいく犯罪レポートです。読みどころは満載ですが、個人的なツボは、以下のとおりです。

- ・盗まれた標本には、チャールズ・ダーウィンに並ぶ進化論の祖、アルフレッド・ラッセル・ウォレスが採集した鳥が含まれており、本書の序盤でウォレスの業績や苦難が生き生きと描かれています。
- ・本書には自閉スペクトラム症の研究者として著名なサイモン・バロン＝コーエンが登場し、犯人の処遇について重大な影響を与えることになります。
- ・博物館関係者や生物の研究者が文化財の保存と継承にける情熱を知ることができます。また、膨大な資料を引用しながら事実を誠実に記載している著者の姿勢にも感嘆します。博物館学芸員や自然保護に関心がある方は必読です。

というわけで、私は読み始めてすぐに本書に魅了され、一気に読んでしまいました。物語も佳境を迎えたころ、「遊ぼうよー」とまとわりついてきた4歳の娘の腕を、思わず振り払ってしまったくらいです。完全に取り乱しました。鳥だけに。

毛針制作愛好家と
博物館研究者の思いが
交錯する犯罪レポート。

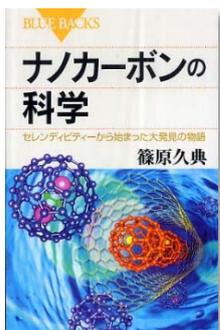


科学史の楽しみ



自然環境学科
山際 清史 先生

大発見が潜む玉手箱を 見逃すな



『**ナノカーボンの科学** セレンディピティーから始まった大発見の物語』
篠原久典著 講談社 【請求記号：501.48/Sh67】

セレンディピティー (serendipity) とは「偶然の発見」を意味する言葉で、「セレンディップ国の三人の王子たち」という童話に由来する造語のようです。自然科学における大発見はセレンディピティーによるものが多いと言われますが、求めていた結果より、そのそばにもっと大きな発見が潜んでいるという、研究者にとっては大きな魅力を感じる言葉です。なかでもサッカーボール型構造の炭素である“フラレン (C₆₀ 分子)”は、星間分子 (星と星の間に存在する分子) を実験室で生み出そうとする過程で、偶然に発見された新物質でした。“カーボンナノチューブ”や“ナノピーポッド”など、「ナノカーボン」と総称される物質の発見は、いずれも偶然が導いたものばかりです。

この本ではそれらの発見の過程や裏側を、物語風に読みやすく描いています。そして、大発見が潜む玉手箱に気付くことは、その研究者にとって、実は偶然ではなく必然だったと感じさせる内容も含まれ、非常に興味深いです。



学校教育学科
米田 巖根 先生

『**数量化革命** ヨーロッパ覇権をもたらした世界観の誕生』
アルフレッド・W. クロスビー著；小沢千重子訳 紀伊國屋書店
【請求記号：230.4/C93】

今回、ご紹介する書籍は、私たちの日常にあふれている日時、距離などを「はかること」について、当たり前でなかった時代にさかのぼり、どうして「はかること」つまり、「数量化」が生まれたのかを様々な観点から紐解いていきます。

例えば、暦法、機械時計、地図、記数法、絵画の遠近法、楽譜、複式簿記など、現在では当たり前で日常にある数量化・視覚化という軸から社会に与えた影響について歴史的背景から解説しています。

数量化・視覚化にいたる現象を、本書を読むことで、追体験することができます。数量化革命後の現代では気にも留めないことが、その経緯を知ること、いつもの日常生活がより深く、多次元に見えてくるかもしれません。

AIの活用という新たな革命を迎える私たちにとって、過去・現代・未来を行き来するような、貴重な体験になると思います。

日常生活にあふれる 当たり前は、当たり前か？



教育に携わるあなたへ



アニマルサイエンス学科
近藤 保彦 先生

日本の学校教育を
見つめなおして
みませんか



『ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー』
プレイディみかこ著 新潮社 【請求記号：376.333/B71】

簡単に言ってしまうと、アイルランド人と結婚してイギリスに住む著者の子育て奮闘記。でも読んでいううちに、イギリスの教育システム、イギリスの文化、国民性、そして日本との違いなど、イギリスと言えば、漠然としたエリート教育というイメージしかもっていなかった私には、いろんなことが見えてくる、いろんなことを考えさせられる、ちょっと不思議な本でした。

イギリスではエリートを育てる私立校(パブリックスクール)とそれ以外の子が行く公立校(ステイトスクール)でまったく異なる教育が行われています。しかし、公立校の中にもランキングがあって、著者みかこさんの息子は小学校まで公立校の中でも市で1番のカトリック校に通っていて、荒れた地域と呼ばれる中に住んでいながら、いわゆるよい子に育ちました。しかし、中学に進学を決めたのは、その地域のコテコテの中学校。そのなかで人種差別あり(もちろん息子はアイルランドとアジアのハーフ、この呼び方も問題となります)、貧困問題ありと、母親が様々な問題に奮闘していく中、気が付いたら息子が(もしかしたら自分より)大きく育っていたというお話です。教員を目指している方、是非読んでください。



幼児保育学科
渡部 晃子 先生

『日本の人形劇 1867-2007』
加藤暁子著 法政大学出版局 【請求記号：777.1/Ka86】

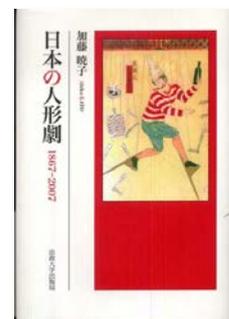
幼児期に誰もが持っていたであろうお気に入りの人形やぬいぐるみ、どこかで見たであろう人形劇。誰しも何らかの思い出があることだろう。

幼児教育の現場で人形が果たす役割は大きい。人形は大人と子どもとの媒介となって大人と子どもとを柔らかにつなぐ大きな存在である。その証拠に子どもは、人形やぬいぐるみの言うことを素直に受け入れることがよくある。

本書は近・現代の日本の人形劇について人形浄瑠璃からディズニーランドまで幅広く書かれた本である。人形劇にまつわる歴史、これからの様々な可能性について考えさせられる。私が担当する授業では「人形をつくり、演じる」ことを行っている。保育者を目指す人は、人形劇が教育においてどのように活用されてきたのかを知ることにより、より奥行きをもって人形劇を捉えることにつながるのではないだろうか。

また、ものづくりは生命なきものに生命を宿す楽しみであるともいえる。生命なきもの、一見、意味のない無駄なもの、そういうものが子どもにとって宝物になる瞬間を大切に育みたい。

いのち
生命なきものに
いのち
生命を宿す楽しみ



その道を極める



アニマルサイエンス学科
戸澤 あきつ 先生

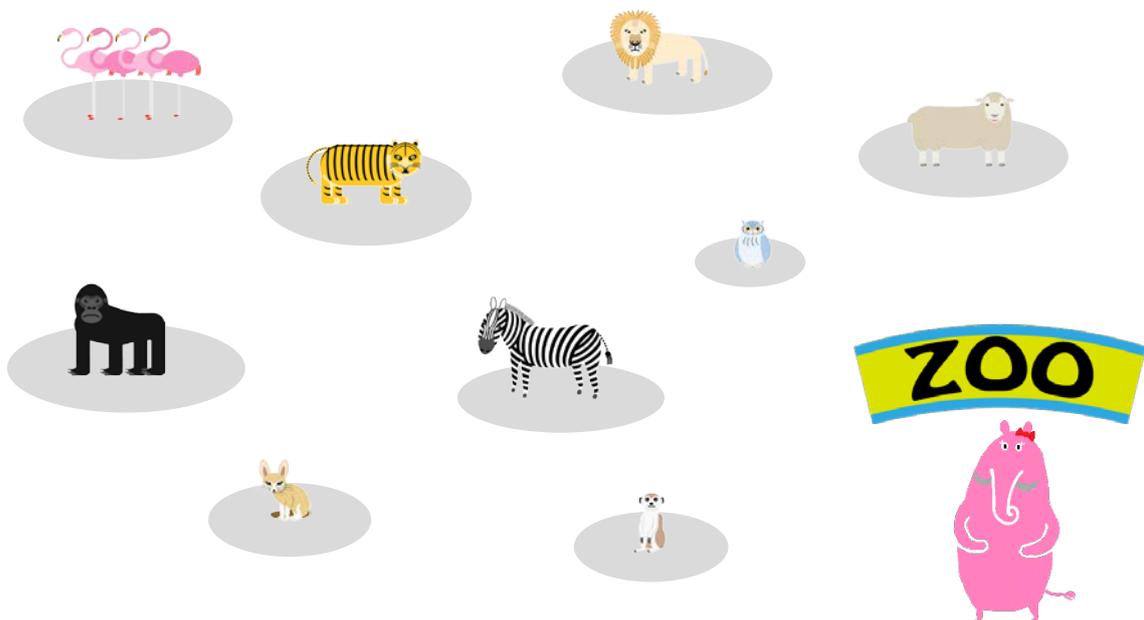
『いのちをつなぐ動物園』

生まれてから死ぬまで、動物の暮らしをサポートする』
京都市動物園生き物・学び・研究センター編 小さき社
【請求記号：480.76/Ky6】

国内の一般的な動物園は「動物を飼育する場所」という印象だと思う。しかし、京都市動物園は飼育員のほかに研究者がいて、研究をしている。なぜ動物園で研究が必要なのか。動物園で飼育されている動物の多くは野生動物であり、その生態や人間による適切な飼育方法というのは実はまだわかっていないことが多い。また、本来であれば野生にいるはずの動物を飼育しているのだから、なるべくストレスのない状態で飼育したいと多くの人が考える。このようなことから、飼育している動物のことをよく理解しようとする調査や研究はとても重要なのである。

この本は、市民にとっては「近くて楽しい動物園」、動物にとっては「生き生きと幸せに暮らすことができる動物園」を目指した京都市動物園の研究あるいは現場の軌跡がまとめられている。なかなか知ることのできない動物園での研究内容や取り組みについて、分かりやすく紹介した本なので動物園や動物が好きな人にはぜひ読んでもらいたい。

京都市動物園の 取り組みについて知る



生命科学科
堀 和芳 先生



『頼れる医者に出会いたい』

外山雅章著 ビジネス社 【請求記号：498.021/To79】

天皇陛下を執刀した A 先生の師匠、心臓外科医の外山先生の自叙伝的な本です。先生は浅田次郎の小説や映画のモデルにもなっており、ドラマを超えた存在のゴッドハンドです。先生は日本の大学病院の医局システムの中では手術手技の向上に限界があると感じ、若き日にアメリカに渡ります。そこで最先端の技術と教育を受け、日本にその技術を導入し、広めたパイオニア的存在です。現在、多くの一流心臓外科医のルーツは先生に行きつくと言われていいます。私も 20 代のころに何年か先生と仕事をさせていただき大きな衝撃を受け、医療従事者としての心構えを学ばせていただきました。

先生の唱えるプロとしての 3 つの A があります。“Ability”プロとしての実力を備える，“Affability”患者さまに優しく人間性を持って接する，“Availability”必要とされれば何時でも仕事する。私自身、すべてを体現できてはいませんが、このような医療従事者が帝京科学大からたくさん育ててほしいと願います。時代背景が今の日本の医療事情と異なっている部分もありますが、医療系の学生が読むと何か感じるものがあると思います。

プロの医療従事者とは



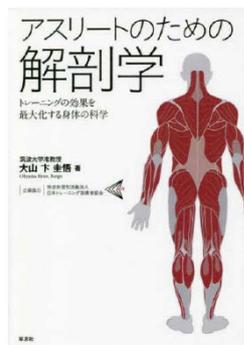
答えは身体の中にある

東京柔道整復学科
有賀 雅史 先生



『アスリートのための解剖学』

トレーニングの効果を最大化する身体の科学』
大山下圭悟著 草思社 【請求記号：780.19/O95】



解剖学の理解は、地味な暗記作業となり、医療系の学生さんには、どちらかというと辛い、きついという印象があるのではないのでしょうか？

しかし、皆様はご存知でしょうか？解剖学は多くの先人達の挑戦、検証、情熱、献身の元に成り立ち、学問として多くの人々の治療や医学に貢献していることを。興味があれば、医学史の専門書で確認してください。

今回、私が紹介する本は『アスリートのための解剖学』です。著者は、おやまべん大山下圭悟先生です。大山下先生は、とうてき陸上競技の投擲アスリート、コーチ、トレーナー、機能解剖学の研究者、大学教員のマルチなプロフェッショナルです。

読めば、皆様のパフォーマンスも向上し、解剖学の成績も上がるでしょう。そして、なぜ私がこの本を推薦したのかという理由もわかります(笑)。お薦めします。

現代と私たち

レイシズムの伝染病に
終止符をうつには
どうしたらよいのか？



学校教育学科
永沼 充 先生

『レイシズム』

ルース・ベネディクト[著]; 阿部大樹訳 講談社 【請求記号: 389.04/B35】

80 年前から読み継がれている書である。4 月に新訳が出た翌月、白人警官による黒人の拘束死亡事件が起き、たちまち増刷となった。

著者のルース・ベネディクトは米国の文化人類学者。日本文化論を展開した『菊と刀』で有名であるが日本を訪れたことはない。第一部では科学的見地から人種とは何かと問いかけ、混交を繰り返してきた人類には純粋な人種は無く人種に優劣は無いと結論する。白人にも黒人の血が混じっているのである。第二部の最終章では「権力の無責任な濫用をなくし、日々の尊厳ある生活を可能にしてくれる方策ならば、それがどの領域で行われるのだとしても、人種差別を減らす方向に働かだろ。逆に言えば、これ以外の方法で人種差別をなくすことはできない」（訳文のまま）と述べている。80 年前とは思えない慧眼の書である。

我が国にはもっと根の深い部落民差別がある。本書では随所に日本が引用されているが、「部落」については残念ながら触れられていない。



看護学科
田中 樹 先生

『人は、なぜ他人を許せないのか?』

中野信子著 アスコム 【請求記号: 361.4/N39】

他人を許せない「正義中毒」は、誰もが陥る可能性があるのではないのでしょうか。

自分にも思い当たる節があると「ドキッ」としながら読んだ本です。

脳科学者である著者は、自己の正義感をふりかざし他人を厳しく非難することを「正義中毒」と呼んでおり、この現象は人間には当然に備わったものだとして述べています。誰かを非難する時、脳内では快楽を司るドーパミンが分泌され、さらに刺激を欲するようになることで中毒化していくというものです。

昨今、SNS 上での誹謗中傷や自粛警察という言葉をよく耳にします。誰かを非難する事で得られる快楽を、匿名性が確保され、顔も見えない状態で自由に発言できる SNS 上で得ようとしている人が多く「炎上」というのがその象徴のように思います。

「自分は正しい」「あの人は間違っている」という自身の正義は、果たして本当に正しいのでしょうか。自分を自分でコントロールする力、自分を俯瞰する「メタ認知能力」をもつことが、正義中毒を乗り越える鍵となるのではないのでしょうか。

SNS が普及している今だからこそ、読んでいただきたい一冊です。

「正義中毒」に
毒されてしまわないように…





