

# 2013年 新入生にすすめる本

## 日本赤十字九州国際看護大学教員によるブックガイド

毎年の入学式で、喜多悦子前学長が折々のテーマをもとに選んだ図書を、「学長が新入生に薦める100冊の本」として配布してきました。

このたび、本学の先生方によるブックガイドに形を変えて、新入生の皆さんへ贈ります。



### 喜多前学長からのメッセージ

この企画は、ある方から、「近頃の若者は本を読まないというが、大人が本を薦めていない。アメリカのある大学では、学長が毎年、新入生に推薦している」とうかがったことから始めました。

読書は趣味!と公言してきたので簡単と思ったのですが、特定のテーマを設けない初年度は何とかなったものの、テーマを付けると難しい。毎年、司書の助けを借りて7年も続けられたことを感謝します。また、「リストにあったので読みました」という学生さんも少なからずありました。深い教養と知性と申しますが、それは看護に必須、しかし一日では身に付きません。本学教員の皆さんが伝統を守って下さることを感謝します。

#### ◆特別推薦書 美智子皇后陛下 『橋をかける：子供時代の読書の思い出』

皇后陛下の第26回IBBYニューデリー大会(1998年)へのビデオ講演を、会議で滞在していたボリビアで見たときの感動を、今も、思い返します。ブックガイドの配布を始めて以来、現代最高の知性であられる陛下の著書を本学必読書に加えさせて頂いてきました。これを読まずして・・・という気持ちです。



\*これまでに紹介されたリストは、本学のホームページ(<http://www.jrckicn.ac.jp/>)に掲載されています。

教員名	書名	編著者名	コメント
石橋 通江	海賊とよばれた男	百田尚樹	モデルとなった出光佐三は、福岡県赤間村(現宗像市)の出身。敗戦後の苦しい時代、社員を家族のように大切にし、その一方では欧米の石油メジャーと豪快に渡り合った。困難に立ち向かうとき、将来を見据え決断する力、適材適所を見抜き抜擢する力、日本人としての誇りを持つことの大切さを伝えてくれる。
	銃・病原菌・鉄：一万三〇〇〇年にわたる人類史の謎	ジャレド・ダイヤモンド	ピサロ(スペイン)とインカ帝国の対決が、ピサロ側の圧勝に終わった最大の理由は、情報や軍事、航海技術ではなく病原菌であった。ヨーロッパ列強が、世界を搾取して栄えた理由など、高校までに教わった欧米中心の世界史とは違った観点で歴史を学ぶ楽しさがわかる。世界はひろい。
	動物感覚：アニマル・マインドを読み解く	テンブル・グランディン、キャサリン・ジョンソン	「小さい犬は猫ではないのだということを理解するだけでも苦労した。これは人生の一大事だった。」動物科学者で自閉症の著者は、5歳の頃を振り返る。犬は臭いの専門家、鳥は視覚の専門家…、では人間はどうだろう。自分の中にある動物感覚を探ってみてはいかがだろうか。
岡村 純	脳を創る読書：なぜ「紙の本」が人にとって必要なのか	酒井邦嘉	日本における言語脳科学の第一人者、酒井邦嘉氏の『脳を創る読書 なぜ「紙の本」が必要なのか』は、「紙の本」を読書することが人間の脳の発達・進化にどうして必要なのか、を解き明かした書である。インターネットがすべてだと信じている学生はまず読んでほしい。
	自分たちで生命を守った村	菊地武雄	日本の平均寿命が世界トップレベルになった原点の保健活動を記録した古典である。乳児死亡率ゼロを自治体と、住民、保健医療従事者が一体となって実現していく姿は感動を呼ぶ。常に地域に目を向けながら仕事を行うことが必要な、これからの看護職として、ぜひ読んでほしい。
	微生物の狩人	ポール・ド・クラيف	少年時代に愛読した偕成社版の完訳本である。細菌学の黎明期において、伝染病の原因をめぐるパスツールとコッホの学問的戦いに手に汗握る臨場感がある。看護職をめざす者の教養の書として、読んでほしい。

教員名	書名	編著者名	コメント
佐藤 珠美	統計でウソをつく法：数式を使わない統計学入門	ダレル・ハフ	私たちは統計の洪水のなかで暮らしています。誤ったデータに踊らされていることも少なくありません。「納豆で痩せる」というテレビ番組を覚えていますか。放映の翌日には、売り場から納豆が消えるという現象が起こりました。本書は1968年に出版され、大変古い本ですが、現在でも通用する内容です。数学は苦手だなと思っている人でも、統計で騙されない方法を学ぶことができます。
	メディア・バイアス：あやしい健康情報とニセ科学	松永和紀	納豆ダイエットを機に健康情報番組の問題点を知られるようになりましたが、怪しい情報が無くなったわけではありません。本書は、ウソ情報が、テレビや雑誌などのメディアからどのように流されるのか、その構造を解き明かし、科学情報の真質の見極め方、リスク評価の視点を解説しています。
	スタンフォードの自分を変える教室	ケリー・マクゴニガル	世界的にベストセラーになった本です。固く決意したはずなのに脆く崩れてしまうのか。その理由を意志力という切り口から心理学、神経学、経済学などの最新の成果を用いて説明しています。「どうにでもなれ効果」「将来を売りとばす」など、わかりやすいだけでなくウイットに富んだ説明に思わず笑ってしまいます。自分を変えたいと思って失敗しているあなた、是非この本を読んでみてください。
鈴木 清史	装いの人類学	鈴木清史、山本誠	「衣」「装い」という日常的な事物をめぐる、どのような議論ができるのかを感じるができる。また、「文化」という普段何気なく使われている用語が、実は深遠な意味を持つものであることもわかる。出版年が古いのが弱点。
	英語を学べばバカになる：グローバル思考という妄想	薬師院仁志	題名は刺激的で、これまで多くの誤解を受けてきた。しかし、内容は至極まじめで読後に「英語を学べばバカになる」理由は一切書かれていないことに気がつく。著者は、地球を多角的に眺める必要性を説いているのである。
	かくれた次元	エドワード・ホール	「空間」が、人間の思考や行動にどのような影響を与えているのかを考察した古典的名著である。将来多様な人々との関係の中で専門職者と働くことを望む人々には有益な1冊であろう。
因 京子	術語集	中村雄二郎	3歳ぐらいの頃であろうか、上に兄がいて家族では最年少だった私は、「この子に言ってもまだわからないから…」という対応をされるのに焦っていた記憶がある。ほんやりした子供だったのだろう。大学院を目指そうかと思い始めた学部4年生の頃にも再び、同じ種類の、しかし激烈な、焦燥感に苛まれた。自分がその仲間に入りたい人々に仲間扱いしてもらえるだけの知識がなく、その知識が膨大であることだけはわかってはいるが、どこから始めていいのか見当すらつかない…。膨大な質量の知識を獲得することを求められる新入生の中には、かつての私と同じく「どこから始めたら…」と頭を抱える人もあるだろう。考えるに値することを考えるには、道具が必要である。まともな料理をするには道具が要るのと同じことである。上の3冊は、考えるための道具を与えてくれる。一生「この子にはまだ…」と言われ、お湯をかけるだけの物を美味と思っ過ぎて過ごしたくない人にお勧めする。
	術語集 II	中村雄二郎	
	哲学思考トレーニング	伊勢田哲治	
寺門 とも子	葉っぱのフレディ：いのちの旅	レオ・バスカーリア・作；みらいなな・訳；島田光雄・画	一枚の葉っぱであるフレディが主人公で、いのちの誕生から成長、発達のプロセスを経過し、やがてはいのちが終わり、再生へといういのちの旅が絵本になっているものです。大人にもおすすすめです。
	沈黙の春	レイチェル・カーソン	最初が、とても惹きつける書き出しで始まっています。中を読んでいくと衝撃を受ける内容が広がっていき、一気に読み進めてしまう本だと思います。私たちの日常に環境問題が関わっていることを実感させられる本です。1960年代に生物学者としてこの本を書いたレイチェル・カーソンはすごいと思いました。
	日赤の創始者 佐野常民	吉川龍子	この本は日本赤十字短期大学で司書をされていた吉川龍子さんが、日赤の創始者佐野常民侯がどのようにして日本赤十字社(博愛社)を創設するに至ったかを、歴史的な交換文書などを丁寧に細やかに資料調査した結果に基づき書かれた歴史的な研究の集大成となっています。日赤の看護護大時代の司書ならではの著書で興味深い本です。
本田 多美枝	小山薫堂幸せの仕事術：つまらない日常を特別な記念日に変える発想法	小山薫堂	著者は「料理の鉄人」等で放送作家として活躍、「おくりびと」で映画脚本に取り組みアカデミー外国語映画賞受賞、ゆるキャラ「くまモン」でグランプリ優勝等多くの新しい日本文化に寄与してきました。その一連の成果は実は、常に日常的な生活の中で、誰かを楽しませようという思いから生まれたものであることが本書には綴られています。周りの人に思いを寄せ、ちょっとした事に興味を抱き、それを発展させ、周囲に幸せな思いをさせていく姿は医療の現場にも通じるものと思われま。
	新幹線お掃除の天使たち：「世界一の現場力」はどう生まれたか?	遠藤 功	たった7分間で新幹線内の掃除を終了させ、折り返し運行に支障なく仕事を終える通称「テッセイ」と呼ばれるチームの話です。掃除という、裏方に感じられる仕事にプライドを持ち、あくなき追求をしつつ、新しいスタッフを育てていく仕事集団の素晴らしさは、きっと共感できるものと思います。全ての仕事に相通じるチームの理念が込められています。平易な文章で、ボリュームも多くはないのですが、きっと心温まるものとなるでしょう。
	おかんの屋ごはん：親の老いと、本当のワタシと、仕事の選択	山田ズーニー	著者は長きに渡り、小論文編集長として高校生の考え方・書く力に尽力、その文章力は秀逸です。その著者が母親の老いている姿に気づき、その時の衝撃をスタートとし、医療、福祉システムの問題に取り組んでいきました。多くの人の反響(小論文)を紹介しつつ皆の考えをまとめていく手法等、興味深い本です。

教員名	書名	編著者名	コメント
増田 公香	武器としての決断思考	瀧本哲史	決断思考というタイトルにもかかわらず、おもにディベートを中心とした物事の思考方法について記述されている。その上で、大学の授業の位置づけ等についても見解を述べている。本書を読み、ぜひ“大学生”として大学の授業を受ける姿勢を考えてほしい。
	悩む力	姜 尚中	政治学者として有名な彼が、“生き方”について平易な文章でありながらも深い問いかけを行っている。私自身この本を読んで自分の人生を振り返る契機となった。若い皆さんには少々深刻なタイトルの題名かもしれないが、ぜひ読んでみてほしい。
	人間の基本	曾野綾子	筆者のアフリカやインド等での様々な活発な活動をもとに、また彼女の宗教的価値観を基軸に生き方の原点を問うている。“足場のない人は、人生を無駄にする”というキャッチフレーズである。あなたにとっての“足場”とは何なのか、問い直す1冊になるかと思う。
増成 直美	世界一幸福な国デンマークの暮らし方	千葉忠夫	幸福度ランキング世界第1位のデンマークでの暮らし方を、同ランキング43位ないし90位という日本人の視点から覗いてみようというものである。
	「尊厳死」に尊厳はあるか：ある呼吸器外し事件から	中島みち	富山県の射水市民病院の終末期患者7人の人工呼吸器取り外し事件から、日本の終末期医療に真に求められていることは何かを問いかける。
	学問ノススメ。：学校では教えてくれない達人の知恵	JFN編；立花隆【ほか述】	21人による寄稿集である。ラジオ番組で語った内容を本にしたものだが、「公」に尽くす精神などについて考える契機になる。
柳井 圭子	人は見た目が9割	竹内一郎	人は見た目では分からない。人を見ただ目で判断してはいけない。本当です。でも人を理解するのは難しい。そんなとき、また看護学生として、身だしなみやマナーを考える(考えさせられる)とき、一読して下さい。すっきりします。そして役立ちます。
	カモメになったペンギン	ジョン・P.コッター、ホルガー・ラスゲバー	原題は『Our Iceberg Is Melting』です。自分の住んでいる氷山が溶けるという危機に直面したペンギンが、それぞれのキャラを活かして問題を解決しようとする寓話です。著者は、ハーバード・ビジネススクールの教授です。帯タイトルは「変わらなければ、生き残れない。」です。これからの社会で生き残るには……。そんなことを考えたくる本です。
	権利のための闘争	ルドルフ・フォン・エーリング	「権利＝法の目標は平和であり、そのための手段は闘争である。」本書のこの書き出しだけで十分でしょう。
山勢 善江	蒼穹の昴	浅田次郎	清代の中国を舞台とした歴史長編小説。貧しい家族のために自ら浄身し、宦官となって西太后の下に出仕する李春雲、一方その義兄で同郷の梁文秀は科挙を首席で合格し、官僚制度を上り始める。歴史小説としての壮大さと、宦官や科挙など中国の歴史の厳しさを知らされます。
	ヒトラーの防具	常木逢生	東西ドイツを隔てていたベルリンの壁が崩壊したとき「贈 ヒトラー閣下」と日本語で書かれた、剣道の防具が見つかった。悪名高きヒトラーと日本で何が起こったのか。－真理は弱者の側に宿る－が本書のテーマです。
	不毛地帯	山崎豊子	第二次世界大戦後、日ソ中立条約を犯して侵攻してきたソ連軍に拘置され、重労働の刑(25年)を宣告されシベリアに送られる。そこで11年の抑留生活をおくることになる壺岐正の人生を描いた小説。これまでして人間は生きるのかと考えさせられます。
吉永 宗義	胡蝶の夢	司馬遼太郎	幕末の混乱の中で、日本の近代医療の夜明けを担った、若き日本人医師たちとオランダ軍医の物語。医療がどうあるべきかの原点を知ることできる一大歴史小説。
	敗北を抱きしめて：第二次大戦後の日本人	ジョン・ダワー	第2次世界大戦で敗北した日本は、どのようにして立ち直り、発展したのか？瓦礫となった日本の「普通の人々」の生き様を通して、平和と民主主義について我々日本人が考え続けるべきことが見えてくる。
	マイクロコスモス：生命と進化	リン・マルグリス、ドリオン・セーガン	微小生命(細菌)の出現と大発展、そしてこの地球上の生命と地球そのものが「共生」というキーワードによって解き明かされていく。小さな宇宙から進化した生命体としての地球の46億年の壮大な物語である。
北島 茂樹	葉っぱのフレディ：いのちの旅	レオ・バスカーリア・作；みらいなな・訳；島田光雄・画	医療従事者は常に人間の生と死に向き合う。関わり方と併せて、しっかりした「生死観」を養っておきたい。絵本でありながら心に迫る。森繁久弥のナレーションによるCD版もある。
	兎の眼	灰谷健次郎	医療従事者には共感性が求められる。北島が涙なしには読めなかった本のひとつである。
	27人のすごい議論	『日本の論点』編集部	近現代に起こっていること、あるいは流布している概念を正しく理解することは思っているより難しい。表層的な理解、ステレオタイプを抜け出すには格好の本である。

教員名	書名	編著者名	コメント
五十嵐 清	恢復する家族	大江健三郎・文；大江ゆかり・画	ノーベル賞作家、大江健三郎さんが奥様とともに、長男の光さんと過ごしてきた家族の日々を描いた本と絵です。知的障害を持って生まれてきた光さんを通じて、人間らしく寛容で、ユーモラスな信頼にたる新しい人間像を描いています。家族にとって、「障害者」とは何かを、人間の限りない可能性を含めて考えさせてくれる作品です。
	妻の大往生	永 六輔	ラジオやテレビで活躍している永六輔さんの最愛の妻、昌子さんの幸せな最後を看取った時のお話です。その中には訪問看護の話が出てきます。永さんは「看護師になるんだったら、寄席に行ってお話し、コンサートに行ってお話し。ラジオも聞いてほしい、人間を、命を考えるひとになってほしい」と書いています。
	日本人にかえれ	出光佐三	わが宗像市(生家が今も赤間宿にあります)の大先輩、石油総合企業「出光興産」の創業者、出光佐三さんの本です。クビがない、定年がない、組合がない、出勤簿がないなど、日本型大家族経営で世界的な企業に育てた佐三さんの情熱と哲学が詰まった本です。
南部 滋郎	①理科系の作文技術	木下是雄	新聞の切り抜きとわずかな本を頼りに小文を書く。本を読むのもいいが、 <b>新聞を毎日読んでほしい</b> 。政治、経済、文化などと多岐にわたるし、読みやすい文章でできていて、お手本になる。看護は理科系と習った？ならば①で腕を磨くべし。大学生協で売れ行き1位。言いたいことを書くのではなく、伝わるように明快に書く。 自分のルーツを知りたい人は、②で宇宙の謎を解き、さらに <b>重力とは何か(大栗博司著)</b> を知り、そして <b>銃・病原菌・鉄(ジャレド・ダイヤモンド著)</b> を読んでこの世界と人類史を学ぼう。過去に化粧療法を卒業研究のテーマとした学生がいた。メイクは、姿を心を変えろ。リハビリメイク(かづきれいこで検索せよ)も開発された。ターミナルケア期のメイクやエンジェルメイクは看護の領域だ。そして③は死生観を探る書でもあるという。エンジェルフライトの意味を知りたいればまずは立ち読み。
	②宇宙は何でできているのか：素粒子物理学で解く宇宙の謎	村山 斉	
	③エンジェルフライト：国際霊柩送還士	佐々涼子	
石山 さゆり	昔の女性はできていた：忘れられている女性の身体に“在る”力	三砂ちづる	昔の女性はできていたが今の女性にはできないこと。それは月経血を自らコントロールすることです。リプロダクティブヘルスを専門とする疫学者が高齢女性への聞き取り調査を行い、まとめられたもので、女性の身体に目を向けた1冊。自分の中の女性性を考えなおすきっかけとなります。
	子供の「脳」は肌にある	山口 創	肌に触れることの意味、効果について身体生理学者が記した書です。肌に触れることは、心、体、頭の発達に影響するという目からうろこの内容です。意識、無意識に限らず肌に触れる機会の多い看護職必読の書です。
	ヒトの意識が生まれるとき	大坪治彦	ヒトの意識はいつから生まれるのだろうかという素朴な疑問を早産児の研究をきっかけに追求した著者が記した1冊。ヒトの意識はすでに胎児期からあるという胎内の認知システムを明らかにした本はすべての人に読んでほしい本です。
上村 朋子	①原爆災害：ヒロシマ・ナガサキ	広島市・長崎市原爆災害誌編集委員会	皆さんは、原発に賛成ですか？反対ですか？その理由は？東日本大震災では、福島原発事故という新たな想定外に対応を迫られた日本。世界で初めて原爆を体験した国-日本は、原子力、つまり「核」の問題とどのように向き合っていくべきなのか？これを考えるには、まず、原爆や原発事故が私たちの暮らしや人々の健康に何をもたらしたかを知ることから。 ①1945年、たった1発の「ピカ」によって広島市と長崎市が消えてしまった。被災当時の状況が検証され、すでに原爆孤老、つまり高齢者の問題も指摘されている点が興味深い。 ②発生直後からの現地取材の中で聞こえてきた声「マスコミなんか信じてないからね。信じたらだめなんだ、自分で判断しないと」。事故後の対応とこれからのことについて考えさせられる1冊。 ③1986年の事故当時はメディアでもしばしば取り上げられていたが、その後は？福島の今後について考えるヒントが随所に。
	②福島：原発と人びと	広河隆一	
	③低線量汚染地域からの報告：チェルノブイリ26年後の健康被害	馬場朝子、山内太郎	
大倉 美鶴	運命の足音	五木寛之	五木寛之が青年時代に体験した母親をソ連兵に殺されたという実話を基に書かれており、母を助けられなかった著者の罪悪感がその後の生きていく時間を縛り、心に暗い影を落としています。しかし時が過ぎ、著者が体験したときの恐怖、怒り、恨み、屈辱、悲哀などを運命として受け入れ、全てを許せるようになっていきます。本書は、その理由を教えてください一冊だと思えます。
	歌う船	アン・マキャフリー	とても読みやすいSF小説です。生まれながらにして頭脳を持った宇宙船として生きることになった少女が、歌うことを、人と出会うことを、恋することを生き生きと描いています。自分に活力を与えたいときに読んでみることをお勧めします。
	The notebook	Nicholas Sparks	純愛のストーリーですが、原文の英語が非常に繊細で心に響きます。ですから原文(英語記載)で読むことをお勧めします。自然の描写がとても美しいこと、さらには青年期、壮年期、老年期へと時代を超えた純愛や、老いること、死についても美しく描かれており、癒されながら英語の学習にもなる一冊です。
小川 里美	A long way gone: the true story of a child soldier	Beah Ishmael	西アフリカ西部のシエラレオネ共和国で少年兵となった作者の実話です。何故、少年兵となってしまうのか、紛争の実情とそれに翻弄される人々の姿がよくわかります。訳本も図書館にあります。非常にわかりやすい英語ですので、ぜひ、読んでみてください。
	君のためなら千回でも(原書名：The kite runner)	カーレド・ホッセイニ	アフガニスタン出身の作者と彼の乳母の息子との友情をめぐる話です。アフガニスタンで仕事をしてた時に出会った本です。当時、アフガニスタンを語る本は少なく、本書はタリバン政権前の人々の生活やハラザ族(日本人によく似ている)の人柄も描いています。非常に美しい話です。ぜひ、英語版にもチャレンジしてみてください。
	岩波 応用倫理学講義	中岡成文、他	生命、環境、情報、経済、性/愛、教育、問いについて、問題を投げかけ、考え、論理を組み立てる書です。興味のある分野から手にとってみてください。講義形式になっている部分もあり、意外と読みやすいシリーズです。様々な分野の人が書いているのも興味深くおもしろいです。

教員名	書名	編著者名	コメント
小林 裕美	大地の子	山崎豊子	中国残留日本人孤児を描いた著者の代表作でもある。主人公は敗戦直後に、祖父と母を喪い妹とは生き別れになり、中国で技術者として生きる。文化大革命のリンチを受け、労働改造所に送られてスパイの刑を宣告される。戦後の中国と日本の関係を知る機会となると思われる。
	海馬：脳は疲れしない	池谷裕二、糸井重里	専門的に脳の働きを勉強するのは違った角度から学べる本である。海馬とは、記憶を司る部位であるが、対談を本にしたものなので、とても気軽に読める。「脳が疲れしない」「30歳を過ぎてから頭はよくなる」などと書かれていると、脳と記憶に対する好奇心が湧くことだろう。
	水俣病	原田正純	水俣病とは、日本の公害病の中でも最も悲惨なもののひとつである。工場排水により有機水銀が海に流出し、魚を食べた漁師たちが水俣病となった。この本によって、被害者の悲惨さ、原因発覚までの経過や対策の遅れなど正確に知っておくことは、世界の環境を考えてみる上でも基礎となるのではないと思う。
洲崎 好香	くらやみの速さはどれくらい	エリザベス・ムーン	自閉症者がどのように世界を見ているのか、また自閉症者にとってはそうでない人がどのように考えていると見えるのか、考えてみたことはありますか？この本は、自閉症の子供を持つ作者が、自閉症がなくなりかけた近未来を自閉症者の視点から描いています。自分のものの見方、感じ方について考えるきっかけに。
	西アフリカの教育を変えた日本発の技術協力：ニジェールで花開いた「みんなの学校プロジェクト」の歩み	原 雅裕	社会の発展が遅れていると考えられているアフリカの人達は、何を求めているのか。また、社会が発展していると考えられる日本はアフリカとどうしていきたいのか。日本の援助の最前線で働く筆者の戦いを読んで、国際協力について考えてみて下さい。
	獣の奏者	上橋菜穂子	闘蛇と王獣と人の世の伝説と。それらと人の子を育てるとはどういうことか。アニメで見たという人も改めて読んで考えて見て下さい。
高橋 清美	言い残された言葉	曾野綾子	中学時代に、曾野綾子の小説「太郎物語」の主人公、太郎の明るさに励まされ、曾野の本をよく読んだ。「言い残された言葉」では、著者の東京大空襲での経験から、自分の傷一心のであろうと肉体のであろうと—本当に治せるのは自分だけなのである、に感銘を受け、授業で度々紹介する一冊である。
	昏睡Days	有田直子	福岡市在住の著者は大学在籍中にくも膜下出血で昏睡状態に陥った。意識を取り戻したのちに語った、意識のない世界は色でたとえるならピンク。春のようにゆったりとした穏やかで暖かい世界だった。著者と両親の回想が日記のように綴られ、それぞれの感じ方の違いに新鮮な驚きを得た。皆さんに是非読んでほしい。
	大人の流儀	伊集院 静	女優、夏目雅子の夫であった著者の書籍。没後25年を経て、著者は闘病中の妻の様子を初めて綴った。白血病で亡くなった若き妻への思い、故郷や友人達、現在の妻のこと、そしてお酒にまつわるエピソードの数々。人はそれぞれに事情を抱え、でも(平然と)生きる。大人ってなんだろう？と思った時に、読んでいただければ。
姫野 稔子	壊れた脳 生存する知	山田規敏子	脳血管疾患の次第に重篤になっていく症状を医師である患者本人が綴った貴重な記録です。脳出血を繰り返すたびに生じる不可思議な現象に困惑・混乱しながら対処していく様子を医師としての視点や知識によって分析・描写しています。また、障害を持つ著者を理解し支える息子の姿も、人間の力の果てしなさを感じさせてくれ、知と情を揺さぶられる一冊です。
	話を聞かない男、地図が読めない女：男脳・女脳が「謎」を解く	アラン・ピーズ、バーバラ・ピーズ	現代では、技能・能力・適性の各分野において男女の差は無いといわれています。しかしながら、本書は、性差が太古の昔における男女の役割の違いから来ていることや、脳と心理の性差が男女の違いやトラブルに影響していることを様々な例・エピソードによって説明しています。異性を理解するのに役立ちそうな本です。
	「生きがい」とは何か：自己実現へのみち	小林 司	アメリカにおける人間性心理学等の近年の成果を授用して、人の心を深く掘りさげ、「自己実現」との関わりを中心に生きがいの構造を探っています。働くこと、愛すること、高齢化社会で老いを、死をどのように生きるかなど、今日的テーマをとりあげて考察する新しい人生論の本です。
力武 由美	自分だけの部屋	ヴァージニア・ウルフ	「シェイクスピアのような才能は……無教育の労働者の中からは生まれてこない。」女性が創造的に生きようとするなら「年に500ポンドの収入とドアに鍵のかかる部屋」、つまり思惟する時間と空間と、それを持つことを可能にする経済的基盤が必要だと言っています。
	論文の書き方	清水幾太郎	「日本語で文章を書くときには、自分と日本語との融合関係を脱出して、日本語を自分の外の客体として意識せねばならない」。論理的思惟の基礎ルールは一語一語の定義に立ち、文法に従って文章を組み立てることだからです。私たちは外国語の文章を読み書きする時、日本語を自覚するきっかけを得ます。
	木々は光を浴びて	森 有正	「第3発目の原子爆弾はまた日本の上に着ると思います。」1970年代の日本の状況に接したあるフランス人女性の感覚は被爆という名辞として認知され、「経験」として言葉に発せられました。約40年後、3・11の体験を普遍性を有する経験にする作業が必要だと、本書は伝えているようで、歴史性を感じます。

教員名	書名	編著者名	コメント
エレラ カディジョ ルルデス ロサリオ	Where there is no doctor : a village health care handbook (邦訳: 医者のないところで: 村のヘルスケア手引書)	David Werner	健康の理解、慢性病や感染症の予防、診断と治療、薬剤の使用法、代替医療、出産の対処など、開発途上国の村のボランティア、ヘルスワーカーや地域住民向けのわかり易い独習資料です。国際保健医療に興味がある学生にお勧めします。日本語・多言語版インターネットにて無料で読めます。
	グローバル人間学の世界	中村安秀、河森正人	グローバル人間学の3つのコンセプトである、人間が1. 生きる、2. 移動する、3. つながるについて、環境、人権、HIV・エイズ、開発と貧困、ジェンダーなど事例を用いて、学際的アプローチを必要とする課題について紹介しています。章ごとに独立しているので興味のある章から読めます。
	Madami : my eight years of adventure with the Congo Pigmies (邦訳: ビグミーとの8年間)	Anne Eisner Putnam	著者はアメリカ出身の画家です。ベルギー領コンゴの森でホテルと病院を営む人類学者に出会い、結婚後アフリカに移住し、ビグミーとの共存生活が始まります。未知の自然、言葉、価値観、文化の違いを描いた「冒険」小説です。英語の勉強のために読んだが、予想以上に面白く、何度も読み直しています。
阿部 オリエ	ここ : 食卓から始まる生教育	内田美智子、佐藤剛史	とにかく、早く読んでほしい。急いで読んでほしい。読んだら、あなたたちの“生活”が変わると思うから…。生きるという意味で、何が大切かを考えさせられるから…。
	キラリ看護	川島みどり	看護を学ぶ人、中でも、赤十字の看護教育機関で看護を学ぶ人たちには、ぜひとも知っていたきたい、川島みどりという看護者を。
	クレーの絵本	パウル・クレー・絵 ; 谷川俊太郎・詩	はっきり言って、クレーの絵は好みではない。でも、見るたびに、絵の表情が違って見える。谷川俊太郎の詩は、わからないようなわかるような、そんな詩が多いと思う。でも、とにかく心にも染み入る言葉が多い。そんな一冊です。気分によって、絵の表情も、詩のニュアンスも変化していくのがたまらない。何気ない時間にボ～ッと眺める、おすすめの本です。
徳永 哲	星をつけた子供たち : ナチ支配下のユダヤの子供たち	デボラ・ドワーク	ナチのユダヤ人迫害の原点はドイツの障害を持った子供を世界から抹殺することにありました。劣性は排除し、優性だけを残したい。この考えはユダヤ人を劣性と決めつけ、抹殺することに結び付いたのです。ユダヤ人の子供は真っ先にその対象となりました。偏見に満ちた歪んだ野望や差別がユダヤ人の子供をいかに不幸にしたかを知ることでできる一冊です。
	人類VS感染症	岡田晴恵	手術に麻酔が使われ、病原菌が発見され始めたのは十九世後半からです。それ以前では、世界は人間の思い込みや偏見あるいは宗教が支配していました。病の根源を発見し、病を克服した近代医学がいかに世界を偏見や思い込みから解放したかを知ることでできる一冊です。
	ハートで感じる英文法 : NHK3か月トピック英会話	大西泰斗、ポール・マクベイ	正解を得るためではなく、自ら主体的に考えながら英文法の力を養うことができる一冊です。
伊藤 てる子	夜と霧 (新版)	ヴィクトール・E. フランク	この本は、ナチスの強制収容所から奇跡的な生還を果たしたユダヤ人精神科医フランクが、収容所での出来事を記録したものです。過酷な環境の中で囚人たちが、何に絶望したか、何に希望を見出しかを克明に記してあり、人生の生きる意味を問うている名著です。
稲留 由紀子	深い河	遠藤周作	本書では、さまざまな人生を生きている5人の日本人が、それぞれに何かを求めてインドツアーに参加します。深い河とはすべてを包んで流れるガンジス川。それは、それぞれの辛さを背負って祈る人々を包んで流れていく人間の川。神とは、人間とは、生きるとは、といろいろ考えさせられる本です。
	遠野物語	柳田國男	本書は、柳田國男が岩手県遠野市近辺で語り継がれた伝説や言い伝えを聞きとり、整理した物語集です。座敷童子や、天狗、巨人や神などが出てきますが、当時の人々の生活や習俗などが伝わってきます。恐い内容の話もあるのですが、なぜか懐かしく温かい気持ちになれる本です。
	脱アイデンティティ	上野千鶴子	本書では、「アイデンティティ」という概念について、9人の執筆者がさまざまな角度から分析しています。大学生になって、自分探しや自分のやりたいことは何なのかなど考えることもありますが、その一助となる本です。少し難しく感じる部分もありますが、ぜひ読んでみてください。
小手川 良江	キャリア・ダイナミクス : キャリアとは、生涯を通しての人間の生き方・表現である。	エドガー H. シヤイン	「キャリア」と言うと、就職してからのイメージがあると思います。しかし、自分のキャリアについて考え学んでいくことは、学生時代から始まっています。自分の生き方について考える機会をぜひ持ってもらえたらと思います。
	100万回生きたねこ	佐野洋子作・絵	大昔に私が初めて読んだ時には、ピンとこなかったのですが、大切な人ができて読んだ時に泣きました。読んだことがある人もない人も、大切な人を思い浮かべながら読んでほしい絵本です。
	精霊の守り人	上橋菜穂子	真面目な本だけでなく、様々な分野の本を読んでほしいと思っています。時には空想の世界も楽しんでください。この本はアニメ化もされているみたいですね。シリーズで出ていますので大人から子どもまで楽しめる本です。オバサンが主人公ですが、誰よりも強い姿が爽快です。疲れた時やすっきりしたい時にオススメです。

教員名	書名	編著者名	コメント
後藤 智子	それでも人生にイエスと言う	V・E・フランク	ナチスのユダヤ人強制収容所から生還した精神医学者の実体験に基づく講演集です。極限状態を経験した人の「人生を肯定する」言葉の重みを感じます。読み終えて自分の人生を大切にしたいと清々しい気持ちになりました。作者の言葉をかみしめながらゆっくりと読みたい作品です。
	宮本武蔵	吉川英治	長編ですが、面白くてその世界に引き込まれること必至です。剣豪武蔵の成長の軌跡と生き様に感動し、時間を忘れて読みました。武蔵の「こうありたい」という思い、ある女性に対する一途で純粋な思い、そのことによって武蔵は多くの葛藤を抱えます。本当に強い人は優しい、そう思える作品です。
	ステップファザー・ステップ	宮部みゆき	プロの泥棒である「俺」が、ひょんなことから両親の駆け落ちした双子の中学生に助けられ、不思議な共同生活を送っていきます。「俺」の独白で綴られる愉快的な生活。読み終わる頃に、タイトルの意味が何となく理解できて温かな気持ちになります。手軽に読めて実は深い、そんな作品です。
濱元 淳子	外科の夜明け：防魔法-絶対死からの解放	J・トールワルド	麻酔が存在しなかった150年ほど前の時代、患者は苦痛のあまり絶叫しながら死んでいった。その後、吸入麻酔が開発されたが、術後の傷口の処置が不完全なため、患者は感染症をおこし、悪臭の中、死んでいった。この本には、麻酔手術が成功するまで、そして感染症を克服するまでの医師と患者の苦悩が生々しく描かれている。医師たちに次々に襲いかかる困難と、それらの克服。現代医学の先駆者たちの話。
	漂流	吉村 昭	江戸時代、土佐の漁師が漂流し、無人島にたどり着いた。あほう鳥しかいない無人島から、力を合わせ、船を造り脱出しようとする人々。知恵を出し合い、計画を練り、こつこつ作業を進め、何十年。船の材料はすぐには手に入らないが何年にもわたって材料が少しずつ流れつく。ほんとうにあった話。
	グッドラック	アレックス・ロビラ、フェルナンド・トリアス・デ・ベス	この本は、世界50ヶ国19言語で出版され、読んだ者を成功に導く本である。読み進むうちに、今までの考えがすっかり変わってしまう小説。自分の人生は自分にしか作ることできないし、また、幸運というもの、自ら動かない限りは決して訪れない。地道に努力し、下ごしらえをすれば、必ず成功にたどりつくと思わせてくれる。この本を読んでから、「今日すべきことは、今日中にする」を心に誓った。
北條 智子	理科系の作文技術	木下是雄	大学では、講義や実習での学びをレポートにまとめる機会が多い。論理的に思考し文章化することが求められるが、自らの考えを簡潔で読み手が理解できるように伝えることは非常に難しい。本書は、明快・簡潔な表現を追求し、目標を定め論理的に文章化する際の具体的な方法が述べられている。レポートを書く前に、是非熟読してほしい一冊である。
	アントン：命の重さ	エリザベート・ツェラー	本書は、第二次世界大戦中ナチス政権下にあったドイツで「生きるに値しない命」として障害のある子どもや精神に障害がある人を計画的に殺害した歴史上の出来事をもとに書かれ、ナチス政権に屈することなく、希望を持ち生き抜いた障害児アントンと家族の物語である。いじめや差別、虐待が常に存在する現代社会に生きる私たちに、命の重さとは何かを改めて考えるきっかけを与えてくれる一冊である。
	こころの病を生きる：統合失調症患者と精神科医師の往復書簡	佐野卓志、三好典彦	本書は、統合失調症患者と主治医である精神科医が往復書簡を交わすことで、互いに「こころの病気」について率直に語り合い、ともに成長していくプロセスを描いている。目に見えない病気と言われる精神疾患を理解する上で、まず患者の体験世界を知り寄り添うことが重要であると教えてくれる一冊である。
増山 純二	デジタル社会のリテラシー：「学びのコミュニティ」をデザインする	山内祐平	インターネットを代表とする様々なデジタルメディアは、私たちの生活、社会を変えつつある。デジタル社会をより深く理解し、新しい対話やコミュニケーションを生み出すためにデジタル社会のリテラシー（能力）を学ぶ必要がある。学ぶ方法や具体的なプロジェクトについて紹介している。
	リーダーシップ入門	金井壽宏	リーダーシップの理論が述べられているが、それ以上に筆者の経験をリフレクションしたり、筆者が観察したことをフィードバックしたりしながら、単なるリーダーシップ入門ではなく、実践への入門を目指し述べられている。
	働く人のためのキャリア・デザイン	金井壽宏	私たちは多くのことを悩みながらライフワークの中でキャリアを積んでいる。そのライフワークには入社、昇進、転職などの「節目」がある。この「節目」をキーワードに自分らしく成長していくためのヒントを代表的なキャリア研究、発達心理学の概念を通して紹介している。
森山 ますみ	「わかる」とはどういうことか：認識の脳科学	山鳥 重	本書は、高次機能障害を専門とする研究者が脳医学や心理学などの認知の理論に基づき、「わかる」ということはどういうことか、認識の仕組みを解き明かしている。自分がいかに「わかる」という言葉をよく理解せず安易に使い、「わかる」ことを怠っていたかに気づかされる。
	スタンフォードの自分を変える教室	ケリー・マクゴニガル	本書は心理学、経済学、神経科学、医学の最新の科学的見解と著者が講座で行った実践的なエクササイズを融合したものであり、「なりたい自分」になる戦略として「意志力を鍛える」方法を具体的に紹介している。本書を読みながら「意志力を鍛える」実験をし、自分にとって最適な自己コントロールの方法を発見してみよう。
	フロー体験入門：楽しみと創造の心理学	M.チクセントミハイ	フロー体験とは、チャレンジとスキルが釣り合う状況でものごとに没入する体験である。それは自己効力感ともなう楽しい体験である。本書は日常生活のあらゆる場面でどのようにしてフロー体験が形成されるかを解説している。フロー体験を自ら意識的に経験できれば勉強も仕事も人生もより楽しめる。

教員名	書名	編著者名	コメント
上野 満里	ぼくを探しに	シェル・シルヴァスタイン	タイトルに惹かれて書棚から手にした本です。ほんやりしたり、はたまた何かに迷ったり、不安になった時にそっと背中を押してくれる気がします。
	ビッグ・オーとの出会い (続・ぼくを探しに)	シェル・シルヴァスタイン	
	読書について	A.ショウベンハウエル	
宇都宮 真由子	ホット・ゾーン	リチャード・プレストン	致死率50～90%と言われるエボラ出血熱のウイルスがアメリカ・ワシントンに出現し、最高度機密保持態勢のもとに制圧される。ノンフィクションというから更に恐怖感が増す。感染症の怖さが身に沁みる一冊。
	死に方目下研究中。: 医学者と文学者の彼岸さがし対談	田辺 保、岩田 誠	生病老死について医学的見解、文学的見解 両面から考えていく対談。老いや死について悩んだ時に読むと「なるほど!!」と思うことがたくさん語られている。歳を重ねることで見えてくるもの。人生の先輩方々に学ぶことは本当に多いと痛感させられる。
	少女	湊 かなえ	死に触れてみたいという少女たちの夏休みが始まる。それぞれの死を探しに行動し始めた先にある偶然。いろんな事がリンクし絡みあっていく。それぞれの少女の視点で描かれているところがおもしろい。
大塚 亜沙子	システム思考のすすめ: よりよい生き方を求めて	中井 孝	皆さんは何かを決めようとするとき、どのように考えますか? いろいろな物事を1つの「くり」にして、その中で何を目的にして、どのように行動するのかを考えると複雑に見えていた「くり」も案外すっきりすることが多く、そのヒントになる本です。
	老いない愛と性: 豊かな高齢期を生きる	林 春植	人間の「愛と性」に対する興味と関心は、生まれてから死ぬまでずっと続くものです。高齢者にとっても適切な愛と性のある生活は、生きる活力の源・健康的な生活の原動力となります。高齢者が豊かな老後を実現するための提言がわかりやすく書かれています。
	女性のためのライフプランニング	田和真希	皆さんは、理想のライフプランはありますか? 将来、自分がどうなりたいかを考え、それに近づくような長期的視野に立った理想のライフプランを誰もが抱くでしょう。皆さんがこれからそのプランを立てられるよう、人生で遭遇するライフイベントについての情報とアドバイスが書かれています。
熊倉 佳奈	頭がよくなる本	トニー・ブザン	効率的な脳の使い方について書かれています。世界中で読まれている本だそうです。一般教養として一度読んでみると良いと思います。
	ブッダの言葉: 超訳	小池龍之介	人間に対する普遍的な答えが短い言葉で載っています。世俗的なものを超越した内容で、新しくシンプルな考え方が見つかると思います。宗教色はありません。
	スタンフォードの自分を変える教室	ケリー・マクゴニガル	やろうと書いていても、長続きしないことって、よくありますよね。意志力について科学的な知見から分析されているので、なるほどと腑に落ちることが多くておもしろいです。じっくりと自分と向き合い時間をかけて読む本だと思います。目標に向かって継続して努力したいと思っている方、必見です。
白坂 雅子	オレンジの壺	宮本 輝	極々平凡で、どこにでもいる女性の成長を描いた物語です。祖父の日記を見つけたことがきっかけとなり、彼女の人生が動き出します。本当に大切なものは何かを見つけることのできる一冊です。
	ノルウェイの森	村上春樹	村上春樹の作品の中で、一番、シンプルに描かれているのがこの作品だと思います。こんな風に人を愛することができれば幸せだろうと思います。10代最後の感性で読んでもらいたい一冊です。映画を見た人も、本の内容は若干違いますので、ぜひ読んでみてください。
	大地の子	山崎豊子	ドラマ化もされて有名なものですが、ぜひ活字で読んでもらいたい作品です。倫理観、死生観、様々なものが揺さぶられます。これも、10代最後の感性で読んでもらいたいものとして紹介させていただきます。
苑田 裕樹	グッドラック	アレックス・ロビラ、フェルナンド・トリアス・デ・ベス	幸運は自分で作り上げるもの。幸運を導くためには自分自身で下ごしらえをする必要があるということ。何か悩んでいるときには忘れていた大切な言葉がこの本にはあります。
	明日のあなたへ: 愛するとは許すこと	三浦綾子	九つまで満ち足りていて、十のうち一つだけしか不満がない時でさえ、人間はまずその不満を真っ先に口から出し、文句をいい続けるものなのだ。自分を顧みてつくづくそう思う。なぜわたしたちは不満を後まわしにし、感謝すべきことを先に言わないのだろう。冒頭から読者の心に深く訴えかけてくる作品です。
	ベイツ診察法 (原書名: Bates' guide to physical examination and history taking -9th Edition)	リン S. ビックリー、ピーター G. シラギ	医療の原点と呼ばれ、世界中で読み継がれてきた最高峰の指図書。上質なケアに必須な臨床技能がわかりやすく解説されています。最優先の書にして一生ものの価値があると思います。この本でフィジカルアセスメントを極めてみませんか?

教員名	書名	編著者名	コメント
田中 千晴	ナースの法則200：ベテランナースのよりどころ	井部俊子	自分が看護師時代に出会った本です。大学時代の学びと臨床現場とのギャップに悩んだり、看護師の忙しい日々を追われて「看護師になって自分がやりたかったことはなんだったんだろう？」と振り返ることができました。ベテランナースが無意識に行っている大切なことや、患者さんにとって必要なこと、患者さん側から見た私たちへの思いを知るいい機会になると思います。手紙形式や項目別になっておりとても読みやすい本です。
	患者さんの法則50：ナースの心をノックする	川島みどり	
	緊急招集(スタット・コール)：地下鉄サリン、救急医は見た	奥村 徹	
中平 紗貴子	わたしがあなたを選びました	鮫島浩二・著；植野ゆかり・絵	妊娠中に友人から頂いた本です。読みやすい絵本で、親の私たちではなく、子どもが自分たちを選んだということに、命の重さを改めて実感した一冊です。
	トリセツ・カラダ：カラダ地図図を描こう	海堂尊・著；ヨシタケシンスケ・絵	人体のしくみを初めて知る人にも、入りやすい形で書かれている本です。一般の方が、体の中をどのようにとらえているのかも書かれています。
	ちいさいモモちゃん	松谷みよ子	子供が保育園で読んでもらっているということで知りました。ももちゃんが産まれてから、育っていく過程がセクションごとに分かれています。子どもが見たり、感じたりする世界というものは、自然や命の存在をありのまま受け止めているんだなと感じた一冊です。子どもの目線で物事をみるということを忘れがちですが、この本を読んで、そのことを思い出させてもらいました。
橋爪 亜希	貧困の終焉：2025年までに世界を変える	ジェフリー・サックス	タイトルの通り、どのようにして2025年までに貧困をなくすかということを書かれた本です。政治・経済に詳しくない私にとっては、難しいものでしたが、国際看護や国際保健を考える上では貧困は必ず行きつく問題なので、もっと勉強しようとモチベーションがあがりました。
	にじのこどもたち	ジョエル・アソグバ	日本に暮らしている語学教室の黒人の先生が人種差別問題について描いた絵本です。高校生の頃に先生から聞いた「虹がきれいなのはいろいろな色があるから。人間もいろいろな肌の色があるから美しい。」という言葉はいまでも心に残っています。人種差別をより身近に感じる機会となった一冊です。
	世界と恋するおしごと：国際協力のトビラ	山本敏晴	国際協力に携わる人々のキャリアプランをインタビュー形式でまとめたものです。国際協力には様々な道があり、いろいろな分野の人が関わっています。もっといろいろな分野の人と交流してみたいと思わせてくれる本でした。
福島 綾子	遺体：震災、津波の果てに	石井光太	あの時、人の「死」について多くの人が考え、奔走したことは決して忘れてはいけません。そして、医療従事者を目指すみなさんに「死」とともに「生」について考え続けてもらいたいと思っています。(2月に映画化もされました。)
	銃・病原菌・鉄：一万三〇〇〇年にわたる人類史の謎	ジャレド・ダイヤモンド	私にとって歴史＝事実であって、そこに理由を求めたことはこれまでありませんでした。歴史の中で持つものと持たざるものがなぜ存在し、侵略するものとされるものが存在したのか。すべてのことに理由はある。しかし、疑問を持たなければそれはただの事実でしかないのだと思います。
	流星ワゴン	重松 清	何気ない一言、あの時こうしていれば…人生の分岐点は気づかないほど自然に過ぎ去っていることが多い。大学生生活は長いようで短いです。だから「今」を大切に、いろんなことにチャレンジしてもらいたいです。

