

2020年度第1回WEB選書ツアー参加者の推薦文

| |
|--|
| ベロニカは死ぬことにした |
| パウロ・コエーリョ |
| 今年、芸能人の自殺が話題となり、自殺については様々な問題が取りざたされました。 ベロニカと彼らは何処か重なるところがあると思います。 若さや美貌をもち、素敵なボーイフレンド、愛情豊かな家族がいる。 そんな恵まれた環境に居ながら、自殺を図った彼女は目覚めると精神病院にいた。 そこで、様々な人々と出会い、ベロニカは今までの自分の生き方を向き合うこととなる——。 ベロニカの辿る物語には、私たちに「生きる」を考えるきっかけをくれると思います。 |
| 看護学科4年 |

| |
|---|
| 旅ごはん |
| 小川糸 |
| 「食堂かたつむり」で広く知られる筆者の旅と食に関するエッセイ。 彼女の作品やエッセイが大好きなので選書させていただきました。 写真もたくさん載っているので、眺めているだけでも楽しい一冊です。 旅先のごはんは決して美味しい物ばかりではないけれど、 忘れられない人々の出会いや、その土地の文化を思い出させてくれます。 コロナの影響で海外旅行は難しいですが、この本で旅気分を味わってみてはいかがでしょうか？ |
| 看護学科4年 |

| |
|--|
| 百年と一日 |
| 柴崎友香 |
| 作家生活20周年を迎える芥川賞作家による作品集。 テレビで紹介されているのを見て、読んでみたくて選書しました。 まず目を引くのは、起承転結が全て入った長い目次のタイトルたち。 話はどれも、時代も年齢も性別も違う見知らぬ誰かの物語なのに、 まるで自分の身の回りで起きた話を聞いているような不思議な感覚になります。 目次を眺めながら、気になった物語から読み始めてもいいかもしれません。 ぜひ、お気に入りの物語を見つけてください。 |
| 看護学科4年 |

| |
|---|
| 学校では教えてくれない セックス・妊娠・出産の話 -女医が教える後悔しないためにしておきたい11の事- |
| 宋美玄 |
| 近年、性教育について様々な議論がなされています。 何を教えて、何を教えないべきか。大人でも意見が割れるところですが、 それを考えるうえで正しい性知識を持つことは欠かせません。 本にあるのはタイトルにもあるように本当に当たり前のことばかりですが、 読んでみると気づけなかったところも多いはず。 実際の当事者たちの体験談も入っているので、読みやすい一冊です。 女性に向けた内容が多いですが、男性の方も、将来のパートナーのために役立つ内容だと思います。 |
| 看護学科4年 |

| |
|---|
| 知的な話し方が身につく教養としての日本語 |
| 齋藤孝 |
| 誰かと会話をしている「この人、知的だな」と思うことはありませんか？ きっと、それは彼らが「語彙力」を持っているからではないでしょうか。 この本は、そんな語彙力をつけるための一作です。 本には空欄と、その空欄の言葉の意味が並んでいて、 空欄に当てはまる言葉を考えながら、クイズ感覚で読み進めることができます。 語彙力は社会人になっても必要となる力。 ぜひこの機会に楽しみながら、身に付けてみてはいかがでしょうか？ |
| 看護学科4年 |

2020年度第1回WEB選書ツアー参加者の推薦文

| |
|--|
| 全て忘れてしまうから |
| 燃え殻 |
| この本が気に入った理由は玉城ティナさんなどの有名人が激推しており、「全て忘れてしまうから」という哀しげな題名に惹かれたからです。本に書かれている何気ない一言が心に響き読むのがとても楽しかったです。一つ一つの話が短いので、本を読むのが苦手な人にもオススメできる一冊です。 |
| 健康スポーツ学科2年 |

| |
|---|
| 明け方の若者たち |
| カツセマサヒコ |
| この本を読むととても寂しい虚しい気持ちになります。。しかし、人を愛する事について深く考えさせられます。主人公の一言一言が心に引っかかりました。とてもオススメです。 |
| 健康スポーツ学科2年 |

| |
|---|
| 雑談の一流、二流、三流 |
| 桐生稔 |
| 私自身、初対面の人と話が續かないことが悩みでした。この本ではコミュニケーションを取るための技術や方法、事前準備などを教えてくれます。自分の思っていることを上手く言葉で表現出来ない人、人と話すのが苦手な人にオススメです。 |
| 健康スポーツ学科2年 |

| |
|--|
| たおやかに輪をえがいて |
| 窪美澄 |
| 専業主婦の絵里子(えりこ)は家族に尽くして生きて来た。しかし、ご飯を作っても夫や一人娘は帰って来ない。自分が必要とされるのはパート先のホームセンターだけ。夫からは別の女の影を、娘からは危ない恋を感じてしまう。「家族に疲れた。」自分のやりたい事に向き合い、生まれ変わった彼女の決断は？窪美澄さんの作品は女性の性について繊細に描かれています。今作では家族の形や女性の選択をテーマに物語が展開されます。 |
| 看護学科1年 |

| |
|---|
| おいしく楽しく食べて、心と体の健康アップ 高齢者につくってあげたい スイーツレシピ |
| 代居真知子・太田道子 |
| 高齢者だっておいしく食べたい！食べる事を我慢せず、スイーツでQOLの向上を目指す本です。飲み込みや栄養について考えられたスイーツを紹介しています。四季折々のレシピからいろいろなおやつに展開できるスイーツ素材まで幅広いバリエーションです。高齢者に限らずお子様から大人にもオススメレシピが満載です。 |
| 看護学科1年 |

| |
|---|
| 自分の気持ちがわからない沼から抜け出したい |
| 田中よしこ |
| —仕事・恋愛・人間関係の悩みがなくなる自己肯定感の高め方— あなたは自分らしく生きていますか？ たまにはワガママ言って、ストレスフリーに生きたっていいじゃない！？ |
| 看護学科1年 |

2020年度第1回WEB選書ツアー参加者の推薦文

| |
|---|
| 1秒で「気がきく人」がうまいく |
| 松澤萬紀 |
| 『人生は「喜ばせごっこ」。「人を喜ばせること」がいちばん嬉しい』 『元気な「フリ」が、未来のチャンスにつながっていく』 『「過程の感謝」+「結果の感謝」=「本物の感謝」』 元CAとして活躍した著者の経験から、良い人間関係を築くために必要なことが学べました。 人は必ず誰かと関わり合いながら生きていきます。 「自分」と「誰か」の関係がたくさんあり、 その一つ一つに全力を尽くすことが大切なことである、と改めて感じました。 |
| 健康スポーツ学科3年 |

| |
|--|
| 新しいタンパク質の教科書 |
| 上西一弘 |
| タンパク質は英語では「プロテイン(protein)」と言い、 由来であるギリシャ語の「Proteios(プロティオス)」には、「もっとも重要なもの」という意味があります。 プロテインというとスポーツをする人のものというイメージがありますが、 実はすべてのひとにとって欠かせない栄養素です。 タンパク質が不足してしまうと健康な生活を営むことはできません。 アスリートだけでなくすべての人におすすめの1冊です。 |
| 健康スポーツ学科3年 |

| |
|--|
| 最高の教師がマンガで教える勝利のメンタル |
| 原田隆史 |
| うまくいかないときに「〇〇だからできない」と、自分の能力がないことを考えがちになってしまいます。 しかし、そんなときにこそ、「どうしたらできるのか」と考え方を变えることから始める。 また、同じトレーニングでも、どんな気持ちで行うかによって成果は大きく変わる。 不安なことがあるとき、自分でコントロールできるものとできないことに分け、できることに集中する。 このように、今からできるテクニックがたくさん詰まっています。 |
| 健康スポーツ学科3年 |

| |
|--|
| 人間観察極めたら悩み消えた |
| くらはしまやこ |
| みなさんは人とお話しする時、「もっとこの人の考えてることがわかればいいのになあ」 なんて思ったことはありませんか？実は相手の仕草や表情から、本音が見えてしまうこともあるんです。 口癖や姿勢からその人の性格のタイプが見えたり、好きな食べ物も予測できたら… この本を読むことによって、いつもの会話も違った見方ができるかもしれません。 悪用厳禁です！ |
| 健康スポーツ学科4年 |

| |
|--|
| 交渉力 |
| 橋下徹 |
| 実際に人を動かし続けてきた元大阪市長の橋下さんが、リアルな交渉中を教えてくださいの本です。 今なにが必要なのか、どうすればいいのか、なにを考えればいいのか。 規模は違いますが、自分に置き換えて考えてみると、私たちの普段の生活にも役立ちそうです。 |
| 健康スポーツ学科4年 |

| |
|---|
| 店長がバカすぎて |
| 早見和真 |
| 読み終わったあと、気がついたら自分の口角が上がっていて、笑っている自分がいました。 空回り店長と有能な契約書店員の間人らしい、泥臭い、涙あり笑ありのお話でした。 愛すべきバカとは、この人のことなのか、と妙に納得です。 「イノセントデイズ」の作者でもある早見さんのコメディですが、 やはりミステリーな部分も見え隠れして読んでいて飽きません！ |
| 健康スポーツ学科4年 |

2020年度第1回WEB選書ツアー参加者の推薦文

| |
|--|
| 一人称単数 |
| 村上春樹 |
| この本は8編からなる短編集で構成されています。 ちょっとした隙間時間でも一つの話を読み切ることができます。 物語の舞台は1980年代なのですが学生時代におこる恋の悩み、 将来への不安、友達との遊びなどが書かれています。 今も昔も学生時代に考えることはみんな一緒なんだなと思ってしまう。 物語はゆっくりとした展開なのでこの本を読んでホッとするような時間を作れると思います。 |
| 臨床技術学科2年 |

| |
|--|
| あり金は全部使い |
| 堀江貴文 |
| 私たちは子どものころから親や学校の先生から貯金は大事だと口酸っぱく言われてきました。 しかし作者のホリエモンはその考えを真っ向から否定しています。 お金があるなら自分のやりたい経験や新しい人との出会いに使ったほうが 人生がより豊かになると語っています。 お金のことだけでなくやりたいことを実行に移す勇気についても書かれていますので やりたいことがたくさんあるけど行動に移せない人はぜひ読んでみてほしいです。 |
| 臨床技術学科2年 |

| |
|---|
| happy money 一瞬で人生を変えるお金の秘密 |
| 本田健 |
| 今の資本主義社会を生きる私たちは毎日お金のことを考えて生きています。 お金がたくさんあれば人生は本当に幸せになるのでしょうか？ もちろん幸せを手に入れるための一つの手段であることは確かですが 世の中お金だけでは手に入れることができない幸せがたくさんあるはずで 人を幸せにするために使われるお金は財布の中で笑っています。 あなたのお金笑えていますか？ |
| 臨床技術学科2年 |

| |
|--|
| 丸太町ルヴォワール シリーズ |
| 円居挽 |
| 京都を舞台にした裁判ミステリーかつ恋愛小説。 中盤から読み手の前提や固定観念をひっくり返すようなどんでん返しなど、 本を読んでいる最中に何度も読み返して確認したくなってしまう。 作中の推理展開やどんでん返しの数々をジェットコースターのように楽しめる作品です。 |
| 健康栄養学科2年 |

| |
|---|
| 仁義なきキリスト教史 |
| 架神恭介 |
| この作品は「仁義なき戦い」というノンフィクション映画をパロディーし、 キリスト教の歴史をざっくりとかみ砕きながら理解できる作品となっています。 キリスト教ってそもそも何なの？という方に何となくの流れを理解し、 キリスト教を理解する足がかりとしてこの作品を読んでいただければと思います。 |
| 健康栄養学科2年 |

| |
|--|
| むかしむかしあるところに、死体がありました。 |
| 青柳碧人 |
| 「むかしむかしあるところに…」 からはじまる、誰もが知っている御伽噺を題材に展開される殺人事件のギャップがとても面白い。 おおもとの作品を知っているからこそちりばめられたむかしばなし要素にクスリと来たり、 先入観から思いもよらない犯人に驚かされたり。 新たな視点から展開されるミステリーむかしばなしをぜひ一度読んでみてください。 |
| 健康栄養学科2年 |