明日のあなたを作る本

We are what we eat. ということわざがあります。

「私たちは食べたものからできている。」私たちの身体をいま構成している物質はみな、もとはといえば、いつかどこかで食べたもの。食べることは、明日の自分の身体を作ることだ、という自覚をしっかりもって食物を選ぶことの大切さを教えてくれる言葉です。

そして、こう言うこともできるでしょう。「私たちは読んだものからできている。」物の見方、考え方、話し方、使うコトバ・・こういったものは、その多くが、どんな本を読んだか（あるいは、読まなかったか）によって変わっていきます。よい食べ物が健康な身体をつくるように、心にしみこんだ本が、明日のあなたを生まれ変わらせるかもしれません。そんな出会いが生まれることを願いながら、おすすめの本を集めてみました。お気に入りの一冊が見つかりますように。

新潟県立大学・県立新潟女子短期大学生協　教職員委員会

どこでもドアのかぎ 2010

目次

野本洋平　（生活科学専攻／国際地域学科）..... 4
山中知彦　（国際地域学科）..... 4
福嶋秩子　（英文学科／国際地域学科）..... 5
石川伊織　（国際教養学科／国際地域学科）..... 6
小谷一明　（英文学科／国際地域学科）..... 10
板垣俊一　（国際教養学科／国際地域学科）..... 11
佐々木亜里美　（食物栄養専攻／健康栄養学科）..... 12
小澤薫　（生活福祉専攻／子ども学科）..... 12
澁谷義彦　（英文学科／国際地域学科）..... 13
水上則子　（国際教養学科／国際地域学科）..... 14
John Adamson　（国際地域学科）..... 15
戸澗幸夫　（幼児教育学科／子ども学科）..... 16
宮西邦夫　（食物栄養専攻／健康栄養学科）..... 17
茅野潤一郎　（英文学科／国際地域学科）..... 19
村松芳多子　（食物栄養専攻／健康栄養学科）..... 20
後藤岩奈　（国際教養学科／国際地域学科）..... 22
鶴巻悦子　（図書館）..... 25
黒田俊郎　（国際教養学科／国際地域学科）..... 27
渡邊令子　（食物栄養専攻／健康栄養学科）..... 28
太田優子　（食物栄養専攻／健康栄養学科）..... 29

特集　出発のための本

猪口孝　（学長）..... 32
高端正幸　（国際地域学科）..... 33
山中知彦　（国際地域学科）..... 33
山田佳子　（国際教養学科／国際地域学科）..... 34
福本圭介　（英文学科／国際地域学科）..... 35
水上則子　（国際教養学科／国際地域学科）..... 36
渋倉崇行　（幼児教育学科／子ども学科）..... 37
鶴巻悦子　（図書館）..... 38
黒田俊郎　（国際教養学科／国際地域学科）..... 39
渡邊令子　（食物栄養専攻／健康栄養学科）..... 39
柳町裕子　（国際教養学科／国際地域学科）..... 40

生活科学専攻／国際地域学科　野本洋平

神去なあなあ日常

三浦 しをん
徳間書店

以前は通学・通勤と電車の中で本が読めましたが，新潟に来てから車通勤となり本を買っても読む時間がなく何十冊と自宅に眠っています．
一方，出張に行くときは2，3冊を鞄に詰めて電車の中で読むのが楽しみです．
この本を購入した動機は「林業」に興味があったわけでありませんが，知らない世界を知れることはとても楽しいです．
また，本の主人公と自分を照らし合わせ，色々と想像するのも楽しいです．
そのうちにこの本の内容に引き込まれていきました．（気づけば東京・・）

国際地域学科　山中知彦

在日

姜 尚中
集英社文庫（単行本：講談社）

昨年、若月先生の「国際地域学Ａ」の授業で推薦されて読みました。ＮＨＫ教育ＴＶの日曜美術館のホストとしてのみ触れていた著者が、私との同時代史を異なる生き方で過ごし、異なる視点から日本や東アジアを見ていることへの気づきは新鮮でした。国際地域という概念を考えるための良いきっかけを与えてくれる著書だと思います。

英文学科／国際地域学科　　福嶋秩子

日本人の知らない日本語

蛇蔵＆海野凪子
メディアファクトリー

外国人に日本語を教える日本語学校の日常が描かれたコミック。専門家がネタを提供しているので、日本語を学ぶ外国人の間違いや誤解の実例とともに、日本語について楽しく学べる稀有な本。ベストセラーになったにもかかわらずこの存在を知らなかったのですが、生協の富樫さんから教えてもらいました。ありがとう。

日本語という外国語

荒川洋平
講談社（講談社現代新書）

日本語ネイティブであっても、母語である日本語については知らないことが多い。外国人に教える言語として日本語を捉えなおしてみると、面白いことが見えてくる。日本語教育のみならず、日本語学の入門書としてもおススメ。

国際教養学科／国際地域学科　　石川伊織

春画のからくり

田中優子
ちくま文庫

田中先生の快著。江戸時代の春画がポルノグラフィーと決定的に違うのは、絵の中の登場人物の関係を描こうとしているところだというのを、作品を分析することで実証しています。女性の身体を男性にとっての性的な物象として描くというジェンダーバイアスがここには存在しない、と田中先生はおっしゃいます。人間にとって性とは何なのかと正面から論じる日本文学論にして絵画論。古典に興味のある人も、絵画に興味のある人も必読です。

カムイ伝講義

田中優子
小学館

皆さんには白土三平などという 30 年も前の劇画作家はご存じないかもしれませんが、最近でも『カムイ外伝』が映画化されるなど、今なお影響力をもった作家です。その代表作である『カムイ伝』（第一部 15 巻・第二部 12 巻・外伝 11 巻）を最新の歴史学の成果を取り入れつつ分析した画期的な江戸時代論です。第一部が描かれた当時（1964-）の歴史学の到達水準を批判しながら、それでもこの作品には江戸時代の民衆の姿が活写されていることを、田中先生は重視します。現状に対する閉塞感に私たちのやる気はややもすればそがれがちですが、それでも言わなくてならないのは、「やっぱり歴史は一人一人の人間の生活によってしか作られないのだ」ということです。

コスプレ――なぜ、日本人は制服が好きなのか

三田村蕗子
祥伝社新書

コスプレを「制服好き」という観点から分析する現代文化論。制服の着用が義務付けられていないのにもかかわらず、「なんちゃって制服」をあつらえている女子高校生とか、制服萌えしてるおじさんとか、とにかく日本人は制服好きです。で、それは、コスプレなんですね。特別な趣味の人がコミケなんかでコスプレしてるっていうのは本質を捕らえていない意見です。そうじゃなくて、日本人の日常はすべてコスプレなんですね。サラリーマンがスーツを着るのもコスプレ。白山神社で巫女さんのアルバイトするのもコスプレ。高校生なんか毎日コスプレ……っていうわけです。すると、現代がどう見えてくるか？……という本です。

図説　都市と建築の近代
プレ・モダニズムの都市改造

永松栄
学芸出版社

短大の講義で使った教科書です。パリとウィーンとベルリンとロンドンと東京の 19 世紀を、首都の改造という観点から見てみようという本。文化史の本でもありますが、建築学の本でもあります。美しい都市はどうやって作られたか、ふんだんな写真で見ながらたどってみましょう。ヨーロッパのこの 4 都市を比較する本はこれまでもいくつかありました。各都市を個別に扱った本もたくさんあります。たとえば、『図説　ロンドン　都市と建築の歴史』（渡邉研司　河出書房新社）とか。でも、この本の面白いところは、江戸から東京への都市改造の話が出てくるところです。東京はこの時期、見事に近代化を成し遂げるわけですが、古地図をよく見ると、坂の位置と名前は江戸時代とほとんど変わっていません。NHK の「ブラタモリ」を見ながら、本書の東京の章を読んでみるのもおもしろいでしょう。

ヤマありタニおり

日下直子
講談社

日下直子画伯、待望の初単行本！　著者は短大時代の石川ゼミ卒業生です。高校の折り紙部に巻き起こる山あり谷ありの物語。出版社に注文をガンガン入れて、ぜひ 2 刷を出してもらいましょう。本を書いている人にとっては 2 刷が出るのが本当の勝負です。本編は現在も KISS（あの、『のだめ』が連載されていた雑誌！）に連載中です。こちらもよろしく。

Flat　第一巻～第三巻

青桐ナツ
Mag GARDEN

こちらもおなじく石川ゼミ人脈のコミックス単行本。卒業生の妹さんが描いている作品。姉さんはマネージャーとアシさんを兼業してます。クラスでも何となく浮いてる男子高校生が、ひょんなことで預かった幼児と仲良くなって、それから山あり谷ありというお話。こちらは第一巻が発売された日に 2 刷が決まったという幸運なスタートを切った作品です。ほのぼのと心温まるお話。

ユリイカ　2008年12月臨時増刊号　総特集「初音ミク　ネットに舞い降りた天使」

青土社

知ってる人は知ってるけど知らない人は知らない、大ヒットPCソフト「初音ミク」を特集した研究書。楽譜を入力して、そこからMIDI音源を操作して音楽を作るというシンセサイザーソフトはこれまでにもたくさんありましたが、このソフトの特徴は、実際の人の声をサンプリングして、この声で歌を歌わせるというもの。「ヴォーカロイド」と言います。このソフトウェアを使ってヒット曲が生まれたり、その曲の二次創作が始まったり、ソフトウェアに描かれていた「初音ミク」という仮想のキャラクターが様々な動画になって動画サイトにアップされたりという、ものすごいことになっているのは、知ってる人は知ってるけれど知らない人は知らないだろうなあ。まあ、読んでみてください。大真面目な議論が展開されていて、それは面白いです。

江戸名所図会（全六巻＋別巻二）

ちくま学芸文庫

最近、ちと捕り物帳にはまっていて、江戸の古地図を見たりしているのですが、どうやら、最近はやりの歴史もので、特に江戸時代の江戸を舞台にしている小説というののネタのひとつが、この本みたいなのですね。同じくちくま学芸文庫には『新訂　江戸名所花暦』というのもあって、これも楽しいです。江戸時代の「江戸」というのは大体が今の山手線の内側（これを「朱引き」と言います。幕府の仕事で日帰り圏内がこの内側、一泊の出張旅費が計上されるのがこの外です。他には「墨引き」というのもあって、これはほとんど朱引きと重複するのですが、町奉行所の管轄範囲ね）なのですが、この中にも名所はたくさんあり、一日がかりの遊山となると、今の東京都から千葉の西の方、埼玉の南が網羅されます。この範囲の名所が網羅されているのですね。で、面白いことに、そのうちのかなりの名所がまだ東京には名所として残っているのです。一度、古地図（「切絵図」といいます）片手に遊山に出かけたらいかがかな？

英文学科／国際地域学科　小谷一明

息吹、まなざし、記憶

エドウィッジ・ダンティカット　玉城幸子訳
DHC

アフター・ザ・ダンス
ハイチ、カーニヴァルへの旅

エドウイージ・ダンティカ　くぼたのぞみ訳
現代企画室

愛するものたちへ、別れのとき

エドウイージ・ダンティカ　佐川愛子訳
作品社

2010 年 1 月 12 日の地震発生では、ハイチの禿げ山が巨大な地滑りをもたらした。クラス・クエイク（階級地震）とも呼ばれる今回の地震発生後に、ハイチ系アメリカ人作家エドウイージ・ダンティカ（英語読みではエドウィッジ・ダンティカット）の作品を読み始めた。『アフター・ザ・ダンス―ハイチ、カーニヴァルへの旅』(2002)には、地震を恐れてコンクリートの家を造らないジャクメルという町の踊りと歌が克明に描かれている。ハイチは昔から地震にたいし警戒してきたのである。『息吹、まなざし、記憶』(1994)では、デュヴァリエ親子が政権をとった 1960-70 年代の暗黒のハイチと、NY 移民である母の悪夢とのつながりが描かれた。最も衝撃を受けた自伝ノンフィクション『愛するものたちへ、別れのとき』(2007)では、強く弁済という言葉を意識させられた。そこに描かれるフロリダの入国管理局は、いわばグアンタナモ収容所のようなブラック・サイト（法の及ばない空間）であり、まさに現実離れ、人間から実生活という文脈を引きはがす空間となっている。育ての親である 80 歳を越えた叔父の死を、ダンティカは告発する。彼女の求める弁済とは、英語ではレデンプションという。ジャマイカのレゲエ歌手ボブ・マーリーの曲のタイトルでも知られる言葉である。Relief, Rescue, Redemption という 3R。救済、救出ではなく弁済をハイチにもたらすことが、今こそ求められている。

国際教養学科／国際地域学科・図書館長　板垣俊一

中国の赤い星

エドガー・スノー

筑摩書房

毛沢東主席が革命の主導者として称えられ、中国全土の公共施設は言うまでもなく一般家庭に至るまでその肖像が掲げられた時代はとうに過ぎ去った。現代中国の多くの若者たちにとって毛沢東はすでに過去の歴史的人物になっているだろう。まして日本の若者たちは歴史の授業ででもなければその名前を聞く機会さえ無くなったと思う。今では世界第2位の経済大国になろうとしている中国も、かつては幾度も政治的課題に熱く燃えた時代があった。とりわけ草創期の中国共産党は、対外的には日本の侵略軍との戦い、国内的には国民党軍との戦いと、二つの敵との戦いの中で、朱徳とともに紅軍を組織した毛沢東が南部の江西省に革命政府を樹立してその主席となったのは1931年11月と年表にある。その後、蔣介石の国民党軍に攻められ、その本拠地を放棄せざるをえなくなったとき毛沢東が選んだ道は、西方の内陸部方面へ大移動して新たな本拠地を作ることだった。当初は予想もしなかった大遠征がそのときから始まる。内陸部には嶮しい山岳地帯が広がる。これから冬に向かおうとする1934年10月のことだった。行軍は雲南省まで西行したあと、進路を北にとって甘粛省を目ざした。これが近代史の記念碑的な行軍「長征」である。中国の山野は、野を越え山を越えという言葉が生ぬるく感じられるスケールであり、途中に長江上流の橋のない大河を渡り、大雪山を越え、また大草原を越え、かつ国民党軍と戦いながら、はるばる陝西省延安まで1万2500㎞の行軍だったという。到着は1936年10月。出発時9万人（あるいは10万人とも）いた軍隊は、延安に着いたとき3万に減っていたという。今考えれば想像を絶する過酷な行軍であったが、人々は新しい社会を夢見て苦を厭わず行軍し、また辺境地帯の人々に未来への希望の種をまいたと語られている。これはまさに２０世紀の一大叙事詩と呼べるものだった。

アメリカのジャーナリストだった本書の著者エドガー・スノー（Edgar Parks Snow 1905～1972）は、長征が終わった直後に毛沢東と会い、歴史の渦中にあった中国をつぶさに観察して本書を残した。私が本書を読んだのは大学生のころであるが、その歴史の現場に導かれて感動した記憶がある。時は流れて長征も私の大学時代も遙かな過去の出来事となったけれども、未来を信じて輝いていた人々の歴史的現場は、現代の学生にもなにがしかの感動を与えうると信じる。

食物栄養専攻／健康栄養学科　佐々木亜里美

感染症は世界を動かす

岡田晴恵
ちくま書店

人類と感染症の戦いの歴史の書かれた本です。眼に見えない小さなウイルスや細菌による感染が、人の移動とともに全世界に広まる様子を時代別に丁寧に書かれています。

個人の生命の問題だけでなく、政治、経済にも影響を及ぼしてきた感染症の恐ろしいパワーを感じます。世界で有名な絵画、本、建物、歴史上の有名人物のエピソードまでも感染症の影響を色濃くうけているのを知っている方は少ないと思います。

昨年今年と新型インフルエンザで振り回されたのは序の口で、感染症と戦う歴史はこれからも続きそうです。歴史の好きな方も、インフルエンザに興味のある方、医療系の方もそうでない方も、他人ごとではないちょっと怖い現実の話として楽しんでください。

生活福祉専攻／子ども学科　小澤薫

泥の河　蛍川　道頓堀川

宮本輝
ちくま文庫

ここでは「泥の河」について紹介します。昭和 30 年代の大阪、うどん屋を営むお店の息子信雄（8 歳）と、その店の目の前にあるよどんだ河に浮かぶ舟で暮らす少年喜一の物語。喜一が住む舟には入口が 2 つあり、それぞれの部屋は行き来できない、でも壁はうすいベニヤ 1 枚で区切られている。この 2 つの部屋で母親と姉と 3 人で暮らしている。戦争の傷跡を残しながら、経済発展が進もうとしている、活気はあるが、どこか重い雰囲気を残した時代、懸命に生きてきた、そして生きていこうとする人々の思いが、少年の眼を通して描かれています。お互いの家族がそれぞれにかかわり、いたわり、でも分かり合えないもどかしさ。貧困という現実が重くのしかかります。いま注目されるようになった子どもの貧困がここにあります。

英文学科／国際地域学科　　澁谷義彦

物語　イギリス人

小林章夫
文芸春秋

アメリカ人らしさというのは多様すぎて説明できませんが、日本人らしさとかイギリス人らしさというのは、日本映画やイギリス映画などを見ると何となくというか、なるほどというか納得がいきます。この本はイギリスに精通する著者が、「イギリス人とはどういう人間なのか、イギリス人らしさはどういうところにあるのか」について、社会階級、連合王国の成り立ち、フランスなど隣国との関係に触れながら、さらにはイギリス人らしさを代表する政治家、文人などのエピソードを面白く紹介しながら論じています。イングランド人とスコットランド人は時々仲が悪く、１８世紀の文人サミュエル・ジョンソンは自分が編纂した英語辞典の「カラスムギ」の定義で「イングランドでは馬が食べるが、スコットランドでは人間が食べる」と書いています。これに対して、彼の弟子でスコットランド人のジェームズ・ボズウェルは、「だからイングランドでは馬が立派で、スコットランドでは人間が立派なのです」とやり返したとのことです。著者のイギリス的ユーモアのセンスが読んで楽しく、それでいて論理が明解でかなり納得させられた本です。

国際教養学科／国際地域学科　　水上則子

自由をつくる　自在に生きる

森博嗣
集英社新書

自分の生き方に満足している人は（たぶん）読む必要がない本なのですが、いつもどこかに不満やストレスや疲れがあってもやもやしている、という人には、ちょっとした光明を与えてくれるのではないかと思います。また、そもそも自由って何だろう、とか、自分は自由な人間なのかどうか、などということは、ふだんあまり考えないかもしれませんが、もしも考えることがあったら、頭を整理するのにきっと役立ちます。

わたしを離さないで

カズオ・イシグロ
ハヤカワepi文庫

とても恐ろしい本でした。ホラーでもオカルトでもなく、おそらくは近未来の日常生活が、ある意味で淡々と語られているだけなのですが。でも、一人でも多くの人に読んでもらいたいです。私は、このような形で他者を犠牲にするくらいなら、生きていたくないと思ってしまうのですが、それは、深刻な病を得たことがない者の傲慢さなのでしょうか。

国際地域学科　John Adamson

Pocahontas

Tim Vicary
Oxford Bookworks/Oxford University Press
Level: Stage 1

This is a book based on a real story. It is a romance about a beautiful young American Indian girl, Pocahontas, and an Englishman, John Smith. It takes place in 1607 when Europeans started to settle in America. Pocahontas and John Smith are from different cultures and there are many difficulties in their relationship. The story is both sad and inspiring but shows how intercultural understanding can be successful if people have a true desire to understand each other. The book is also on CD audio and there is a Disney animated movie.

幼児教育学科／子ども学科　　戸澗幸夫

子どもが育つ魔法の言葉

ドロシー・ロー・ノルト
レイチャル・ハリス
PHP研究所

1954 年にドロシー・ロー・ノルトが書いた詩「子は親の鏡」を子育てに悩む親向けに解説した本である。５０数年経った今も、色あせることなく子育てに大切なことが述べられた貴重な本と言えます。自分自身の子育ての体験から、また教職 30 数年でいろんな児童・生徒・学生の育ちに触れこの本に述べられている子育ての基本は普遍であると教えられます。子ども学科の学生が必読すべきお薦めの一冊です。

プーおじさんの子育て入門

柿田友広作　相沢康夫絵
エィデル研究所

子どもの成長にとって遊びは衣食住と同じほど大切なものです。そして、遊びに欠かせないのが「おもちゃ」です。この本は子どもの成長に役立つおもちゃを提供しているおもちゃ屋のご主人である柿田友広さんが書いたものである。おもちゃ屋さんの主人としての視点がユニークな子育て論が述べられています。また、子どもの発達を支えるおもちゃについて分かりやすく解説されています。子ども学科の学生が保育者となるための読んでおきたい一冊と言えます。

食物栄養専攻／健康栄養学科　　宮西邦夫

太りゆく人類－肥満社会と過食社会－

エレン・ラペル・シェル　栗木さつき＝訳

早川書房

わたしたちはなぜ太るのか？

「遺伝子のはたらき、容赦のないグローバリゼーション、ファストフードのマーケッテイング戦略などの分析から、現代人を太らせているあらゆる病根を明らかにした警世の書」です。是非、学生、教職員を問わず、読まれることをお勧めしたい。

読み終わったら、夥しい付箋が付いていました！

飢餓の世紀
－食料不足と人口爆発が世界を襲う－

レスター・Ｒ・ブラウン　ハル・ケイン

小島慶三訳

ダイヤモンド社

「着実に増大してきた世界の食糧生産に、突如、ブレーキがかかった。気が付けば、耕地も漁場も放牧地も、能力の限界まで圧迫されている。一方、世界の人口は 9,000 万人のペースで増大している。食料不足と人口爆発の挟み撃ちにあって、世界はいま重大な危機に直面している。」

胃腸は語る
－胃相、腸相からみた健康・長寿法－

新谷弘美
弘文堂

「日米３０万人の胃腸内視鏡検査の実績が生み出した生活習慣病・ガンを予防する根本的健康法の解り易い解説書です。”わたしたちの一人一人が将来の高齢者として、英知をもって他人に迷惑をかけず、独立した生活行動ができる心身の健康づくりに励むことが大切である」との提言に、思わず書店で手に取り、夢中で読みました。実際の自分の生活とのギャップを再確認する上で、有益な解説書、啓蒙書だと思いました。是非、試読下さい。

英文学科／国際地域学科　　茅野潤一郎

あるジャム屋の話
（短編集「夢の果て」に収録）

安房直子
講談社文庫

人づき合いの下手な青年が、森のかたすみでジャムを作って町の食料品屋さんに買ってもらおうとします。ところがジャムは全然売れません。そこに雌鹿がやってきて言います。こんなにおいしいジャムが売れないのは、レッテル（ラベル）が味気ないからだと……。安房直子の世界は、すんなりと空想の世界に入っていくことができます。

食物栄養専攻／健康栄養学科　村松芳多子

こども論語塾

安岡定子著，田部井文雄監修
明治書院

親子で楽しむことのできるように優しく、解説した古典です。意味がわからなくても繰り返し読むことで、言葉のすばらしさを学ぶための子どもの本です。しかし、われわれ「オトナ」にも大変理解しやすく、ハイスピードな日常に追われた人には、ほっと一息つけることができる内容です。そして、人として一日の終わりに 1 章を読むだけで自分を振り返ることができます。
Ⅰ「学ぶ」とはどういうことでしょう。Ⅱ どのように毎日を過ごしたらよいのでしょう。Ⅲ 一番大切なもの、それは「仁（思いやり）」です。Ⅳ 理想の人＝君子とは、どんな人なのでしょう。以上、4 項目からなる 20 章を紹介しています。

こども論語塾　その2

安岡定子著，田部井文雄監修
明治書院

こども論語塾の続編です。こども論語塾と同様に「書き下し文」、「原文（白文）」、「現代日本語訳」、「子ども用解説」の順に掲載されています。わかりやすく、やさしく説明されています。古典が苦手な「オトナ」も必見です。
Ⅰ 行（おこない）：毎日の行いの中で目標にしたいこと。Ⅱ 友（とも）：お友だちと楽しくすごすために。Ⅲ 学（まなぶ）：自分から進んで学ぶ気持ちが大切です。Ⅳ 仁（じん）：あなたのまわりにいる人を大切にしましょう。以上、4 項目からなる 20 章を紹介しています。

こども論語塾　その3

安岡定子著，田部井文雄監修

明治書院

こども論語塾の第３集です。あなたは、思いやりの気持ちを忘れていませんか？現代社会に必要なバランスの取れた人になっていますか？オトナとして考えさせられます。「大人のためのマメ知識」も充実し、論語の中の四字熟語や論語の中の名言・名句なども満載です。「論語」の言葉は、読む人の心情により感じ方が大きく変わる一生の心の栄養素です。

Ⅰ 何のために学ぶのか。Ⅱ 信じ合い、思いやる。Ⅲ バランスの取れた人になる。Ⅳ 理想に向かって生きる。以上、4 項目からなる 20 章を紹介しています。

国際教養学科／国際地域学科　　後藤岩奈

我、自衛隊を愛す　故に、憲法 9 条を守る
防衛省元幹部 3 人の志

箕輪登、竹岡勝美、小池清彦
かもがわ出版　2007年

著者の一人小池清彦氏は元防衛庁教育訓練局長で、現在新潟の加茂市長である。自衛隊のイラク派遣に際しては、反対している。ほとんど新潟を誉めることがない私でさえも、「新潟にはこんな人がいるんだ」と思った。昨年自衛隊に入隊した甥にも読ませたい。

拉致　左右の垣根を越えた闘いへ

蓮池透
かもがわ出版　2009年

著者の蓮池透氏は、北朝鮮拉致被害者の一人として帰国した蓮池薫さんの実兄で、元「被害者家族会」事務局長。「家族会」「救う会」の背後に北朝鮮敵視の政治勢力がいることに違和感、疑問を抱いたという。立場の違いを超えた、本当に効力のある、行動対行動の交渉の必要性を説いている。

愛国者の条件
昭和の失策とナショナリズムの本質を問う

半藤一利　戸高一成
ダイヤモンド社　2006年

２００５～２００６年の「教育基本法」改定議論の中で、「愛国心」についての問題が挙がったが、その時期に出た本。著者の半藤氏は元『文藝春秋』の編集長で、大の旧日本海軍のファン。日本の軍隊や戦争の歴史についての研究、著書も多い。その上で「平和憲法」を守るべきだと言う。氏の言う「愛国者」とは……

革命家１００の言葉

山口智司
彩図社　2009年

著者が、その革命性、革新性を認めた古今東西の歴史上の人物の名言を集めたもの。この本を読んだからといって「革命家」になれるかどうか分からないが、気に入った人物、言葉があったら、その人を詳しく調べてみるとよいかも。革命家になれるか！？

差別と日本人

野中広務、辛淑玉

角川oneテーマ２１　2009年

野中氏は自民党の元衆議院議員で、自ら被差別部落の出身であることを明らかにして、政治家の活動をしてきたという。辛氏は在日コリアンの立場から、野中氏から、被差別部落、ハンセン病、在日外国人、障害者など日本の差別問題との関わりや「思い」を引き出し、さらにそれらの問題の歴史的背景の解説を加えている。

中国汚染　「公害大陸」の環境報告

相川泰

ソフトバンク新書　2009年

２００５年に起きた中国東北部の大河松花江の汚染事件をはじめ、中国各地で起こっている公害、環境汚染の実態と、それに対する中国政府の対応、中国初の環境汚染被害者支援ＮＧＯの活動やその日中民間交流などを報告している。熊本水俣病および新潟水俣病の被害者・支援者と中国環境ＮＧＯ関係者との交流にも言及されている。

図書館　鶴巻悦子

ベトナム　凛と一大石芳野写真集

大石芳野
講談社

ベトナムは、今や若い女性に人気の観光スポットのようですが、私にとってのベトナムとは、ベトナム戦争の地。学生時代、毎日のように報じられた米軍の北爆とベトコンのゲリラ戦。ベトナム留学生の友人は、祖国の戦争孤児救済の運動と勉学、きついアルバイトに明け暮れていました。痩軀で生真面目な眼をした彼女の姿をこの写真集を開くたびに思い出します。

ベトナムの戦後 25 年間を女性写真家が撮り続けた写真集です。いまだ裸足で働く農民、枯れ葉剤の被害で重い障害を負った人々、しかし、戦後のベトナム人の「きりりと引き締まった表情」、「凛とした魅力」が伝わってきます。こどもたちの笑顔がこぼれ、歓声が聞こえてきます。

大石芳野さん自身も、その発言のひと言ひと言が信頼できる、とても魅力ある女性です。

輝ける闇

開高健
新潮社（新潮文庫）

開高健没後 20 年の昨年、たくさんの作品が装丁新たに刊行されて読む愉しみが増えました。エッセイはどれをとってもその名文と博学に舌を巻くのだけれど、それだけではない、何が魅力なのか。

最初に作家として高く評価された小説『パニック』と芥川賞をとった『裸の王様』は説明調で生硬な作品ですが、それから脱皮するように『日本三文オペラ』で異形の人々を匂いまで立ち込めるように描きます。さらに、ベトナムで従軍、銃弾を浴びて命からがら帰国した後の『輝ける闇』で頂上を極めたように思います。思考、感性、何もかもが渾然一体となって昇華された感じで、ここで読後感を伝えるのが難しい。

開高健の目指したものがどこにあるか、自身の次の言葉の対極にあるように思います。「（“日本の知性”といわれている評論家・加藤周一に対して）明晰で潔癖で勤勉で博学であっても、ここには“肉体”がない。（社会評論、美術評論であれ、現象に向かったときの）無責任な判断中止である。」（文学評論集『衣食足りて文学は忘れられた』より）

エルンスト・バルラハ―ドイツ表現主義の彫刻家

京都国立近代美術館ほか監修
朝日新聞社

偶然立ち寄った美術館で出会ったバルラハのブロンズ像や木彫作品。バルラハの名前すら知らなかった私ですが、体が震えるような感覚が走りました。顔を伏せ、片手を大きく差し出した「ロシアの物乞い女」は、存在そのものが迫ってきます。見ている私自身が苦しくなるような「枷にはめられた男」。「夢みる人」は何を思うのか。ずいぶん長い時間、作品と向き合っていました。

バルラハが 20 世紀ドイツの代表的な彫刻家、版画家、文学者であり、また作品がナチスに破壊され、“反体制の芸術家”と呼ばれていることや、ヨーロッパでは顧みられなかった木彫に取り組んだこと、ケーテ・コルヴィッツや舟越桂とのつながりについてなども、後で図録を読んで知ることができました。

ちなみに、このような展覧会図録は、公共図書館や美術館の資料室で探すか、ミュージアムショップのネット販売などでも手に入りますよ。

国際教養学科／国際地域学科　　黒田俊郎

１Ｑ８４（Book 1&2）

村上春樹
新潮社

２００９年のミリオンセラーなので、あえて紹介するまでもないかもしれない。ただベストセラーは読まないという人もいるし、村上春樹をなんとなく敬遠している人もいると思うので（そういう人がいるのはよくわかる！）、その人たちに「いちど試しに読んでみたら」の意味をこめて推薦したい。村上春樹が傑出した作家かどうかはわからないけど、彼の作品には、その風俗小説的な導入の向こう側に、一度目にしたらたぶん生涯忘れられない風景＝イメージが潜んでいる。『１Ｑ８４』でいえば、「空気さなぎ」や「リトル・ピープル」なんかがそれにあたる。その風景なりイメージなりに出会いたくて、彼の新作がでると、「もういいや」と思いつつ、つい手にとってしまう。この春にはBook 3の刊行が予告されている世界的人気作家の新作を世界中で一番早く、それも日本語で読めるというのは、それはそれでやはり、幸福なことなのだろう。

食物栄養専攻／健康栄養学科　　渡邊令子

奇跡のリンゴ
「絶対不可能」を覆した農家 木村秋則の記録

石川拓治
幻冬社

「絶対不可能」を覆した木村秋則氏は、今から数年前に皆さんがご存じのテレビ番組「NHK　プロフェッショナル仕事の流儀」に登場されたことがあります。私達が生きて行くために知識や経験は大切ですが、真に新しいことに挑戦するときには、しばしばその知識や経験が大きな壁になります。独創性とは、「常識を疑う、人のまねをしない、身体で学ぶ」ことから生まれると言われますが、それをやり遂げた人です。読み始めたら途中で止められません。一気に読み終えた後、人間の叡智に感動、「生命力とは何か」を考えさせられ、清々しいきもちにしてくれます。

食物栄養専攻／健康栄養学科　　太田優子

2009年2月に義父が急逝し、6月には私を孫のように可愛がってくださった二人の女性～“おばちゃん”(伯母)と “おばあちゃま” （大学時代に家庭教師に伺っていたお宅のお祖母様）が人生最期の日を各々迎え、限りある生の重みと死の日常性に思いを巡らすことが増えてきました。そのような時に、再び読み返したり、読み返したいと思った本の中から、今回は2冊の本をご紹介しましょう。

幸福な食卓

瀬尾まいこ
講談社　2004

中原家の朝は家族全員そろった朝食から始まる。その朝食の際に、重要な決心や悩みを告白する中原家。『父さんは今日で父さんを辞めようと思う』と宣言し、教師を辞め薬学部の受験勉強に邁進する父。ある事件を契機に一人暮らしを始め、家族のために手料理を届ける母。伝説の秀才と噂されながら、大学進学ではなく就職を選びとった兄の直ちゃん。そして中学2年生の妹、佐和子。一人ひとりが自分自身と正直に向き合おうとする4人家族の日常と非日常が、中学生から高校生までの思春期真只中の佐和子の目をとおして、瑞々しく語られています。

『私は大きなものをなくしてしまったけど、完全に全てを失ったわけじゃない。私の周りにはまだ大切なものがいくつかあって、ちゃんとつながっていくものがある』という佐和子の言葉（“大きなものをなくしても、まだあった、大切なもの”）を、あなたはどのように感じるでしょうか。

ちなみに、娘が（中学2年時に）読み、母親の私に薦めてくれた本書は、映画化もされ文庫本もコミック本もありますので（いずれもまだ私は挑戦していません…）、お好きなものをどうぞ！

対訳 21世紀に生きる君たちへ

司馬 遼太郎（著）
Donald Keene（監訳）Robert Mintzer（訳）
朝日出版　1999

“国民的歴史小説家”が始めて子ども向けに「一編の小説を書くより苦労し」編んだエッセイ。

1987・1989 年に小学校 5・6 年生の国語教科書のために書かれた「21 世紀に生きる君たちへ」・「洪庵のたいまつ」、そして『小学校国語』編集趣意書である「人間の荘厳さ」の 3 編からなる作品それぞれに、英文対訳がなされています。英文・日本文どちらから先に読んでも、簡潔さを求め推敲された味わい深い文章です。

『「人間は、自分で生きているのではなく、大きな存在によって生かされている」』～

『君たちは、いつの時代でもそうであったように、自己を確立せねばならない。― 自分に厳しく、相手には優しく。という自己を。そして、すなおでかしこい自己を。21 世紀においては、特にそのことが重要である』（「21 世紀に生きる君たちへ」）

『人間は、鎖の一環ですね。はるかな過去から未来にのびてゆく鎖の。― 人間のすばらしさは、自分のことを、たかが一環かと悲観的におもわないことです。ふしぎなものですね』（「人間の荘厳さ」）

息子を身籠っていた 1991 年 4 月、初めて医学会総会で食事療法のセッションが設けられ赴いた京都国際会議場で、司馬遼太郎氏の緒方洪庵に関する（私にとって最初で最後の）講演をお聞きでき、ゆったりと語りかけてくださる柔らかな大阪弁が印象に残っています。1996 年 2 月享年 72 歳で急逝され（毎年「菜の花忌」の供養の様子が報道されたりしますが）、21 世紀を見届けられなかった氏からのメッセージをしっかり噛み締めてみませんか。

特集

たびだち
出発のための本

春は旅立ちの季節。
卒業する人、入学する人
なじんだ土地を離れる人
新しい生活を始める人
そしてどこかへ旅に出る人

さまざまな出発のとき
こんな本を連れていきませんか

特集　出発のための本

学長　　猪口孝

トンボとエダマメ論

猪口　孝
西村書店（2007年）

英語は道具力

猪口　孝
西村書店（2008年）

タンポポな生き方

猪口　孝
西村書店（2009年）

学長が本学学生を念頭にしつつ若者のために書いた

国際地域学科　　高端正幸

働くって何だー30のアドバイスー

森清
岩波書店（岩波ジュニア新書）

就職のノウハウ本は巷にあふれていても、「何のために就職するのか」を語る本は少ない。かといって、「働くとは何か」などと諭されても、どうもピンと来ない。この本は違う。豊かなメッセージが、スッと胸に入ってくる。晴れて社会人となる卒業生、来年には就活を始める２年生、そして大学生活がスタートする１年生のみなさん、必読です。

国際地域学科　　山中知彦

デミアン

ヘルマン・ヘッセ
各社文庫本

確か大学１年の頃、読み始めたら止まらず一気に読み終えたことを覚えています。中学の教科書で読まされた「車輪の下」とは全く異なり、新たな世界を開かれた思いがしました。その後、立て続けに「シッダールタ」、「荒野の狼」、「ガラス玉演技」と読み進み、意識の解放を享受しました。時代が変わったので、君たちにどのように受け止められるか定かではありませんが。ちなみに私が読んだのは、人文社の高橋健二訳だったと思います。

特集　出発のための本

国際教養学科／国際地域学科　　山田佳子

半島へ、ふたたび

蓮池 薫
新潮社

社長もはじめは新入社員だったというように、今や翻訳家として活躍する蓮池氏もデビューまでには様々な不安を抱えていました。その心の内を正直に明かす飾り気のない語り口からは、蓮池氏の暖かな人間性も伝わってきます。ところどころに挿入された北朝鮮での体験はきわめて平静に、ごく普通の生活者の視点から書かれているのですが……。失われた 24 年間の青春。何としてもそれを取り戻さなければならないという蓮池氏の思いを通し、「新しい世界へのチャレンジ」という聞きなれたフレーズが重くも新鮮に響いてきます。

特集　出発のための本

英文学科／国際地域学科　　福本圭介

新釈尊物語

ひろさちや
中公文庫

大学院生だった二十代の後半に 3 週間ほどインドを旅したことがあります。将来に思い悩み、猛烈に再出発を求めていた時代でした。インドということで、旅行バッグの中には仏教の入門書をひそませていました。様々ものを手で食らい、アラビア海につかり、二等列車の揺れなかでも何かのヒントを求めていましたが、悟りはついに訪れませんでした。しかし、帰国した後、本をむさぼり読むうち、原始仏教、そしてブッダの一生に関心をもつようになりました。「おもしろい！」。それまでの仏教のイメージは瓦解しました。そんななかで読んだ一冊がこの本です。けっして難しい本ではありません。むしろつっこみどころ満載のブッダ伝です。とにかくブッダのエピソードがとても示唆的なのです。ぼくは仏教の本を読みながら川の向こう岸に渡れたような気がしています。ブッダは 29 歳で「出家」したけど、世を捨てたのではなく、捨てることによって世界を取り戻した。これはぼくらが何度でも経験する「出発」のエッセンスのような気がします。

特集　出発のための本

国際教養学科／国際地域学科　　水上則子

外国語上達法

千野栄一
岩波新書

「言葉」を学ぶことは、なじみのない文字や音を習得するだけではなく、異文化に触れ、これまで知らなかった物の見方を身につけることでもあります。だから、新しい外国語を学びはじめることは、新しい世界への旅立ちなのです。いざ出発、というとき、辞書や入門書といっしょに、ぜひこの本を開いてください。外国語とどうやって付き合うといいか、さまざまなエピソードをまじえて楽しく解説してくれます。個人的な思い出で申し訳ありませんが、著者の千野先生は、私にとって、もっとも大切な恩師の一人です。大教室がいつも満席になる言語学の講義も楽しかったですが、少人数でチェコ語を教えていただいたときには、外国語というのはこうやって勉強すればよかったのか、と目からウロコが落ちる思いでした。学生でなくなってから、チェコ語からすっかり遠ざかってしまい、今ではぜんぜん使えなくなっていることは、天国の先生にお詫びしなければならないのですが。

聡明な女は料理がうまい

桐島洋子
文春文庫

10 年ほど前、第二号でも推薦したのですが、もう一度お薦めします。私が大学に入ってすぐ、ほとんど料理らしい料理ができない状態で自炊を始めた時に出会った本です。この本の主題は、具体的な料理の作り方というよりは、料理に臨むための姿勢で、レシピをたくさん読むこと、作って気に入った料理は記録しておくこと、キッチンの用具を自覚的に選ぶこと、などの、とても有益なアドバイスとともに、広く「生活の組み立て方」を教わったように思います。この本に「英語のクックブックを流し読みすると、料理にも語学にも役立つ」と書いてあったのがきっかけで、ロシア料理のレシピをロシア語で読むようになり、仕事といいつつ遊べるタネが一つ増えたのも収穫でした。題名がアレ（？）なのだけは難点ですが、そこは大目に見て、女性も男性もぜひ読んでみてください。

特集　出発のための本

幼児教育学科／子ども学科　　渋倉崇行

「生きがい」とは何か　自己実現へのみち

小林　司
日本放送出版協会
発行年：1989年

学生生活を終え就職して半年ほどが経ち，人生をどう生きるかということを少なからず考えていた頃に読みました．それなりにでも生きていくことはできるし，頑張らないといけないわけでもない．幸せにはなりたいが，できるならば楽をしたい．おそらく，このようなことを考えていた時期であったと思います．生きる目的とは何でしょうか？生きることが目的でしょうか？皆さん自身の人生劇場で後悔のない人生を歩んでいただきたいと思っています．

特集　出発のための本

図書館　　鶴巻悦子

最終目的地

ピーター・キャメロン
新潮社
岩本正恵訳

アメリカの作家の描いた、心理劇のような味わいある小説です。南米のウルグアイの辺鄙な田舎町を舞台に、登場人物は自殺したドイツ人作家の縁者たち。古い屋敷に閉じこもる愛人とその娘、一緒に暮らす未亡人である絵描き、近くに住む年老いた偏屈な兄とその恋人の青年。彼らの穏やかな、それでいて一触即発のような危うい日常に、突然アメリカの青年オマーが舞い込みます。

密やかに進行する恋愛、終局を迎える恋愛が絡んで、彼らひとりひとりが終の棲家と思っていたところから新しい場面、The City of Your Final Destination（原題）へと旅立つ物語です。

若いオマーは、作家の伝記をものにして研究者の道を歩もうと異郷へやってきましたが、彼らとの出会いにより自分の人生を塗り替えます。アメリカから追いかけてくる恋人とは“ものさし”が違っていたことにも気づきます（ここがせつない）。こんなふうに人は自分の生きる道を選び取ってゆく‥‥としみじみした気持で読み終えました。

国際教養学科／国際地域学科　　黒田俊郎

ミーナの行進

小川洋子
中公文庫

小川洋子の小説は、さして深みはないけれど、エンターテイメント系の小説によくあるあざとさやいやな軽さがないので、気持ちよく最後まで読み通せる。その意味で旅の道連れには最適だ（とくに海外旅行の際のあの不毛な飛行機の機内では！）。話の中身もふたりの少女の「はじまりの物語」で、語られるエピソードのひとつひとつがたわいもなく愛らしく、心地よい。

食物栄養専攻／健康栄養学科　　渡邊令子

京大人気講義シリーズ「生体リズムと健康」

若村智子
丸善株式会社

「健康に暮らすためにはどのような視点が大切か」ということを、ヒトに関する生体リズムの研究を数多く紹介し、わかりやすく解説した本です。私達は地球上に生息する動物の１種類で、太古の昔から体得してきた明暗サイクルへの適応を現代社会でも忘れてはいけないと、看護士としてシフトワーク経験もある編著者は強調しています。

家族の元を離れて大学生として一人で新生活をスタートするにあたり、ヘルスケアの側面だけでなく、日常生活の中で意欲的に勉学やスポーツ等に励むために、きっと役立つことと思います。

特集　出発のための本

国際教養学科／国際地域学科　　柳町裕子

鴨川ホルモー

万城目 学
角川文庫

新大学生にすすめる本（とんでもないサークル編）
これは、京都の大学生たちが京都の街中を舞台にしてとんでもないサークル活動に打ち込む話です。この小説を単に京都のお話と読むのでなくて、これを読んで刺激を受けた人がいたら、ぜひ、新潟の街中を舞台にするような、とんでもないサークル活動を興して、新潟を大学生が主役の街にしてほしいな、という気持ちで推薦しました。でももし、そんなとんでもないサークルがもう既にあるのなら...教えてください。

イメージを読む―美術史入門

若桑 みどり
ちくまプリマーブックス（ちくま学芸文庫版もあります）

新大学生にすすめる本（効果的に学ぶための予備知識編）
大学の講義では、資料として映画をよく利用します。映画は、題材となっている出来事だけでなく、その背景となる風土、文化、社会、人々の価値観など、さまざまなことをリアルに見せてくれるからです。でも映画が登場するのは、１９世紀末。それ以前の歴史をリアルにみるための媒介となるのは、絵画です。もちろん、１９世紀以前の歴史を題材にした映画もありますが、その多くは当時描かれた絵画を参考にしています。そして絵画は何より、描いた画家自身がその時代に生きた人である、という点で「リアル」です。
絵画を見れば、もちろん、当時の風景や人々の姿を知ることができますが、実は、絵画からは、もっと多くの意味や情報を得ることができます。でもそのように、絵画から歴史を「リアルに読み解く」ことは、映画ほど簡単ではありません。どうすればいいのでしょう？
この本は、絵画から歴史や、その他のさまざまな情報を読み解くための方法について、わかりやくすく解説しています。その方法は、それを知っておけば、学ぶ世界と方法が劇的に広がる、とりわけ大学生には不可欠な予備知識です。