

下井草図書館おたより

ブック

カフェ

BOOK CAFE



平成29年12月号

〈今月の特集〉

「2017年をふいかえる」.....	2
新着図書案内	4
重点展示	6
今、注目の本	7



2017年をふいかえる

2017年もいよいよ終わりが近づいてきました。

今年話題になった出来事や人物に関する図書をご紹介します。

トランプ解体新書

新政権で米国はこう変わる!

【刊】日経BP社

第45代米大統領に就任したドナルド・トランプ。グローバル経済の行方は? 日本企業への影響は? TPPは? 日米安保は? トランプの人物像から世界経済の先行きまで徹底解剖する。

SNS時代の写真ルールとマナー

【編】日本写真家協会

【刊】朝日新聞出版

いつでも、どこでも綺麗に写真を撮れて、その場で送信できるスマホ時代。SNSにアップするときに気を配りたいポイントなど、臆せず写真を楽しむためのルールとマナーを、プロ写真家がQ&A形式で教えます。

誰も書けなかった東京都政の真実

【著】鈴木 哲夫

【刊】イースト・プレス

「戦犯」がどこにいるか、突きとめた! 第一線のジャーナリストがこれまでの取材内容とあわせ、伏魔殿とも呼ばれてきた東京都と東京都政の真実をまとめる。小池百合子都知事へのインタビューも収録。

大相撲知れば知るほど

【編著】「相撲」編集部

【刊】ベースボール・マガジン社

年6回の本場所で繰り広げられる熱戦、奉納相撲や土俵入り、巡業で披露される相撲甚句や初っ切り…。相撲の魅力豊富なカラー写真とともにさまざまな角度から紹介します。人気力士のオフショット名鑑も掲載。

将棋の博物誌

【著】越智 信義

【刊】三一書房

歴史に残る名棋士とその秘話、文豪と将棋の意外な関係、将棋文化と将棋ジャーナリズムの進展、江戸文芸と将棋など、将棋に関する知られざる秘話、逸話を多数紹介。将棋に関する全てがこの一冊でわかる。

スペインの歴史を知るための50章

【編著】立石 博高

【刊】明石書店

ローマによる征服、カスティーリャ王国の台頭、大航海時代、欧州統合とスペイン…。スペインの歴史をバスク、カタルーニャなど諸地域との関係も取り上げながら時代順にたどる。歴史スポットを論じたコラムも収録。

知らないと恥をかく

世界の 大問題 8

【著】池上 彰

【刊】KADOKAWA

イギリスEU離脱からトランプ大統領誕生まで、自国ファーストの流れが加速する世界の本質を解説し、右派勢力が台頭する欧州、中東戦争の危機、暴走する北朝鮮など、池上彰が斬る。

パンダ通

【著】黒柳 徹子 岩合 光昭

【刊】朝日新聞社

パンダはなぜかわいい? パンダは怒るとどうなるの? 元祖パンダ博士の黒柳徹子と、世界で初めて野生のパンダ撮影に成功した岩合光昭。日本を代表する2大パンダ通が、パンダの魅力を語りつくす。

変えてゆく勇氣

【著】上川 あや

【刊】岩波書店

男性として生きることをやめ、女性として暮らすようになった著者が、様々な少数者の存在について述べる。誰もが自分らしくのびやかに暮らせる、寛容な社会を創るための熱いメッセージ。

高齢ドライバーの安全心理学

【著】松浦 常夫

【刊】東京大学出版社

事故を起こさないためには? 運転のやめどき、いつ、どう判断する? 高齢者の運転や事故の特徴から安全対策まで、交通心理学の第一人者が丁寧に解説。高齢ドライバーやその家族、交通関係者へのヒントが満載。

新着図書案内



下井草図書館に新しく入った図書をご紹介します。新着図書は毎週火曜日と金曜日の夕方に新着コーナーへ並びます。

日本文化史講義

【著】大隅 和雄
【刊】吉川弘文館

独特の自然環境によって形成された基層文化の上に、外来文化を受容することで重層的な構造を持った日本文化。思想・宗教・文学・芸能など、幅広い事象を講義形式で解説。その複雑な性格と、豊かな内容を明らかにする。

ナマケモノはなぜ「怠け者」なのか

【著】池田 清彦
【刊】新潮社

不老不死は可能なの？ 女心と秋の空は本当に変わりやすいの？ 生物をめぐる根源的な疑問から、目の前で起きているフシギな生命現象のしくみまで。最新の知見を尽くして明快に説く「ホンマでっか!？」な生物学エッセイ。

ペットシッターを知っていますか

【著】春名 孝
【刊】マガジンランド

急な出張・旅行でも散歩から食事まで管理。自宅のペットの様子をメールで報告…。飼い主が家を空ける際、ペットを預けるかわりにシッターが自宅に出向き、ペットの世話をする出張サービス「ペットシッター」について紹介する。

日本の外交

【著】添谷 芳秀
【刊】筑摩書房

戦後の呪縛を解き、外交戦略を再設計するには、吉田茂による「中庸」の選択の意味を深く問いなおすことが不可欠。戦後外交の実像が「ミドルパワー外交」にあったということ論じ、そこから日本外交の将来構想を描く。

すごい整体

【著】上原 考一
【刊】SBクリエイティブ

痛みの9割は自分で治せる！ どこが痛むかを探し、痛みに対して快適な姿勢「ゼロポジション」を取って、痛みが解消する状態をキープする、セルフケアの方法をマンガで解説。痛みと永遠にサヨナラする10の習慣も紹介。

K

【著】森山 大道
【刊】月曜社

俗世俗界を俗のままにコピーしつづけること、東京中をうろつく日々こそ、ぼくが生き写真を撮る意味の全てなのだと感じる他ない。都市の片隅、人影、さまざまな「K=景」の断片を追い求めた、森山大道の写真集。



戦国国家臣団実力ナンバーワン決定戦

【監】本郷 和人
【刊】宝島社

戦国大名の命運を握っていた家臣団。主君と家臣の関係は、時代とともにどのように変化したのか。乱世における家臣団の変遷を紹介するとともに、ランキング形式で最強の家臣団と、その強さの秘密に迫る。

人生を狂わす名著 50

【著】三宅 香帆
【刊】ライツ社

京大院生の書店スタッフが、社会や世界に流されることのない本50冊を紹介。本の予備知識、人生を狂わすフレーズ、次に読むおすすめ本などを掲載。「天狼院書店」のウェブ掲載記事をもとに書籍化。見返しに記事あり。

今ここにあるバブル

【著】滝田 洋一
【刊】日本経済新聞出版社

歴史は繰り返すのか？ タワーマンションやアパート投資に向かう節税マネー、訪日客人気で過熱する地価、乱舞するビットコイン、AIファンドに向かう個人マネーなど、日経編集委員が新たなバブル現象を読み解く。

月たった2万円のふたりごはん

【著】奥田 けい
【刊】幻冬舎

食材はまとめ買い。その日のうちに一口大に切って冷凍。ちくわ、きのこ、とうふ、キャベツ、もやしはいつも安く大活躍！ ふたり分の食費を月2万円に抑えるコツと、料理が苦手でもできるメニューを紹介する。

私鉄郊外の誕生

【編】片木 篤
【刊】柏書房

あなたの住む街は、どのように開発され、形成されてきたのか？ 東日本から西日本まで、私鉄沿線別に郊外開発の軌跡をたどる。『週刊私鉄全駅・全車両基地』連載に加筆修正し、総説を加え単行本化。

大人のための社会科

【著】井手 英策
宇野 重規
【刊】有斐閣

GDP、多数決、公正、希望…。気鋭の社会科学者が、日本の社会を形づくっている12のキーワードを取り上げ、それぞれの意味を根底から吟味。日本社会の「いま」と「これから」を見通す、共通のプラットフォームを提供する。

重点展示



下井草図書館では「生活における健康」をテーマに、隔月ごとに内容を変えて展示をしています。その中から数冊をご紹介します。

今回のテーマ

ダイエット

食べ順革命 ダイエット

【著】鯨井 優
【著】鯨井 康雄
【刊】河出書房新社

いつもの食事のまま、食べ順を変えるだけ。外食も、飲み会も、コンビニも OK! 基本の 3 ステップを覚えるだけで誰でも簡単にできるダイエット法を紹介します。驚きの効果が出る 1 週間実践メニュー付き。

なぜあなたは 食べ過ぎてしまうのか

【著】岡寄 順子
【刊】講談社

自分が食べ過ぎてしまう原因に気づく。自分にピッタリの解決方法を見つける。行動を少しだけ変える…。食べ過ぎを確実にやめられるステップを示し、食べる喜びを味わいながら、太らない身体と習慣を作るための方法を紹介する。

太らない間食

【著】足立 香代子
【刊】文響社

コンビニやスーパーで買えるものをしっかり食べて、なおかつ体にいい。そんな間食の食べ方を紹介し、間食 NG のスイーツやスナックを間食 OK に変える食べ方&食べ合わせも公開する。

一生太らない 体のつくり方

【著】石井 直方
【刊】エクснаレッジ

30 歳を過ぎたころから、毎年 1 パーセントずつ筋肉は減っていきます。筋肉が減ることで、代謝が落ち、脂肪が落ちにくくなります。新陳代謝が高まり、全身の細胞が活発化される、自宅のできる筋トレを紹介します。

※展示コーナーの設置場所やご不明な点はスタッフまでお気軽におたずね下さい。

今、注目の本



予約の多い人気本や、メディアで紹介された話題の本、大きな賞を獲った作品などをご紹介します。

予約
多数本!

うつヌケ【著】田中 圭一【刊】KADOKAWA

著者自身のうつ病脱出体験をベースに、うつ病からの脱出に成功した人たちをレポート。うつ病について実体験から知識を学べ、かつ悩みを分かち合い勇気付けられるドキュメンタリーコミック。

予約
多数本!

男尊女子【著】酒井 順子【刊】集英社

日本社会の男尊女卑感、男性側だけによるものなのか。女性側にも、男が上、女が下という意識があるのでは? 女性に潜む男女差別意識をあぶり出す。集英社文芸 WEB『レンザブロー』連載を単行本化。

予約
多数本!

死ぬほど読書【著】丹羽 宇一郎【刊】幻冬舎

人生を面白くするには、本がうってつけだ。ただし、読み方にはコツがある。伊藤忠商事前会長、元中国大使でビジネス界きっての読書家が、本の選び方、読み方、活かし方、楽しみ方を縦横無尽に語り尽くす。

予約
多数本!

パパは脳研究者【著】池谷 裕二【刊】クレヨンハウス

子どもの脳って育てられるの? 脳研究者・池谷裕二が、娘の 4 歳までの成長を、脳の発達と機能の原理から分析し、子育てのコツとして惜しみなく紹介する。『月刊クーヨン』掲載に加筆修正し、書き下ろしを加え編集。

予約
多数本!

バッタを倒しにアフリカへ【著】前野ウルト浩太郎【刊】光文社

人類を救うため、そしてバッタに食べられたいという自身の夢を叶えるために…。昆虫学者である著者が、バッタと大人の事情を相手に繰り広げた死闘の日々を綴る。

平成 29 年 12 月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3 ★	4	5	6	⑦ 休館日	8	9
10 ★	11	12	13	14	15	16
17 ★	18	19	20	⑳ 休館日	22	23 ★ 天皇誕生日
24 ⑳ 休館日	25	26	27	28	29 ★	30 ★

開館時間 月～土：午前 9 時～午後 8 時 ★印のついている日
 日・祝：午前 9 時～午後 5 時 は午後 5 時閉館です
 休館日：毎月第 1・第 3 木曜日

来年は 1 月 5 日（金）から開館いたします

子ども向け行事の詳細については、児童用おたより『しもいちくん』をご覧ください。



発行： 杉並区立下井草図書館
 杉並区下井草 3-26-5
 Tel. 03-3396-7999