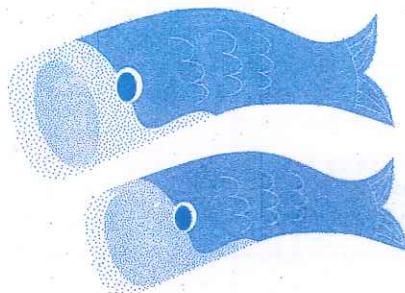


下井草図書館おたより

ブック カフェ
BOOK CAFE



平成 28 年 5 月号

〈今月の特集〉

「命のおはなし」	2
新着図書案内	4
重点展示	6
今、注目の本	7
図書館ニュース	7

今月の特集



5月は自殺予防月間です。
大切な命を守るための本をご紹介します。

生きる意味を教えてください

【著】田口 ランディ
【刊】バジリコ

「どうして人は人を殺すのか」「どうして社会は良くならないのか」「人はなぜ死ぬのか」この世の矛盾や、やりきれなさについて考えている人たちがいる。答えの出ない問いをめぐって交わした9人との対話の記録。

生きていく理由

【著】藤本 義一
【刊】海竜社

人にはそれぞれ、与えられた時間がある。残された時間ではなく、与えられた時間をどう生き、どう老いるか。読む人に自分の足元をしかと気付かせてくれる、体験に基づく積極的生活方のすすめ。

楽観主義のすすめ

【著】遠藤 周作
【刊】青春出版社

こころ愉しく生きたい。ではどうするべきか? エスプリとユーモアの達人が語る、おもしろ人生哲学。いたずら、うっかり、おとぼけなど、秀逸なエピソードとともに遠藤流、人生の愉しみ方を満載。

生き方の演習

【著】塩野 七生
【著】朝日出版社

本当に大切なことは何か? 国や年齢を越えて理解し合うには? 世界のどこでも生きていける人間とは? 人生という大海へ第1歩をふみだす若者たちに、ローマ史家・塩野七生が語る21世紀型の自分磨きのレッスン。

愛すること生きること

【監】三浦 綾子
【刊】光文社

本当に大切なものは一体、なんだろうか。人生にとって、“無くてはならないもの”は、それほど多くない。作家・三浦綾子が、これまでの講演で語った自由な生き方についてまとめた一冊。

人生は楽ではない。

【著】武者小路 実篤
【刊】求龍堂

武者小路 実篤の書、画、散文、生前の写真を収録した画文集。人を信じる力、額に汗する大切さ、どこまでも前向きな姿勢を謳った、痛いほどに美しい言葉が心を貫く!

生きにくさの抜け道

【著】毛利 子来
【刊】岩波書店

将来がはっきりと読めない。実生活上も精神面でも不安がいっぱい。なにをどうしたらいいのかがよくわからない。日々の困難と向き合う秘訣とは? とかく生きにくくい世の中を考察したエッセイ集。

いのちの対話

【著】鎌田 実
【刊】集英社

生まれる命をどう見つめ、生まれた命をどう育み、消えようとする命をどう見守るか。目を離さずにずっと考えていくことになる、いのちについて、医師である著者とゲストが語り合う。NHKラジオの番組を単行本化。

死を考える

【著】中野 孝次
【刊】青春出版社

50年前の日本では、死は家の中で起ることだった。死への恐怖は、そのころからあるものだったけれど、現代人のようにひどく嫌悪し、忌避しなかった…。77歳を迎えた著者が、あらためて生とは、死とは何かを考える。

大切なひとへ

【著】瀬戸内 寂聴
【刊】光文社

水上勉、岡本太郎、美空ひばり、宇野千代…。著者が今生でめぐりあい親しみ合った、なつかしい想い出深い人々。彼らとの死別に際しての送る言葉のほか、著作の中から選りすぐった珠玉の文章を収録する。

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。

真田三代（上下巻）

【著】火坂 雅志
【刊】文藝春秋

戦国の乱世、山間部の弱小勢力であった真田氏を大名にまで育てた三代の男たち。仇敵・武田氏に仕え、旧領を取り戻した幸隆、徳川の軍勢を退けた昌幸、真田日本一の兵、幸村。地方の小さき者の誇りをかけた闘いの物語。

伝え方で「成果を出す人」と「損をする人」の習慣

【著】車塚 元章
【刊】明日香出版社

話がうまくなくても伝え上手になれる！伝え方のプロとして第一線で活躍している著者が、誰でも簡単に伝わる話し方のコツや考え方、習慣、方法などを紹介する。

キリンの子

【著】鳥居
【刊】KADOKAWA

母の自殺、小学校中退、施設での虐待、ホームレス生活…。拾った新聞で字を覚え、短歌に出会って生きのびた孤独な女性歌人の初歌集。吉川 宏志による解説と、第3回路上文学賞大賞受賞作品の全文も掲載。

健康・長生き 粉豆腐レシピ

【監】家森 幸男
森 真理
【刊】マイナビ出版

毎日の食事にとり入れるだけで、悪玉コレステロールが減少する、ガン予防になる、更年期障害の症状を和らげる…。高野豆腐を削って作る、粉豆腐を使ったレシピを紹介。

関東大震災

【著】吉村 昭
【刊】文藝春秋

大正12年9月1日、午前11時58分、大激震が関東地方を襲った。未曾有の天災は人々に混乱をもたらし、さまざまな流言が深刻な社会事件へと繋がっていく…。大災害を克明に描き出した、菊池 寛賞受賞作品。

一生折れない 自信のつくり方

【著】青木 仁志
【刊】アチーブメント出版

一生折れない、揺るぎない自信を持つためには、たくさんの成功体験や突破体験を積むしかない。小さな達成をコツコツと積み上げて、大きな自信を手に入れるためのさまざまな秘訣を紹介する。新章を追加して文庫化。

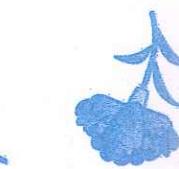


音鉄耳で楽しむ 鉄道の世界

【著】片倉 佳史
【刊】ワニブックス



駅メロディ、走行音、踏切、車内放送…。“音鉄”の世界を分かりやすく紹介した入門書。鉄道音の楽しみ方、録音テクニック、音鉄体験などとともに、欄外には全国の音鉄ネタ250本も掲載。



絵本に魅せられて

【著】佐藤 英和
【刊】こぐま社

まだ文字をよめない子どもが「もう一回よんで」と何度も持ってくる絵本には、どんな秘密があるのか？『こぐまちゃん』シリーズなどのロングセラー絵本をつくった、こぐま社の創業編集者によるユニークな絵本論。

石ってふしげ

【著】市川 札子
【刊】柏書房

日本各地の石を旅して、たくさんのがれきに出会った著者が、旅先で出会った印象に残る石、ふしげな石、大好きな石のことを綴る。東京で楽しめる石の散歩コースも掲載。『交通新聞』連載をもとに書籍化。

東大教師が 新入生に すすめる本

【編】東京大学出版会
『UP』編集部
【刊】東京大学出版会

東京大学出版会の宣伝誌『UP』の特集“東大教師が新入生にすすめる本”の2009～2015年分のアンケートの内容を収録した読書案内。あわせて、第一線の研究者がそれぞれの学問分野の軌跡を解説する。

僕の違和感（上下巻）

【著】オルハン・パムク
【刊】早川書房

12歳でイスタンブルに移り住み、呼び売り商人となった青年。ある日、彼は運命の恋人と駆け落ちをしたはずだった…。トルコの路上から変わりゆく時代を描く傑作長編。

絵手紙入門

【著】花城 祐子
【刊】誠文堂新光社

1日15分、その日にあった出来事や感じたことを絵手紙にしてみませんか？筆の使い方や書き方といった絵手紙の基本を解説するほか、テーマ別作例集、絵手紙交換の作例集、絵手紙質問箱などを収録する。

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 春ですもの 心も体もリフレッシュ

ストレスと 適応障害

【著】岡田 尊司
【刊】幻冬舎

環境の変化や対人関係が原因で生じる心のトラブル
“適応障害”は、どうすれば改善するのか？また、どうにもならない問題や悩みを抱え込んだとき、いかに対処すればいいのか？すぐに実践できる方法をわかりやすく紹介する。

今日を ほがらかに生きる

【著】吉沢 久子
【刊】PHP研究所

無理せず、明るく、ひとり暮らしの生活を楽しむ著者が、自身の経験を通して感じたことや、考えたことなど、暮らしの知恵を紹介する。老いを受け止め、さらに、たくましくしなやかに毎日を過ごす、吉沢先生からのメッセージが詰まった一冊。

お寺のおいしい 精進ごはん

【著】青江 覚峰
【刊】宝島社

食材と向き合い、丁寧につくり、いただきましょう。精進キーマカレー、おからのサモサ、蓮根のアラビータ、トマトの炊き込みごはん…。料理僧・青江覚峰が、野菜・穀物だけのおいしい料理レシピを紹介する。

東京周辺 パワーツリーに 会いに行く！

【著】渡辺 典博
【刊】山と渓谷社

日比谷公園の首かけイチョウ、旧細川邸のシイ、鹿島神宮のスギ、善養寺のカヤ…。東京のパワーツリーやご神木、東京近郊の巨木など、45の名木を紹介。出会ったパワーツリーを記録できるメモ欄つき。

※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。

本屋大賞
受賞！

羊と鋼の森【著】宮下 奈都【刊】文藝春秋

許されている。世界と調和している。それがどんなに素晴らしいことか…。ピアノの調律に魅せられた一人の青年が、調律師として、人として成長する姿を、温かく静謐な筆致で綴る。

予約
多数本！

天才【著】石原 慎太郎【刊】双葉社

幼少期のコンプレックス、政界入りのきっかけ、角福戦争の内幕、ロッキード事件の真相、田中派分裂の舞台裏、家族との軋轢…。戦後日本の基盤を作り上げた、田中角栄の汗と涙で彩られた生涯を描く。

予約
多数本！

ガラパゴス 上・下巻【著】相場 英雄【刊】小学館

警視庁捜査一課継続捜査担当の田川信一は、身元不明のままとなっている死者のリストから殺人事件の痕跡を発見するが…。ガラパゴス化した日本社会の矛盾を暴露する、危険極まりないミステリー。

予約
多数本！

バベル九朔【著】万城目 学【刊】KADOKAWA

作家志望の“俺”が管理人を務める雑居ビルで奇妙な事件が頻発。ある絵に触れた瞬間、なぜか“俺”は湖にいた。そこで出会った少女に鍵を渡されると、巨大な塔が現れ…。人気作家、万城目 学の最新作。

図書館ニュース



図書館からのお知らせや、ご利用について、今後予定されている行事など、さまざまな情報をお伝えします。

特別整理期間（蔵書点検）のため、休館いたします。

5月24日（火）から5月27日（金）の間は、特別整理期間のため休館です。休館中のご返却はブックポストをご利用ください。なお、CDは割れやすいため、直接カウンターへお返しください。ご不便をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

2016年5月

日	月	火	水	木	金	土
1 ★	2	3 ★	4 お話し会	5 ★	6 休館日	7 お話し会
8 ★	9	10	11 お話し会	12	13	14 お話し会
15 ★	16	17	18 お話し会	19 休館日	20	21 お話し会
22 ★	23	24	25	26	27	28 お話し会 工作会
29 ★	30	31				

開館時間 月～土：午前9時～午後8時

日・祝：午前9時～午後5時

★印のついている日

は午後5時閉館です

工作会…わくわくルーレット（28日）

水曜日お話し会…図書館スタッフによるお話し会

土曜日お話し会…ボランティア団体ルピナス絵本の会によるお話し会

発行：杉並区立下井草図書館
杉並区下井草3-26-5 03-3396-7999
第8巻 第5号 通巻85号