

徳島大学の教職員が推薦2025

新入生にすすめる 私のこの一冊



この冊子は、新しく徳島大学の学生となったみなさんの充実した学生生活の一助となるよう、教職員がお薦めする本を紹介しています。

ここで紹介した本は、附属図書館にありますので、ぜひ手に取ってみてください。



目 次

推薦教職員名・所属

福井 清 副学長
福井 清 副学長

■総合科学部

饗場 和彦 社会総合科学科
饗場 和彦 社会総合科学科
饗場 和彦 社会総合科学科
荒武 達朗 社会総合科学科
荒武 達朗 社会総合科学科
荒武 達朗 社会総合科学科
カイザー メイガン
社会総合科学科
カイザー メイガン
社会総合科学科

佐藤 健二 社会総合科学科
佐藤 充宏 社会総合科学科
堤 和博 社会総合科学科
山内 暎彦 社会総合科学科
依岡 隆児 社会総合科学科
依岡 隆児 社会総合科学科
依岡 隆児 社会総合科学科
渡邊 克典 社会総合科学科
渡邊 克典 社会総合科学科
渡邊 克典 社会総合科学科

■医学部

赤池 雅史 医学科
岡久 稔也 医学科
米村 重信 医学科
米村 重信 医学科
米村 重信 医学科
上番増 喬 医科栄養学科
上番増 喬 医科栄養学科
上番増 喬 医科栄養学科
奥村 仙示 医科栄養学科
酒井 徹 医科栄養学科
竹谷 豊 医科栄養学科
二川 健 医科栄養学科
二川 健 医科栄養学科
二川 健 医科栄養学科
岡久 玲子 保健学科
奥田紀久子 保健学科

■歯学部

石丸 直澄 歯学科
白山 靖彦 口腔保健学科

推薦図書名

津田梅子 ― 科学への道、大学の夢 …………… P 1
津田梅子 ― 女子教育を拓く …………… P 1

底が抜けた国―自浄能力を失った日本は再生できるのか? …………… P 2
権力は腐敗する…………… P 2
「日本」ってどんな国?―国際比較データで社会が見えてくる…………… P 3
草の根のファシズム: 日本民衆の戦争体験…………… P 3
戦争は女の顔をしていない…………… P 4
雍正帝: 中国の独裁君主…………… P 4
Reading Magic: Why Reading Aloud to Our Children Will Change
Their Lives Forever …………… P 5
Where the Sidewalk Ends …………… P 5

ノルウェイの森〈上・下〉…………… P 6
「健康格差社会」を生き抜く…………… P 6
COSMOS 〈上・下〉…………… P 7
2001年宇宙の旅 決定版…………… P 7
それでも、読書をやめない理由…………… P 8
寺田寅彦随筆集 全5巻…………… P 8
読書からはじまる…………… P 9
ハーモニ―…………… P 9
社会は情報化の夢を見る…………… P 10
日常生活における自己呈示…………… P 10

フロ―体験入門 楽しみと創造の心理学…………… P 11
フェニックス (不死鳥) 王昌の「モノづくり」…………… P 11
ぼうしのすきなこぶた…………… P 12
ソロモンの指環 (動物行動学入門)…………… P 12
李陵・山月記 弟子・名人伝…………… P 13
しつけ帖…………… P 13
人生最後のご馳走…………… P 14
大衆の反逆…………… P 14
やせる! 低GIダイエット…………… P 15
数学者の言葉では…………… P 15
生物と無生物のあいだ…………… P 16
アイデアのつくり方…………… P 16
生きること学ぶこと…………… P 17
沈まぬ太陽 (アフリカ編上・下、御巢鷹山編、会長室編上・下) …… P 17
人を助けるとはどういうことか 本当の「協力関係」をつくる7つの原則…………… P 18
噛みきれない想い…………… P 18

人間というもの…………… P 19
ルフィの仲間力ー「ONE PIECE」流、周りの人を味方に変える法…………… P 19

目 次

推薦教職員名・所属

推薦図書名

■薬学部

大高 章 機能分子合成薬学
大高 章 機能分子合成薬学
佐藤 陽一 医薬品情報学
竹内 政樹 分析科学
田中 秀治 分析科学
土屋浩一郎 医薬品機能生化学
中尾 允泰 分子創薬化学

スパイス、爆薬、医薬品 世界史を変えた17の化学物質 …… P 20
見残しの塔 一周防国五重塔縁起 …… P 20
Y染色体からみた日本人 …… P 21
会社人生に必要な知恵はすべてマグロ船で学んだ …… P 21
道ありき …… P 22
独学の教室 …… P 22
有機化学の理論 ～学生の質問に答えるノート …… P 23

■理工学部

青矢 睦月 理工学科
石田 徹 理工学科
加藤 雅裕 理工学科
日下 一也 理工学科
日下 一也 理工学科
田村 隆雄 理工学科
富田 卓朗 理工学科
ナカガイト アントニオ ノリオ
理工学科

大陸と海洋の起源 …… P 23
自分のための人生 ー 今日を賢明に生きてますか …… P 24
深夜特急1 ー 香港・マカオー …… P 24
平賀源内に学ぶイノベーターになる方法 …… P 25
プレゼンテーションZen第3版 …… P 25
仕事は楽しいかね? …… P 26
科学するブッダ 犀の角たち …… P 26
The New Science of Strong Materials : Or Why You Dont Fall
Through the Floor …… P 27

真壁 和裕 理工学科
真壁 和裕 理工学科
真壁 和裕 理工学科
三輪 昌史 理工学科
三輪 昌史 理工学科
渡邊 健 理工学科
渡辺公次郎 理工学科
渡辺公次郎 理工学科
渡辺公次郎 理工学科

君たちに伝えたい3つのこと …… P 27
自分のアタマで考えよう …… P 28
料理の四面体 …… P 28
代替医療のトリック …… P 29
反社会学講座 …… P 29
子どもは判ってくれない …… P 30
コミュニティデザイン 人がつながるしくみをつくる …… P 30
地域を変えるデザイン コミュニティが元気になる30のアイデア …… P 31
見えがくれる都市 …… P 31

■生物資源産業学部

田中 保 生物資源産業学科
玉井 伸岳 生物資源産業学科
玉井 伸岳 生物資源産業学科
玉井 伸岳 生物資源産業学科
松木 均 生物資源産業学科
松木 均 生物資源産業学科

代表的日本人 …… P 32
柿の種 …… P 32
秘帖・源氏物語 翁-OK INA …… P 33
理科系の作文技術 …… P 33
少年H 〈上・下〉 …… P 34
のぼうの城 〈上・下〉 …… P 34

■教養教育院

内山 八郎 教養教育院
大村 和人 教養教育院
大村 和人 教養教育院
大村 和人 教養教育院
大藪 進喜 教養教育院
大藪 進喜 教養教育院
斉藤 隆仁 教養教育院

菊と刀 …… P 35
鲁迅 ー 「人」「鬼」の葛藤 …… P 35
人文知1 心と言葉の迷宮 …… P 36
とびらをあける中国文学ー日本文化の展望台 …… P 36
人物で語る物理入門 〈上・下〉 …… P 37
宇宙の「果て」になにがあるのか 最新天文学が描く、時間と空間の終わり …… P 37
99.9%は仮説 …… P 38

■共同教育研究施設

チャン ホアンナム
高等教育研究センター

The Culture Map: Decoding How People Think, Lead, and Get
Things Done Across Cultures …… P 38

目 次

推薦教職員名・所属

推薦図書名

チャン ホアンナム 高等教育研究センター	Brief Answers To The Big Questions	…………… P 39
馬場 良泰 研究支援・産官学連携センター	知的生産の技術	…………… P 39
馬場 良泰 研究支援・産官学連携センター	青春漂流	…………… P 40
馬場 良泰 研究支援・産官学連携センター	シン・ニホン	…………… P 40
吉田 雅信 研究支援・産官学連携センター	グループで必要なことは、みんなソニーが教えてくれた	…………… P 41
吉田 雅信 研究支援・産官学連携センター	オードリー・タン 私はこう思考する	…………… P 41
吉田 雅信 研究支援・産官学連携センター	考える脳 考えるコンピューター	…………… P 42
■技術支援部		
臣永 歩 蔵本技術部門機能解析グループ	なぜ投資のプロはサルに負けるのか？	…………… P 42
臣永 歩 蔵本技術部門機能解析グループ	完訳 7つの習慣 人格主義の回復	…………… P 43
臣永 歩 蔵本技術部門機能解析グループ	ジヤッカルの日	…………… P 43
■キャンパスライフ健康支援センター		
後藤 龍太 健康支援センター総合相談部門	生き心地の良い町ーこの自殺率の低さには理由がある	…………… P 44
■大学職員		
武知 智子 薬学部機能分子合成薬学	匂いの記憶 知られざる欲望の起爆装置 ヤコブソソ器官	…………… P 44
武知 智子 薬学部機能分子合成薬学	エンデの遺言ー根源からお金を問うことー	…………… P 45
石川実可子 研究支援・産官学連携センター	話す子カラ	…………… P 45
松尾 淳 研究・産学企画課	少女たちの戦争	…………… P 46
松尾 淳 研究・産学企画課	夕テ社会と現代日本	…………… P 46
松尾 淳 研究・産学企画課	基礎研究者 真理を探究する生き方	…………… P 47
佐々木奈三江 図書情報課	ファンタジア	…………… P 47
佐々木奈三江 図書情報課	ふむふむ：おしえて、お仕事！	…………… P 48
近藤 薫 図書情報課	読書が苦手だった司書が教える世界ーかんたんな図書館の使い方	…………… P 48
分野別索引 …………… P 49ー53		
徳島大学附属図書館へようこそ …………… P 54ー55		
新しい本の世界へようこそ …………… P 56ー58		
大学生になったら読書マラソンを始めよう！ …………… P 59		

●推薦者名 福井 清

●所属 副学長

津田梅子 —科学への道、大学の夢

著者名 古川安
出版社 東京大学出版会
価 格 2,800円+税 分類：伝記



津田梅子 —女子教育を拓く

著者名 高橋裕子
出版社 岩波書店(岩波ジュニア新書)
価 格 880円+税 分類：伝記



2025年の新入生を迎えるに際して、昨年の新紙幣(五千円)に登場する津田梅子についての著作をぜひ紹介したい。

明治4年岩倉使節団とともに六歳でアメリカに渡った少女「津田梅子」は11年の歳月を経て帰国する。官費留学生としての務めを果たすべく、華族女学校の英語教師に着任して、教育者としての活動を開始している。

私たちの知る津田梅子は、津田塾大学の創始者であり、我が国の英語教育と女子教育の最高学府の発展に大きな貢献と功績を残した大学人である。しかし、彼女が日本へ帰国後7年を経ずして米国に再留学を志願し、研究大学として「女ジョーンズ・ホプキンス」とも称されるプリンマー大学にて、生物学を専攻し生物学者の道を行っていたことを知る人は数少ない。

ウッズホール海洋生物学研究所のサマープログラムに参加していた津田梅子はモーガン(Morgan)博士との知己を得て、彼の研究人生における最初の共同研究者となっている。“The Orientation of the Frog’s Egg”と題して発表された博士との共著論文は、日本人女性として自然科学の研究論文を海外の学術誌に発表した嚆矢となるものである。モーガンは遺伝子が染色体上に存在することを証明し、1933年ノーベル医学・生理学賞を受賞、遺伝子座間の距離を示す単位としてのcM(センチモルガン)にその名が刻まれている。

英語で世界レベルの学問を究めること、そしてその成果を世界に発信することの大切さを、我が国の女性に説き続けた津田梅子の高き志と生涯をぜひ皆さんに知っていただきたい。明治33年たった十人の学生を迎えて「女子英学塾」を設立した津田梅子は教育界における偉大なアントレプレナーでもあったと心から敬服している。

●推薦者名 饗場 和彦

●所属 総合科学部 社会総合科学科

底が抜けた国—自浄能力を失った日本は再生できるのか？

著者名 山崎雅弘

出版社 朝日新聞出版

価格 870円＋税

分類：社会



アジア・太平洋戦争のとき、当時の日本人はなぜみんな唯々諾々と破滅の道に入っていったのか。今から振り返れば不思議だが、当時の人はそれが当たり前だったのだろう。

では50年後の人が今の日本を振り返ればどう思うか。同じように不思議がられるのではないか、なぜあちこち抜けている底を直そうとせず、また自壊の道を落ちていったのか、と。

著者は日本社会の現状を記録にとどめ、後世の判断材料にと本書を記した。

ここ10年、とくに安倍政権以後の日本はおかしくなっている。本書では平和憲法の底が抜け軍拡が進む現状、自民党の裏金や旧統一教会問題など政治倫理の底が抜けた現状、詭弁とウソの横行により底が抜けた国会審議の現状を、詳しく伝える。

本書にはないが、検察官が女性検事に性暴力をはたいたり、裁判官が株のインサイダー取引でもうけたり、大手銀行の管理職が貸金庫から金品を盗んだり、自動車メーカーの多くが検査データを捏造したり、他にも底が抜けた事件が多い。

なぜなのか。著者は日本人の根底にあるあきらめと服従の心理を指摘する。それは結局、教育の問題に行き着くので、すぐには改善できにくい。だが、せめて大学で学ぶ人はこの点の問題意識は持つてほしいと願う。なお同じ著者の『詭弁社会—日本を蝕む“怪物”の正体』（祥伝社、2024年）もお勧め。

●推薦者名 饗場 和彦

●所属 総合科学部 社会総合科学科

権力は腐敗する

著者名 前川喜平

出版社 毎日新聞出版

価格 1,600円＋税

分類：政治史・事情



「権力は腐敗する。絶対的な権力は絶対的に腐敗する」。イギリスの歴史家、ジョン・アクトンのこの言葉を、目の当たりにした人によって書かれたのが本書。文部科学省の事務官トップを務めた前川喜平氏は、安倍晋三首相・菅義偉官房長官らに仕えた。文科省に関係する政策が、いかに政治権力によって恣意的にゆがめられたか、冷静な筆致ながら臨場感を持って告発する。

加計学園問題は、安倍首相の親友が獣医学部をつくりたいというので、総理官邸の圧力の下、文科省が特別扱いで認めたことと疑われる事件だが、前川氏はその渦中にいた一人。それゆえ加計問題は明らかに「安倍首相の具体的な関与があった」とするくだりは、説得力がある（他方、森友問題は自死した財務省職員の遺族が裁判を起こしたが、国は真相を隠したまま）。

コロナ禍対策としての全国一斉休校はほとんど無意味だった、世界遺産登録の際、長崎のキリスト教文化は強引に後回しにされた、日本学術会議の会

員任命拒否は露骨な憲法違反だった、朝鮮学校が授業料無償化の対象から外されたのは「官製ヘイト」だった——など「腐った」政治権力の行使が列挙される。

一読、日本政治の荒廃に慄然とさせられる。

●推薦者名 饗場 和彦

●所属 総合科学部 社会総合科学科

「日本」ってどんな国？－国際比較データで社会が見えてくる

著者名 本田由紀

出版社 筑摩書房

価格 920円＋税

分類：社会科学



大学に入って希望に胸が膨らんでいるところ、冷や水を浴びせるようでスマイセン。みなさんは、なんだかんだ言っても「日本はけっこう世界で上の国」というイメージを持っていませんか。本書のさまざまな国際比較データはその幻想を打ち砕きます。

際立つ一つが、ジェンダー一面での不平等。ジェンダーギャップ指数の総合ランキングは、日本は156か国中、120位。とくに女性国会議員と女性管理職の比率が著しく悪い。男性の家事、育児、介護時間も最低です。

経済面では、たとえば1989年の世界のトップ企業50社中、日本は32社を占めていたのに、2019年ではトヨタ自動車のみ。給料のデータはこの本にはないですが、ここ30年間、日本は賃金があがらず、数年前には韓国に抜かれました。なのに、長時間労働の割合は日本がダントツに高い。つまり安月給でたらたらと長く働いている日本人…。

日本の子どもらは学力が高く、先生の教え方もうまいのですが、児童・生徒は学ぶことの意義・楽しさをあまり実感しません。また一クラスの人数の多さ、教員の多忙ぶりも数字に出ています。子ども・教育予算がそもそも低いからです。フランスの半分しかない。

政治・社会運動については、日本の国政選挙の投票率は5割ちょっとで、これは約200か国中、150位。とくに若い層は30%台前半の投票率で、3人に一人しか投票しません。

北欧では若者も8～9割が投票します。

日本は自然と文化、歴史に恵まれています。しかし、社会の仕組み・人々の暮らしは劣化の一途をたどっています。なぜそうなのか、どうすれば直せるか、大学生のうちにしっかり考えて、行動してください。あなたたちがこれから生きていく国ですから。

●推薦者名 荒武 達朗

●所属 総合科学部 社会総合科学科

草の根のファシズム：日本民衆の戦争体験

著者名 吉見義明

出版社 東京大学出版会

価格 2,400円＋税

分類：日本史



戦時下で普通の人びとは何を考えていたのか——皆さんも疑問を感じたことがあるかもしれません。しかし直接話を聞きたくても、戦後80年も過ぎて当時若者だった人も今や90歳以上です。その方々の口から語られる機会は、今後益々減っていくに違いありません。

本書の出版された年は1987年、戦争のことは忘れられつつありました。一方で当時を知る人はまだ健在で、そして元気な内に戦争の記憶を後世に伝えたい、という切実な思いが高まっていました。またドイツのヴァイツゼッカー大統領が欧州の戦いの終わった40年の節目の演説で「過去に目を閉ざす者は現在に対してのみ盲目となる」と述べたことも、戦争を回顧する動きを高めることとなりました。

この気運の下で、戦争に関する書籍が数多く刊行されるようになりました。本書もまたその中の一つです。回想録、手紙、日記、証言記録を元に当時の民衆の目に映じた戦争の実像を復元しようとしています。戦争中の民衆史研究にとって古典的著作であり、優れた入門書と推薦できます。もちろんその後の研究によって記述が少々古くなった箇所もありますが、それは注意深く読めば分かるでしょう。ただしこの頃に出版された書籍は、記述の具体性と迫真性でその後に出た本よりも優れています。

戦争とは何か——この疑問は人類の歴史が続く限りこれから何度も問いかげられると思います。本書がそれを考える一助となることを希望します。

●推薦者名 荒武 達朗

●所属 総合科学部 社会総合科学科

戦争は女の顔をしていない

著者名 スヴェトラナ・アレクシエーヴィチ (訳:三浦みどり)

出版社 岩波書店 価格 1,400円+税 分類:ロシア・ソヴィエト文学



この本は刊行までいくつもの出版社に断られ続けました。戦争は愛国心に燃えた人民が国土防衛の為に敵と戦う勇敢な物語でなければならない。しかし本書の描く戦争像はそうではありませんでした。

この本の舞台——第二次世界大戦中のソビエト連邦、そして今、戦場になっているところ——では男性だけではなく女性もまた国土を侵略するドイツ軍と戦う為に戦場に赴きました。このような従軍女性の数は100万人を超えるといえます。戦争はソ連の勝利に終わりますが、しかしその後人びとは従軍した女性たちのことを忘却してしまいました。「女が戦場へ? おかしいじゃないか? そこで何をしていたんだか」とばかりに。そして戦勝は特に男性を中心とした英雄たちの無機質な愛国の物語になったのです。

著者は500名を超える従軍女性にインタビューを行い、その言葉を拾い集めていきます。「いやいや、とんでもない戦争だったよ……私たちが女の目で見ると、これ以上ないってほど恐ろしいものだった。だから私たちには訊かないことにしてるんだね……」元従軍女性たちは語り始めます。ここに記されている

彼女たち一人一人の語りは、私たちの想像をはるかに超えています。勇ましい話、微笑ましい話、感動的な話、悲しい話、そして身の毛もよだつような恐ろしい話。戦争について考えたい人だけではなく、ジェンダーに関心のある人にもお勧めします。

近年日本でコミック化され評判になったことも附言します。これも秀逸の出来です。

●推薦者名 荒武 達朗

●所属 総合科学部 社会総合科学科

雍正帝：中国の独裁君主

著者名 宮崎市定

出版社 中央公論社 価格 700円+税 分類:アジア史・東洋史



あなたがサークルの部長、職場のリーダーだとします。メンバーは内心何を考えているか分からない奴らばかりです。あなたは彼らをまとめ上げ、成果を出さねばなりません。このような悩みは古今東西尽きないもので、現在でも「リーダーの心得」の類いのビジネス書は本屋に並んでいます。この課題は広大な中国を統治する中華帝国も例外ではありません。歴史教科書を開けば帝国が臣下の反乱、皇帝姻戚の横暴に苦しんだ例を見出すことができます。トップの皇帝はどうあるべきか。帝国の出した結論は「皇帝の独裁政治」というものでした。

「皇帝の独裁! ?」——よいイメージはありません。この政治の様式は本書の主人公、清朝の雍正帝の時代に最高潮に達しました。具体的な統治は皆さんに読み解いてもらうとして、彼の生活は予想に反してとても禁欲的なものでした。毎日早朝から深夜まで帝国各地から送られてくる文書を決裁し続けます(独裁者ですからね)。今の言葉で言えば「マネジメント」に尽力し、清朝の繁栄を確立しました。そして彼の治世は13年で幕を閉じます。たぶん過労死だったのかもしれませんが。私は彼にちよつと同情します。

本書の初版は1950年と些か古いのですが、現在の我々が政治やリーダーのあり方を考える上でも示唆的です。著者の宮崎市定は中国史の大家として知られ、専門的な著作のみならず読みやすい本を数多く執筆しています。本書を手がかりに「宮崎学」に触れてみてはいかがでしょうか。

●推薦者名 カイザー メイガン (Meagan Renee Kaiser) ●所属 総合科学部 社会総合科学科

Reading Magic: Why Reading Aloud to Our Children Will Change Their Lives Forever

著者名 Mem Fox
出版社 Mariner Books 価格 1,600 円 + 税 ※洋書のため価格は変動します 分類：教育

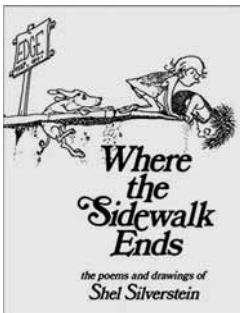


This book can show you how to bring the love of reading to children now, or someday when you're a parent. It may also give you some insight into how you became a reader. If you enjoy language and children, this is a great book to read before you graduate and go out into the world. Mem Fox is a literacy expert and children's book author and someone whose ideas are worth getting to know. It's a great first introduction to literacy research, written in an accessible way.

●推薦者名 カイザー メイガン (Meagan Renee Kaiser) ●所属 総合科学部 社会総合科学科

Where the Sidewalk Ends

著者名 Shel Silverstein
出版社 Harper Collins 価格 2,500 円 + 税 ※洋書のため価格は変動します 分類：英米文学



Shel Silverstein's poems are happy, and silly, and sometimes surprisingly deep. Students often ask how to get better at language and I can say confidently that one very good way is to read - a lot. I recommend this book to you because the poems are short and fun. You can skip around and find what suits your personality. It's a very gentle entry into reading English a little every day and actually enjoying it. I've loved this book for 30 years. I hope you will too.

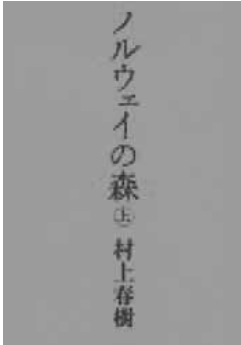
●推薦者名 佐藤 健二

●所属 総合科学部 社会総合科学科

ノルウェイの森〈上・下〉

著者名 村上春樹

出版社 講談社（講談社文庫） 価格 各514円＋税 分類：日本文学



著者自身は本書を「成長小説」だと言う。著者の言う「成長」とは、親しい人を、何らかの形で失っていく、それにもかかわらず、生き延びていくことのようなのである。

こうした喪失からの回復に重要なものが、本書には2つ示唆されている。1つ目は本書の冒頭にある。語り手である37歳の「僕」は、「ノルウェイの森」と言う曲を聞いて激しく混乱する。その曲は、大学生の頃の喪失体験に深く関係しているのである。そして、その体験を文章にして「書くこと」で、その理解に努めようとし、物語は始まる。

2つ目は「他者」とのコミュニケーションである。「僕」は、資質として、また、喪失体験の結果として、内に閉じている。その「僕」が、本書では恋愛を通して「他者」に、世界に対して開かれ、生き延びていく。

新入生には、既に、喪失を体験している人もいれば、いずれ、それを体験する人もいるだろう。喪失を体験したとき、本書を読むことが、回復に役立てば幸いである（なお、筆者の研究室では、ネガティブな感情を伴う体験を書くことが心身に及ぼす影響を研究している。興味を持った方は是非、ご参加を）。

●推薦者名 佐藤 充宏

●所属 総合科学部 社会総合科学科

「健康格差社会」を生き抜く

著者名 近藤克則

出版社 朝日新聞出版（朝日新書） 価格 780円＋税 分類：医学・薬学



現代社会に身を置く私たちにとって「健康」は人としての生存権にもかかわる重要な価値である。筆者は『健康格差社会』の拡大で『負け組』だけでなく『勝ち組』でさえも不健康になってしまう。日本は今そんな国になった。」と警鐘する。その原因を健康と社会との結びつきに求め、経済、社会疫学、社会関係資本、ストレス生活、健康政策……と様々な角度から社会問題として紐解いて見せる。彼の主張する健康の社会デザインは「人の生き抜く力」を根っこに這わせて編成されており、読者の心に沁みこんで新しい気づきを与えてくれるだろう。健康づくりに関心を持つ学生にはぜひ触れてほしい一冊である。

●推薦者名 堤 和博

●所属 総合科学部 社会総合科学科

COSMOS 〈上・下〉

著者名 Carl Edward Sagan (訳: 木村繁)

出版社 朝日新聞出版 価格 各1,600円+税 分類: 天文学・宇宙科学



ばりばりの文系である私が、高校3年生の時に読み始めてやめられず、遂に浪人することになった痛恨の本である。宇宙を英語で言うと普通 universe を思い浮かべるかも知れない。ある英和辞典によれば、universe は「宇宙; 万有, 天地万物, 森羅万象」と説明され、cosmos は「(秩序と調和のある体系と考えられた) 宇宙」と説明されている。本書は天文学者であった著者が、宇宙の秩序と調和を、科学の知識の乏しい人にも分かり易いように説明したものである。本書を読むと、天文学とその関連分野(物理学・地学など)のみならず科学全般の勉強になるのだが、科学や天文学を通じて著者が訴えようとする地球や生命を慈しむ哲学を読み取って欲しい。説明は、著者の該博な教養を十二分に駆使してなされており、読んでいると著者の教養の cosmos を泳いでいる感がする。例えば、進化論の説明は、『平家物語』から説き始められるのである。色々な意味で、文系・理系両方の学生に、受験を終えた今こそ読んで欲しい本である。

●推薦者名 山内 暁彦

●所属 総合科学部 社会総合科学科

2001年宇宙の旅 決定版

著者名 アーサー・C・クラーク

出版社 早川書房(ハヤカワ文庫) 価格 800円+税 分類: 英米文学



キューブリックの『2001年宇宙の旅』を初めて見た時の驚き、不思議さは今も忘れることができない。モノリス、HALの反乱、ホテル(?)の部屋、スターチャイルド…。まさに不可解な謎の連続であった。近年、本書に接し、やっといくつもの謎に1つの解答が与えられたような安堵感を味わうことができた。だが、本書は、実は、映画の原作でもなければ、そのノベライゼーションでもない。映画製作と同時進行で書き進められたものであって、一方が他方の「元」であるというのではないのだ。だとすれば、私が得られたと思った解答もまた仮のものであって、多くの解釈のうちの一つに過ぎないのであると考える方が妥当だ、ということになる。映像と言語とが、互いに重なり合ったり分裂したりしながら、新たな意味を(見る者=読む者)の内に産出し、更なる想像力を喚起するという可能性を無限に含んだ稀有な状況がここにはある、と言えるだろう。

●推薦者名 依岡 隆児

●所属 総合科学部 社会総合科学科

それでも、読書をやめない理由

著者名 デヴィッド・L. ユーリン (訳：井上里)

出版社 柏書房 価格 1,600 円＋税 分類：図書館・図書館学



大学に入ってから本を読まなくなったという人は、結構いるのではないですか。大人になればなるほど、本は読まなくなっていくようです。IT技術の拡がりのなか、このままだと読書という行為がなくなってしまうかもしれませんね。

そこで、アメリカのコラムニストが読書について書いた本を紹介します。友だちのどれも本なんか読まないよ、と言う息子に、学校の課題図書である『グレート・ギャツビー』を読ませようと、読書の理由を説くが、うまくいかない。むしろ作者自らがその小説を読み直し始めるところが、この本のミソなのです。

スピード第一の時代、瞬時に反応することが肝腎とばかり、考える前に反応するような生活をしているうち、私たちはいつしか「様々な嘘にあっけなく影響」されるようになっていく。それに対して作者は、「余裕を持って深くのめりこむ姿勢こそ大切なのだ」、と主張します。

しかし、この読書という、時間をかけて深く考える体験は貴重だと、ただ言うばかりではありません。どうしたら息子に本の魅力を伝えられるかと考える

うちに、作者自身が実際にその本を読み始めている。そう、読書の危機を感じる当の本人が、読みたくってまた読書を実践するのです。それこそが、読書文化の滅亡に抵抗する、ささやかながらも確実なやり方なのではないでしょうか。これを読むあなたもきっと、また本を手に取りたくなるはずです。IT時代を生き抜くためにも、これからの大学生生活、「読書をやめない」ようにしたいものです。

●推薦者名 依岡 隆児

●所属 総合科学部 社会総合科学科

寺田寅彦随筆集 全5巻

著者名 寺田寅彦

出版社 岩波書店 (岩波文庫) 価格 3,300 円＋税 分類：日本文学



「天災は忘れたころにやってくる」の言葉でありにも有名な寺田寅彦は物理学者ですが、エッセイや俳句を作る文学者でもありました。しかし、この多面的な活動はどこかでつながっています。

日常の中に不思議を発見して、そこから自然の法則を見つけ出そうとするその態度は、自然科学だろうが文学だろうが、変わらない。満員電車の混み具合の規則とか、貝殻の渦巻きの法則とか、金平糖の「角」のできる理由とか、身の回りの事柄から彼の「身の丈」の科学は始まり、そのかたわらでとかく見過ごされがちな題材をユニークな視点で描くエッセイも生まれてくるのです。自然科学者だが、学者くさくない。急いで満員電車に飛び乗るよりは数分間、次の電車を待つというタイプ。足が速くて頭のいい旅人になるより、寄り道して思わぬみつけものをするのを楽しむ人です。

高知で自然に包まれて育った彼は、「化物の進化」というエッセイで、幼いころのゾットするという経験が現代ではなくなっていくと嘆いています。すべてを科学的に説明しつくしたとする近代科学の傲慢さをいさめ、百年前の人々

の迷信をわれわれは笑うが、百年後の人間にわれわれの科学が迷信として笑われないとも限らないとも言う。化物の存在にゾットするという感性は彼にとっては自然の計り知れなさへの畏敬の念からくるものなのです。科学の教育において、心すべきことではないでしょうか。今こそ、読まれるべき本です。

●推薦者名 依岡 隆児

●所属 総合科学部 社会総合科学科

読書からはじまる

著者名 長田弘

出版社 NHK出版 (NHKライブラリー) 価格 830円+税 分類:図書館・図書館学



本は本(もと)と書くのは、言葉が本(もと)であるということだと、まずこの本は述べています。皆さんの大学生活が「読書からはじまって」ほしいという願いを込めて、私は詩人・長田弘のこの本を推薦したいと思います。

「いい本というのは、そのなかに『いい時間』があるような本です。読書といういとながわたしたちのあいだにのこしてきたもの、のこしているものは、本のもっているその『いい時間』の感覚です。」

「いい本」に出会うことで「いい時間」という感覚を持てると述べられています。読書という行為は孤独な営みだけれど、この「いい時間」という「感覚」が人をつなぐのです。また、

本を読むことで古来、人間が言葉で伝えてきた記憶を共有できるとも、この詩人は言っている。読書とはそのようなあり方で私たちに、社会がほんの少し温かく感じられるようになってくれるものなのではないでしょうか。

●推薦者名 渡邊 克典

●所属 総合科学部 社会総合科学科

ハーモニー

著者名 伊藤計劃

出版社 早川書房 (ハヤカワ文庫JA) 価格 720円+税 分類:日本文学



「病気はよくないものです／健康であり続けましょう」。病気と健康にかかわるメッセージやまなざしは、私たちの社会の常識であり疑うことすら許されないルールになっているかのようです。みんなが健康である社会は、私たちにとって理想的な社会＝ユートピアなのでしょう。

伊藤計劃『ハーモニー』は、そんな「健康なユートピア社会」を裏返して一ディストピアとして一描くSF(サイエンス・フィクション)作品です。本作品の世界のんびとは、監視カメラにもとづくコントロール技術で交通事故すら起きない環境におかれ、身体もまたマイクロなナノマシン(WatchMe)によって監視される社会で「生きて」います。身体の外部と内部への監視により病気が根絶された社会において、人間の生と死はどのような意味をもつのでしょうか。本作品は、「健康な社会」の未来を突きつけます。

なお、本作品は小説だけでなくアニメ映画やコミックにもなっています。流血シーンやセンシティブな場面もありますので、そういった表現が苦手な方はお気をつけください。

●推薦者名 渡邊 克典

●所属 総合科学部 社会総合科学科

社会は情報化の夢を見る

著者名 佐藤俊樹

出版社 河出書房新社（河出文庫） 価格 950 円＋税 分類：総記



「これからの社会はAIのような情報技術が重要な意味をもつ」なんて言葉が説得力をもっているようです。そんな時代だからこそ、〈情報化〉や〈情報社会〉といった事態を冷静に考えてみる必要があるのかも知れません。

『社会は情報化の夢を見る』は、「情報技術が社会を変える！」といったことがありえるのであれば、そのときに必要となるはずの手続き（因果関係が成り立つための条件）を検討していきます。そして、「情報技術が社会を変える」なんてものは、実際に起きていることというよりも、そうあってほしいと願う「夢」か「欲望」にすぎないと喝破していきます。〈情報化〉や〈情報社会〉なるものの熱に煽られがちな現代であるからこそ、社会の盛り上がりなどに目もくれぬ冷徹な検証作業が意味をもちます。

本書は、1996年に出版された内容に「新世紀あとがき」等が追加されて2010年に刊行されました。情報社会論としては古い内容も含んでいますが、いまなお「情報化の夢」の誘惑に目覚まし音を鳴らし続けています。

●推薦者名 渡邊 克典

●所属 総合科学部 社会総合科学科

日常生活における自己呈示

著者名 アーヴィング・ゴフマン（訳：中河伸俊・小島奈名子）

出版社 筑摩書房（ちくま学芸文庫） 価格 1,500 円＋税 分類：社会



他人の前では自分をよく見せなくなる、あるいは、他人にどう見られようと自分をよく見せることにこだわる、そんな「見た目」への執着—「見映え（略語である「映え」）」へのとらわれ—は、現代社会を生きる人びとの特徴のひとつであるといえそうです。

『日常生活における自己呈示』は、「自分の見せ方」にこだわる社会の姿を描いた本です。1950年代の作品でありながら、いまでも世界中の大学で「社会を考える」ためのテキストとして読まれ続けています。本書のタイトルにある「自己呈示」は、社会学や心理学、人類学などさまざまな学問分野に影響をあたえました。難しそうなタイトルに見えるかもしれませんが、取り上げられているのは毎日の生活のなかにあふれている「あるあるエピソード」で、ごく当たり前な「日常生活」にある何気ないやりとりから私たちの社会のあり方に迫ります。

読書後には、ぜひ、みなさん自身で日々のありふれたやりとりをながめなおしてみてください。その先には、社会を観察し研究する面白さが待っています。

●推薦者名 赤池 雅史

●所属 医学部 医学科 医療教育学

フロー体験入門 楽しみと創造の心理学

著者名 M. チクセントミハイ (監訳: 大森弘)

出版社 世界思想社 価格 2,300 円+税 分類: 心理学



勉強、仕事、家庭といった日々の生活を生き生きとしたものとするには、我々はどのようにすればよいのでしょうか。「フロー」とは、目標が明確で、迅速なフィードバックがあり、スキルと挑戦のバランスが取れたぎりぎりのところで活動している時、その行動の中で幸福を感じる特別な状態を呼びます。この本は、単なるノウハウ本ではなく、幸福と達成の心理学の基本書であり、経験から学び、自ら成長していくための重要なヒントが書かれています。この本を読んで興味を持った方は、「フロー体験 喜びの現象学 (M. チクセントミハイ著、今村浩明 訳、世界思想社)」や「職場が生きる人が育つ 経験学習入門 (松尾睦 著、ダイヤモンド社)」も併せて読んでみてください。大学生として“学ぶ”ということ、“成長する”ということ、そして“生きる”ということの本質について、きっと気づくものがあるでしょう。

●推薦者名 岡久 稔也

●所属 医学部 医学科 地域総合医療学

フェニックス (不死鳥) 王昌の「モノづくり」

著者名 高鳥王昌

出版社 奈良新聞社 価格 1,300 円+税 分類: 機械工学・原子力工学



株式会社タカトリは、奈良県橿原市に本社のある日本を代表する中小企業の一つである。繊維機械の製造で急成長を遂げ、半導体、液晶、LED分野でヒット商品を次々と生み出し、世界シェアの90%以上を占めるマルチワイヤーソーを開発して平成24年度経済産業省ものづくり日本大賞特別賞を受賞した。本書には、大正14年に生まれ、昭和25年に同社を創業し、これらの製品を世に送り出してきた高鳥王昌会長の人生の軌跡が刻まれている。

新しいことを創造するモノづくりには、執念を持つこと、信念やロマンを持つこと、固定概念にとらわれず色々な角度から考えることが大切である。この本の中には、世の中の役に立つ製品を開発してきた先達からの、次世代の若者に対するこれらの熱いメッセージが記されており、「創造と開拓」の精神を基に育んできた「モノづく

りの心」を後世に伝える名著である。

これから大学生として学問やスポーツに励む人たちに、さらには研究や開発を始める人たちにぜひ読んでもらいたい1冊である。

●推薦者名 米村 重信

●所属 医学部 医学科 細胞生物学分野

ぼうしのすきなこぶた

著者名 M. オーボーン (文) / A. シュフラー (絵) (訳: ふじさきなおこ)
出版社 あすなろ書房 価格 1,300円+税 分類: 英米文学



絵本です。私の子供が小さい時に図書館で見つけ、自分でも購入しました。私にとっては最高の絵本です。ぼうしが大好きなこぶたにお母さんは「みかけばかり気にしてまったくしょうのない子だこと。しょうらいどうなってもママは知りませんからね！他に覚えることが山ほどあるっていうのに。ぼうしなんか、なんの役にも立ちませんよ！」。こぶたはぼうしが好きなので、ぼうしのためには高くて怖いキリンの首に登ったり、ワニの口の中に入ったり、こぶたのぼうしを取り上げたサルたちがそのぼうしで遊び飽きるのを辛抱強く待ったり、ぼうし好きによって成長します。そして寒さに震えるネズミに暖かいぼうしをあげる、すなわち、とても大好きなもの

であるけど、その一つ手放すということ親切なこぶたになることができました。帰ったこぶたにお母さんは暖かいおやつと一つのプレゼントを用意しています。それを見ると楽しいけれど泣けます。全体はアクセルシュフラーのとても楽しい絵です。あなたにとってこのこぶたのぼうしにあたるものは何ですか？

●推薦者名 米村 重信

●所属 医学部 医学科 細胞生物学分野

ソロモンの指環 (動物行動学入門)

著者名 コンラート・ローレンツ
出版社 早川書房 (ハヤカワ文庫) 価格 740円+税 分類: 動物学



作者のローレンツにとって「ぼうしのすきなこぶた」のぼうしにあたるものは動物でした。個体としての動物が好きなのです。好きなだけでなく、なんでそうなのか、ということを考えます。ガンの雛が最初に見たものを親と思う「刷り込み」。それを自ら雛の母親になることを体験しながら学問的に初めて見出します。好きなことを発展させて、とうとうノーベル賞というのは理想的です。疑問を持ちながら好きなことを進めていくことで学問分野を創生していく、のんびりしながらも活力のある生き生きとした研究生活が描かれています。私は研究者を志す前にこの本を読んで動物行動学は楽しそうだと思います。しかしすぐに、ローレンツが面白いことをすでに相当やってしまい、ノーベル賞まで取られていることを考えると、華やかな分野に群がるのも気が進まないし、彼を上回ることも難しそうに思い、この分野に進むことはやめました。

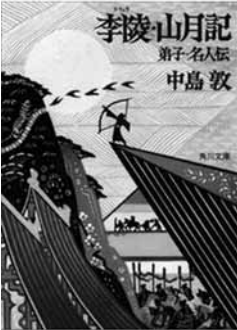
●推薦者名 米村 重信

●所属 医学部 医学科 細胞生物学分野

李陵・山月記 弟子・名人伝

著者名 中島敦

出版社 角川書店(角川文庫) 価格 476円+税 分類:日本文学



中島敦の短い作品、山月記などはよく教科書に出ているので馴染みがあると思います。彼は幼い時から漢籍に親しんで育ち、それを題材とした作品を残して早世しています。ここでは特に「弟子」を取り上げます。論語は中学、高校で必ず学んだものだと思いますが、子路が出てきましたね。孔子一門の優秀な弟子に対して、子路は浅はかで粗暴な弟子の代表のような役回りでした。しかし、中島敦の論語を読み取る力は通り一遍ではなく、優秀な弟子にはなれないが純粋で一本気な子路の気持ち、それがよくわかっている孔子が子路を思う気持ちが出ています。単純な印象しか持っていなかった自分が恥ずかしくなります。古い論語の世界は現代とはとても

比較できない、物語の世界のようですが、現代以上に生死に向き合い、生きる価値を真剣に考えています。中島敦が長生きしていればさらに何を残してくれただろうと考えずにはいられません。

●推薦者名 上番増 高

●所属 医学部 医科栄養学科 予防環境栄養学

しつけ帖

著者名 幸田文

出版社 平凡社 価格 1,600円+税 分類:日本文学



みなさん、こんにちは。医科栄養学科の上番増といます。今回は、「幸田文 しつけ帖」を紹介します。

幸田さんは1904年の生まれで、父である幸田露伴に「学問芸術の道には向かない、お金をかせぐ人になることも、まず覚束なかるう」と言われ、父から衣食住のことを一通り教わります。本書はその時の思い出を中心にまとめられています。父である幸田露伴の文へのしつけは、ただ衣食住の一通りのことではありますが、その一通りのことを細かく分節していく術は、人が器量と雅致をバランスよく身につけることに通じていると思います。掃除に関して言えば、まず道具をちゃんとしつらえること(名工はその器をよくす)、順序立てて行うこと、理解して行うこと、美しく行うこと。そうしていくうちに、身体ができてくる。というの

が露伴の教えでした。普段なにげなく行っている、いつもの動作をどこまでも細かく「意識」し分節していくことで身体を作り上げていく喜びを知る。「今・ココ」にある生活の中の風雅を悦ぶ習慣を明治の文人は持っていたという話です。

●推薦者名 上番増 喬

●所属 医学部 医科栄養学科 予防環境栄養学

人生最後のご馳走

著者名 青山ゆみこ

出版社 幻冬舎 価格 1,300 円＋税 分類：医学・薬学



みなさん、こんにちは。医科栄養学科の上番増と申します。今回は、「人生最後のご馳走」を紹介します。

「人生最後のご馳走」は淀川キリスト教病院、ホスピス・こどもホスピス病院のリクエスト食について取り上げた本です。

命は有限である。一方で物語は無限に広がる。

人には、固有の歴史があり、物語がある。その生身の身体を育んできたきた年月があり、親があり、兄弟があり、友人知人があり、その人自身の年来の喜び悲しみがそこに蓄積している。傷を癒す仕事に就く人には、その人が元気な時、どのように生きていたのかを想像する力が必要になる。その人が固有の物語を持つ唯一の存在であることを認めることが、「あなたのことを大切に

思っています」というメッセージになる。この本は、「あなたのことを大切に思っています」という本当に自分が欲しいものは、誰かから贈られてくる他ないということと、「人間にはその人固有の厚みと奥行きがある」ということを教えてくれる。

●推薦者名 上番増 喬

●所属 医学部 医科栄養学科 予防環境栄養学

大衆の反逆

著者名 オルテガ

出版社 中央公論新社（中公クラシックス） 価格 1,450 円＋税 分類：西洋哲学



「予言の遂行性」とは、誰かが断定的に予言したことは、誰も言わなかったことよりも実現性が高いという人類知のことである（と私の師匠が言っている）。この場合、予言は具体的であるほど実現性が高くなる。「何年後には大学を卒業して、〇〇になって働いて、（以下略）」というようなありありと想像できるような未来の方が、「俺はビックになるぜえ」といった何の具体性のないものより実現性が高い。

ところで、ノブレス・オブリージュというフランスの言葉をご存じだろうか？簡単に言うと「貴族は、大衆に比べより多くの義務を負うという」という中世貴族の倫理規範のことである。ノブレス・オブリージュの概念では貴族は生まれながらにして貴族で

あるが、オルテガは大衆も貴族になれることを予祝している。オルテガの言う貴族は、私は他のものよりも多くの義務を負うという「遂行的な意志」のことである。それが今、絶命の危機に瀕しているのだから、こうしてこの本を推挙するのである。

●推薦者名 奥村 仙示

●所属 医学部 医科栄養学科 臨床食管理学

やせる！低GIダイエット

著者名 ジェニー・ブランド・ミラー、ケイ・フォスターパウエル他
出版社 マキノ出版 価格 1,500円＋税 分類：医学・薬学



「これを食べれば糖尿病にならない」とか「健康にいい」という食べ物や健康食品を、テレビ、コマーシャル、雑誌などで毎日々みかけますよね。本当かな？って思う事多くないですか？

この本は、様々な食べ物を食べた後の血糖値について、きちんと調べた本です。オーストラリアの著者の訳本ですので、日本人にぴったりあてはまらない部分もありますが、「この食べ物のこの食べ方が血糖値をあげない」という理由をわかりやすく説明してくれています。

栄養士は「どのような成分、食品や献立が、何故よいのか」という事を調べ、正しく情報収集し、わかりやすく一般人の人に説明する仕事ですが、これから栄養士になる人もならない

人も、毎日誰もが口にする食べ物について、考えてみませんか？

英語の原文にもチャレンジして下さい。(The NEW GLUCOSE Revolution for Diabetes)

●推薦者名 酒井 徹

●所属 医学部 医科栄養学科 実践栄養学

数学者の言葉では

著者名 藤原正彦
出版社 新潮社（新潮文庫） 価格 438円＋税 分類：日本文学



以前、「国家の品格」という書籍が話題になりました。著者は藤原正彦先生で、作家の新田次郎さんの息子さんです。作家と思っている方もいるかと思いますが、実は数学者で、お茶の水女子大学で教鞭を執っていました。本書はエッセイであり、数学者としての観点から、数学、文学、日常生活に対し独自の視点からユーモアに綴られています。なかでも、学問を目指す人の性格的条件では、“知的好奇心”、“野心”、“執拗”、“楽観性”を挙げており、将来アカデミックな仕事を目指している人には是非目を通してもらいたいです。また、体罰、国語教育の重要性についても言及しており、少し偏りはあるかも知れませんが、今、日本人で欠けているもの、ある

いは欠けてしまったものは何か、今一度考えさせてくれます。みなさんが生まれた頃出版された書物ですが、今でも新鮮に読むことができると思います。

●推薦者名 竹谷 豊

●所属 医学部 医科栄養学科 臨床食管理学

生物と無生物のあいだ

著者名 福岡伸一

出版社 講談社（講談社現代新書） 価格 740円＋税 分類：生物科学・一般生物学



「生物とは何か」皆さんは、考えたことがあるでしょうか。「そんなのは、簡単だ、ネズミ、スズメ、チューリップとかが生物で、机や椅子は生物ではない。」と言うことはできるでしょう。では、「生物の定義とは何か」と言われて、的確に答えることは難しいものです。筆者は、大学生の時に生物学の授業でそのことを理解しようとしたが、当時の授業から結論を得ることはできなかったそうです。その後、分子生物学者として長年の研究で培ってきた知識・経験から、生物と無生物を区別するものが何かを考察したのがこの本です。この本には、世界中の研究者がこの問題に取り組んできた様子が描かれています。そして、そのような研究の進歩に伴い、我々の生命観がどのように変遷してきたのが綴られています。しかし、本書は、生物学のこのような命題について考える機会を与えてくれる単なる読み物ではありません。この本には、様々な発見の裏に隠された研究者の悲哀、科学における不正や偽造などの問題、研究者の実態、哲学など、科学者・研究者としての心得が随所に示されて

います。生物学の研究者を目指すすべての人に読んでもらいたいと思います。特に、蔵本キャンパスで学ぶ医療系の学生には、将来命を預かるものとして、生物とは何か、科学的に理解することとはどういうことかということ、是非本書を読んで考えてもらいたいと思います。

●推薦者名 二川 健

●所属 医学部 医科栄養学科 生体栄養学

アイデアのつくり方

著者名 ジェームス・W・ヤング（訳：今井茂雄、解説：竹内均）

出版社 阪急コミュニケーションズ 価格 800円＋税 分類：心理学



雑誌の帯に、60分で読めるけれど一生あなたを離さない本とあり、非常に簡単に読めますが、社会にでて活躍するためのノウハウが述べられています。大学で研究するにしても、あるいは会社で企画するにしても、その分野で生き残っていくためには、他人とは違うアイデアを出していかなければなりません。他人のまねごとを繰り返しているだけでは、その人物はいなくてもよいということになります。つまり、アイデア勝負の世界では、いかに優れたアイデアを生んでいくかが、その人の人生を左右するわけです。この本を読む前には、アイデアを次から次へと出す人は天才だから、凡人の私なんか、アイデア勝負の世界では生き残れるはずがないと思っていました。たまたま良いアイデアが生まれてもそれは偶然でこれから先続くことはないといつも不安

でした。しかし、この本を読んで、この本の通り行えばアイデアは枯渇することはないという自信がついてきました。私のような中年でも応用範囲が広いのですから、若い学生にはもっと役立つはずですよ。

●推薦者名 二川 健

●所属 医学部 医科栄養学科 生体栄養学

生きること学ぶこと

著者名 広中平祐

出版社 集英社（集英社文庫） 価格 480 円＋税 分類：伝記



本書は、昭和 45 年数学のノーベル賞といわれるフィールズ賞を受賞した広中平祐氏の著書である。数学の分野にとどまらず、科学や芸術など「創造したい」と思う者すべての人になるほどと考えさせられる良書である。人は、「なぜ学ばなければならないのか」という問いに対して、「知恵」をつけるためだとわかりやすく説明されている。創造することの楽しさ、喜び、苦しみを自身の研究をベースに述べられているので、たとえ数学はわからなくても理解できるはずだ。私が特に感心、感動した箇所は二つある。一つは、「創造するためには、逆境が必要である。」という箇所である。きのこ（松茸）はきわめていい条件が与えられると次第に筋根を広げながら発達していく、しかしこの好条件がいつまでも続くと、根だけが発達してきのこを作らずに、ついには老化して死んでしまうらしい。逆境は苦しいものだが、人が成長するには絶対に必要なものであると広中氏は述べている。これは私の座右の銘である「逆境を楽しめ！」という

言葉に通じるところである。もう一つは、人間の成長を阻害する代表的なものに、「妬み」「ひがみ」「焦り」がある。天才的な人物が多い数学の世界で勝ち抜いてきた広中氏だからこそ、これらに対する（我々でもできる）対処方法をわかりやすく述べているのである。

●推薦者名 二川 健

●所属 医学部 医科栄養学科 生体栄養学

沈まぬ太陽（アフリカ編上・下、御巢鷹山編、会長室編上・下）

著者名 山崎豊子

出版社 新潮文庫 価格 670 円～ 750 円＋税 分類：日本文学



本書は、ご存じの通り 1985 年に起こった日航ジャンボ機墜落事故を中心に、かつて日の丸航空会社と言われた日本航空の組織的な腐敗、組織による個人への峻烈な圧力などを述べた小説である。数年前に渡辺謙氏が主演で映画化もされているが、これはぜひ本で読んでほしい。文庫本で 5 冊の大作であるが、私は、一度読み始めると止まらず寝食を忘れて 1 週間ほどで読んでしまった。特に、第 3 巻の御巢鷹山編は、山崎氏の綿密かつ膨大な取材により、亡くなった方々一人一人を丁寧かつ綿密に描いており、読む途中本当に涙をとめるこ

とができなかった。人が生きていく上で、逆境は必要であるが、ここまでの逆境に主人公（恩地元）のように自分は耐えられるだろうかと深く考えさせられた本である。

●推薦者名 岡久 玲子

●所属 医学部 保健学科 看護学専攻 地域看護学

人を助けるとはどういうことが 本当の「協力関係」をつくる7つの原則

著者名 エドガー・H・シャイン（監修：金井壽宏 訳：金井真弓）
出版社 英治出版 価格 1,900円＋税 分類：社会



人は日常生活の中でともに支え合い生きている。「支援」とは人にとって必要不可欠であり、人間関係の基本であるといえる。しかし、助けたいと思い行動しても、役に立たないばかりか人の心を傷つけてしまうことさえある。なぜ、このような結果になるのだろうか。

本書は、人を助けるというものの意味や、支援者が陥りやすい罠、「支援」のための原則とコツ等を平易に解説しており、この疑問に答えてくれる。また、身近な事例を通して考えながら読み進むことができ、今後の実践につなげることができる。著者のエドガー・H・シャインは、人と人との相互作用に焦点をあて、その過程を重要視する「プロセス・コンサルテーション」の考え方を「支援」の基盤においている。

これから看護師、保健師、養護教諭など支援の仕事に携わる人のみならず、家族、友人、知人との関係の中で支援をする際に、また支援を受ける側にたった際にも役立つお勧めの1冊である。

●推薦者名 奥田 紀久子

●所属 医学部 保健学科 学校保健学分野

噛みきれない想い

著者名 鷺田清一
出版社 角川学芸出版 価格 1,700円＋税 分類：日本文学



自分は大きくなったらヒーローになる！と信じて疑わなかった幼いあの日。やればできると励まされ、ひたすらに努力を続けた日々。いつの間に、人は万能ではないことに気づき、しかも、自分が存在することの価値すら疑ってしまうようになるのだろう。なぜこんなに人とのコミュニケーションが難しいと感じるようになるのだろうか。どうして穏やかな人間関係を続けるのは難しいのだろうか。この本は、そんなもやもやとした自分の想いの噛みきれなさの原因がどこにあるか、そっと気づかせてくれる。正解が書かれているわけではない。しかし、読み終わった

後に、自分のことが少しだけ愛おしく感じることでできるメッセージにあふれている一冊である。

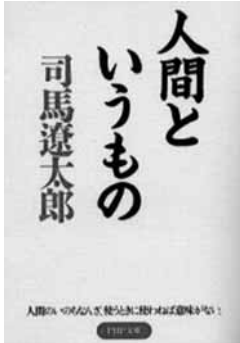
●推薦者名 石丸 直澄

●所属 歯学部 歯学科 口腔分子病態学

人間というもの

著者名 司馬遼太郎

出版社 PHP 研究所 (PHP 文庫) 価格 495 円+税 分類: 日本文学



司馬遼太郎の根強いファンは、時空を超越してその時代を強く生きた人物と一体となる快感を忘れられないでいる。登場人物の立ち居振る舞い、心に響くことば、時代の匂い、物語のスピード、読み手の期待感などなど「非日常」を体感可能であることに加えて、読後の爽快感は格別である。本書は、司馬文学に登場する様々な人物が凄まじく生きていく中で発した「ことば」を抜粋して、いくつかのグループに分類することによって、司馬遼太郎が描こうと試みた『人間』というものがあぶり出されている。

「人間とは何か」、「組織から社会へ」、「夢と生きがい」、「日本と日本人」、「等身大の英雄たち」、「男と女」といったテーマは、老若男女が絶えず立ち止まり思い悩む身近な命題であろう。「人の一生というのは、たかが五十年そこそこである。いったん志を抱

けば、この志にむかって事が進捗するような手段のみをとり、いやしくも弱気を発してはいけない。たとえその目的が成就できなくても、その目的への道中で死ぬべきだ。生死は自然現象だからこれを計算に入れてはいけない『竜馬がゆく』より」。

●推薦者名 白山 靖彦

●所属 歯学部 口腔保健学科 地域医療福祉学

ルフィの仲間力 — 「ONE PIECE」流、周りの人を味方に変える法

著者名 安田雪

出版社 アスコム 価格 1,200 円+税 分類: 社会



今や「ONE PIECE」という漫画を知らない人はいないでしょう。主人公「ルフィ」が海賊王になるために仲間との絆を深め、敵と戦いながら様々な経験を培っていく物語です。その仲間力に注目し、社会ネットワーク分析の第一人者である著者が「仲間を集める方法」「仲間と助け合う方法」「仲間の信頼を強化する方法」「仲間と一緒に成長していく方法」についてわかりやすく説明しています。中でもルフィという人間の特性が絶妙に描かれており、わたし自身もう一度原作を読みたくなったほどでした。東日本大震災において地域の仲間力が絆となり、復興の原動力となっています。これから

は、それぞれの立場の人々が自分の仲間力を育み、そして助け合う社会をつくっていくことが求められており、その意味でもお勧めの書と言えます。

●推薦者名 大高 章

●所属 薬学部 機能分子合成薬学

スパイス、爆薬、医薬品 世界史を変えた17の化学物質

著者名 P・ルクター、J・バーレサン（訳：小林力）

出版社 中央公論新社 価格 2,600円＋税 分類：化学工業



マンハッタン島を中心に発展してきたニューヨークは米国のみならず世界の金融経済の中心です。このニューヨークを代表するマンハッタン島は、その昔、オランダの植民地として、その首都アムステルダムにちなみ、ニューヨークではなくニューアムステルダムと呼ばれていました。オーストラリア、公用語は7つの海を制覇したポルトガル、スペインに起因するラテン語系言語でなく、英語です。なぜ、このようになったのでしょうか、いずれも有機化合物が関係しています。本書「スパイス、爆薬、医薬品、世界史を変えた17の化学物質」は、有機化合物から眺めた世界史に関する書籍です。有機化合物が文明に与えた大きな影響が興味深く紹介されています。文明史を有機化学から見るといふ新しい視点です。是非ご一読を勧めます。

●推薦者名 大高 章

●所属 薬学部 機能分子合成薬学

見残しの塔 — 周防国五重塔縁起

著者名 久木綾子

出版社 文藝春秋（文春文庫） 価格 733円＋税 分類：日本文学



寺社仏閣の建設に携わった宮大工たちは、後世にその仕事ぶりを伝えるためか、部材の一部にその足跡を残すことがあります。本書は山口県にある国宝瑠璃光寺五重塔の解体修理時に見つけられた「此のふでぬし式七」という宮大工による墨書と瑠璃光寺五重塔の美しさに触発され、70歳の時に着想、19年を経て89歳の時に上梓された久木綾子氏の処女作で、隠れたロングセラーとなりつつあるものです。五重塔の建設にたずさわった室町時代の宮大工を軸とし、数奇な縁でこれに絡む新田義貞の末裔の物語です。運命に翻弄され交錯する男女関係が、塔の建築とともに進展します。「人生は流転し、消え失せ、後に塔が残った。……塔は、今日も中空にのびのびと5枚の翼を重ね、上昇の姿勢を保ちつづける。」無駄を省いた美しい日本語から物語は始まります。

日本人の心にある「凛とした美しさへの希求」に訴えかけ、えも言われぬ充足感を与えてくれる珠玉の一品です。日本文学の美しい世界への入門書として、また文学作品に挑戦してみたいと思っている新入生に一読をお勧めします。

●推薦者名 佐藤 陽一

●所属 薬学部 医薬品情報学

Y染色体からみた日本人

著者名 中堀豊

出版社 岩波書店（岩波ライブラリー） 価格 1,200円＋税 分類：生物科学・一般生物学



Y染色体は男性を決める以外はたいした機能をもっていない、不必要なところばかりで、退化していく染色体である。しかし、ヒトの進化を知るうえで非常に重要な情報をもっている。なぜなら、Y染色体は母親由来の染色体とは組換えをおこさないからである。つまり何世代、何万年たとうとも突然変異をのぞけば、基本的にY染色体の塩基配列は変化しない。本書では性はどのように決められるのか、日本人はどのように成り立ったのか、縄文人と弥生人はどうおりあいを付けてきたのか、Y染色体が語るさまざまなエピソードについて分かり安く紹介している。

●推薦者名 竹内 政樹

●所属 薬学部 分析科学

会社人生に必要な知恵はすべてマグロ船で学んだ

著者名 齊藤正明

出版社 毎日コミュニケーションズ（マイコミ新書） 価格 780円＋税 分類：倫理学・道徳



タイトルに「会社人生」と入っていますが、期待と不安に胸膨らませて本学に入学された新入生に是非読んで頂きたい一冊です。民間企業の研究者であった筆者は、ひよんなことからマグロ船に乗るはめになります。マグロ船は全長わずか20mの小さな船で、一度漁に出ると40日以上も陸に戻ることはできません。筆者は、この非常に過酷な空間で生活する漁師らが対人関係のストレスをためていないことに気づきます。漁師らは自分たちの生活をどのように考え、それを実践することで良好な人間関係を築いていたのでしょうか。本書にはその答えが筆者と漁師らの会話形式で綴られています。

マグロ船上でのエピソードを通じて、私たちの日常生活にも使える「ストレスをためない方法」と「人とのコミュニケーション術」がユーモアを交えて紹介されており、気軽に読める一冊となっています。

●推薦者名 田中 秀治

●所属 薬学部 分析科学

道ありき

著者名 三浦綾子

出版社 新潮社（新潮文庫） 価格 630円＋税 分類：日本文学



「氷点」、「塩狩峠」などで知られる作家の自伝。20代前半から37歳で迎えた結婚初夜までの出来事が綴られている。小学校教員の綾子は、終戦に伴う価値観の激変から虚無感に陥り、退職、婚約解消、自殺未遂の果て、脊椎カリエスのため寝たきりの状態になった。幼馴染みの医学生の勧めでキリスト教の洗礼を受けた綾子は、その彼との純愛、信仰、家族の看護に支えられ、長い闘病生活を送る。しかし、彼は結核のため帰らぬ人となった。一周忌が過ぎ、失意の綾子のもとに、亡き恋人の面影に重なる見舞客（三浦光世）が現れる…この自伝に登場する人物は皆、純粹、真摯、誠実である。クリスマスチャンネルではない私には、「ここまでは思えない」と感じる部分もある。

しかし、多くの煩惱で穢れた私の心は、本書を読むと少しは洗われるような気がする。「生きることは」、「人を愛することは」など、新入生の皆さんにとっても何か感じるものがあると思う。

●推薦者名 土屋 浩一郎

●所属 薬学部 医薬品機能生化学

独学の教室

著者名 読書猿、吉田武 他

出版社 集英社 価格 860円＋税 分類：教育



大学に入学して、専門の教科書を買って、履修登録を済ませて、授業に出て、という日常の生活とは別に、自身で興味を持った事について学ぼうとしたら、みなさんはどのような方法を考えますか？詳しい友人（師匠、先生）に教えてもらうほか、「独学」として専門書を購入すること、さらには最近ではYouTubeチャンネルやSNSを使う方法も広まりつつあります。ここで独学という一人でコツコツという姿を思い浮かべ、（一度はチャレンジしてみたが）ダイエットと同じで長続きしないと感じていないでしょうか。本書は独学が三日坊主になりがちな理由を解説するとともに、独学道を極めた14名の著者が「独学の方法」を自身の経験を交えて具体的に紹介した内容が網羅されており、そのジャンルは語学、ビジネス、美術、読書、ノート術、

漫画、数学、物理学、冒険と、多岐にわたります。

是非一読いただき、大学生時代には専門科目を学ぶだけでなく、独学による学びの楽しさに気付いてもらえればと思います。

●推薦者名 中尾 允泰

●所属 薬学部 分子創薬化学

有機化学の理論 ～学生の質問に答えるノート

著者名 山口達明

出版社 三共出版株式会社 価格 2,600 円＋税 分類：化学



大学に入学すると様々な専門分野を学びますが、とりわけ化学に興味のある学生さんにとって有機化学はとても面白い分野だと思います。有機化学は有機化合物を化学構造式で理解する学問です。また、薬の薬効の本体は有機化合物であることから、有機化学を習得することは創薬化学においてとても重要です。今回紹介する『有機化学の理論～学生の質問に答えるノート』は有機化学を学び始めた学生さんの誰もが思う「なぜ？」という質問に答える形式で構成されています。その「なぜ？」には大部分の学生さんが疑問に思う内容がピンポイントでピックアップされており、簡潔にわかりやすく解説されていることから、有機化学の理解を深める助けとなることが大いに期待されます。さらに、詳しく勉強したい人のために、参考文献も豊富に記載されています。

新入生のみなさん、ぜひ一度読んでみて有機化学の楽しさにふれてみて下さい。

●推薦者名 青矢 睦月

●所属 理工学部 理工学科

大陸と海洋の起源

著者名 アルフレッド・ウェゲナー（訳：竹内均）

出版社 講談社（講談社学術文庫） 価格 1,100 円＋税 分類：地球科学・地学



大地は動く。今では当たり前のことが100年前には全くのファンタジーだった。ウェゲナーが唱えた「大陸移動説」は当時の学会で激しい批判を受け、一度は学会から消滅する。しかし、現在の目でこの書、彼の構築した科学的考察を見直したとき、ある種の感動を覚えずにはいられない。なぜ当時の科学者はこうも美しく組み上げられた学説を受け入れられなかったのか、人間はいかに偏見に満ちた動物なのか、と。のちにプレートテクトニクスはこの「大陸と海洋の起源」を礎に確固たる地球科学の基本原則として成立する。彼の議論の大部分は正しかったのだ。地学の知識がある人にはある人こそその感動が、また、ない人にはまた別の感動が、この書には満載されている。特に、科学を志す者に対して

は、科学者としてあるべき姿勢をも教えてくれる。決して読みやすくない。故竹内均氏の名解説だけを読むのも一手だろう。流し読みでも構わない。一読をお勧めする。

●推薦者名 石田 徹

●所属 理工学部 理工学科

自分のための人生 — 今日を賢明に生きてますか

著者名 ウエイン・W・ダイアー (訳: 渡部昇一)

出版社 三笠書房 (知的生きかた文庫) 価格 590 円+税 分類: 倫理学・道徳



劇的に直球すぎて、小っ恥ずかしく (こっばずかしく) なる書名であるが、悩んだ時のモヤモヤ感をスッキリ解決してくれる本である。著者の主張は次の2つに集約される。1つめは、全ては自分が選択することができるということである。「全て」には、自分の行動、感情、思考から人としてのあらゆる幸福までも含まれる。2つめは、自分が制御できることとできないことを区別して、制御可能なことだけに関わるが、制御不可能なことには関わらないということである。突き詰めて考えると、人が制御可能であるのは、自分の脳と体および現在という時間だけであるのに、人は制御不可能なこと (例えば、過去、未来、他人の対応や評価など) にとらわれて、後悔したり不安になったり悩んだりする。著

者はもともと医学部所属の心理学者で臨床治療の経験もあり、上記の事柄や実践方法を著者らしく論理的に、かつ、とてもわかりやすく解説している。何かで悩んだ時に一読することをおススメする。

●推薦者名 加藤 雅裕

●所属 理工学部 理工学科

深夜特急1 — 香港・マカオ —

著者名 沢木耕太郎

出版社 新潮文庫 価格 550 円+税 分類: 日本文学



10月初め県外の大学に通う長男が読みたいと言ってきた。送ろうかと言うと、今いろいろと忙しいから年末帰ったら持って帰ると言う。全6巻、私が読んだのは14年前。その後、興味をもった学生に貸したことがあったが、ほとんど家の本棚に眠っていた。年末まであと3ヶ月、久しぶりに読み返してみようか。ぼかぼかとした陽気の日曜日にふと読み始めた。おぼろげなイメージはあるが、内容はほとんど覚えていない。確か、日本から出発してヨーロッパへ行く話だったが、いきなりインドのデリーにいる。しかし、読み始めると引き込まれる。引き込まれる。微かな記憶がよみがえり、読んだ当てもどンドン引き込まれたことが思い出される。でも初めて読んだのも39歳。大きな可能性を秘めた、何でもできる大学生の時、読んでいたらどんな風を感じただろうか。旅した著者は当時26歳、みな

さんと同じぐらいだ。好奇心が旺盛で無鉄砲、食欲にチャレンジする著者の行動が爽快だ。私も20代に戻った気持ちで年末までに全6巻を読破する予定である。みなさんもまずは第1巻を読んでほしい。「深夜特急」の魅力の虜になること請け合いである。

●推薦者名 日下 一也

●所属 理工学部 理工学科

平賀源内に学ぶイノベーターになる方法

著者名 出川通

出版社 言視舎 価格 1,500円＋税 分類：伝記



この本に登場する平賀源内は、1700年代に鎖国の江戸中期の日本において藩などの枠組みを超えて圧倒的な存在感を持って活躍した人物です。蘭学者、科学技術者、文学者、浄瑠璃作家などのさまざまな分野で活動した人物ですが、科学、技術、事業の狭い視点でみると“中途半端なマルチ人間”としてあまり評価されていません。ここでは「イノベーター」という広い視点から源内を捉え、彼の生涯を高く評価しています。イノベーターとは事業先駆者ともいわれ、企業や組織の中で新しいことを試みる人たちです。すなわち、ほかの誰もがしないことを先陣切って最初に行う人のことです。イノベーターの存在がなければ新たな開拓が行われなくなり、企業や組織の発展は完全に閉ざされてしまいます。現在の企業ではこのイノベーターの能力が重要視されています。

源内は長崎で日本と海外の貿易により貴重な金銀が海外に流出していることに危機感を募らせ、それを阻止するために様々なイノベーション活動を行ってきました。国内で既存の技術を使って工夫すればほとんどのものは輸入する必要はないし、日本の職人芸でアレンジすれば、むしろどんどん諸外国へ輸出できると考えたのです。彼のイノベーター的な発想や知恵は、これからの日本を引導する先駆者となる人たちにとって大いに参考になると思われます。未来の技術立国日本を支える若きエンジニアに読んでいただきたい一冊です。

●推薦者名 日下 一也

●所属 理工学部 理工学科

プレゼンテーションZen第3版

著者名 ガー・レイノルズ (訳：熊谷小百合、白川部君江)

出版社 丸善出版 価格 2,600円＋税 分類：経済



君たちは大学生活において、そして社会に出た後も多くのプレゼンテーションの機会があるだろう。報告会では君たちが築き上げてきた成果を他の人々に正確に伝えることが要求される。そして、プレゼンテーションの成功が君自身の評価に直結することになる。本書の冒頭に「99%のプレゼンが最悪である」と紹介されている。すなわち、わずか1%のみが良いプレゼンテーションであり、現実にはほとんどの成果がきちんと伝わっておらず、そのために高く評価されていない。本書では良いプレゼンテーションを行うための提案が非常に分かりやすく紹介されている。すぐに真似して取り入れることができるカラフルなスライドも多く掲載されており、ためになる情報が満載である。タイトルの「Zen」は「禅」を意味しており、コミュニケーションが禅と同じ精神（美学、集中力、一体感など）を共有できることから用いられている。ただし、プレゼンテーション

をいつもと違った現代の視点から眺めようとするコミュニケーションの本であり、禅の本ではない。コラム的に紹介されている世界的に著名なプレゼンターの記事も面白く、取り入れることで確実に君のプレゼンテーション能力を高めることにつながるお薦めの一冊である。

●推薦者名 田村 隆雄

●所属 理工学部 理工学科

仕事は楽しいかね？

著者名 デイル・ドーテン (訳：野津智子)

出版社 きこ書房 価格 1,300円＋税 分類：倫理学・道徳



大学で何をすれば良いのか悩んでいませんか。あるいは毎日が退屈で、やること全てに意味がないと早くも人生に空しさを感じていませんか。そんなときにはこの本をお薦めします。この本には、今まで役に立たないと思っていたこと、なんとなく目の前を過ぎ去らせていた事などの見方を変え、毎日を楽しくする魔法のフレーズが沢山詰まっています。例えば、なんとなく選択した授業までが自分の将来を拓くアイデアに詰まった宝箱のように思えるようになります。私がこの本の中で一番気に入っているフレーズは「新しいアイデアというのは、新しい場所におかれた古いアイデアなんだ。」です。きっと皆さんも大学生活を楽しく過ごし、キャリアアップ

に繋がる魔法のフレーズを見つけることができるでしょう。2～3時間ほどで読めてしましますが、何度でも読み返したくなる本です。

●推薦者名 富田 卓朗

●所属 理工学部 理工学科

科学するブッダ 犀の角たち

著者名 佐々木閑

出版社 KADOKAWA (角川ソフィア文庫) 価格 800円＋税 分類：自然科学



学ぶということはどういうことだろうか。教養を身につけるため、あるいは就職に役立つため。この問いには実に様々な答えがあるだろうし、どれが正解というものでもないだろう。ここで紹介する『犀の角たち』は、この問いへの新たな答えを与え、学ぶことに対する視野を広げてくれるものである。

本書は、仏教書であるが、実際には3分の2以上を費やして最新の基礎科学に関する説明が述べられている。その内容は物理学、生物学、数学と多岐に渡るが、いずれも最先端の内容を極めてわかりやすく説明してある。そのため、科学の入門書として読むこともできる。また、これら科学の歴史的変遷を『人間化の視点』という観点から捉えており、これを原始仏教の考え方(思想)と関連付けて議論している。

詳細は本書に譲るが、学問も原始仏教も『超越者の存在を認めず、現象世界を法則性によって説明する』という点で見事なまでに一致している。このような思考方法の普遍的な有効性に触れて頂ければ幸いである。

●推薦者名 ナカガイト アントニオ ノリオ
(Antonio Norio Nakagaito)

●所属 理工学部 理工学科

The New Science of Strong Materials: Or Why You Don't Fall Through the Floor

著者名 J. E. Gordon

出版社 Penguin (Penguin Science) 価格 約2,000円+税 ※洋書のため価格は変動します 分類: 技術・工学



James Edward Gordon は材料科学と生体力学の創始者の一人だと言われています。グラスゴー大学で造船工学の学位を取り、船や飛行機の製作に使われる木材、鋼鉄、プラスチックや複合材料等、様々な新材料の研究を行った人物です。レディング大学の教授、名誉教授でもあり、その長いキャリアのすべての経験に基づいて書かれた本で、材料の強さの秘密を原子論的観点から説明がされています。材料科学に興味ある方にはぜひこの本を読んで欲しいです。

残念ながら日本語版は絶版になっているが、元の英語版は英国英語で書かれているので英語を読むとても良い練習にもなります。西オーストラリア大学教授 Caroline Baillie 先生はこの本について素晴らしいと言います。Baillie 先生は材料科学で有名な研究者で、「Building the Impossible」と言うBBCのテレビドキュメンタリーをホストしたために最も知られていて、材料に関する分野を選んだきっかけは、高校生の時この本を読んだからだと言っています。素人でも簡単に理解できる程度で書かれているにも関わらず材料の秘密を多くの専門分野にわたる知識が述べられています。ですから、安心して苦痛がない読書体験になります。

●推薦者名 真壁 和裕

●所属 理工学部 理工学科

君たちに伝えたい3つのこと

著者名 中山敬一

出版社 ダイアモンド社 価格 1,429円+税 分類: 倫理学・道徳



「能力が高いのに志が低いアムロの悲劇、能力が低いのに志が高いシャアの悲劇」?、「実は医者もルーチンワーカー」?

「内容が過激すぎて科学雑誌への掲載がボツになった幻の原稿『教授からのメッセージ』の完全版書籍化!」と出版当時の帯に書かれていたほど歯に衣着せずに語られ、ネット上でも賛否両論で炎上した本書ですが、その冒頭には、世の中のどんな仕事でも「クリエイター」と「ルーチンワーカー」に分けられるという著者の強い信念が述べられています。みなさんはどちらを目指しますか? 絵描きですか、似顔絵描きですか? 「野球選手を目指しているながら、テニスコートで球拾いしたがる」人にならないために、男性でも女性でも、理系でも文系でも、専門職を目指す人にもビジネスマンになりたい人にも、「一度きりの人生を悔いなく生きる

ために必要な3つのこと」があります。ハタチになる前に、ぜひ読んでおいてください。(でも、全部を鵜呑みにすることはありません。真偽を疑いながら、主張のひとつひとつを丹念に読み解くことも大切です。笑)

●推薦者名 眞壁 和裕

●所属 理工学部 理工学科

自分のアタマで考えよう

著者名 ちきりん

出版社 ダイアモンド社

価格 1,400円＋税

分類：心理学



大学に入ると、これまでの受験科目だけの勉強から、多数の幅広い学問領域を学ばなくてはいけなくなって大変です。しかし、1～2年生に必要なことは、いきなり各分野の細かい知識を詰め込んだり誰かが出した結論を丸覚えしたりすることではありません。

急がば回れ。十代を終える前に必要なのは、まず自分のアタマで「正しく」考える技術の修得です。「知っている」と「考える」のとは、まったく別モノです。と言って、「下手の考え休むに似たり」とか「車輪の再発明」とか揶揄されるように、先人の知恵をまったく無視して自己勝手流に考えてもダメですよね。「じゃあ、なにをどうやって考えればいいの？」と思う人が多いことでしょう。本書では、「なぜ？だからなんなの？と問うこと」や「あらゆる可能性を検討しよう」など自分のアタマで考えるための基本から、「グラフの使い方が思考の生産性を左右する」など専門科目の学習にも欠かせないロジカルな態度、「情報ではなくフィルターが大切」のような将来

の進路を決めることにも繋がるテクニックが、人気ブロガーである著者による親しみやすい文章で分かりやすく解説されています。これまでの人生で一度でも「考えが浅い」とか「もっとよく考えろ」とか言われた憶えのある人には、特にお薦めです。

●推薦者名 眞壁 和裕

●所属 理工学部 理工学科

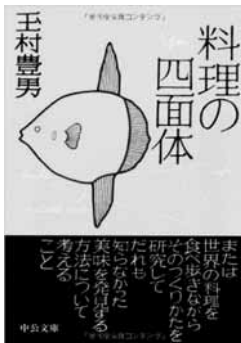
料理の四面体

著者名 玉村豊男

出版社 中央公論新社（中公文庫）

価格 648円＋税

分類：家政学・生活科学



大学に入っても、習った知識や考えを授業科目名の枠の中だけに留めて、世界（宇宙）をひと繋がり総体として理解しようと思わない人が多いです。ひとつの科目の知識を覚えるだけで隣接する分野の現象には結びつかないとか、決まったことはできても応用が利かないとか、カレーの作り方は覚えただけでシチューは作れないとか。

大学に入って下宿を始め、初めて料理をしようと思った人も多いかもしれませんが、薄いレシピ本の10種類の料理をマスターするのに四苦八苦していませんか？ひとつひとつレシピを覚えていくだけでは、その数の料理しか作れません。しかし、著者は言います、「すべての料理はサラダである」と。「なにそれ」と思った人は、本書を読んでみてください。ここに書かれた「地球上のすべての料理をひとつの四面体に収めてしまう原理」を理解したら、すぐにも何万もの種類の料理が作れるようになり、さらにその原理を応用すれば、

専門科目の間の関係にも気づき、複雑なこの世界（宇宙）の構造にまで思いが及ぶ……。なぜなら、「料理の四面体」というのは、「悲しき熱帯」や「野生の思考」など構造主義的アプローチで有名な社会人類学者レヴィ＝ストロースの提唱した「料理の三角形」の拡張理論なのでから。

●推薦者名 三輪 昌史

●所属 理工学部 理工学科

代替医療のトリック

著者名 サイモン・シン、エツァート・エルンスト（訳：青木薫）
出版社 新潮社 価格 2,400円＋税 分類：医学・薬学



よくテレビや雑誌・新聞などで“〇〇が効く”、“〇〇で治った”という治療法に関する広告記事を目にします。新聞では一面を使った広告記事が多いので、本文と誤解させられますが、広告です。また同様な治療法を扱った出版が多くされています。これらの治療法は通常医療にかわる治療法として、代替医療と呼ばれています。“代替”というと“通常医療よりも優れている”、“通常医療にとって代わるすごい治療法”という意味に感じてしまいますが、定義としては単に“通常医療以外の治療法”、“本人が納得しているなら自己責任で通常医療の代わりに受けてもいい治療”というだけの意味しかありません。さて、これら代替医療はほとんどが個人の体験に基づいたもので、個人差が大きくなります。一方、病院で受けられる通常医療は、統計など科学的な評価手法により確かに有効だと判定された、過去の民間療法や新しい治療法の集大成です。その特徴は、科学的な評価を受けて有効だと判断された治療法はどんどん取り込んでいき、反対にこれまで有効だとされていた治療法でも科学的な評価でその有効性が

疑問視されると捨てちゃうという、常に進化しつづけているということです。本書は伝統的治療法や新しいアイディアによる治療法が、科学的評価と組み合わせさせて医学となり通常医療となるまでの生い立ちや、代表的な代替医療に対する科学的な評価の過程を詳しく記述した本です。通常医療と代替医療だけでなく、科学的な評価方法も理解できる、よい読み物です。

●推薦者名 三輪 昌史

●所属 理工学部 理工学科

反社会学講座

著者名 パオロ・マッツァリーノ
出版社 筑摩書房（ちくま文庫） 価格 760円＋税 分類：社会



何か大きな事件が発生すると、テレビや新聞などでその背景についての解説や意見が載せられます。そのとき、解説や意見を補強するためにグラフがしばしば使われています。このときのグラフは本当に正しいのでしょうか？そもそもこの解説や意見は正しいのでしょうか？

この本では、テレビや新聞・雑誌などの主張が本当に正しいかどうか、判断する方法を面白おかしく（結果的には）説明しています。記事というものは書き手の主張でしかなく、読み手は自分で判断するものだ、ということを再認識できる本です。レポートの読み書きに必要な知識が身につくかもしれない、面白い本です。

●推薦者名 渡邊 健

●所属 理工学部 理工学科

子どもは判ってくれない

著者名 内田樹

出版社 文藝春秋（文春文庫） 価格 629 円＋税 分類：社会



この紹介文を読んでいる方は、本を読むことで自分を成長させ、大人になりたいと望んでいる方であろうと思います。大人のご思想と行動について本書はレポートされています（著者がまえがきでそう書いておられます）。長いまえがきだけでも読んでみて下さい。

これから沢山の本を手にする皆さんが「本が読む」という気になれるといいなと思います。以下、本文からの引用です。

ふつうは「私」を主語にして「本を読む」と言うけれど、私の場合は、どちらかというところ、「本が私を読んでいる」という気がする事が多い。『中略』本が私を選び、本が私を呼び寄せ、本が私を読める主体へと構築する。私はそのように考えている。

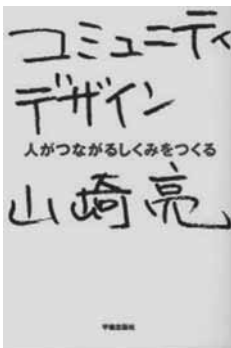
●推薦者名 渡辺 公次郎

●所属 理工学部 理工学科

コミュニティデザイン 人がつながるしくみをつくる

著者名 山崎亮

出版社 学芸出版社 価格 1,800 円＋税 分類：建設工学・土木工学



新入生の皆さん。まちを歩くことは好きですか。美しい建物やまちなみは好きですか。人と話をするのは好きですか。著者山崎さん達は、まちが抱える問題を解決するために、まちを歩き、色々な人と話をし、住民だけでなく行政も活動に巻き込みながら、各地で「つぐらないデザイン」を展開しています。「100 万人が 1 度だけ訪れる島ではなく、1 万人が 100 回訪れたくなる島」ってどんな島なのでしょう。人のつながりをデザインするにはどうすればよいのでしょうか。本書を通じて、閉塞感の漂う社会に対し「まだまだ状況は好

転させられる」きっかけをつかんでください。建築、都市計画系の本ですが、幅広く、まち、人、デザイン、そして「公共」に興味がある方に勧めます。

●推薦者名 渡辺 公次郎

●所属 理工学部 理工学科

地域を変えるデザイン コミュニティが元気になる30のアイデア

著者名 issue+design project (著)、笥裕介 (監修)
出版社 英治出版 価格 2,000 円+税 分類：産業



書名に「地域を変える」とあります。そんなこと本当にできるのでしょうか。この「地域」は、コミュニティと考えた方がわかりやすいかもしれません。大学のサークル、学部や学科、町内会、市町村など、人が集まる対象や空間に応じて様々なコミュニティが存在します。それらを元気に、活発にするための手段として、「デザイン」が取り上げられています。ここでいうデザインとは、意匠的な美しさだけを追求するものではありません。本書では、「デザイン思考」というキーワードが示されていますが、その説明は本書に譲ります。皆さんはこれから数年間、大学というコミュニティの中で学びます。ですが、一步外に出てみると、色々なコミュニティ

が待っています。特に建設系の学生は、外部空間全てが学びの場であり、学びを実践する場です。本書では、地域を変える身近なアイデアが紹介されています。本書を通じて、皆さんの活動に何らかのヒントが得られることを期待しています。

●推薦者名 渡辺 公次郎

●所属 理工学部 理工学科

見えがくれる都市

著者名 槇文彦 他
出版社 鹿島出版会 (SD選書 162) 価格 2,000 円+税 分類：建設工学・土木工学



この本は、日本を代表する建築家の一人である槇文彦氏により書かれた都市デザイン論です。1980年第1刷とかなり古いですが、2013年に第20刷が発行されている息の長い本です。建築や都市の設計では、色々な視点から、対象地域について綿密に調査し、その場所の特性を把握することから始めます。この本では、江戸東京の都市空間を、道路網、微地形、まちの表層の3つの視点から分析し、最終章では、まちの「奥」について論じています。歴史的に、日本人は都市に何を「みて」、それがどのような「かたち」で表れているのでしょうか。この本を通じて、まちを観察する面白さを感じてください。

建築や都市に興味がある人、NHK「プラタモリ」に出てくる地形の話が好きな人にすすめます。

●推薦者名 田中 保

●所属 生物資源産業学部 生物資源産業学科

代表的日本人

著者名 内村鑑三（訳：鈴木範久）

出版社 岩波書店（岩波文庫） 価格 600円＋税 分類：伝記



今から100年以上前に、キリスト教思想家の内村鑑三が欧米に日本人の思想や倫理観を紹介する目的で書かれた [Japan and Japanese] という本の日本語訳である。代表的日本人として書かれるのは西郷隆盛、上杉鷹山、二宮尊徳、中江藤樹、日蓮上人の5名である。東日本大震災後の日本人は冷静で秩序ある行動をとり、精神的にも物質的にも助け合おうとした。自賛ながら、この日本人の姿は立派で美しい。勤勉で礼儀正しく、困難に耐え忍ぶ日本人はもう過去のものとして私自身も思っていたが、どっこい健在であった。将来、このような日本人の精神を受け継いだリーダーになってもらうために、この本を紹介する。今は学校で二宮尊徳や中江藤樹のよ

うな村の聖人の話を習うことはない（私も習ったことはありません）が、習うべき偉人であろう。何を抛り所に生きるべきか、あらためて考えさせられる。

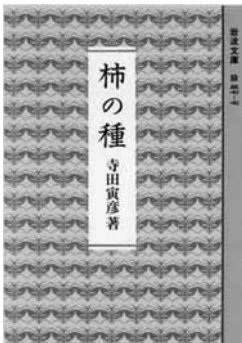
●推薦者名 玉井 伸岳

●所属 生物資源産業学部 生物資源産業学科

柿の種

著者名 寺田寅彦

出版社 岩波書店（岩波文庫） 価格 700円＋税 分類：日本文学



物理学者であると同時に随筆家としても有名な寺田寅彦の短文集「柿の種」。日常の何気ないことがらを淡々と描いた随想集であるが、その視点・切り口の独特さに感銘を受ける。本書には、「なるべく心の忙（せわ）しくない、ゆっくりとした余裕のある時に、一節ずつ間をおいて読んでもらいたい」という著者自身の願いが込められている。大学入学は本書を手にするよい機会ではないだろうか。一年くらいかけて、一編一編じっくり味わって読んでほしい。

●推薦者名 玉井 伸岳

●所属 生物資源産業学部 生物資源産業学科

秘帖・源氏物語 翁-OKINA

著者名 夢枕獏

出版社 角川書店（角川文庫） 価格 590円＋税 分類：日本文学



「源氏物語」といえば、誰もが知ってる日本で最も有名な長編小説。しかし、あの夢枕獏が「源氏物語」を自分流に書いたら…、全く趣を異にする平安の舞台が構築されてしまいました。著者自身の言葉をあとがきより抜粋しておきましょう。「最初に書いておいたが、凄い話だぞ、これは。何しろ、あの、蘆屋道満が出てくるのだ。蘆屋道満が案内役で、光源氏と道満のふたりが、京の都で、古代史をめぐる旅をするのである。古代エジプト、ギリシア、唐—と、神話をたずねて旅するその案内人蘆屋道満がメフィストフェレス役—となると自然に、光源氏がファウスト博士役となる。…（中略）…傑作です。」

●推薦者名 玉井 伸岳

●所属 生物資源産業学部 生物資源産業学科

理科系の作文技術

著者名 木下是雄

出版社 中央公論新社（中公新書） 価格 700円＋税 分類：自然科学



私たちは、普段、何不自由なく日本語を使っていますが、その日本語で、正確、簡潔、論理的に作文をするというのは皆さんが思っている以上に難しいことなのです。木下氏は、物理学者でありながら、長年、日本語の表現や思考方法に真摯に向き合い、多数の著作を発表されてきました。本書はその中でも最も有名な著作の一つで、1981年に出版されて以来、現在もなお重版の続くまさに必読の一冊。さて次の例文、何か違和感を覚えませんか？「近頃の学生は整った文章を書く能力がないと言う声をよく聞くが、私はこれは主に理科系の

の学生に関していわれていることだと思う。理科系の学生がきちんとした文章を書けないことにふしぎはない。彼らの本領は文学ではないからである。」

●推薦者名 松木 均

●所属 生物資源産業学部 生物資源産業学科

少年H 〈上・下〉

著者名 妹尾河童

出版社 講談社（講談社文庫） 価格 各 676 円＋税 分類：日本文学



新入生の皆さんは平成生まれなので、戦争は遠い昔の話だと思います。皆さんは教科書から戦争について詳しく学んでいますが、戦前、戦中および戦後での人々の心の変化について考えたことは、ほとんどないでしょう。この本は第二次世界大戦が始まる前に少年だった作者が、戦争と言う時代に大人になる成長期を過ごした日々の物語です。否応なく生活全てに関わってきた戦争に翻弄されていく中でも、逞しく生きるH少年の姿には共感できます。日本人が知っておくべきである過去の重い歴史である戦争は生活にどのような影響を与

えたのか、また、人々はその時代に何を考えて生きていたのかを知って欲しいと思います。

●推薦者名 松木 均

●所属 生物資源産業学部 生物資源産業学科

のぼうの城 〈上・下〉

著者名 和田竜

出版社 小学館（小学館文庫） 価格 各 457 円＋税 分類：日本文学



新入生の皆さん、大学生活に胸を弾ませていることと思います。私がお勧めするは理屈抜きに楽しめる歴史小説です。戦国時代、小田原北条氏に属し、“でくのぼう”と呼ばれていた小大名の成田長親が、石田三成率いる大軍勢の秀吉軍に強固に立ちふさがり、小田原落城まで唯一籠城して持ちこたえた支城「忍城（おしじょう）」の物語です。主人公の全く型にはまらない考え方や周りの人々を惹きつけていく人間性などは、これからの学生生活にも参考になるのではないのでしょうか。晴れやかな気持ちになれる読後感を感じることができる一冊です。

●推薦者名 内山 八郎

●所属 教養教育院

菊と刀

著者名 ルース・ベネディクト

出版社 講談社学術文庫 価格 1,310円＋税 分類：風俗習慣・民俗学・民族学



「菊と刀」はアメリカ合衆国の文化人類学者ルース・ベネディクトによる言わずと知れた名著である。文化人類学史の中に位置付ければ、コロンビア大学でF.ボアズに師事したベネディクトが第二次世界大戦中、米国連邦政府の依頼を受けて行った研究を基に執筆された作品である。また本作は第二次世界大戦後、急速に発展した国民性研究の火付け役となり、日本文化の持つ二面性を広く認知させる作品となった。出版から77年という長い年月が経った現在の日本ではスマートフォン、コンピューターゲーム、インターネットなど、当時には想像もつかなかった技術が普及しているが、本書には今日の大学生が読んでも鋭いと痛感する点が多々あるだろう。ベネディクトが本書を書いた時代は、今日のように比較的容易に情報を入手できる環境になかったことや、彼女が本書を執筆する際に日本でフィールドワークを行えなかったことを考慮すると、本書の質に驚かされる。この偉業は彼女の優れた洞察力と知性、そして探求心に帰属するところが大きいと言えるだろう。大学生の皆さんには、本書を一度日本語で読み内容を理解したら、今度は英語で書かれた原著“The Chrysanthemum and the Sword”を読んで

いただきたい。必要であれば辞書を使いながら、こつこつと読み進めてほしい。読破すれば、時代と文化を超越した人と人との言語による交流を可能にしてくれる読書という知的活動の持つ素晴らしさにも気づかせてくれることだろう。自分がある程度知識を持っているトピックについて英語で読むことが、英語の学習をより楽しく充実したものにしてくれるに違いない。

●推薦者名 大村 和人

●所属 教養教育院

魯迅 — 「人」「鬼」の葛藤

著者名 丸尾常喜

出版社 岩波書店 価格 3,600円＋税 分類：中国文学



どのような学部に進むにせよ、大学時代で高度な研究成果に触れることは必要なのではないかと思います。私の研究領域は中国文学ですが、学部生時代にこの本と出会い、大きな衝撃を受け、中国文学研究の一つのあり方を学びました。「文学研究って読書感想文なんですよ？」という意見に今でも出くわしますが、その「イメージ」が正しくないことはこの本が教えてくれます。

本書の題名に見える魯迅は、中国近現代の作家の中で影響力の大きい人物の一人です。日本の中学国語の教科書に収録されている「故郷」の原作者と言えば、思い出す人も多いでしょう。本書は魯迅の代表作三篇を取り上げ、それぞれの登場人物が中国の伝統文化のどのような点に基づいて作り出されたのかということを論じた研究書です。本書は文学だけでなく思想史や宗教学、民俗学等の研究成果もふまえており、中国の文化や社会の本質の一端をも教えてくれます。専門の研究書とは言え、文章は非常に読みやすいです。本書は中国語に翻訳され、版を重ねています。

なお、本書の対象作品の日本語訳は、藤井省三訳『故郷/阿Q正伝』『酒楼にて/非攻』（いずれも光文社古典新訳文庫）に収録されています。

●推薦者名 大村 和人

●所属 教養教育院

人文知 1 心と言葉の迷宮

著者名 唐沢かおり(編)・林徹(編)

出版社 東京大学出版会 価格 2,800円+税 分類:総記



本書は、人文系の様々な研究者が「人間の心と言葉との関わり」というテーマの諸問題を論じた文章を収めたものです。内容は中国語学や心理学、社会学、日本古典文学、哲学、美学等、多岐にわたります。各文章では身近な、或いはよく知られた対象を取り扱いつつも、各執筆者のこれまでの研究成果が活かされており、上記の様々な学問の「間口は広くて奥が深い」入門書となっています。各章ともに20ページ程度の分量であり、平易に書かれていて非常に読みやすく、且つとても面白いです。

●推薦者名 大村 和人

●所属 教養教育院

とびらをあける中国文学—日本文化の展望台

著者名 高芝麻子・遠藤星希・山崎藍・田中智行・馬場昭佳

出版社 新典社選書 価格 2,300円+税 分類:中国文学



本書は5人の執筆者が1人1章ずつ担当し、それぞれの専門領域に近い題材を取り上げ、「日本文化の中に中国の古典文学がどのように取り込まれたか」という問題を解き明かしています。上記のメインテーマ以外に各章に内容的な連関はあまりありませんので、順番に関係なく、気の向くままに読んでいっても構いません。読者は各章を読み進めていくうちに、それぞれが論じる問題や本書のメインテーマだけでなく、「(古典)文学とは何か」「ことばとは何か」という、より本質的で普遍的な問題に関する思索に誘われます。かと言ってどの章も堅くて難しい話ばかりではなく、身近な話題から出発して論を進めており、わかりやすく説明してくれますので、楽しみながら読めます。

●推薦者名 大藪 進喜

●所属 教養教育院

人物で語る物理入門〈上・下〉

著者名 米沢富美子

出版社 岩波書店 価格 上：780円＋税、下：800円＋税 分類：物理学



古代ギリシャから現代までの物理学の発展だけではなく、物理学者について教えてくれる本です。彼らがなぜ、どのように偉業を達成したのか。そしてその偉業の背景にあった、私生活等のエピソードは、大変人間味のあふれる物です。ニュートンは、とんでもなく悪いやつですね。アインシュタインは、ノーベル賞を離婚の慰謝料にしたそうです（ノーベル賞を取らないと離婚できなかったのか？）。オープンハイマーの才能とその苦悩からは、違う時代に生まれさせてあげたかと思わずにはいられません。

多くの物理学にふれることができますし、その科学史は、理系学生の基礎教養かと思えます。文章も難しい物理を平易に読めるように書いてありますので、文系学生にも参考になるかと。

●推薦者名 大藪 進喜

●所属 教養教育院

宇宙の「果て」になにがあるのか 最新天文学が描く、時間と空間の終わり

著者名 戸谷友則

出版社 講談社（ブルーバックス） 価格 1,000円＋税 分類：天文学・宇宙科学



宇宙の始まりから現在までを、わかりやすく書かれています。そしてわからないところは、わからないと。大事なのは、現在の技術では、なぜわからないかまで踏み込んでいるところは、感心しました。現状の宇宙の知識を平易に仕入れるのには、非常にいい本だと思います。

ただ、所々若い皆様がわからないところがあるかもしれません。これは、筆者がちよくちよく入れてきた昭和のネタです。まあ、筆者は天文の「赤い彗星」と呼ばれた男ですので、許してやって下さい。

●推薦者名 齊藤 隆仁

●所属 教養教育院

99.9%は仮説

著者名 竹内薫

出版社 光文社（光文社新書）

価格 700円＋税

分類：自然科学



高校での学習は教科書に書かれている内容を理解して『覚える』ことが中心だったでしょう。大学では、学習内容を『疑う』批判的思考力を身につけることが求められます。高校までの学習を通して培われた常識、固定観念に縛られず、頭を柔らかくしてすべてを疑う脳の柔軟運動を行うために、この本をお勧めします。「飛行機が飛ぶしくみが完全には解明されていない」から始まり、「教科書に載っている科学の知識のほとんどは仮説にすぎない」ということを天動説、相対性理論、宇宙論などを例に紹介してくれます。筆者は科学作家であり、ミステリー作家でもあります。物理の内容が書かれているのですが、高校で物理を学んでいない人にもわくわく

しながら読み、そのエッセンスは理解できるように書かれています。科学の世界を理解していく楽しさを味わってください。

●推薦者名 チャン ホアンナム
(Tran Hoang Nam)

●所属 高等教育研究センター

The Culture Map: Decoding How People Think, Lead, and Get Things Done Across Cultures

著者名 Erin Meyer

出版社 PublicAffairs

価格 2,277円＋税 ※洋書のため価格は変動します

分類：社会



グローバル化が進む中、多様な文化的背景を持つ人々とのコミュニケーションが必要となってきました。大学生の皆さんも、海外旅行、留学、国際的なキャリア、外国人とのコミュニケーション等のため、異文化を理解する必要があります。この本は、著者の異文化の人々との交流経験を踏まえた多くの例を挙げながら、他の文化の人々と上手く効果的にコミュニケーションをとる方法を説明しており、楽しく読むことができます。目に見えない文化的な衝突や誤解、それらを乗り越える方法など、エピソードがたくさん載っています。この本は簡単な英語で書かれており、皆さんが英語を読む練習をするのにも役立ちます。

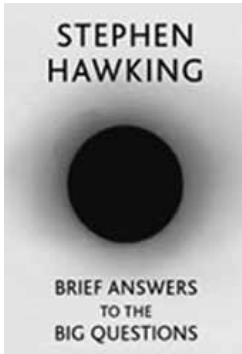
●推薦者名 チャン ホアンナム ●所属 高等教育研究センター
(Tran Hoang Nam)

Brief Answers To The Big Questions

著者名 Stephen Hawking

出版社 John Murray Publishers 価格 1,949円＋税 ※洋書のため価格は変動します

分類：天文学・宇宙科学



At Tokushima University, students are not only pursuing excellent education and research, but also aiming at becoming a global person with global perspectives and abilities to solve global issues. By reading this book, students may find themselves introduced to complicated questions of science in a way that everyone would understand. Written in a relaxed, entertaining, but knowledgeable style, the English is also simple for students to practice reading scientific English.

This book is the final project by Stephen Hawking, considered one of the greatest scientists of our time, explaining his personal views about big questions and makes some predictions for the future considering the current state of science, such as how the universe began, is there a god, is it possible to time travel, is there other intelligent life in the universe, what if AI outsmarts human etc.

●推薦者名 馬場 良泰 ●所属 研究支援・産官学連携センター

知的生産の技術

著者名 梅棹 忠夫

出版社 岩波書店(岩波新書) 価格 840円＋税 分類：総記



高校までと大学入学以降では、勉強のやり方を大きく変えざるをえない。答えのない問題に対し、必要な情報を収集し、自分のアタマで咀嚼し、もっとも適切と思われる解答を導き出すことがもとめられる。現在ではインターネットやSNS、さらにAIを使えば膨大な情報をもとに自動的に「回答」は得られる。ただこの「回答」はデータを解析すればおのずと導き出されるものであり、創造をともなう「解答」ではない。

本書はパソコンが普及するはるか前の1969年に出版された。知的生産とは、一定の情報をルーティーンに処理するものではなく、人間の知的情報処理能力を作用させて新たな情報や価値を創造するものである、と定義している。知的生産に関する考え方に加えて、現在でも役立つ普遍的な知的生産の技術がいくつか紹介されている。

例えばノートの代わりにB6版のカードに情報を記載し整理する方法は、「京大式カード」として市販されるまでに普及している。自分に合った知的生産の方法を身につけ実践していくことは、自らの知的生産のオペレーティングシステム(OS)を構築することであり、早ければ早いほど人生がより豊かになる。

●推薦者名 馬場 良泰

●所属 研究支援・産官学連携センター

青春漂流

著者名 立花 隆

出版社 講談社（講談社文庫） 価格 580円＋税 分類：伝記



昭和51年に流行した歌謡曲ですが、ほとんどの新入生は知らないでしょうね。

【青春時代 森田公一とトップギャラン 作詞 阿久悠】

青春時代が夢なんて
あとからほのぼの思うもの
青春時代の真ん中は
道に迷っているばかり

本書は、知の巨人と謳われ稀代のインタビュアーでもあった立花隆が、社会のルールから落ちこぼれ、挫折や大きな決断をし、這い上がってきた当時30代の、猿まわし調教師、染織家、ソムリエなど様々な職業の若者と語り合った記録である。成功者の自慢話ではなく、劣等感や周りへの不満を持ちながら、なげりスクのある道を選ばざるをえなかったのか、その時の感情を赤裸々に語っていて引き込まれる。エピローグでは、空海が京の大学をドロップアウトし

遣唐使船に乗り込むまでの10余年の「謎の空白時代」を紹介している。青春とは、やがて来たるべき人生を賭けた船出までに必要な準備を整える「空白時代」なのである。ポーッと青春を過ごしていると、チョコちゃんに叱られますよ。

●推薦者名 馬場 良泰

●所属 研究支援・産官学連携センター

シン・ニホン

著者名 安宅和人

出版社 NewsPicksパブリッシング 価格 2,400円＋税 分類：総記



著者はヤフー株式会社CSO（チーフストラテジーオフィサー）かつ慶應大学教授で、国の科学技術イノベーション会議委員を務めている元ニューロサイエンティスト。副題の「AI×データ時代における日本の再生と人材育成」が本書の内容を簡潔に表している。AI時代に必要な知識、スキルとは何か、AI人材を育成する教育システムをどう構築するか、日本が目指すべき価値を創造しうるデジタル革新など、ファクトを示しながら多くの提言をしている。

世の中のデータを解析すれば、日本は科学技術やイノベーション創出において危機的な状況であり、大陸プレートによる「日本沈没」の前に、経済産業で「日本沈没」が進行中であることがよくわかる。日本を再生させる（シン・ニホン）ための人材育成や制度設計が主題のため、対象は高等教育を行う大学教員や国官公庁、企業経営者

だが、これらの提言を硬直化したシステムが支配する今の日本で実現するのは不可能だと思う。であれば、AIと共存する時代に生きる学生の皆さんは本書を手にとり、出来るところから必要なスキルを習得し、行動し、自らの未来を切り拓きサバイブしてほしい。

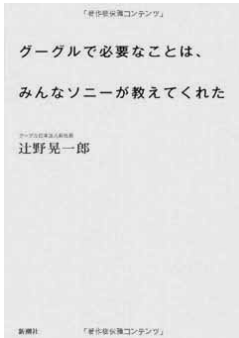
●推薦者名 吉田 雅信

●所属 研究支援・産官学連携センター

グーグルで必要なことは、みんなソニーが教えてくれた

著者名 辻野晃一郎

出版社 新潮社 価格 1,500円＋税 分類：総記



著者は私の大親友です。ものづくり企業として黄金期を迎えたSONYで、私はPDA「クリエ」や携帯電話の開発に携わり、辻野さんはパソコン「VAIO」やネットワークビデオ、音楽配信事業のトップを務めました。その後、彼はGoogleへ、私はSoftBankモバイルへと、それぞれ新たな戦場に活躍の場を移します。私たちは長年、ともに闘ってきた同志でもあります。

そんな彼が、Google日本法人社長を辞した直後に上梓したのが本書です。私たちはともに創業経営者の熱意や、一種の狂気(?)に触れた経験を持ち、似た者同士と言えるかもしれません。辻野さんの著書は、私の思いをも代弁してくれています。

SONYはAppleに先駆け、ネットワークを通じて音楽を配信する仕組みを構築し、ユーザーの嗜好とともに進化するクラウドの思想を、いち早くものづくりに取り入れようとしていました。しかし、「SONYの製品は売れて当然」と言い放つ役員や、ユーザーよりも社内都合を優先する商品開発の姿勢に耐えきれず、彼はGoogleへ転身します。

辻野さんが語る「優秀な人は、より優秀な人から学び、切磋琢磨すべし」「将来価値から逆算して行動を決めるべき」といった考え方は、SoftBankの孫さんから私が学んだことも通じています。SONYとGoogleという日米を代表する2つの大企業を経験した彼が説く数々の教訓は、これからの時代を生きるすべての人にとって、大いに役立つことでしょう。

ぜひ、本書を手にとってみてください。

●推薦者名 吉田 雅信

●所属 研究支援・産官学連携センター

オードリー・タン 私はこう思考する

著者名 オードリー・タン

出版社 かんき出版 価格 1,700円＋税 分類：倫理学・道徳



2024年11月15日、徳島大学で行われた辻野晃一郎氏の講演で紹介されたのが本書です。台湾初のデジタル大臣として、パンデミック時にマスク在庫管理システムを構築・公開し、感染拡大防止に大きく貢献した彼女の功績は広く知られています。

彼女はこう説きます。「アイデアを公開し、価値を広める。この世界を去るとき、来たときよりも世界がよくなっていたら、それだけで人生には意味がある。」ネットが世界中に広がり、SNSが氾濫する現代社会に生きる私たちにとって、どう生きるべきかを考えさせられる一言です。

彼女の課題解決の手法は、私たちにとって大いに参考になるのではないのでしょうか。自分が持っている知識や方法論を隠さず公開し、オンライン・オフラインを問わず、リアルタイムで考えを共有する。このような姿勢を、私たちは会議や日常の中で実践できているだろうか？ 知識をひけらかし、情報やアイデアを独占し、自分の優位性を

確保しようとしていないだろうか？

本書には、他にも思わずはっとさせられる思考法が数多く紹介されています。それらに驚かされると同時に、「もっと早く知りたかった」と感じるのは、私だけではないでしょう。

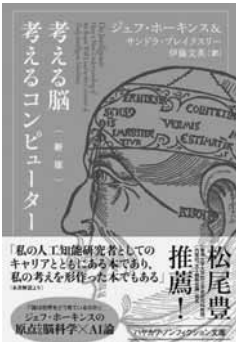
●推薦者名 吉田 雅信

●所属 研究支援・産官学連携センター

考える脳 考えるコンピューター

著者名 ジェフ・ホーキンス

出版社 早川書房 価格 各1,180円+税 分類: 総記



2022年11月にChatGPTが登場して以来、世の中は空前のAIブームに沸いています。しかし、そのはるか以前の2005年に本書は発表されました。著者であるジェフ・ホーキンスは、スマートフォンの原型といわれる「Palm Computer」を発明した人物です。

私がジェフ本人に会ったのは、2002年のサンノゼでした。ちょうどSONYがPalmベースの「クリエ」で市場に参入してから2年後のことです。「天才とはこういう人を指すのだ」と感動したのを、今でも鮮明に覚えています。彼は当時、脳の研究に没頭するため、ビジネスの現場から徐々に距離を置き始めていました。そんな中、熱っぽく脳とコンピュータの関係について語ってくれた彼の姿が印象的でした。

正直、脳の話はちんぷんかんぷんでした。しかし、その後「本を書いたから読んでみて」と連絡をもらい、本書に触れることができました。本書では、人間の脳、特に大脳新皮質に注目し、知性がどのように発揮されるのかを探求しています。新皮質が均質であるとする「マウントキャッスルの原理」や、脳が「予測モデル」を持つという考え方は、現代のAI理論にも通じるものでした。脳神経科学的な視点から、これらを機械的な観点で解説しており、非常に興味深い内容です。

AI時代の到来を見越していたジェフの先見性には驚かされます。それを十分に理解しきれなかった自分を、今となっては悔やむばかりです。

●推薦者名 臣永 歩

●所属 蔵本技術部門機能解析グループ

なぜ投資のプロはサルに負けるのか？

著者名 藤沢数希

出版社 ダイアモンド社 価格 1,600円+税 分類: 経済



だいぶ古い本のうえ、新入生のみなさんにお金の本を薦めるのはどうかなとも思ったのですが、時代が進むにつれて実は投資と関係ない部分で事の本質が書かれているといつも読み返して思います。

特に今でもなるほどと思うのが、「株式必勝法」という本が出版されつづけるのはなぜか？という点です。必ず儲かるのであればなぜその情報を自分だけで秘匿して儲けようとならないのかという疑問です。

答えは本書に書いてあります。

みなさんの身近な話ですと大学で使うパソコンの購入を検討されている方も多いと思います。その時インターネットで調べると、「パソコンおすすめ2022」といったような比較サイトを見ることが多いでしょう。

これからの時代、紙やインターネットの情報に触れる際に「この人(会社)はこの情報をどうして公開しているのか」の視点が重要だと考えます。

ファイナンシャルの基礎を学ぶにも良い本だと思いますのでぜひ読んでもらいたい1冊です。

●推薦者名 臣永 歩

●所属 蔵本技術部門機能解析グループ

完訳 7つの習慣 人格主義の回復

著者名 スティーブン・R・コヴィー

出版社 キングペアー出版 価格 2,300 円＋税 分類：倫理学・道徳



私がアメリカの会社で働いていた時に、上司から薦められた1冊です。1989年に発行された本になります。

今でも年に1回以上は読むようにしています。

特に「1. 主体的である」という部分については人生を生きやすくする事のヒントになるかなと思います。

色々書かれている事は多いのですが、私が常に意識しているのは下記3点です。

- 1 「自分のお葬式をイメージして参列者にどう思ってもらいたいのか」を考へて生きてみる
- 2 起きた事象に対して自分でコントロールできることに注力する
- 3 時間管理の方法

重要で急ぎのタスク、重要だけど急ぎでないタスク、重要ではないが急ぎのタスク、重要でも急ぎでもないタスクの4分割にして考える

もっとたくさん良いことが書いてあるのですが、書ききれないのでぜひ一度読んで頂ければと思います。漫画版もあるので、漫画から日本語版。日本語版から原書と読み進めもお勧めします。

●推薦者名 臣永 歩

●所属 蔵本技術部門機能解析グループ

ジャッカルの日

著者名 フレデリック・フォーサイス

出版社 KADOKAWA (角川文庫) 価格 840 円＋税 分類：英米文学



気が付いたら読んでいて朝になっていたという体験をしたい方にぜひお勧めです。

フランス大統領のシャルル・ドゴール暗殺を描いたミステリー小説になります。もちろんドゴール大統領は天寿を全うされていますので暗殺はされていません。物語の前半は実話に基づいています。

登場人物も多いですし、第二次世界大戦後のフランスの分裂の背景や聞きなれない組織名や呼称とともに語られます。ヨーロッパの地理も理解していないと物語が今どこまで進んでいるかわかりません。

物語は飛びに飛びます。しかし最後の最後で全部繋がっていて無駄なお話が一つもありません。

小説を描く際にどこまでリアリティを描く必要があるのか。ここまで描く必要があるのか。その辺りも考えさせられる作品です。

1995年にイスラエルのラビン首相とPLOアラファト議長の間で歴史的和平会談が始まりました。残念ながらラビン首相は暗殺されてしまいます。この時の暗殺の実行犯の自宅からも本書が見つかっています。

至高のフィクション小説をぜひ楽しんで頂きたいです。

●推薦者名 後藤 龍太

●所属 健康支援センター 総合相談部門

生き心地の良い町ーこの自殺率の低さには理由がある

著者名 岡 檀

出版社 講談社 価格 1,400円+税 分類：社会



徳島大学への赴任が決まり、知人に徳島県に行くことを伝えた時に言われた一言が、「徳島県は自殺が少ない地域ですね」でした。それを聞いて、調べてみたところ、この一冊に出会いました。

徳島県の南側にある海部町（現在は近隣と合併し海陽町となっている）は、自殺率が極めて低いコミュニティ。著者は、実際に海部町に足を運んで現地の住民などに聞き取り調査をしながら、自殺の予防因子を分析しました。その内容は、「なるほどな」と思うものや、「やっぱりそうだよな」と思うものばかりで、苦しい気持ちになったり、投げ出したくなったりした時にこの本を読んでもみるといいかもしれません。人と人がそれぞれ無理なく苦しくない距離感でつながるエッセ

ンスを教えてください。普段当たり前すぎて意識しないような何気ないけれど大切なことを思い出す大切さをこの一冊から学びました。

●推薦者名 武知 智子

●所属 薬学部 機能分子合成薬学

匂いの記憶 知られざる欲望の起爆装置 ヤコブソン器官

著者名 ライアル・ワトソン

出版社 光文社 価格 1,900円+税 分類：医学・薬学



あまり知られていないが、女性は大きく2種類に分けられる。痴漢にあう人とあわない人だ。あう人といえばしょっちゅうあうし、あわない人は全くあわない。

身近な例をあげるなら、2歳違いの妹は前者で私は後者だ。姉妹ゆえ育った環境はほぼ同じ、全体的な外見も似ている。それにもかかわらず、キツパリはつきり異なる。何がどう違うのか？どのあたりに決定的な差があるのか？これは人生における3大疑問のひとつだった。

だが、ある日何気なくこの本を読んでいて、ハタと気が付いた。まさかとは思いますが、これが長年探し求めていた答えではないだろうか。

●推薦者名 武知 智子

●所属 薬学部 機能分子合成薬学

エンデの遺言ー根源からお金を問うことー

著者名 河邑厚徳+グループ現代

出版社 日本放送出版協会 価格 1,500円+税 分類：経済



ファンタジー作家とは別の顔を持つミヒャエル・エンデの言葉。

今まで深く考えたことはなかったが、お金とはいったい何なのか。靴を買った場合、靴は時間とともに劣化するが、対価として渡したお金はいつまでたっても劣化しない。当たり前のことだと疑いもしなかったが、これはこれで本当にOKとやっていいのか？

「お金をいかに循環させるか」という社会的命題に対し、シルビオ・ゲゼルは100年前に「劣化する貨幣」という概念で答えた。驚くべきことに、過去にはこれを実際に取り入れたヨーロッパの自治体があった。そしてさらに、その結果が極めて興味深い。

●推薦者名 石川 実可子

●所属 研究支援・産官学連携センター

話すチカラ

著者名 齋藤孝、安住紳一郎

出版社 ダイアモンド社 価格 1,400円+税 分類：言語



皆さんは人前で話すことは得意ですか。私は得意ではありません。嫌です。この本には日本最高峰の話術の裏側が書かれています。私も少し得意になった！はず……。

私は安住紳一郎さんの大ファンです。北海道出身、明治大学卒業、某テレビ局のアナウンサー。相手が話したくなるような聞く力がある人。老若男女を惹きつける面白い話をする人。毒舌ですが、きっちり公平性を保っている人。そんな安住紳一郎さん（教え子）と齋藤孝さん（先生）との対談本です。日本最高峰の話術を軸にコミュニケーション力、ライフハック術、メンタルケア等を学べます。入学後の雑談、パイ

トの面接、研究のプレゼンに役立つかもしれません。ラジオ「安住紳一郎の日曜天国」を聴いてから読む、読んでから聴く。本とラジオ、合わせて是非！

●推薦者名 松尾 淳

●所属 研究・産学企画課

少女たちの戦争

著者名 中央公論新社
出版社 中央公論新社

価格 1,300円＋税 分類：日本文学



この本が刊行された令和3（2021）年以降、世界各地で起きる紛争等による分断と衝突は、市民の平和な日常を非日常に変え、次々と起こる出来事は非日常を日常に変えてゆき、鮮烈な出来事も疎く・うすらいでいきます。

中央公論社編集部は、太平洋戦争開戦80年企画として刊行した時の思いを「非常時が日常となった日々のなかで、幼少期・青春を送った彼女たちは何を思い、どのように過ごしたのか。ここに収めた文章は必ずしも戦争をテーマにしたものばかりではありません。むしろ、従来の戦争の記録からは零れ落ちてしまいそうな、戦時下の何気ない日常が垣間見えるものを選んでいきます。少女たちには、少女たちの戦争があり、日常がありました。（男たちの戦争）から最も遠い、弱く小さき声に耳を傾けていただきたいと思います。」と語っています。

この本は、昭和16（1941）年12月8日の開戦時に、満20歳未満だった女性によるエッセイを収録しています。徳島出身の瀬戸内寂聴（1922～2021）をはじめ、橋田壽賀子、田辺聖子、黒柳徹子など昭和から現在に至るまで活躍した作家・小説家です。

彼女たちが体験した戦争下という非日常の日常の記憶を書き手として綴ったものです。戦争の惨禍を体験者から聴くことが難しくなった今、記憶が留められた空間から小説・詩などの作品に関心を広げる機会にしてほしいと思います。

●推薦者名 松尾 淳

●所属 研究・産学企画課

タテ社会と現代日本

著者名 中根千枝 構成：現代新書編集部
出版社 講談社 価格 840円＋税 分類：社会



徳島の地に、中国東北部や台湾などの東アジアを中心に人類学、考古学、民族学的な調査を行った先駆者・鳥居龍蔵（1870～1953）の業績を顕彰した博物館や記念碑があります。鳥居先生が行った人類学、民族学的な調査は、広く人類の文化を研究する民族学、文化人類学、社会人類学など多様な方向に発展しています。

この社会人類学の一冊として「タテ社会と現代日本」を紹介します。著者の中根千枝（1926～2021）は、1952年に東京大学助手に採用され、1980年には東京大学東洋文化研究所長を務め、また文部省（現文部科学省）が担う学術の振興に関する行政に科学官として携わっています。1995年7月、日本における学問としての文化人類学の確立に貢献した功績により女性で初めて日本学士院会員に選出されています。

「タテ社会と現代日本」は、1967年2月に刊行した「タテ社会の人間関係（講談社現代新書）」が長く読まれ続けていることをきっかけに、これまでに展開された学問的な知見をわかりやすく解説し、現代日本を読み解いてみた一冊です。

この本では、日本社会の構造を“資格”と“場”というキーワードを用いて、個人と個人、集団と集団の関係、さらには、天下りやハラスメント等に潜む社会慣習を解き明かしています。

日常の社会生活での、他者との関係性、合意形成や行動に対する気づきを与えてくれるはずです。

●推薦者名 松尾 淳

●所属 研究・産学企画課

基礎研究者 真理を探究する生き方

著者名 大隅良典、永田和宏

出版社 角川新書 価格 960円＋税 分類：自然科学



昨今、DXやGXの進展に対応した人材、博士人材の養成、学修者本位の教育等のフレーズで大学教育への期待が示されています。大学・大学院は、最先端の知識の学びの場であると同時に、教員（研究者）が真理の探究、基本原理の解明、新たな発見を求める場でもあります。

二人の著者は1960～70年代から新しいことを見つめる研究に魅かれ、60年を超える研究生活について対談を含めて軽やかに語っています。かつての大学生活、現代社会の科学技術に対する認識の変化などから“基礎研究者とはかくあるべき”とするような目次の印象とは違って、研究生活のなかでの格言や日常生活の“なんで？”から生み出される科学のおもしろさの空気感が盛り込まれています。

この本はもう一つの名を“未来の科学者たちへ”。「これからサイエンスの世界に足を踏み入れようとしている学生や、将来科学者として研究を続けてほしい若い研究者たちへのメッセージを込めたものであったのですが、お読みいただければわかるように、本書はそこにとどまらず、より一般的に基礎研究とは何か、なぜ基礎研究が必要なのか、そして、何より、わが国の基礎研究はこのままで大丈夫なのかという強い危機意識に基づいた内容になっています。」と著者は語っています。

良き時代の物語から、これから科学を創造するみなさんへ“読んでおく”いつか手にとる“積んでおく”一冊として紹介します。

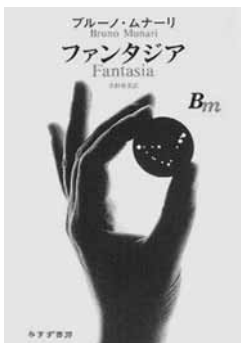
●推薦者名 佐々木 奈三江

●所属 図書情報課

ファンタジア

著者名 ブルーノ・ムナーリ (訳：萱野有美)

出版社 みすず書房 価格 2,400円＋税 分類：工芸



「ファンタジア」とは創造力の源泉のこと。そんなものをどうやって本の中で表現するんだろう？と思いつつ読んでみると・・・図版が多くて読みやすく、でもその図版の前でじっと考え込むような、理論と実践が1冊の本の中で展開されている知的刺激にあふれる本でした。独創性というと、自由きまま、と考えられがちだと思いますが、技術や道具への正しい知識があってこそ、という指摘は重要です。また、ファンタジアの発達にはより多くの情報が必要で、でも情報を記憶しているだけでファンタジアを活用しないなら情報は使えない道具である、という指摘もいちいちそのとおり。図書館で

仕事をしているからには、このファンタジアの活用というあたりに踏み込んで貢献したいものです。という訳で、まずはこの本をおすすめします。

●推薦者名 佐々木 奈三江 ●所属 図書情報課

ふむふむ：おしえて、お仕事!

著者名 三浦しをん
出版社 新潮社 価格 1,300円＋税 分類：社会



大学に入ったばかりの皆さん、次は就活、とドキドキしていませんか？就活という一番に面接の受け方やエントリーシートの書き方が気になるかも知れません。でもその前に「働くてなんだろう」ということから考えてみるというのはいかがでしょうか？

そのヒントとしておすすめしたいのがこの本、「ふむふむ：おしえて、お仕事!」です。小説家三浦しをんさんと女性の職人さんとの対談集で、染色家、ピール職人、活版印刷職人、工事現場監督などなど、色んな職人、職業の方が出てきます。どちらかというと、好きなことを職業にした幸運な方が多く紹介されていますが、当然平坦な道ばかりではありません。でもどの方も、自分の仕事が届く先の「人」のことを考え、真摯にそして何より楽しそうに働いています。どんな職業に付くにしても、仕事への心構

えは必要だし、こういった本を読むことで「世の中にはこんな仕事があるんだ!」と少しでも視野を広げられれば、自分の中に余裕が生まれるのではないのでしょうか。楽しく読んでもらいたい1冊です。

●推薦者名 近藤 薫 ●所属 図書情報課

読書が苦手だった司書が教える世界一かんたんな図書館の使い方

著者名 つのだ由美こ
出版社 秀和システム 価格 1,600円＋税 分類：図書館・図書館学



新入生のみなさん、誤った情報に惑わされないためには、情報の信頼性を確認することが大切です。具体的にはどのようにすればよいのでしょうか。この本では、「誰が」「いつ」「なぜ」発信した情報なのかを判断し、情報源を複数使って突き合わせ、情報量を増やし解像度を上げる方法を紹介しています。

本や雑誌、新聞、電子ブックや電子ジャーナルなどが利用できる図書館は、情報量の多いサービス機関です。そんな多くの情報の中から欲しい情報を手元に引き寄せるための検索成功の秘訣は「キーワード」にあります。本書では、キーワードを考える際に、頭の中でぼんやりしている目的を書き出して言語化し、「どうして(WHY?)」と問いかけながら仮説検

証を行い、キーワードを考える方法を説明しています。また、類推やキーワードの言い換えなど、「キーワード」検索のコツもわかりやすく解説しています。ぜひ手に取って、気になるところから読んでみてください。

＜分野別索引＞

■総記

社会は情報化の夢を見る	渡邊 克典	総合科学部	社会総合科学科 …… P 10
人文知 1 心と言葉の迷宮	大村 和人	教養教育院	…………… P 36
知的生産の技術	馬場 良泰	研究支援・産官学連携センター	… P 39
シン・ニホン	馬場 良泰	研究支援・産官学連携センター	… P 40
グループに必要なことは、みんなソニーが教えてくれた	吉田 雅信	研究支援・産官学連携センター	… P 41
考える脳 考えるコンピューター	吉田 雅信	研究支援・産官学連携センター	… P 42

■図書館・図書館学

それでも、読書をやめない理由	依岡 隆児	総合科学部	社会総合科学科 …… P 8
読書からはじまる	依岡 隆児	総合科学部	社会総合科学科 …… P 9
読書が苦手だった司書が教える世界一かんたんな図書館の使い方	近藤 薫	図書情報課	…………… P 48

■西洋哲学

大衆の反逆	上番増 喬	医学部	医科栄養学科 …… P 14
-------	-------	-----	----------------

■心理学

フロー体験入門 楽しみと創造の心理学	赤池 雅史	医学部	医学科 …… P 11
アイデアのつくり方	二川 健	医学部	医科栄養学科 …… P 16
自分のアタマで考えよう	真壁 和裕	理工学部	理工学科 …… P 28

■倫理学・道徳

会社人生に必要な知恵はすべてマグロ船で学んだ	竹内 政樹	薬学部	分析科学 …… P 21
自分のための人生 ー 今日を賢明に生きてますか	石田 徹	理工学部	理工学科 …… P 24
仕事は楽しいかね？	田村 隆雄	理工学部	理工学科 …… P 26
君たちに伝えたい3つのこと	真壁 和裕	理工学部	理工学科 …… P 27
オードリー・タン 私はこう思考する	吉田 雅信	研究支援・産官学連携センター	… P 41
完訳 7つの習慣 人格主義の回復	臣永 歩	蔵本技術部門機能解析グループ	… P 43

■日本史

草の根のファシズム：日本民衆の戦争体験	荒武 達朗	総合科学部	社会総合科学科 …… P 3
---------------------	-------	-------	----------------

■アジア史・東洋史

雍正帝：中国の独裁君主	荒武 達朗	総合科学部	社会総合科学科 …… P 4
-------------	-------	-------	----------------

■伝記

津田梅子 ー 科学への道、大学の夢	福井 清	副学長	…………… P 1
津田梅子 ー 女子教育を拓く	福井 清	副学長	…………… P 1
生きること学ぶこと	二川 健	医学部	医科栄養学科 …… P 17

＜分野別索引＞

平賀源内に学ぶイノベーターになる方法

日下 一也 理工学部 理工学科 …………… P 25

代表的日本人

田中 保 生物資源産業学部 生物資源産業学科 …… P 32

青春漂流

馬場 良泰 研究支援・産官学連携センター … P 40

■政治史・事情

権力は腐敗する

饗場 和彦 総合科学部 社会総合科学科 …… P 2

■社会科学

「日本」ってどんな国？－国際比較データで社会が見えてくる

饗場 和彦 総合科学部 社会総合科学科 …… P 3

■経済

プレゼンテーションZen第3版

日下 一也 理工学部 理工学科 …………… P 25

なぜ投資のプロはサルに負けるのか？

臣永 歩 蔵本技術部門機能解析グループ … P 42

エンデの遺言－根源からお金を問うこと－

武知 智子 薬学部 機能分子合成薬学 … P 45

■社会

底が抜けた国－自浄能力を失った日本は再生できるのか？

饗場 和彦 総合科学部 社会総合科学科 …… P 2

日常生活における自己呈示

渡邊 克典 総合科学部 社会総合科学科 …… P 10

人を助けるとはどういうことか 本当の「協力関係」をつくる7つの原則

岡久 玲子 医学部 保健学科 …………… P 18

ルフィの間間力－「ONE PIECE」流、周りの人を味方に変える法

白山 靖彦 歯学部 口腔保健学科 …… P 19

反社会学講座

三輪 昌史 理工学部 理工学科 …………… P 29

子どもは判ってくれない

渡邊 健 理工学部 理工学科 …………… P 30

The Culture Map: Decoding How People Think, Lead, and Get Things Done Across Cultures

チャン ホアンナム 高等教育研究センター …………… P 38

生き心地の良い町－この自殺率の低さには理由がある

後藤 龍太 健康支援センター 総合相談部門 … P 44

タテ社会と現代日本

松尾 淳 研究・産学企画課 …………… P 46

ふむふむ：おしえて、お仕事！

佐々木奈三江 図書情報課 …………… P 48

■教育

Reading Magic: Why Reading Aloud to Our Children Will Change Their Lives Forever

カイザー メイガン 総合科学部 社会総合科学科 …… P 5

独学の教室

土屋浩一郎 薬学部 医薬品機能生化学 … P 22

■風俗習慣・民俗学・民族学

菊と刀

内山 八郎 教養教育院 …………… P 35

■自然科学

科学するブッタ 犀の角たち

富田 卓朗 理工学部 理工学科 …………… P 26

＜分野別索引＞

理科系の作文技術 99.9%は仮説	玉井 伸岳 斉藤 隆仁	生物資源産業学部 生物資源産業学科 …… P 33 教養教育院 …… P 38
基礎研究者 真理を探究する生き方	松尾 淳	研究・産学企画課 …… P 47
■物理学		
人物で語る物理入門 〈上・下〉	大藪 進喜	教養教育院 …… P 37
■化学		
有機化学の理論 ～学生の質問に答えるノート	中尾 允泰	薬学部 分子創薬化学 …… P 23
■天文学・宇宙科学		
COSMOS 〈上・下〉	堤 和博	総合科学部 社会総合科学科 …… P 7
宇宙の「果て」になにがあるのか 最新天文学が描く、時間と空間の終わり	大藪 進喜	教養教育院 …… P 37
Brief Answers To The Big Questions	チャン ホアンナム	高等教育研究センター …… P 39
■地球科学・地学		
大陸と海洋の起源	青矢 睦月	理工学部 理工学科 …… P 23
■生物科学・一般生物学		
生物と無生物のあいだ	竹谷 豊	医学部 医科栄養学科 …… P 16
Y染色体からみた日本人	佐藤 陽一	薬学部 医薬品情報学 …… P 21
■動物学		
ソロモンの指環（動物行動学入門）	米村 重信	医学部 医学科 …… P 12
■医学・薬学		
「健康格差社会」を生き抜く	佐藤 充宏	総合科学部 社会総合科学科 …… P 6
人生最後のご馳走	上番増 喬	医学部 医科栄養学科 …… P 14
やせる！低GIダイエット	奥村 仙示	医学部 医科栄養学科 …… P 15
代替医療のトリック	三輪 昌史	理工学部 理工学科 …… P 29
匂いの記憶 知られざる欲望の起爆装置 ヤコブソン器官	武知 智子	薬学部 機能分子合成薬学 …… P 44
■技術・工学		
The New Science of Strong Materials: Or Why You Don't Fall Through the Floor	ナカガイト アントニオ ノリオ	理工学部 理工学科 …… P 27
■建設工学・土木工学		
コミュニティデザイン 人がつながるしくみをつくる	渡辺公次郎	理工学部 理工学科 …… P 30
見えがくれする都市	渡辺公次郎	理工学部 理工学科 …… P 31
■機械工学・原子力工学		
フェニックス（不死鳥）王昌の「モノづくり」	岡久 稔也	医学部 医学科 …… P 11

＜分野別索引＞

■化学工業

スパイス、爆薬、医薬品 世界史を変えた17の化学物質
 大高 章 薬学部 機能分子合成薬学 … P 20

■家政学・生活科学

料理の四面体 真壁 和裕 理工学部 理工学科 …… P 28

■産業

地域を変えるデザイン コミュニティが元気になる30のアイデア
 渡辺公次郎 理工学部 理工学科 …… P 31

■工芸

ファンタジア 佐々木奈三江 図書情報課 …… P 47

■言語

話すチカラ 石川実可子 研究支援・産官学連携センター … P 45

■日本文学

ノルウェイの森 〈上・下〉 佐藤 健二 総合科学部 社会総合科学科 …… P 6

寺田寅彦随筆集 全5巻 依岡 隆児 総合科学部 社会総合科学科 …… P 8

ハーモニー 渡邊 克典 総合科学部 社会総合科学科 …… P 9

李陵・山日記 弟子・名人伝 米村 重信 医学部 医学科 …… P 13

しつけ帖 上番増 喬 医学部 医科栄養学科 …… P 13

数学者の言葉では 酒井 徹 医学部 医科栄養学科 …… P 15

沈まぬ太陽（アフリカ編上・下、御巢鷹山編、会長室編上・下）
 二川 健 医学部 医科栄養学科 …… P 17

噛みきれない想い 奥田紀久子 医学部 保健学科 …… P 18

人間というもの 石丸 直澄 歯学部 歯学科 …… P 19

見残しの塔 一周防国五重塔縁起 大高 章 薬学部 機能分子合成薬学 … P 20

道ありき 田中 秀治 薬学部 分析科学 …… P 22

深夜特急1 - 香港・マカオ - 加藤 雅裕 理工学部 理工学科 …… P 24

柿の種 玉井 伸岳 生物資源産業学部 生物資源産業学科 …… P 32

秘帖・源氏物語 翁- OKINA 玉井 伸岳 生物資源産業学部 生物資源産業学科 …… P 33

少年H 〈上・下〉 松木 均 生物資源産業学部 生物資源産業学科 …… P 34

のぼうの城 〈上・下〉 松木 均 生物資源産業学部 生物資源産業学科 …… P 34

少女たちの戦争 松尾 淳 研究・産学企画課 …… P 46

■中国文学

魯迅 - 「人」「鬼」の葛藤 大村 和人 教養教育院 …… P 35

とびらをあける中国文学-日本文化の展望台
 大村 和人 教養教育院 …… P 36

■英米文学

Where the Sidewalk Ends カイザー メイガン 総合科学部 社会総合科学科 …… P 5

2001年宇宙の旅 決定版 山内 暁彦 総合科学部 社会総合科学科 …… P 7

<分野別索引>

ぼうしのすきなこぶた	米村 重信	医学部	医学科	……………	P 12
ジャッカルの日	臣永 歩	蔵本技術部門機能解析グループ		…	P 43
■ロシア・ソヴィエト文学					
戦争は女の顔をしていない	荒武 達朗	総合科学部	社会総合科学科	……	P 4



徳島大学附属図書館によるこそ

図書館は本がたくさんあって、みんなが静かに勉強をしているところ・・・そんなイメージはありませんか。徳島大学附属図書館は少し違います。みなさんの学習、研究のために役立つ施設・サービスがたくさんありますので、その中からいくつかご紹介しましょう。

❁ ラーニング・コモンズ&グループ・個人向け個室

大学では、グループで作業したり、発表したりする機会が増えてきます。その準備をするためには、テキストを見ながら、パソコンを使いながら、ディスカッションができる場所があると便利ですよ。そのような場所として、徳島大学附属図書館は館内に「ラーニング・コモンズ」を設けています。本館・蔵本分館ともに1階にあり、自由に利用できます。

本館では複数人数向けのグループ研究室（2室）、個人向けの研究個室（8室）という2種類の個室も用意しています。個室の利用にはカウンターでの申込が必要です。個人で静かに勉強したい場合は、2階の個人机（申込不要）の利用もおすすめです。

蔵本分館にはグループ向けのグループ学習室とミーティングルーム（計6室）があり、予約が取れない時もあるほど大人気です。

ラーニング・コモンズとグループ向け個室には大型ディスプレイがあり、Webサイトや作成資料を大画面表示できるため、グループでの学習や打合わせによく利用されています。

❁ SSS (Study Support Space)

大学は高校までの勉強と全然違う・・・。そんな不安や悩みを抱えた学生さんを助けるのが、SSSです。レポートの書き方や勉強の仕方、専門分野の内容まで、アドバイザーの先生や大学院生の先輩が相談にのってくれます。図書館本館1階でお待ちしております。

❁ 講習会

大学で研究するためには、世界中にあふれる研究情報をうまくキャッチする必要があります。インターネットがあるじゃない？と思うかもしれませんが、ネットだけでは入手できない情報もあるのです。図書館の「データベース」を使うと、たくさんの学術情報を効率よく手に入れることができます。図書館では、「データベース」の使い方や、図書館の本・雑誌の探し方などを説明する「講習会」を開催していますので、ぜひ参加してください。

❁ レファレンス

調べたいことがあるんだけど、調べ方がわからない・・・。そんな時は図書館のカウンターに何でも聞いてください。便利なサイト、参考になる本、調査方法などをお調べします。

❁ ホームページ・SNS

図書館ではホームページや下記SNSを開設しています。本の入荷情報、イベント情報などお得な情報がいっぱいです。ぜひ確認してくださいね！

ホームページ <https://opac.lib.tokushima-u.ac.jp/library/>

Facebook <https://www.facebook.com/tokushima.univ.library>

X https://twitter.com/TokushimaU_lib

Instagram https://www.instagram.com/TokushimaU_lib/

（ホームページ）



✿ OPAC (Online Public Access Catalog : 徳島大学蔵書目録)

春の大学図書館では、新入生のみなさんがあまりの本の多さに驚いている光景をよく見かけます。この中から目的の本や雑誌を探すためにあるのがOPACです。図書館ホームページから簡単に検索でき、貸出中の本の予約もできます。図書館の各階にもOPAC専用パソコンを設置していますので、まずはアクセスしてみましょう。

✿ マイライブラリ

cアカウント認証で利用できるOPAC上の個人ページです。借りている図書の貸出期間延長や他の人が借りている図書の予約、図書館に置いてほしい図書の購入希望（学生のみ）、他大学からの論文コピーや本の取り寄せの申込みができます。OPACで検索した結果をマイフォルダに登録・管理することもできます。マイライブラリには、以下のURLからアクセスできます。

<https://opac.lib.tokushima-u.ac.jp/opac/user/top>





新しい本の世界へようこそ

図書館では、みなさんと本をつなぐため、様々なサービスや活動を行っています。その中から主なものを紹介します。

🍀 ブクログ「徳島大学附属図書館ユーザーのオススメ本棚」

「ブクログ」とはウェブ上に本棚を作り、本の感想を記録したり、他の本棚に感想を書いたりすることができるサービスです。この「ブクログ」を使って徳島大学の学生や先生、職員のオススメ本を一堂に集めたウェブ上の本棚をつくりました。それが「徳島大学附属図書館ユーザーのオススメ本棚」です。

新しい本との「出会いの場」「交流の場」として、ぜひ使ってみてください。

<https://booklog.jp/users/tokushimalib2014>



🍀 ブックハンティング

「学生が、図書館に置く本を、自分たちの手で書店で選ぶ」それがブックハンティングです。普段とは違った視点から本を見ることができると、参加した学生さんに好評をいただいています。年に数回開催していますので参加してみてください。



♣ ビブリオバトル

ビブリオバトルとは、「お気に入りの本を5分間でプレゼンテーションし、より多くの聴衆にその本を読んでもらいたい！と思わせたら勝ち」という本の紹介コミュニケーションゲームです。徳島でビブリオバトルの普及を支えているのが、徳島大学のサポート系サークル「阿波ビブリオバトルサポーター」です。先生方や職員と連携して図書館を中心に活動しています。

阿波ビブリオバトルサポーターは、ビブリオバトルの全国大会「全国大学ビブリオバトル」を目指す地区大会や、テーマを設定したビブリオバトルの開催など、様々な活動を行っています。

あなたも、本の発表者としてビブリオバトルに参加してみませんか。



♣ 授業サポートナビ

授業サポートナビとは、先生方に紹介していただいた各講義のシラバス掲載図書、学習に必要な図書・Webサイトなどをまとめたものです。

本館では、大学での学び始めに役立つ参考図書を分野別にまとめた「授業サポートナビ」も作成しています。リストアップされた図書は、本館では1階ホールの展示コーナーと各閲覧室に、蔵本分館では2階生命科学閲覧室内の「授業サポートナビコーナー」に並んでいます。授業の予習・復習に大いに役立ててください。リストは図書館ホームページでも見ることができますので、ぜひチェックしてみてください。



本館



蔵本分館

蔵本分館テーマ展示



蔵本分館では、1階エントランスホールにて医療系の旬のテーマや1つの分野に収まらない学際的なテーマを取り上げ、先生方に監修していただいた図書とWebサイト（またはiPadアプリ）を展示しています。

図書館の本棚に並んでいる時には気づかなかった本、本と本との間の意外な繋がり、などを発見できる機会となっており、良く利用されています。監修の先生によるテーマ紹介のコメントも必見です。

My Recommendations

My Recommendationsとは、先生や学生のおすすめ本を展示しているコーナーです。専門書だけではなく、様々なジャンルの本が紹介されています。すべての本には推薦者のコメントが付けられており、貸出が非常に多い人気のコーナーです。自分が所属している学部の先生がどんな本を推薦しているのか、見てみるだけでも面白いのではないのでしょうか。



本館



蔵本分館

多読コーナー

図書館本館では、1階ホールに「多読コーナー」を設け、英語学習者向けの洋書をシリーズや語数により分けて並べています。簡単に読める洋書をたくさん読むことで、英文を速く読む力が自然に身につきます。TOEIC対策にもなります。

英語が苦手な人は、単語数が少ない本から始めてみましょう。欧米キッズ向けの絵本や児童書もありますので、簡単に楽しく読み、日常会話で使える単語やフレーズを知ることできます。

読書記録手帳を使った多読ラリーも実施していますので、ぜひ参加してください。



大学生になったら

読書マラソンを始めよう!

読書マラソンって何？

『大学4年間で100冊以上の本を読もう!』

という企画のことです。

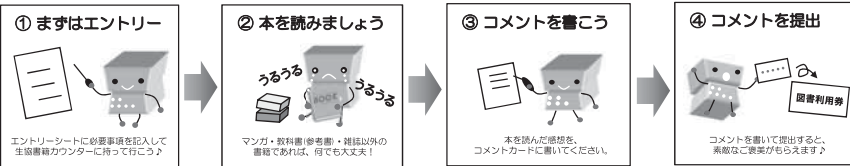
何のために読書するの？

- 読書は自分を作る。**自己形成**にとって強力なツールとなるから
- 読書は自分の視野を広げ、**コミュニケーション力がUP**するから
- 読書は**楽しい**。あらゆる時代、世界の人と対話ができるから

この活動を通して大学生協はみなさんの読書活動を応援しています。

さあ！あなたも読書マラソンに参加しましょう！

読書マラソンの流れ



※エントリーシートは生協店舗でお渡ししています。一緒にコメントカードもお渡ししています

あなたが書いた本の感想は、
お店のコーナーで掲示され、ほかの皆さんが
本を読むきっかけにつながっていきます



お申し込みは、徳島大学生協書籍カウンターへ!

新入生にすすめる私のこの一冊

徳島大学の教職員が推薦

発行日 2025年4月1日（初版1刷）

発行 徳島大学附属図書館
〒770-8507
徳島県徳島市南常三島町2丁目1番地
電話 (088) 656-7584

製作 徳島大学生生活協同組合
〒770-0814
徳島県徳島市南常三島町1丁目1番地
電話 (088) 652-1073

ISBN 978-4-906835-13-3

2025

新入生にすすめる

私のこの一冊

ISBN978-4-906835-13-3