

2020年全校読書運動「癒し」中学生・高校生どちらも読めるリスト			
書名	著者名	出版社	出版年
Wall and Piece	Banksy	パルコ出版	2011
The story of my Life	Helen Keller	Maple Press	2017
The Snail and the Whale	Julia Donaldson	MacMillan	2016
大切なことに気づく365日名言の旅 世界の空編	writes publishing	ライツ社	2018
SLEEPY DOG	あさぎ一にょ	へんてこぼっぼ	不明
感染症対人類の世界史	池上彰・増田ユリヤ	ポプラ新書	2020
おぼえているよ。ママのおなかにいたときのこと	池川明	リヨン社	2002
生き物の死にざま	稲垣栄洋	草思社	2019
つながる勇気 アドラー心理学がよくわかる動物たちのフォトブック	岩井俊憲	マキノ出版	2015
真夜中のパン屋さん 午前0時のレシピ	大沼紀子	ポプラ文庫	2011
京都の小さな美術館めぐり	岡山拓・浦島茂世	G.B	2015
ペンギンと暮らす	小川糸	幻冬舎文庫	2010
ツバキ文具店	小川糸	幻冬舎文庫	2018
キラキラ共和国	小川糸	幻冬舎文庫	2019
はるかカーテンコールまで	笠木拓	港の人	2019
鴨川食堂	柏井壽	小学館文庫	2015
地獄絵 ART BOX	加須屋誠	講談社	2019
病魔という悪の物語：チフスのメアリー	金森修	ちくまプリマー新書	2006
こころの処方箋	河合隼雄	新潮文庫	1998
「空気」を読んでも従わない 生き苦しさからラクになる	鴻上尚史	岩波ジュニア新書	2019
野の花 空の鳥	小堀正路	暁書房	1989
兵庫のトリセツ	先崎仁	昭文社	2020
もものかんづめ	さくらももこ	集英社文庫	2001
さるのこしかけ	さくらももこ	集英社文庫	2002
たいのおかしら	さくらももこ	集英社文庫	2003
あのこと	さくらももこ	集英社文庫	2004
まる子だった	さくらももこ	集英社文庫	2005
ももこの話	さくらももこ	集英社文庫	2006
ももこのいきもの図鑑	さくらももこ	集英社文庫	1998
ぶたのたね	佐々木マキ	絵本館	1990
指を置く	佐藤雅彦	美術出版社	2014
銭湯図解	塩谷歩波	中央公論新社	2019
世界で一番美しい元素図鑑	セオドア・グレイ	創元社	2010
世界で一番美しい分子図鑑	セオドア・グレイ	創元社	2015
世界で一番美しい化学反応図鑑	セオドア・グレイ	創元社	2018
そして、バトンは渡された	瀬尾まいこ	文藝春秋	2018
あきない世傳金と銀 1～8以下続刊	高田郁	ハルキ文庫	2016
#名画で学ぶ主婦業	田中久美子監修	宝島社	2018
#名画で学ぶ主婦業 主婦は再びつづやく	田中久美子監修	宝島社	2019
Don't worry, be Cookie!	谷口咲	幻冬舎ルネッサンス	2011
幸せをはこぶトイブードル	谷口咲	幻冬舎ルネッサンス	2011
頭に来てもアホとは戦うな!	田村耕太郎	朝日新聞出版	2014
犬の生活	津田直美	カワイ出版	1992
うつくしい人	西加奈子	幻冬舎文庫	2011
まにまに	西加奈子	角川文庫	2019
世界の日本人ジョーク集	早坂隆	中公新書ラクレ	2006
こんなものを買った	原田宗典	新潮文庫	1996
奇跡の人 ヘレン・ケラー自伝	ヘレン・ケラー	新潮文庫	2004
昆虫戯画 びっくり雑学事典	丸山宗利 じゅえき太郎	大泉書店	2018
人生はニャンとかなる!	水野敬也ほか	文響社	2013
太陽の Pasta 豆のスープ	宮下奈都	集英社文庫	2013
ラクガキマスター	寄藤文平	美術出版社	2009
ホット・ゾーン エボラ・ウィルス制圧に命を懸けた人々	リチャード・プレストン	飛鳥新社ほか	2014
生たちの知られざる生活	ロザムンド・ヤング	アダチプレス	2018
置かれた場所で咲きなさい	渡辺和子	幻冬舎文庫	2017
スマイルのように踏まれて香る	渡辺和子	朝日文庫	2012

品切れなので推薦した先生の本を借りられます(図書館で)。
品切れなので、推薦した先生の本を閲覧できます(図書館で)。

はと時計

7/8月合併号
松蔭中高図書館
2020.07.25
編集：眞鍋

今年の読書運動のテーマは「癒し」です。

新型「コロナウイルス」のことで疲れ、ストレスを感じる昨今。私たちは、予防措置を講じながら、今できることをし、心と体を癒して、元氣になりましょう。本はあなたを必ず助けてくれます。

「癒し」を感じる対象はいろいろだと思いますが、動物関係の書物、愛や恋愛についての話、食べ物についての本など、とにかく自分が好きになれそうな本、おもしろいなあと思えそうな本を、まずは一冊手に取ってみましょう。不安が兆して当然ですが、それに囚われず、楽しいことや興味を持つことを探して、前向きに暮らしましょう。未来に「希望」を持ちましょう。人によっては、癒される前に、

今そこにある危機を冷静に把握し、分析したいと考えることでしょうか。ですから、今回のテーマ「癒し」の中には、「危機」や「パンデミック」について考えることも含まれます。さらに、危機的状況をどうすれば乗り越えられるか、「克服」できるか、「打破」できるか、考えてみるのもいいですね。「希望」を見出すためにも、考えてみてほしいと思います。

また、できないことが増えてしまったら、現在、私たちは時間を「与えられたのだ」と考えることもできます。「この機会に」「見つけ直して」みましょう。「見つけ直す」対象はたくさんありますね。自分や、普段当たり前前だと思っていたことや、まななど。今は「二密は避ける」とか、遠くへ出かけられないなど、

ですが、距離について考えてみるのいいですね。距離」とい言葉は、家族、恋愛、友人等の人間関係における「距離」や、過去や未来といった時間的な距離など、広い内容を含みます。もちろん、物理的な「距離」について考えてみるのもいいですね。国際化という言葉にワクワクし、留学や旅行を考えていたのに、そもそも「渡航」が困難である今こそ、改めて、国境を越えて行き来するということや、異文化理解、異文化交流等について深く考えてみませんか。

「癒し」に関する本を読んで、各学年でオリジナルの課題に取り組みます。

中学一年生DS 選んだ本を贈るとき、誰に?どんな人に?どしてその本を?を表現しよう。本を読む前、読んだ後のメッセージを添えて、手紙をつけよう。

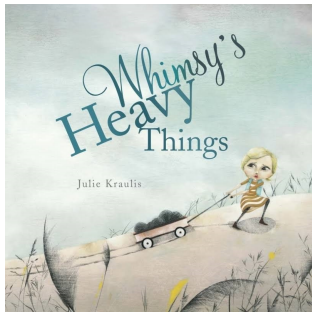
中学一年生GS 本のお薦めポイントと、ハイポイント5枚

以内にまとめてみる。
中学二年生 作者が登場人物に宛てて、お礼状を書く。
中学三年生 「よみくすり」を作成。「処方箋」を入れる袋には、処方する相手、あらすじ、どんなときにもよむ、よみかたなど記入。「処方箋」には、印象に残ったインスピラトを書いて袋に入れる。

高校一年生 本のテーマにまつわるデザインの案を作成。
高校二年生 POPをつくる。
高校三年生 小ト型に読んだ書名、著者名、出版者名と共感できた部分、得られた癒し、誰に薦めるかを記入する。イラストや写真貼付可。

まず中学生向け(2冊)・中学生向け(6冊)・高校生以上(10冊)と本を紹介していきます。

中学生向け、高校生向けリストは狭み込み。絶版などで図書館にしかない本もあるので、注意しましょう。



Whimsy's Heavy Things

by Julie Kraulis, Tundra Books 2013

This beautiful picture book is about a young girl named Whimsy. She carries many heavy things. She does not like them and wants to get rid of them. In the end, she finds the best way to deal with the heavy things is by breaking them down into smaller things.

In life, we experience many "heavy things" (for example sad or bad things). If we break them into smaller parts we can solve even the biggest, heaviest problems.

M B

癒しとエンターテインメント
又を聞いた時になぜか「秘密」が頭に浮かんだ。理由を考えると、きこそそれは人は癒された。幸せに生きたい自分が望んだ世界にいたい、という願望があるが、いつもそんな風に物事は進まない。まわりの人が自分の思うような行動を常にするわけではなく、そういつ心の葛藤(かごころ)を上手く描写している作品だからと思う。最近流行りの転生系アニメや漫画が好きなら、是非、この本も読んでみてください。

H S



大学卒業後、中学校の教師になった作者は、クラブ活動の指導中に頸髄(首の神経)を損傷し、首から下の手足の自由を失った。入院中からペンを口にくわえて文章や絵を描くようになった。その後、花の詩画展を全国で開催して大きな反響をえまいた。絵葉書やカレンダーなどどこで見かけたことがある人もいるかと思えます。その星野富弘さんの手記です。絶望の中から立ち上がり、あのあたたかな詩とやさしい水彩画を生み出した、星野富弘さんをもっと知ってみませんか？

T A

非日常の世界へ旅行は心をワクワクさせます。でもせっかく旅行するのなら世界遺産を訪ねるのはいかがでしょうか。人類が作り上げた文化遺産も素晴らしいですが、地球の歴史が作り上げた自然遺産が特におすすめです。自然の驚異を目の前にすると、その圧倒的な迫力や歴史の重みに感動します。実際に行くのは大人になってからにしようとして、まずは本で世界の素晴らしさを知りましょう。

T B

如何なる事件でも万事解決！ 東京の下町、明治18年から続く老舗古本屋「東京バンドワゴン」を営むのは4世代の大家族。個性豊かなキャラクターが登場。この家族がとてもしっかりと騒々しい。だけど、面倒見もよく素敵

穏やかな癒しのある生活をしてください。 (F)

『ロカは死ぬとこじったパウロ』著 角川文庫 2003年
「ロカは、自分のしたい事をすべからず切つてしまつて、毎日がつまらないから死ぬのだと睡眠薬を飲んだ。だがつまらなかつたのは、自分自身のせいだと気づく。自分の人生は常に自分が主役だと思ひ当たつた。つまらなかつたのも、面白かつたのもすべて自分次第である。」

『わたしは棄てた女』遠藤周作 著 講談社文庫 2012年

ミシは異領の悪いお人好しで、クリスチャンでも何でもないが無償の愛を賣いた。棄てられたミシは、死の床でもその彼の名を呼んだ。ミシは人間の根源的な弱さを見つめる痛みに知り、他人の哀しみに寄り添った。馬鹿にしてきた存在が言葉に輝きだしたとき、世界観が変わる。

『彼女のいたつて』 M S

角田光代著 講談社文庫 2011年
それぞれ女性が自分のおかれた状況の中で、いろいろな思いを込めた料理がこぼれて、その料理が女性

たちの心を和ませくれます。レシピも各ストーリーの後に紹介されています。料理好きな人、そつでない人にも読んでもらえたらと思つています。そしてぜひ、自分の好きな料理を作つてみてください。その時間が癒しの時間になればいいかなと思つています。 (M S)

『夕道』 タナカカツキ著 講談社 文庫 2016年

近年、空前のサウナーブームが到来して、100近くの密室で時計とにらめっこした後は、15 前後の水風呂タイプ、そして外気浴で全てを忘れ脱力する。この黄金のサイクルを繰り返すことにより得られる「ソウ」のつとつ状態。真の癒しはまさにサウナーにあるといつても過言ではない。女性サウナーも急増中。皆さんもソウを試してみませんか。私は10年以上前からサウナーです。全国各地のサウナーについて調べてみるのも面白いと思います。 (M S)

『あわせの雑学 一日一杯の読む本』 近藤勝重著 幻冬舎 2008年

今年度のテーマである癒しと聞いてまず一番に出てきたのがこの「あわせ雑学」という本です。

普段のあわたたしい生活を送っているとその忙しさによって大切なことに気づかなかつたり、俯瞰で見下ろせば全体が見渡せたり、考え方ひとつで気持ちが楽になったりするよつたお話があり、改めて読むと生活の中の癒しの部分に改めて気づかせてくれるのではないかと思います。よければ読んでみてください。

『グダグダのわが』ヴァレインティナ・キマメリ著 西村書店 2002年

新たな感染症も気候変動の影響がないわけではありませぬ。こういった時代だからこそ、地球にやさしい生き方を考へて、Afterコロナの時代にふさわしく地球も心を癒してください。 (T)

『ソナタ』 辻村深月著 新潮文庫 2012年

ベストセラーですので、すでに読んでいる人も多いかもしれませんが、映画にもなりました。愛する人、親しい人がなくなつてしまつたこと、とても悲しいことです。が、この本でつながることで得られた心の癒しは、悲しみから一歩踏み出す勇気を与えてくれるものでした。一生に一度

だけ、死者との再会を叶えてくれるといつ使者(ツチグ)は、私はその人を想つただけでも、つながると信じています。九年ぶりの待望の続刊「ツチグ 想い人の心得」、また読んでいない人は、この一冊もぜひお薦めです。 (Y B)

『癒しのシンフォニー ある在宅ホスピスの記録』 崎谷満著 勉誠出版 2011年

緩和ケアやホスピスのことを知っている人も多いだろう。著者は在宅ホスピスを担当する医師だが、共に働く訪問看護師を「天使たち」と呼ぶ。天使のような優しさで愛情深く、苦しむ患者とその家族を支え続けているからだ。タイトルに印象からすると、心や身体緊張がほぐれて穏やかでゆつたりとした読後感を期待するかもいれないが、内容は死を目前にした終末期医療の現実であるから、壮絶だ。だからといって決してくはなく、目を背けようとは思われない。晴れやかな気持ちすら残る不思議な一冊である。看護師や医療職を志望するあなたにぜひ「一読をすすめる。」 (N A)

う」○○○○てみるのでもいいと続きます。私はこの部分に何度も慰められ、勇気づけられました。英語の得意な人は作者の言葉が英文でも記されていますので、そのまま英文を讀むのもお勧めします。

(N.O)

大と人の生物学 夢うつ病・音楽超能力 スタンレー・クロン著 三木直子訳 築地書館 2014年

長期休校の期間中、不安な気持ちを抱えているポイントに癒されたという人も多いはず。今でも色々ですが中でもイタを飼っている人は一度この本を読んでみるのはどうでしょうか？「イタを振る意味は、笑うことはできる？ イタもうつ病になる？ などなど、イタの行動や心理に関する71もの疑問について、それぞれ短く端的に解説してくれています。もしかしたら、自分が勝手に思っていただけで、実は全然違う意味だった！なんて発見もあるかもしれません。検証実験や事例も踏まえているので、獣医学や動物行動学などの学問分野に興味がある人も面白く読めると思いますよー

(N.N)

教師

堀川恵子著 講談社文庫 2008年



事件が起こり、容疑者がつかまり、裁判を経て刑が確定する。いわゆる凶悪犯罪に加担した人は死刑を宣告されることもあるわけだが、私たちは事件や裁判の様子を知ることができても、その人物がその後どう生きたかを知ることが難しい。刑が確定し、執行されるまでの期間、彼らの心に寄り添い、心の救済を図るのが教師である。本書は50年もの間死刑囚に教誨を行ってきた渡辺晋相と1つ一人の僧侶の苦悩と死刑の内情を描いた作品である。一昨年、オウム真理教の主要メンバーが立て続けに処刑された。その外にも大きく取り上げられなくても処刑されていく人々がいる。死刑を許すか許さないかの議論も大切だが、死刑制度がある現状の中で、死刑の重みを国民が背負っているのか、死刑を行う者たちに国民が寄り添っているのかと考えるとやむを得ない。

(S.M)

生きるとは何か 原田マユ著 徳間文庫 2016年

いじめから引きこもりになった主人公、麻生人生、あそつじんせい24歳、一通の葉書や母の失踪をきっかけに少しずつ外の世界に連れ出され、ある人物との再会やお米作りなどを通じて自分と、そして他人と向き合うことになる。自然の中で自分たちの手でお米を作り、その成長過程を見守りながら過ごす登場人物たちの言葉には、それぞれの抱えているものを垣間見ることが出来ます。色々な人の人生に触れ、誰にも語れなかった人生を見つめ直し、それを抱きしめて生きていく彼らには、共感し、勇気づけられると思います。また、読んだ後にはきゅんきゅんいとお米が食べたくなることでしょう。

(M.K)

眠られぬ夜のために 第一部 第一部 カールヒルベルト著 岩波文庫 1989年

この本では敬虔なキリスト者である著者が、聖書を引用しつつ、その箇所に基づいた崇高な思想を口めく形式で穏やかに展開していきます。眠れない夜を一人心細く過す時、日毎に分けられた著者からの言葉

を頭の中に入れていくと抱えている苦しみや辛さ、否定的な考えが和らいでいくような感じがします。

(R.B)

101が冷めないうちに 川口俊和著 サンマーク出版 2015年

みなさんはもし過去に戻ることが出来たらどう考えたことがありますか？この本は過去に戻ることができるといつ不思議な噂のある喫茶店「フクリンクラブ」が舞台です。自分が望んだ時間に戻るために非常に面倒なルールがありますが、この喫茶店の噂を聞いて訪れた客の心温まる物語が描かれています。

(H.H)

睡眠と最強の解決策 マシゴウウオーカー著 SBクリエティブ 2018年

今、世界中が快適な眠りを求め、睡眠とビジネスが注目されています。その中で最強の睡眠を語るのにふさわしい本があります。睡眠7時間以内だと早死にする？学習前に仮眠をとると、学習能力が飛躍的に高まる？朝方、夜型は遺伝で決まっている？睡眠が不足すると人の表情から感情などを読み取る能力が低下する。今こそ睡眠の大切さに気づき、

な人たち。何気ない一言に「家族っていい！」って感じます。不思議な事件を解決していく堀田家をお楽しみください。

ビートルズの楽曲がタイトルに。昔の有名なバンドですが、ちょっと聴いてみると癒やしになりますね。ね！

赤毛のアン ルシー・モッド・モンゴメリー著 村岡花子訳 新潮文庫等 2008年

10冊ある赤毛のアンシリーズの1冊目の作品です。主人公アンは明るく、創造力豊かな女の子。アンが繰り上げる様々な言動がときにはトラブルとなりませんが、一生懸命考え、ユークな発想力で解決していく姿がほのほのこころに癒されます。

ひりひかの神さま R.S

著 借成社文庫 2006年
私は本が大好き。しんどい現実から積極的に逃避して本の世界に出かけます。本に元気をもらったり、現実世界に

戻ってきます。戻ってきたときには前より少しだけたくましくなっていて、前しんどかったことが特に気にならなくなったりします。本ってすごい！特にファンタジーは、意識を飛ばすのにもいい！

なつて、ひりひかの神さまです。とてもリアルな子ども世界、その世界と地続きで存在するファンタジー。ほむとつにありそつななんです。とんでん返しもたまります。借成社のサイトにいろいろあります。

成績順で席が決まるクラスに転校してきた始。そこにはひりひかになる見える神さまがいた。一番になることより大切なことを描いた物語。「作者の児童文学作家、岡田淳さんは兵庫県の方。小学校で長いと図工の先生をしてもらいました。私は岡田淳さんの講演をお聞きしたことがありますが、好きな本と出会えば、それは読み手を支え、応援し、味方となります。人を信頼する気持ち、ちや生きるとの肯定感、回

復力、復元力が育ちます。先生たち、図書館の先生たちや読書運動を支えるすべての先生たち、ですね。本と人とをつなぐたいと、言っておられたことを忘れません。ひりひかの神さまは大好きですが、「このあとの森の物語シリーズも」分間の冒険も書きかされたがりやの魔女も、どれもこれもほむとつです。小学生も楽しんでいる本ですが、重層的で深いので、何歳の人が読んでも楽しめます。

(M.U)

101が冷めないうちに 村山早紀著 ポプラ文庫 2010年

「この101は、大事な探しものがある人が来る店だ。それがどんなものだったか、お客さんに必要なものは必ず売っている。これは銀色の長髪で、光る金色の目の101の兄ちゃんと言ったセリフ。心がほむとつにあったまるこの物語、国語の課題図書だったこともあるから、高校生は読んだことのある人も多いかも。中学生のみ

なさん、ぜひ読んでみて。

(M.T)

ボブという名のストリートキャット ジェット・スポート著 服部京子訳 辰日出版 2013年

世界一有名なネコボブが6月15日に死にました。そのニュースを耳にした時、すくこの本を思い出しました。薬物依存と闘う路上生活者のエンタムが、一匹の野良猫と出会い、人生を立て直していく話です。誰にでも幸運は訪れるのか



ならずセカンドチャンスが巡ってくる。という筆者の言葉が強く心に残りました。傷ついたり悩んだりして前に進めなくなったり、せひ読んでみてください。心が癒されて、また新たな一歩が踏み出せる。そんな勇気を

高校生以上

『シヨロロ』 シンペンハリス著
角川文庫 2002年

フランスの小さな村に、町から町へと放浪を続けている、ウイマンヌとその娘アヌークがやってきました。彼女は早速、教会の近くにシヨロロの店を開き、色々なシヨロロを村人に提供し始めます。また彼女はそれぞれの人にひとりのシヨロロトを配合して、甘くほろ苦い時に甘酸っぱいシヨロロの味覚に、村人たちの心は溶き解かされていきます。多くの人は、これまで忘れていた人生を愛する喜びを取り戻してゆき、幸せな気持ちになるのですが…。しかし時は四回節、教会が全ての快樂や欲望を禁止する季節に彼女の振る舞いは危険視され、次第に教会関係者などに敵視されていきます…。異なったものや考えを、女性を蔑視し差別し排除する、甘いシヨロロに隠れてある様々な問題を読み取って欲しいです。

(S)

『大きな鳥にさらわれたい』

川上弘美著 講談社文庫 2019年
挿絵 (へま)に描かれて散髪に出る「始まる」や「蛇を踏む」芥川賞受賞(で有名な川上弘美の短編小説です。独特のメソッドと世界観、そしてなんとも言えない行間の味わい。各短編は全て繋がっており、一つの話を読み進めるうちに、少しずつ全貌が明らかになっていきます。不思議な世界にどっぷりつかって口寄せしはじめたのは、おぼろげの作品です。

(T・M)

『睡眠の教科書』(ケイト別冊)エ

ン編 二ノトノリス 2019年
睡眠は、それ自体が癒しますが、人は生きていく上で重要な役割を果たしています。睡眠の質が健康にも病气にも繋がるとい言いつつも、ありませんが、起きていた時の記憶を整理する役割も果たしているのです。睡眠のメカニズムを科学的に理解して、自分のパフォーマンスの向上に繋げましょう。

(T・H)

『線は、僕を描く』(砥上裕将著

講談社 2019年
著者は水墨画家、水墨画が両親を

失くした主人公のこころを開いていきます。タイトルが僕を描く、ではなく、線は僕を描く、となっているのが興味深いのではないかと、思います。

(R・S)

『火定かじり』

澤田暉子著 PUP研究所
2017年

『アームズデイニング』上下巻
コトウリス著 ハヤカワ文庫 S
F 2003年

『火定』アームズデイニング』はどちらにもフィクション。感染症に翻弄される人々、危機的な状況において露呈する人間の真実が描かれます。

『火定』は日本、天平時代の物語。天然痘が猛威を振るい、藤原四兄弟をはじめ、奈良の人々を死に至らしめたという歴史的事実がベースになっています。医師たちが天然痘の蔓延を食い止める一方、混乱に乗じて偽りの神の札を売ってもうけようとする者たちがいます。札を売りつるため、天然痘の原因になった新羅の民を殺せばパンデミックは終わるといふ風説まで流し、多くの人々がのせられて暴動が起る。

この時代にも存在する差別と偏見、人の心の弱さ、無策な政治家。しかしそんな中でも、くはくはくはくはくはない、普通の人がいるのです。元気が出ます。

『アームズデイニング』はSF小説、オックスフォード大学史学部の女子生が、イギリスの最も危険な時代と言われる14世紀にタイムトラベルします。なぜ危険なのか、致死率が90%に達することもあるペストが蔓延していたからです。14世紀の過去、パートでも2025年の未来のパートでも、恐ろしいことが起こり、登場人物たちは絶望的な状況のもとにあるのですが、希望を持って行動します。しかし、避けられなかった悲劇も多くあって痛々しい。しかし、だからこそ、濃厚です。生が輝いているのです。

『ヨナリンチ警部シリーズ 催眠契約』(交響 砂男)

ラーシユケブル著

砂男は探偵社海外文庫(ムラナー)それ以外は、ハヤカワ・ミラノ文庫。2010年、

日本語に翻訳されている北欧ミステリーにはハズレがないと思います。ありがたい、社会や時代を生きる

なあと感じていました。この本の中心に描かれている話そのものは幼い子も同士のたわいもない内容のように思えるかもしれませんが、けんけんがまけんとかえるくんの相手を思う優しいさが伝わってきて、とても癒されます。アーノルド・ロベットの作品は他にもたくさんありますのでぜひシリーズでも読んでみてください。

『だいたいのこと』

マックスルグード作 ヘルジオ・マルティネス絵 松波史子訳
フォレストブックス 1988年

木彫りの小人「ウエミック」たちは、ひとりひとりみんな違っていましたが、毎日毎日明けても暮れても互いにシルをくっつけ合っていました。その中のひとり、パチネロはある思いを胸に木工職人の「エウ」を訪ねていきます…。作者であるマックスルグードは子どもにも大人にも好まれる作品を書くペ

ストライター作家であり、テキサス州にあるキリスト教会の牧師でもあります。時々、私は

自分がパチネロのよつだと思つていますが、エウの言葉に支えられて、また頑張ろうと思えます。よければ一度読んでみてください。

(N・O)

『失敗図鑑 すこい人ほダメだ』

大野正人著 文響社
2018年

テレビで「しくり先生」としてありますが、あれを洗練して本にしたらこんな感じでしょうね。世の著名な人たちも、それなりに、やらかしてしまつた経験のない人はいません。それを見て、どうしようも癒されません。『シヤネルの章』なんておすすめです。図書館にあります。読みやすい！

(A・N)

『知りたい』(ネトノリス)

『岩波科学ライブラリー』

高木佐保著 岩波書店
2020年

『癒し』といえは、私の中では、そつたんですが、皆さんも動物(ペット)が癒しになっていく人も多いと思います。本書は

ネコがたくさん登場しますが、そんなネコの心理を、大好きな学生が、ネコ大好きな人たちの協力を得て、試行錯誤しながら実験していく様子が書かれています。ネコが何を思っているのか、何が分かっているのかを知りたいと思つた動物の行動や心理に興味があるという人、おススメです。

(N・N)

『パチネロ 風の歌』

にしがきよつ著 小峰書店 2010年

弟とともに祖父母の家で暮らす中学生の嘉穂(かほ)は、育った環境が、家の中でも、多くなかなか心が休まらないうちに毎日過ごして、しかしある日、自分の歌声に注目する人物が現れ、自由に歌うことの楽しさを知っていく。この本は、私が中学生の時に出会った本で、理由はよくわからないけれど、すごく惹かれて何度も何度も読み返した一冊です。普

"Taking a Bath with the Dog and Other Things that Make Me Happy"

by Scott Menchin, Candlewick Press 2013.

This very simple English book is a story about a girl who feels sad but does not know what would make her happy. She asks various people and even animals to find that everyone has a different answer. The end is very sweet and sure to put a smile on your face.

D H

段テトやyube、本や漫画などで自分の好きなものを見て癒しを感じる人も多いと思いますが、時には自分の手で声で何かを生み出すことで心が温まり、癒されることも

あるのではないのでしょうか。物語に出てくる、クテルの涙あふるの手紙に「も凄く良い曲です。」

(MK)

『フニター口わたし』R.L.スター
ネフ著 岩波文庫 2001年
フニター口は小さくてふわふわとした銀色の口バの名前だ。詩人はフニター口に語りかける。風景や季節を織り込んだ言葉は美しく、アンダルシアの風、自然の小さな音まで聞こえてくる。厳しい言葉を放つ偏見に満ちた人々が登場する。前足を折ってしまったフニター口は、永遠の中に生きよう。

(MS)

『からたんの花』 吉原信子著
文遊社 2015年
美しいまごころのながめでひとりだけ「ふんな」外見で生まれてきた主人公麻子は、家族からの愛を信じられず、孤独に育ちます。人から「えらわれる愛を追い求めるだけだった麻子がやがてあじのまの自分の

を愛する「自愛」の心を発見する成長物語です。自分に自信がないけれど誰かから愛されたい。そんなあなたの第一歩は、自分が自分を愛すること。なのかもしませんか？

(YM)

『限電電車』有川浩著
幻冬舎文庫 2010年
この本は、電車の中で出会った人々のそれぞれの日常、交錯するストーリーが描かれています。それぞれの人間性や温かみのあるポイントに「人には沢山のドラマがあるんだなあ」と感じさせられると思います。

(FH)

Oxford Reading Tree Stage
book Rodnick Hunt and
Alex Brychta 2011年
絵が多いため、4人の子ども達が magic key を使って magic adventure に出かけます。ごんたの adventure にはお楽しみポイントも読めます。ストーリーも。

(MS)

『もしものせかい』ヨシタケシ
ンスケ著 赤ちゃんとママ
社 2013年
「もしもあのとき...」って思うことありませんか？その思いが大きくなればなるほど、現実の世界がすごく小さく感じられる瞬間、思春期の皆さんには想像がつきやすいのではないのでしょうか。



絵本なので読むのはとても簡単なのですが、理解をするには何度が読み込む必要があるかもしれません。でも理想と現実、なかなかうまくバランスがとれないと思う人にはいいヒントを与えてくれるのではないかと思います。読み終わったらなんだか気持ちがいいので少し元気ももらえます、そんな本だと思います。保健室に置いてありますので、興味のある人は読んでみてください。

(M.I)

中学・高校 両方向け

美味しい食べ物、私たちの人生を豊かにし、私たちに癒しを与えてくれます。今回は食べ物のお話により味を出してくれている本を紹介します。よろしければ、読書の空間に美味しい物を食すれば、効果抜群かと。なお、いずれの作品も映像作品が作られています。合わせて見てみると、実際の料理、食物を見ることが出来、楽しいかも。

鴨川食堂 柏井壽著 小学館
文庫 2015年

京都 東本願寺の近く 鴨川流と「いし親子が営む」鴨川食堂は変わった食堂。食堂の看板は無く、多くの人は、グルメ雑誌に掲載される「食」捜しです。の「一行広告を頼りにしてこの場所に着いてきます。もう一度食ってみよう」と料理を、

おかしく、ほうりして五分もあれば読めるものばかりです。「疲れたなあ」「大作読むのはちょっとんどいなあ」「なんていつ時、肩の力を抜いて気軽に手に取り、くすくすと笑って癒されるのです。読書好きは勿論、苦手を自認する人でも、誰もが楽しめる作品です。」

(YK)

『世界で一番美しい元素図鑑』
『世界で一番美しい分子図鑑』
『世界で一番美しい化学反応図鑑』セオドアグレイ著 創元社 2010年
大きくてちょっと重い本です。借りるのがちょっと面倒くさく思つかも知れませんが、何より「化学反応」「分子」「原子」が癒しやねんと思う人はいるでしょう。でも、「ねが癒しになる人もきょういはいはもです。」

色とりどりの鉱石、みんな大好きな糖類の立体、すべてを飲み込むように燃えさかると炎、水が沸騰するその瞬間...どれもこれも、普段の生活の



中ではその姿をまじまじと見るのができないものです。時を止めたようにそのまわりの写真は、秒速で過ぎてまわっていく忙しい時間軸の流れから抜け出したように気が持たせさせてくれます。

別に勉強するつもりで読んで欲しいわけはありません。疲れた時、元気が出ない時、現実の世界がちょっと目を背けた時...普段目には見えない鮮やかなミクロの世界は、あなたを少し別の世界へ案内し、時を忘れさせてくれるでしょう。これを「癒し」と呼ぶかもしれません。ええ、そのとおり。化学の世界で癒されたいといういいやないわえっ。

(YO)

『置かれた場所で咲きなさい』
渡辺和子著 幻冬舎文庫
2017年
「心を味わってみるのです。」
ある有名な心理学者が話していた。心を味わつ、とつい言いがたとも新鮮で印象に残っている。置かれた場所で咲き



なさいは、読後に自分の心を味わうにはつづつけの本だと思つ。渡辺さんは高名なクリンちゃんである。一文一文に聖書の一節が静かに乗っかっていて、奥深い味わいが残り、記憶に留まり続ける感覚だ。清く正しく、人様に迷惑をかけるはいけない、なごう、お説教めいたところはない。ほら、ちもな、一れまで数年ごとに読み返してきたが、そのたびに味わいが異なるのは、私自身が置かれた場所、その時とそこの心の状態を映し出していたからだろう。生徒の皆さんにもこの本と出会っていただき、心を味わつ体験をおすすめしたい。

(NA)

『人生は「マン」かなる』
水野敬也 長沼直樹共著
文響社 2013年
「マン」が「癒し」として、

保健室内にある本の中で真っ先に思い立ったのがこの本です。偉人たちの名言と共にクマと笑える猫の可愛らしい写真が掲載されています。アマセラピーという本来動物との触れ合いによって得られる癒しのことであり、動物の写真を見るだけでは「アマセラピー」の定義には当てはまらないのですが、それでもこの本に書かれている名言とそれを体現している猫の姿を見ると、少しだけ元気がもらえるので、保健室でお休みしている生徒によくお勧めしています。保健室には同じシリーズの『人生はZOOで楽しい』という本も置いてあります。保健室に来る機会があれば、ぜひパラパラとめくってみてください。



(Mt)

写真と共に共感できるひとことが、様々なフォントで綴られています。説明文もあるのですが、専門的な敬語しこはあまりません。ページをめくれば必ずどこかどこかホッとするところでしょう。文字が少ないのでとても読みやすいですよ。

『太陽のひた、豆のソフ』 (Y・Y)
宮下奈都著 集英社文庫
2013年

明日羽は譲さんと結婚が直前に破談になってしまった。何事もうまくいかないと思いやる気をなくした明日羽は叔母からドリフターズリストの作成を教してもらった。このドリフターズリストを作成するより自分自身を少しづつ前向きに変わり自分を取り戻していくという内容です。「ロケ禍時代の今、改めて自分の生き方を考えてみた人」と思っています。



います。うまくいかないときでも、この本を読んでゆくり前向きにならなくてもいいと思います。

『JUNKの処方箋』 (M・S)
河合隼雄著 新潮文庫
1998年

日本における「カウンセリング」を語るときに、著者の河合隼雄氏を忘れることはできません。そんな彼が「JUNK」に関する常識を書いたこの本(心理学の専門書ではありません)。今のあなたに必要な言葉が見つかるかもしれません。私の中では定番中の定番。いつも側に置いている本です。この状況なので、あえてそんな本を紹介しています。(S・S)

『ちびまる子ちゃん』 (S・S)
集英社文庫 2001年
「ちびまる子ちゃん」の作者故さくらももこさんの自伝集です。JUNKの話も、ちびまる子ちゃんの話も、ちびまる子ちゃん集です。

『大切なJUNK』 (M・T)
名言の旅〜世界の名編〜
ライオン社 2018年
3050冊のJUNKに生まれた偉人から心が磨かれる名言をもらえぬ一冊。美しい世界の風景も楽しめませう。

『そしてバトンは渡された』
瀬尾まじ著 文藝春秋
2018年
主人公優子には父が3人、母が2人います。皆優子のことを大切に愛情深く育ててくれます。読んだ後は、ほろり心が温まる素敵な作品です。是非、読んでみてください。

『クワガタマタ』 (A・K)
が楽しくなる絵のキホー
寄藤文平著 美術出版社
2009年
何も考えずにクワガタマタの絵を描いても、自分の手で生み出した絵があなたを癒してくれます。作者の寄藤文平さんは、映画館のクワガタマタCGでもおなじみのワリエーターです。

『JUNKを買った』 (A・M)
原田宗典著 新潮文庫
1996年
買った物が好きです。自分の好きなものが身の回りにあるのが癒しの一つなのですが、お金がないので、しょうもない買えませんが、JUNKのJUNK集のJUNKを買った物に関する読み物を読むことで済ませています。同じ筆者で買った買った買った

今年テーマが「癒し」ということで、あえてリラックスいただける作品を選びました。手にとってご覧くださいね。貴女の素敵な日々のために！

中高問わず、犬の好きな人(犬の嫌いな人もどうぞ!)に

『Don't worry, be Cookie! 幸せをはこぶトイプードル』 谷口咲著
幻冬舎ルネッサンス 2011年(写真集です)

猫好きの人が増えた昨今、いま一度犬の奔放さに目をやって、心を癒しましょう。そして自宅のワンちゃんをもっと可愛がってあげましょう。

『犬の生活』 津田直美著 河合楽器製作所出版 1992年(絵本です)

ワンちゃんがワンちゃんのために書いた本です。人間が読んでも、ワンちゃんの気持ちがよく分かります。ワンちゃんが嫌いな人でも、コレを読むとワンちゃんへの見方が変わることに間違いなし!他にも『犬の日常』『犬の学問』という同じ著者の作品もおすすめです。



K・Y

たこといつ続編?もありません。原田宗典は多くのJUNK集を出して、そのJUNK集をJUNKとして読む読んでみて下さい。

『おぼろげなJUNK』 (R・N)
池川明著 リオン社 2002年
心が癒されるJUNKを考える。赤ちゃんと一緒に育つ。松陰では、年一回、性教育講演会や保健の授業などで、ママさんから性に関する話を聞き、自分が誕生したときのことや生きる上で大切なことを考える機会があります。また、中学2年生の総合学習では、「JUNK」がテーマです。中学3年生以上は、実際に赤ちゃんに触れ合うプログラムがありました。赤ちゃんに微笑まれて、笑顔になった人もいたと思います。赤ちゃんには周りの人を幸せにする力があります。他にも不思議な力がいろいろあります。

JUNKの本は、お母さんのお腹の中に入ったJUNKの不思議な力につ

いて書かれたものですが、皆さんがたくさんの笑顔の中で一生懸命生きてきたことや守られて成長してきたことについて考え、優しい気持ちになってもうえたらいいなと思います。

(A・B)

『銭湯図解 塩谷歩波 えんや ほなみ』著 中央公論新社 2019年

大学院で建築を学んだ著者が、仕事に追われ体調を崩したときに、友達に誘われて行った銭湯がきっかけで描き始めた銭湯の図解です。

お風呂といえは浸かることで疲れを減らすことができます。しかし、ただ浸かるだけのお風呂ではなく、銭湯といつのは浴室での人との交流、お風呂やサウナの楽しみ方など、そのすべてが日常とは違った癒しを与えてくれます。この本では様々な銭湯が建築図法を用いて描かれており、古き良き銭湯の粹、逆に銭湯に行くことのない世代には、新しい癒しの風を味わうことが出来ると思います。

す。銭湯に対する著者の熱い気持ちや絵や字から感じ取れる読み応えのある本です。

(I・E)

病魔といつ悪の物語・チフスのメア

リー』余業林修著 ちくまプリマー新書 2006年

『感染症対人類の世界史』池上彰・増田コナヤ共著 ポプラ新書

2020年

『ボルトゾーン 圧に命を懸けた人々』リチャード・プレス頓著

飛鳥新社 2014年』小学館文庫・ハルマ文庫NF

「人によつては癒される前に、今そこにある危険

置かれた場所で咲きなさい

渡辺和子著 幻冬舎文庫 2017年

以外の人がどのようになられているか、を知るヒントにもなるかも知れません。単純に面白いので癒しになると思います。

(T・S)

『ババ子文具店』小川糸著

幻冬舎文庫 2018年

鎌倉の文具店を営みながら、代書代わりと手紙を書く仕事もしている鳩子。近所のお友達や、仕事を通じて出会う人々との、楽しく心温まる交流を描いている。悩み迷いながらも、一寸一寸寧ろ、心を込めて為さつていく鳩子の生活や姿に、ほのぼのとしゃっきりさせられます。

『ババ子文具店』小川糸著

幻冬舎文庫 2019年

『ババ子文具店』の続編です。前編で出会った人々と、鳩子は新しい関係を築いていきます。穏やかな雰囲気はそのままで、鳩子の新たな生活が始まります。鎌倉に行きたくなつてしまふ二冊です。

(S・S)

”The Story of My Life” by Helen Keller Maple Press 2017

This is an autobiography written by Helen Keller who lost her sight and hearing as a baby. It is the story of the struggles Helen faced as a blind and deaf child, and how she overcame them and became able to communicate with people. Although she was trapped in darkness and silence from a young age, she was taught words and sign language by her teacher, and little by little her world began to open up. She became able to speak, and was even able to go to college. Helen's story is fascinating and inspiring. If you'd like a challenge, you can try reading it in English, too.

V L

日本語で

『奇跡の人 ヘレン・ケラー自伝』

ヘレン ケラー（原著）、小倉 慶郎（翻訳）新潮文庫 2004年

幼児期に視覚と聴覚をともに失ったヘレン・ケラーが書いた自伝です。目も見えない、耳も聞こえないヘレンが子どもの頃にどのような困難に立ち向かったか、そしてどのようにその困難を乗り越え、意思疎通ができるようになったかの話です。幼い頃から暗闇と沈黙の世界に閉じ込められていたが、家庭教師に言葉と指文字を教わり、少しずつ彼女の世界が広がっていきました。言葉を発することもできるようになり、大学に行くこともできました。ヘレンの話はとても面白くて、元気づける話です。挑戦してみたい人はどうぞ英語でも読んでみてください。

V L

『ほろかカーテンロールまで』

笠木拓著 港の人 2019年

自分が置かれた境遇を憂い嘆く事は簡単ですが、そのなるのでなく、希望を持って自分の置かれた場所で輝くことと努力することの大切さを著者は語りかけてくれます。「なぜ自分が・・・と否定的な考えに陥りそうなる時に、その本の中に出てくる温かい言葉をかみしめ、根を下降りしてつなげられる植物のように生きていけたらと思います。」

『ミッドウインターの香り』

渡辺和子著 朝日文庫 2012年

スミレはその花びらを傷つけられていそつ香りを放つ花だ

そつです。道端の傍らに佇む小さくも可憐なスミレのついに人も苦しみを乗り越えて慎ましく生きていけるのだと、希望を持つて生きていこうという気持ちを与えてくれるマイセイ集です。

(R・B)

『つづみしい人』西加奈子著

幻冬舎文庫 2011年

他人の顔色ばかりつかがって他人の価値観にしばられてきた主人公が、仕事を辞めて一人旅行にでる。そこで少しずつ自分で楽しむ、自分で感じる、そして感覚を取り戻してゆく

話です。単なる復活劇のような物語ではなく、主人公がいたりきたりしながら進んでいくその形は、自分も体験したことがあるなと思えるようですよ。

『まにまに』西加奈子著 角川文庫 2019年

『マイセイ』です。声を出して笑つてしまつていいワハハとなると思えます。いや、なげます。作者の全く気取らない文体、あるある・・・と笑いながら読めてしまつてしまいます。自分自身近かな感覚、絶妙な言葉使いで少し関西よりの感じがする、必ずお気に入りの一話が見つかると思えます。

(S・M)

『つながる勇氣 アドラー心理学がよくなる動物たちのフオトブック』

岩井俊憲著 マキノ出版 2015年

アドラー心理学を読んで字ぶのではなく、見て感じる。本で紹介されています。その説明の通り、見開きページに異なる動物たちの存在感のある

すが私は、最後のページのためには皆さんの出来事があるのだと思っております。

兵庫のいせ

先崎仁著 昭文社 2020年
数年に一度「当地もの」もブームが来ます。10年前前は「あまのこ」「ルル」でした。神戸・広島のものもH1Cの字級文庫にありますから、興味がある人はぜひ見に来て下さい。だれか「ええ、ないわ」「なにと言いたか知らず知っている土地をめぐるとは時代を超えて姿を変えて長く私たちの心をつかんできました。今回の「当地は」地図で読み解く初耳秘話」だとして、これまでのぶんわりとした印象の話ではなく、歴史的な内容や地理的な内容を中心にかなりがっつりとした話が続きます。ほぼ見開きで、図や写真も多く読み切り感が強い構成なので長文やまじめな内容を読むのがつらい人もちよちよ「読めてよ」って。地味に電車ネタが多いのは作者の趣味かしら。47都道府県分を集めたくなりです。

ら。47都道府県分を集めたくなりです。

昆虫戯画 びっしり雑学事典

丸山宗利 じゅえき太郎著 大泉書店 2018年
最近はやっている「実はかっこわるい生き物」系の昆虫版です。ええ、もちろんはやり始めの動物のほつも門前家にはありますが、あえてのこちらを紹介します。まず、絵が地味にリアルなのにかわいい。特に表紙をめくるとすぐの力エがかわい。カブトムシもかわい。地味にリアルなのに顔だけ擬人化されていて、少しほっこりします。こちらにはダンゴムシをポケッとして「コロンゴ」するのが趣味なメンスがいます。彼は図鑑も大好きです。頂き物のリアルな昆虫図鑑を引っ張り出して見ます。リアルが苦手な私としては対応に困ることもです。花や魚の図鑑に変えてほしいとお願いしますが「それならかわいいで許す!!」と言いたい文字が読めないメンスなのであと3年は見てくれなさいだろ(げん)!

いろいろな種類の雑字をこの機会に「せひ!!」

(S.M)

『空気を読んでも従わない』

生々苦しいからラクになる『鴻上尚田著 岩波ジュニア新書の19年』
「うっとうしいな」周りの目が気になるのかうっとうしいのかなに先輩に従わないといけないのかうっとうしいかなにライオンやメーブルが気になるか?その理由を仲間と社会をキーワードにわかりやすく指摘してくれます。それが腑に落ちれば、かなりの「癒し」になること間違いなしです。
『頭もアホは戦つな』
田村耕太郎著 朝日新聞出版 2014年
「メンス書ですが、同タイトルのドラマ化されたので聞いたことがある人は多いがもしありません。ドラマは見えないので書籍版と同内容かどうかわかりません。」アホという表現は少々刺激的で褒められ

た表現ではありませんが、この本は人間関係を見つめなおすきっかけにはなると思います。他人を変えるのは難しいですが、その他人をどうのよつにさせるのか、そのよつにどう対応するか、を変えることはそんなに難しいよつではありません。筆者の考え方をすべて受け入れる必要はありません。そう考える人もいるのか、という反応でも構いません。でも結果的にみなさんの「癒し」になればいいです。

世界の日本シヨク集

早坂隆著 中公新書ラック 2006年
世界のシヨクに登場する日本人、から日本人が海外でどのようにみられているかを紹介する本。今は新型「コロナ」の影響でグローバルという言葉が少し引込んでいますが、今後も海外の人のつなかりを完全に断つとは不可能です。日本人がどのよつにみられているかを知っておくと決して無駄にはなりません。また、日本

機』を冷静に把握し、分析したいと考えています。ですから、今回のテーマは『中』には、『危機』や『パンデミック』について考えることも含まれると思えます。』と前述しました。歴史の中には考える種があります。と、ついでに『ノインク』を二冊。

例えば、百年ほど前のアメリカカーネギー。メアリーは腸チフスの菌を持っているのだけれども無自覚で健康、料理人として働き、知らぬ間に感染をを広げてしまいます。メアリーはうつなしたと思えますか? あなたのすぐ近くにメアリーがいたら、あなたはうつなしたでしょうか? あなた自身もメアリーなら、うつなしたでしょうか? 生と死に否応なく絡んでくる寛容、不寛容といった人の心の問題まで、考えざるを得ませぬ。

また、歴史は、「人と物の行き来がさかんになり、暮らしが豊かになると同時に、感染症も広がっていく」といつと

を教えてください。わけですが、感染症対人類の世界史』には、池上彰さんと増田「リマ」さんの対談が収められていて、人類が感染症とどう向き合っていくか、服してきたか、概略を学ぶことができます。

『ボットゾーン:ポラウイルス』
制圧に命を懸けた人々』は、コロナ禍が社会を覆うなか、早川書房から緊急刊行されました。『ポラ』出血熱、致死率90%。感染者は、目、鼻、口、からだのあらゆる穴から出血し崩壊する。とても恐ろしい。ぞつとする病気を引き起すウイルスと、科学者たち、医療者たちが戦います。彼らの姿勢のなんとすばらしく、かっこいいことか! 早川書房のサイトにはこうあります。『感染と隣り合わせの極限状況で、彼らは何を思い、どうのよつに戦ったのか? 未曾有のウイルス禍と制圧作戦の全貌を描いた、世界的ベストセラー。』

『あきない世傳金と銀』〜8
以下続刊 高田郁著

八牛文庫 角川時代小説文庫

2016年
『みをつくし料理帖』の高田郁さんの新シリーズです。主人公幸きつ子の郷里は武庫川のほとりの津門村。私たちが知っている近しい場所ですね。幸は、学者だった父の死後、九歳で大坂の呉服商五鈴屋に奉公に出されます。それからの幸の波乱万丈、過酷な運命に翻弄されるのは、このよつにありさまなのですが、幸はいつも知恵を絞り、周囲の人々に心を尽くし、困難を乗り越えます。前を向いて懸命に生きる幸を応援しながら、いつもいつのまにか、読み手の私のほつが励まされていきます。新刊が待ち遠しいシリーズです。とにかくワクワクしたい、元気を出したい、癒されたいときに、高田郁さんの作品はおススメです。

(M.U)

『Wall and Piece』 Banksy 著
廣瀬太郎訳 パル出版
2011年
謎に包まれたストリートア

テイストのバンクシーの作品集、神出鬼没で違法行為がすれすれの活動で世の中を騒がせるバンクシーは、ゲリラアーティスト、テロリストアーティストとも呼ばれています。世の中を痛烈に批判した彼の作品は賛否両論、一見「癒し」から程遠いよつに思つかも知れませんが、しかし、彼が作品を残すのは比較的貧困層やマイノリティーが集まる地区であったり、今も紛争が絶えない地域であったりします。芸術を論じる知識人階層、一般庶民、為政者、権力者、大衆、フントを買ったあんなに「P」階級の貧困層、人間動物、都会s田舎など、ありとあらゆる「分断」に問題提起しています。その先にバンクシーが願うもの、それはそれらの分断が解消され、ひとつになることではないかと私は思っています。そういう視点でこの作品集の表紙花束を投げた男」を見ると、バンクシーの作品がパレチチナの紛争が絶えない地域にいつかの「癒し」を「与えているよつに

も思えます。タイトルはpieceは「かけら」という意味ですが同音異義語「peace 平和」があります。ぼらぼらになりその世界に平和「癒し」を願う彼なりのアートルの仕方なのかもいれませぬ。

『ペンギンと書房』小川糸著
幻冬舎文庫 2010年

小川糸は私が好きな作家の一人です。毎日せわしなく時間に追われて生活している人々を時々読みたくなります。「この本は、作者のプロノ記事(日記)を本にまとめたもので、1年を通しての作者の生活が綴られています。料理好きな作者の手料理に関する話や、エッセンス的な生活スタイルに、心洗われるような気持ちになります。また、一人テートと作者が呼ぶ時間、飲み物を買って上りの屋上に上がり、ベチに座って沈みゆく夕日を眺める数十分間(は究極の癒し)の時間だと思えます。毎日忙しい私も自分の癒しの時間を見出して心に余裕を持ちたいと思いま

す。1月〜12月までの時系列の記事が並んでいますので、どこからでも読めます。ぜひほんの数日分の記事だけでも読んでみてほしい。12月で幸せな気分になれますよ。

(R Y)

『わたのね』佐々木マキ著
絵本館 1988年

この絵本は私の子どもが入院していた時に、病院の本棚で出会った思い出の絵本です。シートだけど温かみのある独特の世界観が素敵で、入院中の大変な時期でしたが、思わず笑いだしてしまつた作品に母子ともに元気をもらいました。キャラクターの表情も魅力的でぜひ何回も考えずに楽しんでみてください。

(M A)

『野の花空の鳥』

小堀正路著 晩書房 1988年

これはキリスト教書店で見つけた切り絵の本です。1ページに聖書の箇所が1つずつ取り上げられ、草木や羊などの絵とともに文字が切り絵の中に

刻まれています。こんなことを書くと聖書の先生に叱られそうですが、分厚い聖書の本を読むのは大変だなと思う人は、まずこの切り絵の本のページをめくってみてください。そして、もつ少し前後も読もうかなと思つたら聖書を開いてみるというのはいかがでしょうか。私はこの切り絵の本に何度も癒され、慰められました。

(N O)

『#名画で学ぶ主婦業』

田中久美子監修 宝島社 2018年

「ロノの影響で、自粛生活が長く続く中で、家でできること、家の中でモイライラが募ったかもしれませぬ。この本で、こわばった気持ちをリラックスさせてください。笑つて」



“The Snail and the Whale”

by Julia Donaldson, MacMillan 2016

This is a kids book about a snail who wants to travel the world. He meets a whale that agrees to take him to visit many places while the snail rides his tail. They make a very unusual friendship that is very heartwarming. They help each other out in many ways.

D H



と間違いな。特に主婦(お母さん)目線で読めば共感の嵐! 例えば「日曜日の夜に体操服だすのやめて」(め)と小学生を持つ家庭ならよくある光景が、名画で描かれるとなぜがおかしい。図書館にあります。

是非借りて「ロノ疲れしたお母さん」を笑かしてあげて」

『生き物の死にまつ』 稲垣栄洋著 草思社 2019年

癒しが「ア」なの。死にまつ。と笑ひ込まれそう。死を恐れる生き物は人間だけだそう。人間だけがいつか自分が死ぬと知っている。だから怖がる。でも動物はただその瞬間を生きている。死ぬことを心配しない。そんな動物の死にまつをみると、ふんふん風が生きてこんな風に死んでいくのが、と妙な安心感を感じるの不思議です。たとえば「ミ」の記述。ミは必ず上を向いて死ぬ。昆虫は硬直する。足が縮まり関節が曲がる。そのため、地面に体を支えていることができなくなり、ひっくり返ってしまうのだ。なんて記述は淡々と冷静なだけに、ふんふん、妙な納得感、題名の深刻感と「臍腹」にちよつと心が落ち着く不思議な本です。

(A N)

『牛たちの知られざる生活』

ロザムンドヤング著

マダチブックス 2018年

イングランドのワスターシャー

州でオーガニック農場を経営する著者が牛や羊、豚や農場にいる動物たちの生活やポイントを紹介している。時には通りすがりの野鴨の紹介もある。淡々と紹介しているが、表現は豊かで、臨場感と「モア」にあふれている。牛や羊が「人間的」だと表現するときに「人間的」なものは案外、動物的「なのだ」と理解するべきなのかわからなくなってしまう。シートンの動物記に引けを取らないところか、上回るほどの生き生きとした農場の動物たちの話である。

『京都のいいな美術館めぐり』

岡山拓 浦島茂世著

株式会社G.B. 2015年

美術館が好き、と言いつつ、私は保守的なので臍病者とも言います(新地開拓が苦手です。なので、じも同じころころに行かなくなりますが、この

本を読むと、いろいろな美術館に行ってみようかな、という気になります。京都には小さな美術館がたくさんあります。その多くは寺に併設されているものです。根拠はありません。門前の印象です。京都には古いお寺がたくさんあるので、数百年の歴史の中でそれなりのものが「ア」はあつたわけですね。その保管のために美術館をつくるわけです。門前の印象です。だから「ア」ですが、門前の「ア」、小ぶりの美術館が多いですが、よくあるのは、その大きな美術館より個性にあふれています。そもそも、美術館や博物館にもそれぞれ癖と

いつか、好みと「ア」がありま

な「ア」は気がつくようになりました。きつ、のびり、ゆへり、散策したくなりますよ。

『地獄絵 ART BOX』

加須屋誠著 講談社 2019年

門前、今回のテーマをわかつているか?とお叱りをいたしたくはないかとびくびくしながら、まじめにこの本を推薦します。人類は、はるか昔から言葉を持ち想像力を持ったからこそ、確認したい「死」の後の理解しようとして努力してきました。その結果が宗教であるという過言ではないでしょう。日本でも、死を理解し、自分の生きる意味を見つけ、見えない将来に対する不安を和らげてきたわけです。恐ろしい絵、ロノの自分を見直せ、と訴えています。そして、その後「ア」という癒しが示されるわけです。宗教とは過去の人々の叡智です。心を縮みかかれば、ア、アジをめぐり、最後に迎えに来たあの人との優しさに触れるわけです。長く続く鬼の恐ろしさがメインに思われがちで