TWCPE Library Report
LiVRE
リーヴル
学校法人藤村学園 東京女子体育大学・短期大学附属図書館報
2020春号　No.31

小倉百人一首より春の歌三首

ひさかたの光のどけき春の日にしづ心なく花の散るらむ　紀友則

いにしへの奈良の都の八重桜今日九重に匂ひぬるかな　伊勢大輔

高砂の尾上の桜咲きにけり外山の霞立たずもあらなむ　権中納言匡房

「オリンピック・パラリンピックに詳しくなろう!!!」

図書館事務室　大浦京子

◎ルールと見どころ！ オリンピック・パラリンピック全競技（全６巻）
日本オリンピック・アカデミー 監修／ポプラ社

東京2020オリンピックでは、33競技が実施されます。東京2020からの追加種目は野球・ソフトボール、空手、スケートボード、スポーツクライミング、サーフィンの計5競技。また、東京2020パラリンピックでは、22競技が実施されます。東京2020から新たに加わった競技は テコンドー、バドミントンの2競技です。このシリーズではオリンピック・パラリンピックの全競技が、たくさんの写真やイラストで紹介されています。知らなかった競技もこれさえ読めば、ルールも見どころもしっかり理解できます。オリンピック・パラリンピック入門におすすめの一冊です。

◎JOAオリンピック小事典 2020
日本オリンピック・アカデミー 編著／メディアパル

近代オリンピックの創始者の名前を知っていますか？「クーベルタン男爵」です。誰もが知っている五輪のマークも「クーベルタン男爵」が考案したもの。この本では東京2020オリンピック・パラリンピックだけでなく、古代オリンピック、近代オリンピック・パラリンピックのはじまりや歴史、競技・種目、記憶に残る選手たち、年表や競技大会開催地MAPなどが紹介されています。オリンピック・パラリンピックについて、もっと深く知りたい人におすすめの一冊です。

◎3語でできるオリンピック&パラリンピック英会話
カン・アンドリュー・ハシモト 著／ DHC

東京2020オリンピック・パラリンピックの公式マスコットを知っていますよね。「ミライトワ」と「ソメイティ」。では、英語で説明できますか？
この本では、オリンピック・パラリンピックの基本用語や公式マスコットの説明、道案内や観戦中の声援・応援、困っている人を助ける英会話などが書かれています。
簡単な英語で（3語で納まっていない文もありますが……）、競技場やスポーツバーでの会話、道案内に必要なフレーズが載っています。ボランティアに参加が決まっている人にもおすすめの一冊です。

学生からのおすすめ図書　夜のピクニック

中学生当時、「この本は何度も読み返そう」と決心しました。物語の舞台となっている北高校では毎年、歩行祭という全長80キロの道のりを夜を徹してひたすらに歩くイベントが開催されています。この物語はそのイベントに参加する高校3年生に焦点を当てたものです。

貴子と融はとても険悪な関係です。この二人は異母兄弟なのです。貴子は歩行祭で小さな賭けに出ます。融に話しかけることです。たったそれだけのことが簡単に出来ません。二人の親の問題、二人の関係を誤解する周囲、幽霊騒ぎや受験や将来の姿等、多くのことを考え、悩みながら80キロを歩きます。

「青春」の陰と陽が歩行祭という非日常的な行事を通して鮮明に描かれています。読者の読む時代によって「青春」の受ける印象が大きく変化する一冊です。

恩田 陸 著／新潮社

体育学部3年　鈴木　映理

図書館カレンダー

9:00～13:00　9:00～14:00　9:00～16:00　9:00～17:00
9:00～19:00　9:00～20:00　終日閉館　未定

2020年　4月

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

2020年　5月

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

2020年　6月

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

2020年　7月

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

2020年　8月

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

2020年　9月

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

編集･発行：東京女子体育大学･短期大学図書館運営委員会
東京都国立市富士見台4-30-1　TEL.042-572-4131

書籍紹介

クリアカラー　国語便覧

青木 五郎·武久 堅·坪内 稔典·浜本 純逸 監修／数研出版

　国語の教科書を紹介するわけでは、ありません。一般常識・教養は難しいと思っている人が多いと思います。教員採用、公務員採用試験には一般教養問題が必ずあります。どんな問題なのか一般教養ですからわかりません。大学、短大を卒業するまでに身に着けておく常識を問う問題が一般教養です。平たく言えば小学校から高校までに習ったすべての教科の内容といえます。しかし問題ですから、社会人として社会で通用する共通の知識が問題として出題されると考えたほうがいいでしょう。

　そこでお奨めがこの本です。文学、歴史、文化の知識と国語としての文章の書き方から面接やプレゼンの仕方まで採用試験を意識した内容が記述されています。しかもカラーで分かりやすくジャンルごとに構成されていますので、自分の好きなところから入って読んでみるといいと思います。読んでいると自然に一般教養が身につく本です。価格も手頃な金額で負担感はありません。是非一読してください。

社会研究室　押尾　賢一

書籍紹介

人生を変える勇気

踏み出せない時のアドラー心理学

岸見 一郎 著／中公新書ラクレ

　アドラーは、フロイトと並んで活躍し、「個人心理学」を創唱した心理学者です。

　私たちの人生には、色々な苦しみがやってきます。そのすべての悩みの原因は対人関係だ、とアドラーは言い切っています。とかく他の人から認められたいという承認欲求を充たすため、嫌われないように立ち回る生き方に陥りがちです。

　この本では、①原因論から目的論へ、②優越性の追求と人生の３つのタスク、③対人関係のスタート：課題の分離、④対人関係のゴール：共同体感覚、⑤生きる意味とは、という流れで、「嫌われる勇気」をもつために「①自己受容、②他者信頼、③他者貢献」が大切であると述べられています。

　アドラーは、真の幸福とは、目に見える貢献でなくても「貢献感」を持てればよい。『嫌われる勇気』における幸福の定義とは「貢献感」であり、他者からの承認はいらない。共同体感覚があれば承認欲求にとらわれず、自分自身が誰かの役に立っていると実感できるようになると説いています。

　人生は、「いま」という刹那の連続です。私たちは「いま、ここ」にしか生きることができません。人生には目的地は存在せず、「いま、ここ」が充実していることが大切だということを、改めて実感させてくれる一冊です。

教職実践研究室　星野　文男

書籍紹介

心に折り合いをつけて

うまいことやる習慣

　人はストレスと共に生きています。これは人間が成長していくうえで仕方のないことで、学生の皆さんも人間関係、クラブ活動のこと、将来のことなどいろいろな悩みがあると思います。しかし、悩みがあったとしても考え方ひとつでうまく対応していけ、明るく生きていける。そんなヒントが本書に詰まっているのです。

　この本は89歳の精神科医で現役医師の意見が書かれていますが、社会を要領よく生きていく方法ではなく、「困ったことが起きたなあというとき、どんなことをすれば、自分の心なり日々のストレスと折り合いをつけて、うま～くやっていけるようになるのか？」が書かれているのです。

中村 恒子 著／すばる舎

　『完ぺきを目指して挫折するよりも、不細工な形でも続けていくほうが大事』

　『そんなにすぐに、結果は出ない。焦るときほど「今この瞬間」を大切にする』など

　頑張っている学生の次の一歩につながるそんな一冊です。

体操研究室　長谷川　洋子

書籍紹介

メシが食える大人になる！

よのなかルールブック

　今日、悲惨な事件や事故が数多く起こり、近隣の国との関係の悪化、経済の低迷など世の中は厳しい状況です。そんな厳しい社会にこれから出ていく子どもたちにむけて、「よのなかのルール」として50の言葉が送られています。どれもあたりまえの言葉ですが、シンプルでわかりやすく、ちょっぴりピリ辛で、大人が読んでも気づきがありグッときます。

　あたりまえのことをあたりまえに継続してやることはなかなか難しいものです。私も、本を読んで「あ、これできていないな」と思うことも多く、反省しました。また、大切なことを忘れていたかもしれないと感じました。子ども向けの本ではありますが、毎日忙しく余裕が無い大人にこそ必要な本かもしれません。学生の皆さんにも、社会に出る前に心に留めておいてほしい言葉だと思ったのでぜひ読んでほしいです。これからうまくいかないことや立ち止まりたくなること、悩むことがたくさんあります。そんなときに思い出して読むと、なにか助けになるのではないかと思います。

　情報があふれ、大切なことが見えにくくなっている世の中だからこそ、一度スマホを置き、この本を読んでみてほしいです。

高濱 正伸 著／日本図書センター

ダンス研究室教務補佐　荒木　みどり

源氏物語を図書館で読む

　源氏物語は平安時代中期に紫式部によって書かれた長編文学です。高校時代の国語の時間に読んだ人が多いでしょう。学校では長編の一部しか学べないこと、大学入試を意識して正しく読むために助動詞の意味や用法の理解に偏った授業が多いことなどから、源氏物語の楽しさを味わえなかった人が多いのではないかと思います。全編を通して読むと構想が雄大で展開に変化の妙があり、自然・人事にわたり「もののあはれ」の情趣が描かれていて面白い作品です。ぜひ読んでみてください。

　一般には「日本古典文学全集（小学館）」で読みます。これは原文と現代語訳がセットになっていて分かりやすいです。他に、谷崎潤一郎、与謝野晶子、瀬戸内寂聴、円地文子などの有名作家が現代語訳を発表していてそれぞれ個性があります。なかでも小説風でユニークなのが田辺聖子訳、読むと笑えます。また角田光代訳は現代的な感覚で読めます。皆さんにお薦めなのは、大和和紀の漫画「あさきゆめみし」です。受験生、外国人など多くの人に好まれており、宝塚でも上演されています。少女漫画風にアレンジされていますが、気楽に源氏物語の世界を味わえます。好きなものを選び挑戦してください。

国語研究室　田中　洋一

●新編日本古典文学全集
源氏物語
小学館

●新源氏物語(上)
田辺 聖子著／新潮文庫

●源氏物語(上)
角田 光代 著／河出書房新社

●源氏物語　あさきゆめみし
大和 和紀／講談社