

私の 薦める この1冊

図書館では、学生のみなさんに本に接する楽しさを知ってもらうために「図書館運営委員会からのこの一冊（私の薦めるこの一冊）」という企画を立ち上げ、2011 年度から実施しています。今年度も、教職員から様々なジャンルの本を推薦していただきました。推薦文とともに2階カウンター前にて展示しますので、ぜひお立ち寄りください。貸出も可能です。

鳥山正晴 学部長

「時空のさざなみ：重力波天文学の夜明け」 ホヴァート・シリング 化学同人

最近注目を集めた重力波天文学に関するドキュメンタリー形式の書籍です。科学に興味があれば、物理学が苦手でも読み易いと思います。壮大な宇宙の様々な現象に関するニュース等を理解する上でも有意義なものになると思います。

「孤高の人」 新田次郎 新潮社

昭和初期の先鋭的な登山家をモデルとした山岳小説です。登山に限らず、いろいろな物事に対してストイックに取り組もうとしている方には興味深いものと思います。

佐藤義典 事務局長

「陰謀の日本近現代史」 保阪正康 朝日新聞出版

大正から昭和の歴史を約 4000 人の生き証人に取材。なおぎりの近現代史を知り歴史は螺旋状に形を変え繰り返す。今も過去の過ちを繰り返すことを知って頂きたい。

「人新世の「資本論」」 斎藤幸平 集英社

新書大賞2021 年大賞受賞作30万部。BS-TBS「報道 1 9 3 0」の対談やBS スペシャル「コロナ新時代への提言 3 それでも、生きていける社会へ」に出演の新進気鋭の若手哲学者・経済思想家斎藤幸平氏のマルクスの晩年の資本論から読み解く筆者の人類の未来社会を読んで頂きたい。

加納久雄先生 臨床医学研究室

「すべての見えない光」 アンソニー・ドーア 新潮社

新型コロナウイルス感染拡大で国内旅行、まして海外旅行なんて叶わなくなってしまう、せめて小説の中だけでも海外を感じることができたらと思って挙げてみました。見えないけど感じる感覚が日常を一時忘れさせてもらえます。

戸塚ゆ加里先生 環境衛生学研究室

「がん」はなぜできるのか：そのメカニズムからゲノム医療まで」 国立がん研究センター研究所編 講談社

国立がん研究センター研究所の研究者が、がんの歴史、基礎から診断・治療・予防に関する最先端の情報をわかりやすく解説しており、これ1冊でがんの全てがわかります。

「がん消滅の罍：完全寛解の謎」 岩木一麻 宝島社

元研究者が執筆したサイエンティフィック・ミステリー小説の第1弾。今や国民の2人に1人が罹患し3人に1人が亡くなる”がん”という病気を題材にしたもの。科学的な部分に関しては、平易な表現で記載されているので誰にでもわかりやすい内容になっています。よく練られたトリックと、魅力的な登場人物による展開なので、最後までテンポよく読めます。唐沢寿明らにより実写化もされています。

「がん消滅の罍：暗殺腫瘍」 岩木一麻 宝島社

「がん消滅の罍：完全寛解の謎」の続編。がんを題材にした第2弾。

「時限感染：殺戮のマトリョーシカ」 岩木一麻 宝島社

バイオテロの話。非常に良く考えられた構成になっていて、最後になるほどと思わされます。最後まで一気に読みたくなるくらい面白いです。

「TERM：もう一度プロポーズを」 百々聖夜 文芸社

この本の著者は皆さんの先輩に当たる日大薬学部卒業生です。製薬会社で長年新薬開発業務に携わりながら得た知識や経験からこの小説のアイデアを思いついたのでしょう。薬学出身者ならではの開発に関する描写は、一般の人にもわかりやすいですし、これから様々な方面で活躍する学生さんにとっても大変興味深いものとなることと思います。硬い本かと思いきや、タイトルにあるように恋愛小説となっていますので、気軽に読める小説になっています。

畑春実先生 薬学教育研究センター

「やり抜く力：人生のあらゆる成功を決める「究極の能力」を身につける」 アンジェラ・ダックワース ダイヤモンド社

成し遂げるために必要な力は、生まれながらの才能やIQではなく1つの物事に継続して向き合い努力する力（やり抜く力）であるということを教えてもらいました。自分を見つめ直す良い機会になりますのでお薦めします。

坂田智子 庶務課主任

「こころ」 夏目漱石 文藝春秋

夏目漱石が「こころ」を執筆した明治時代は、日本が急激に西洋化した時代です。今までとは違い、互いが独立して競い合う社会となりました。学生という身分や学校という場から、社会へ出ていく皆さんに読んでいただきたいです。

「夢をかなえる人の手帳術」 藤沢優月 ディスカヴァー・トゥエンティワン

ただのスケジュール帳ではなく、使っているうちに、時間を使うのが自然と上手になります。日々忙しい方、これから忙しくなりそうな方は、自分自身の時間の使い方を見直すきっかけになると思います。

角綾佳 教務課主任

「フィンランド人はなぜ午後4時に仕事が終わるのか」 堀内都喜子 ポプラ社

なぜ、お父さん、お母さんは夜遅くまで仕事してるの？そんなことを思ったことがあるかと思います。フィンランド人と日本人ってとても性格が似ているんです。でも、日本人とは真逆の生活を送っていて、なおかつ幸福度が高い。

家具やファッションなど北欧の世界に触れる機会が多いですが、意外と知らないフィンランドについて知りたくありませんか？

「コロナ後のエアライン」 鳥海高太郎 宝島社

自由に海外に行けなくなる日が来るなんて思ってもいませんでした。コロナにより日本と世界の航空業界で何が起こったのか、事実をメインに綴られているものにはなりますが、多くの「人」が支えているエアラインのことについて知れます。旅が好きなお人々にはぜひ読んでいただきたい1冊です。

「病気知らずのビタミン学：がんから美容まで」 生田哲 PHP 研究所

女子学生さんは、かわいい自分でいたい！と日々努力されていると思います。とにかく痩せて外見を美しく保ちたいのが理想だと思いますが、内側から綺麗にすることで、変わってくるかもしれません。ビタミンって最強？と思わせてくれる1冊です。美容に関心のある学生さんにおすすめの1冊。

「アパレル・サバイバル」 齊藤孝浩 日本経済新聞出版社

コロナの影響、環境問題への取り組み、サステナブルな生活が好まれる時代に入り、おうち時間が長くなったこともあり、洋服が売れなくなってきている。今後のアパレル業界の展望が面白く書かれているので、ファッションが好きな方はぜひ。

吉田俊彦 学生課主任

「希望の国のエクソダス」 村上龍 文藝春秋

定期的に読み返す本です。出版が少し古く、時代設定が今と少し違いますが、「子供」と「大人」、「保守」と「革新」の違い・対立など普遍的なテーマがストーリーの中で語られているような気がします。また、2000年初頭の日本の閉塞感に対する筆者の考えが登場人物を介してメッセージとして書かれています。大人や既存の社会システムに対して何らかの不满がある人は、おもしろいと感じるかもしれません。

「とんび」 重松清 角川書店

当時、子供が生まれて、この子のためにどんな父親になればいいのかと自問した時期に読みました。時代設定は現在と全然違いますが、父子に大切なことがこれを読めば心にスッと入ってくると思います。父親が苦手だなという人には読んでもらいたいです。ドラマや映画にもなっているので、読むのが苦手な人は、そこからでも十分、本書の良さが伝わるとと思います。

「交渉力」を強くする：上手な交渉のための16の原則 藤沢晃治 講談社

月並みの表現ですが、読みだしたら止まらなくなった本です。交渉というと、口のうまい人が自分の利益のため、相手を丸め込むと勘違いしている人こそ読んだほうがいいです。交渉時のテクニックや考え方が、「中々会ってくれない恋人へデートのお願い」「親へのお小遣い増額相談」や身近な例で示されています。一番のおすすめです。

「天才を殺す凡人：職場の人間関係に悩む、すべての人へ」 北野唯我 日本経済新聞出版社

本屋さんで表紙をみて読むのを決めた本です。サブタイトルの人間関係の悩みについて、解決はしないと思いますが、いわゆる日本がクリエイティブな分野で発展しない理由がわかります。大多数の人が該当する「凡人」が、知らず知らずに「天才」を追いつめてしまっているという事実がわかります。会話主体の小説形式なので読みやすいです。

「弟の夫」 田亀源五郎 双葉社

LGBT+（性的少数者）について、言葉でわかっても実際どんな人でどんな悩みを抱えながら生きているのか理解できる名著です。1話ずつテーマ性がありますが、全巻を読むことによって性的少数者でも性的多数者でも人間が違うわけでないと感じられます。マンガで全4巻ですので、ぜひ最後まで読んでください。

木澤靖夫先生 図書館分館長

「そうだったのか!臨床に役立つ心臓の発生・再生」 古川哲史 メディカル・サイエンス・インターナショナル

少し古い書籍ですが、心臓の解剖・生理を理解するのにも役立ちます。

内山武人先生 生物有機化学研究室・図書館運営委員

「アイスランド：絶景と幸福の国へ」 椎名誠 日経ナショナルジオグラフィック社

北極圏にあるにもかかわらず、常に世界で幸せな国ランキング上位に入るアイスランド。何がどういう組み立てでこの国の幸福感が形作られているのか、様々なファクターで幸せ感というものが存在することに気付かされます。

いつか、行ってみたいなあ。

大場延浩先生 病院薬学研究室・図書館運営委員

「若き科学者へ」 ピーター・B・メダワー みすず書房

科学者を目指すかどうかによらず、本書の多くの箇所ですぐに腑に落ちることが多く、今後の参考になると思います。

「がんになった緩和ケア医が語る「残り2年」の生き方、考え方」 関本剛 宝島社

関本先生の生きるヒントには、今後、必ず関わることとなるガン患者さんと接する際のコミュニケーションのヒントが散りばめられていると感じました。

「大人のための国語ゼミ」 野矢茂樹 筑摩書房

わかりやすい文章を書くためにおさえておくことを再確認できると思います。

小林宏司先生 物理学研究室・図書館運営委員

「眠れなくなるほど面白い図解物理の話」 長澤光晴 日本文芸社

サブタイトル「身近な生活の「？」はすべて物理で解明！」にあるとおり、日頃見逃しがちな当たり前とされる生活にある現象から自然界、スポーツ、乗り物等に関する疑問（謎）を物理学を使って、科学的に説明している。教養として頭の片隅に残しておいて損のない著書である。

「図解眠れなくなるほど面白い AI(人工知能) とテクノロジーの話」 三宅陽一郎 日本文芸社

薬学の世界でも他人事では済まされない状況になりつつあるAI（人工知能）について、基本的な事柄と応用範囲、日常に取り込まれてきた時に直面するであろう問題点等について例示しながら分かりやすく説明をしている著書である。

小菅康弘先生 薬理学研究室・図書館運営委員

「なぜ、読解力が必要なのか?：社会に出るあなたに伝えたい」 池上彰 講談社

読解力は文章を読み解くためのものだけでなく、物事の本質を理解する力です。どうすれば、その本当の読解力を身につけられるのかを池上彰流にわかりやすい文章で解説されている本です。この本をきっかけにして、その読解力を養ってみませんか。

「弱者の兵法：野村流必勝の人材育成論・組織論」 野村克也 アスペクト

野村監督流の育成術やチームマネジメント術が解説されています。野球好きでなくとも、野球好きならなおさら、読みやすい本ではないでしょうか。野村監督の「人間教育が最も大切である」という理念に共感を持ちました。指導的立場になる人には参考になる金言が満載です。

「自分の頭で考える日本の論点」 出口治明 幻冬舎

立命館アジア太平洋大学学長である出口治明さんが、意見が分かれている現在の日本の論点について、どういう思考プロセスで答えに至ったかを解説しています。ポイントは「タテ・ヨコ・算数」です。この本を参考に、自分ならどう答えを導き出すか考えてみてください。それが、「考察力」や「論理的思考力」を鍛えるヒントになるかもしれません。

「人間の土地」 サン・テグジュペリ 新潮社

堀口大樹氏による翻訳は、古典的な語彙表現が多く使われています。光文社古典新訳文庫から出版されている渋谷豊氏の翻訳版や、みすず書房から出版されている山崎庸一郎氏の翻訳版もあります。翻訳者による解釈の違いを味わうのも面白いかもしれません。

張替直輝先生 薬品分析学研究室・図書館運営委員

「スマホ脳」 アンデシュ・ハンセン 新潮社

現代人の多くは、スマートフォンが手放せない。しかし、スマートフォンと共に歩む生活となって十年強しか経って
おらず、この依存した生活が人(の脳)に及ぼす影響が懸念される。さらに、自分の意思で面白いコンテンツを見たり、便
利なアプリを使ったりしているつもりが、それらの行動は実は他人から誘導させられたものかもしれない。

スマートフォンとの付き合い方について考える機会になる本です。

廣瀬大先生 病原微生物学研究室・図書館運営委員

「遺伝人類学入門：チンギス・ハンのDNAは何を語るか」 太田博樹 筑摩書房

ゲノム解析技術の近年の著しい発展は皆さんもご存知かと思います。医学的には疾患に関係する遺伝子の探索や腸内
細菌叢の解析などに大きく貢献している技術ですが、遺伝人類学とよばれる学問分野にも大きな影響を及ぼしています。

遺伝人類学では人類集団にみられる遺伝子のバリエーションを解析することで私たちのルーツを解き明かすこと
を目指しています。遺伝人類学の魅力を筆者の経験談を交えて分かりやすく解説している本書を通じ、ゲノム情報のもつ
面白さやロマンを是非感じてみてください。

松崎桂一先生 生薬学研究室・図書館運営委員

「百億の星と千億の夜」 光瀬龍 早川書房

10代の頃、この本で世界観が変わった。

「密やかな結晶」 小川洋子 講談社

秘めた大切なモノはなんなのか。

「美人画づくし 参」 池永康晟監修 芸術新聞社

美しきものを愛でる時間を。「美人画づくし」, 「美人画づくし 弐」もあります。

「散歩で見つける薬草図鑑：見分け方・使い方がよくわかる」 指田豊監修 家の光協会

身近な植物にも目を向けてはいかがでしょう。

「ノンちゃんの冒険」 柴田翔 新潮社

現代社会の問題を予言していたような、作品です。

高宮知子先生 生物有機化学研究室・図書館運営委員

「ステップファザー・ステップ」 宮部みゆき 講談社

普通の一軒家に暮らす、中学生の双子の兄弟と、彼らを男手一つで育てている優しい父親。しかしその正体は、彼らと
「取引」をさせられた、プロの泥棒だった！

ちょっぴりドジな「お父さん」と、賢いはずら好きな双子が織りなす、ドラマ化もされた不朽の名作です。