

理学療法学科准教授

フジタ
藤田
チカコ
智香子



たくさんの癒やしと 生き方のヒントが詰まった本たち



『りんごかもしれない』
ヨシタケシンスケ
ブロンズ新社
726.6||¥92



『ミライの授業』
瀧本哲史
講談社
159.7||Ta73

「りんごかもしれない」は絵本ですが、大人も十分楽しめて考えさせられる内容が描かれています。一見りんごと思われる物体を「もしかしたら りんごじゃないのかもしれない」、「なにかのタマゴかもしれない」等々、頁をめくるとたびにたくさんの「りんごかもしれない」なにかが、かわいらしい絵で描かれています。

年齢を重ねると、物事を決めつけがちで、考える幅が狭くなってしまいうように感じます。知識や経験などから効率的に判断しているのかもしれないですが、物事を多様な視点から柔軟に考えることで、新しくより適切な方策が見つかるかもしれません。本の帯には「かんがえる頭があれば、世の中は果てしなくおもしろい」とあり、頭を柔らかくするには最適で、おまけにクスッと笑えてとても癒やされます。

「ミライの授業」は、中学校で行われた特別講義「未来をつくる5つの法則」を凝縮した本ですが、「かつて14歳だった大人たち」も読者に含まれます。内容は19人の偉人伝を通して、具体的にわかりやすく記述されています。たとえば、ナイチンゲールは野戦病院での死因を集計して、戦闘での負傷より劣悪な環境での感染症が多い事実を示し、衛生管理の重要性や感染症予防に大きく貢献したことなど、思い込みの弊害や事実（データ）の大切さなどが書かれています。

最後に20人目の変革者は「ミライのきみ」である、と記されています。変革者になれるかどうかはともかく、なにか困ったとき、前に進む勇気と解決策のヒントがもらえる本です。