



ブックハンティング

理学療法学科 1年 H・Y

読んでみたかった本がお金をかけずに読める。他の人に読んで欲しい本を置いてもらえる。この2つの利点があり、とても素晴らしい企画だと思った。



ラグビー日本代表を変えた「心の鍛え方」

荒木香織
講談社+α 新書
講談社

783.48||A64

ちょっとしたものの見方・考え方を日常的に意識して変えるだけで、精神的な強さを引き出すことができることを理論的に書いていて、スポーツ選手だけでなく、全ての人に適用できる「心の鍛え方」がとても面白かった。

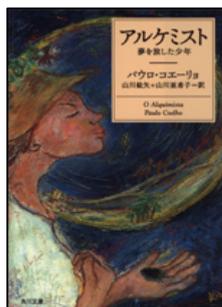


Dream action: 夢に出会うためのアクション 69

高橋歩
A-Works

159||Ta33

同じことの繰り返しはつまらない。夢を持って生きなкや。でも何から始めよう。そんなことを考えたらこの本を手にとって行動を始めたい。そんな本。

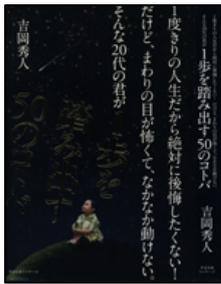


アルケミスト: 夢を旅した少年

パウロ・コエーリョ;
山川紘矢, 山川
亜希子訳
角川文庫
株式会社

KADOKAWA
969.3||C83

全ての人に読んで欲しい本。ただの旅の本ではなく、「人生」の大切なことについて教えてくれる本。



**1 歩を踏み出す
50 のコトバ**
吉岡秀人
すばる舎リンケー
ジ
159.7||Y92

50 個全てをノートに書いて頭で反芻した。弱気な自分に、勇気が出せない自分に、もっと頑張りたいと思った時に何度も読み直したい。



**救う力：人のために、自分のために、いまあなたが
できること**
吉岡秀人
広済堂出版
159||Y92

『1 歩を踏み出す 50 のコトバ』と同じ吉岡秀人医師の本で、自身が今までどんな行動を取ったか、読み手にどんな行動を起こして欲しいか、こころを突く言葉の数々に圧倒される。



**命を燃やせ：いま、世界はあなたの
勇気を待っている**
吉岡秀人
講談社
498||Y92

これも吉岡秀人医師の本。「何気なく」ではなく、「全力で」生きることの意味、大切さを教えてくれる。そして患者にとっての「医療」とは、医師のできる最善の「医療」とはを考えることができる。



**Born to run 走る
ために生まれた：
ウルトラランナー
vs 人類最強の”
走る民族”**
クリストファー・
マクドゥーガル
近藤隆文訳
日本放送出版協会
782.3||Ma14

走る意欲を引き出してくれる本。走ることについて哲学的に話が展開される。普段から歩く、走るをしている人にとってはとても面白い作品だと思った。