

東都大学図書館通信(深谷キャンパス)

私が人生を知ったのは、人と接したからではなく、本と接したからである。

～ アナトール・フランス(フランスの作家/ノーベル文学賞受賞者)の言葉です～

1. 大河ドラマリレー ～渋沢栄一翁から畠山重忠公へ～

NHK大河ドラマ「青天を衝け」に盛り上がった2021年。深谷市が誇る実業家・渋沢栄一翁の生涯を描いた同ドラマでは、「みんなが嬉しいのが一番」という母様(かっさま)の教えを貫いた栄一翁の精神に心が揺さぶられた1年でした。そして迎えた2022年。現在放送中のNHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」では、鎌倉幕府2代執権・北條義時の生涯が描かれていますが、劇中には深谷市にゆかりのある畠山重忠公という武将が登場します。重忠公は「武蔵武士の鑑」と称され、謹厳実直(きんげんじつちよく)^{*1}で清廉潔白(せいれんけつぱく)^{*2}、そしてその名の通り忠義を重んじる人柄に多くの人々が尊敬の念を抱き、鎌倉幕府を開いた源頼朝公も厚い信頼を寄せていたと伝えられています。一ノ谷の合戦で有名な「鶴越(ひよどりごえ)の逆落とし」では、人馬も通れないほどの難所を駆け降りるのは馬がかわいそうだと、重忠公が愛馬を背負って崖を下ったという逸話も残されています(写真の銅像はその雄姿を表したものです)。劇中では俳優の中川大志さんが、クールで爽やかな重忠公を演じていらっしゃいます。渋沢栄一翁に引き続き、畠山重忠公の篤実な生きざまに「心の在り方」を学んでみませんか。



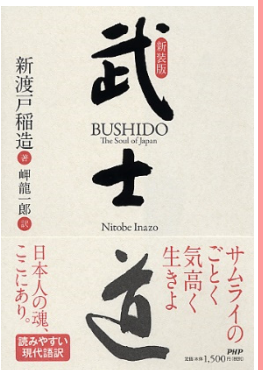
©2022 Kaori Nagatsuka

畠山重忠公之像^{*3}

*1 慎み深くまじめであること *2 心が清く、私利私欲をもたないこと
*3 畠山重忠公史跡公園(埼玉県深谷市畠山510-2)内にて撮影

2. 『武士道』には強く生きるヒントが盛りだくさん!

『武士道』と聞くと堅いサムライ精神論をイメージする方もいらっしゃるかもしれませんが、実は今を生きる私たちの心にも深く染み入る「強く生きるヒント」がたくさん記されています。もともと『武士道』は、日本のことを知っていただくために海外向けに書かれた書物で、1899年に新渡戸稲造氏によって英語で出版されました。『武士道』は「戦国時代以降に受け継がれてきた武士の生き方」を中心に書かれ、中でも「日本人が礼節を大切にすること」は世界中で反響を呼び、大ベストセラーとなりました。1908年には日本語訳され、国内でも多くの人々に読まれたそうです。よく知られる「武士の一言」は、『武士道』の7つの徳目(義・勇・仁・礼・誠・名誉・忠義)のうち「誠」を表現しています。当時商人たちのやりとりには証文が必要でしたが、武士の約束に証文は必要なく、「一度口にした言葉は必ず守る」というのが武士の武士たる姿でした。これは自身の誇りを守ることに等しく、武士が証文を書くことは、面目を失うことにもつながったそうです。言葉の責任の重たさを感じますね。自分の言葉を裏切らない武士の姿は、私たちに「自分の発した言葉の大切さ」を教えてくれているようです。



新装版 武士道
(新渡戸稲造著/畔龍一郎訳/PHP研究所)

心を磨く『武士道』は、今なお読み継がれています。ぜひ一度ご覧くださいませ。

3. 情報を見極める力

コロナ禍ではありますが、1月に入りましてから少ないながらも毎日のように学生さんが来館してくださっています。最近は文献検索にいらっしゃる学生さんが多く、データベースの使い方や論文の探し方をご案内しております。文献検索は慣れないうちは大変ですが、実際にデータベースを使ったり、論文を読んだりするうちに徐々に使いこなせるようになってまいります。文献検索に関する図書も取り揃えておりますので、ぜひ活用ください。

さて、皆さんは何かを調べたり、情報収集をする際に、インターネットを活用される方も多いと思います。手軽に調べられる検索エンジン(Yahoo!やGoogle等)は即時性の高い情報を瞬時に得ることができ、非常に便利なツールですが、発信者や主張の論拠が不明瞭なものも少なくないため、インターネットでお調べになった際には、図書等を通じてさらに深くお調べになることをお勧めいたします。いまは情報を得る手段が多岐に渡り、私たちはまさに「情報の海」の中にいます。情報の海に溺れず、自分にとって必要な情報を得るためには、「情報の質を判断し、情報を使いこなす能力」が必要です。この能力を「情報リテラシー」と言いますが、これは医療現場においても非常に求められる能力です。最新で信頼性が高い医療知識や、よりよい医療提供に必要な情報を得て活用する能力は、患者さんに安心して医療を受けていただけることにもつながります。



◆ 渋沢栄一翁が愛した言葉 ◆



箸は箸、筆は筆と、
それぞれその器に従った用があるのと同じく、
人にはおのおのその得意の一技一能が必ずあるものである。

【『論語講義』・為政第二】

人には自分の器に合った得意な技や能力が必ずある、という意味です。箸と筆がともに「手に持つ細長い用具」でありながら異なる用途をもつように、人間も、一見似ている存在でありながら、それぞれに得意な技や能力があるのです。その能力を自分自身で自覚することこそ、最も大切なことなのです。

※格言は『渋沢栄一 明日を生きる100の言葉』 渋澤健・著/日本経済新聞出版社 p.66より転載

◆ 国家試験問題を解いてみよう ◆

管理栄養士 保育園児を対象に、「お魚を食べよう」という目的で食育を行った。学習教材とその内容として、最も適切なのはどれか。1つ選べ。

1. ホワイトボードに「さかなは、ちやにくのもとになる」と書いて説明した。
2. アジの三枚おろしの実演を見せて、給食でその料理を提供した。
3. エプロンシアターを用いて、マグロとアジを例に食物連鎖について説明した。
4. 保育園で魚を飼って、成長を観察した。

※ 問題はメディックメディア『QB 管理栄養士国家試験問題解説 2022 別冊付録「第35回 管理栄養士国家試験問題」p.22より出題(解答は裏面をご覧ください)



なごめるだけで熟睡できる絶景写真
(小林弘幸著 / 飛鳥新社)

『なごめるだけで熟睡できる絶景写真』

管理栄養学部 不老美也子

私给大家介绍する本は、『なごめるだけで熟睡できる絶景写真』(飛鳥新社)という本です。美しい写真は一瞬で心を整え、綺麗な写真というのは、少し目に入っただけで、心の流れ、血液の流れを瞬時に変えてしまうほどの力を持っているそうです。よく、好きなタイプの異性をみたときに、「電気が走る」と表現されます。まさにそれと同じで、たった一瞬で、心をほぐす力が、写真にはあるそうです。つまり、わずか1秒でも、自律神経が整うということです。私自身、自律神経の研究に関心があつたことがきっかけで、この本を読むことになりました。眠れない日が続いていて悩んでいるわけではありません。

この本には、魅力的な写真と、世界中で読まれている有名な詩や小説の一節が、掲載されています。また、好きなことを書き込んで良い、「1行メモ」が設けてあり、写真を見て感じたことを、自由に書き込む形式になっています。

あるいは、「1行日記」にすることもできます。著者によると、睡眠前の短い日記は、自律神経を整える効果が期待できるそうです。

なごめるのは、どの写真でも良く、私も、その日の気分が目にとまったものを、一つ選んでなごめています。気分が落ち込んでいる日や疲れた日には、パワフルな写真に元気をもらうことがあります。また、気持ちよくぐっすり眠るために、就寝前に写真集をなごめることがよくあります。

海の写真が好きで、よくなごめています。この本にも、海の写真が掲載されています。写真の隣のページには、アンソニー・ドーア『すべての見えない光』という小説より、「最近では頭もかなりすっきりしている。きょうは海のことを書こうと思う。海にはいろいろな色がある。夜明けには銀色で、正午は緑、夕方は紺色になる……今まで見てきたなかで、最高の眺めだ。ほんやり海を見つめていて、任務を忘れてしまうこともある。人が感じられることはすべて包み込んでしまうほど大きく見えるよ。」という一節が掲載されています。

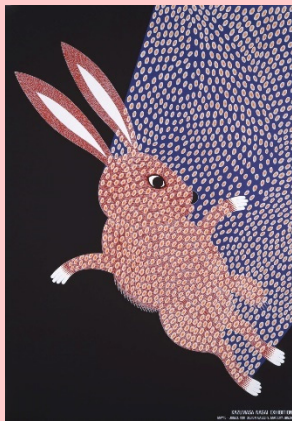
この本を、枕元に置いて、楽な姿勢で、「ひと晩にひとつの写真」をなごめてみることをお勧めします。自律神経が整い、質の高い眠りを得ることができるはず。自分がカメラマンになったつもりで、写真と詩の世界に浸ってみるのもいいかもしれません。なごめるだけで構いません。そのうちに、心地よい眠りへと誘われることと思います。

永井一正のポスターデザイン -いきること・つくること-



独特のタッチで描かれている鳥やうさぎ。不思議な魅力を放ち、その世界観に目が釘付けになります。これらの作品は日本のデザイン界を牽引するグラフィックデザイナー永井一正氏(1929-)が手がけたものです。1950年代初頭よりグラフィックデザインの現場に身を置き活躍してきた永井氏は、常に時代の最先端に立ち、数々の作品を世に送り出してきました。札幌冬季オリンピックやアサヒビール、JA、三菱東京UFJ銀行のロゴやポスターなど、永井氏の名前はご存じなくても、彼がプロデュースした作品はきっと目にしたことがあることと思います。永井氏の優れたデザイン感覚によって生み出されたロゴやポスターは、広告媒体としてだけでなく、芸術作品としても大変心惹かれるものがあり、国内外のポスターコンクールにおいても数々のグランプリを獲得してきました。特に1980年代後半から彼がライフワークとしている《LIFE》シリーズは、動物を題材として生命の尊さや多様性を表現した、永井氏の代表作と言えるでしょう。

本展では永井氏本人からご寄贈いただいたポスターコレクションの中から、約140点を選びすぐり展示いたします。《LIFE》シリーズをはじめ、美術館の企画展・公募展の宣伝ポスターなど幅広い作品をご覧いただくとともに、永井氏のエネルギー溢れる珠玉の大型ポスター群が一堂に会する貴重な展覧会でもございます。デザイン史における永井一正氏の功績を皆さんも一緒に辿ってみませんか。



作品(上):《KAZUMASA NAGAI DESIGN LIFE(トリ/月)》1994年 作品(下):《KAZUMASA NAGAI Exhibition(ウサギ)》1991年 ※ともに群馬県立館林美術館所蔵 画像提供:群馬県立館林美術館(画像の転載ならびにコピー禁止) 展覧会場:群馬県立館林美術館(〒374-0076 群馬県館林市日向町2003) 会期:2022年2月19日(土)~4月3日(日) 開館時間:午前9時30分~午後5時 ※入館は午後4時30分まで 休館日:月曜日(ただし3/21(月・祝)は開館)、3/22(火) 観覧料:一般620円/大高生310円 ※中学生以下、障害者手帳等をお持ちの方とその介護者1名は無料 群馬県立館林美術館HP: <http://www.gmat.pref.gunma.jp/> 日本デザインセンターHP: <https://www.ndc.co.jp/>

◆図書館からのお知らせ◆

看護学科、管理栄養学科の4年生の皆さん、いよいよ国家試験目前となりましたね。皆さんが培われてきた日々のご努力はきっと実を結ぶことと存じます。試験当日はぜひ万全の体調で臨めますよう、体調管理にはくれぐれもお気をくださいませ。なお、試験直前にこのようなお話を申し上げるのは大変心苦しいですが、ご卒業予定者の皆さんの最終的な図書のご返却期限は〔2022年2月28日(月)〕となっております。ご返却し忘れないよう、ご協力をお願い致します。また、在校生の皆さんからご質問を受けます「継続貸出」について、通常でしたら継続貸出は可能なのですが、コロナ禍の現在、ご返却図書を除菌作業に3日間ほどお時間をいただいておりますため、継続貸出は当面停止とさせていただきます。何卒ご了承くださいませよう、よろしくお願い申し上げます。

千両(センリョウ)

国家試験問題(表面)の正解は2.

※解説はメディックメディア『QB 管理栄養士国家試験問題解説2022』p.934参照。

別名を「クササンゴ」と言います。花の少ない冬に鮮やかな赤い

実をつける千両は、富を引き寄せ縁起のよい植物として知られ、いまやお正月に欠かせない存在になっています。花言葉は「富」「恵まれた才能」。「両」の名が付く植物はほかに「億両(オクリョウ)」「万両(マンリョウ)」「百両(ヒャクリョウ)」「十両(ジュリョウ)」「一両(イチリョウ)」があり、それぞれ「ミヤマシキミ」「ヤブタチバナ」「カラタチバナ」「ヤブコウジ」「アリドオシ」の別名を持ちます。一両のアリドオシを「(お金が)有り通し」と読み替え、千両や万両と一緒に飾って「千両、万両、有り通し」という縁起をかついだ語呂合わせも有名です。千両はもともと「専蓼花(センリョウカ)」と呼ばれていましたが、よく似た万両より実が少ないことから「千両」になったとも言われています。千両は葉の上に、万両は葉の下に実を付けます。



©2022 Kaori Nazatsuka