

# 東都大学図書館通信（深谷キャンパス）

## Historical Treasures

### シーボルトの外科道具差



#### 外科道具差

（げかどうぐさし）

出典：ColBase（<https://colbase.nich.go.jp/>）

左の写真は、ドイツ出身の医師フィリップ・フランツ・フォン・シーボルト（1796～1866）が使用したといわれる携帯用医療器具「外科道具差（げかどうぐさし）」です。19 世紀前半に西洋医学が日本に伝わった歴史を物語る重要な資料で、紅色の皮で仕立てられたケースには、金文字でシーボルトの名前が刻まれています。内部にはメス、スポイト、鉗子（かんし）など 15 点の器具が収められており、当時の日本ではまだ一般的ではなかった西洋式の医療技術を実践するための貴重な医療器具でした。この外科道具差は、シーボルトからオランダ通詞・吉雄権之助（よしおごんのすけ）を経て、越後の医師・五十嵐其徳（いがらしきとく）に譲渡されたと伝えられています。現在は東京国立博物館に所蔵され、医学史上、貴重な文化財として保存されています。

## Historical Heroes

### 池田菊苗一味の素と「うま味」



#### 池田菊苗

出典：国立国会図書館「近代日本人の肖像」（<https://www.ndl.go.jp/portrait/>）

池田菊苗（1864～1936）は、「うま味」を発見した日本の化学者です。京都に生まれ、東京帝国大学で化学を学んだ後、ドイツに留学し、オストヴァルト博士（後にノーベル化学賞を受賞）に師事して、世界最先端の化学を学びました。帰国後は東京帝国大学の教授として教育と研究に尽力する中、昆布だし特有の風味に着目し、従来の 4 つの基本味（甘味・酸味・塩味・苦味）には当てはまらない新しい味の存在を考え、1907 年に研究を開始。翌 1908 年には、その味の正体がアミノ酸の一種であるグルタミン酸であることを突き止め、「うま味」と命名しています。この発見により取得した特許から調味料「味の素」が誕生。「うま味（UMAMI）」は現在、世界中で親しまれる味覚の一つとなっています。

## Touching Words

### ことばの贈り物～本の中から～



本を読む人はうまいく  
（長倉顕太 著／すばる舎）

読書という習慣は、必ずあなたの人生に  
良い変化をもたらすはずだ。

『本を読む人はうまいく』（p.199）

読書は思考力や情報力を高め、人生を好転させます。続けるのが苦手、読みたいけどなかなか手をつけられない…そんな人でも始められる読書習慣の作り方や、本の選び方を紹介しています。人生に役立つ「読む力」が身につきます。

## Book Picks

### 心をほどく、温かな手料理



#### カフェ

（阿部暁子 著／講談社）

ポルトガル語で「愛する人の髪にそっと指を通す仕草」を意味する「カフェ」。本書は、弟を突然失った野宮薫子が、弟の元恋人・小野寺せつなと出会い、彼女の作る優しい料理に救われていく物語です。家事代行サービス「カフェ」を手伝う中で、薫子は「食」を通じて人の暮らしと心に寄り添うことを学び、再び前へ進み始めます。食べることの喜びや日常の小さな幸せが、失った時間の痛みを少しずつ癒してくれる、心に残る一冊です。

## Book Picks

### 箱根駅伝、熱き挑戦

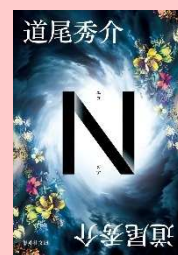


俺たちの箱根駅伝 上  
（池井戸潤 著／文藝春秋）

日本のお正月の風物詩、「箱根駅伝」を舞台にした青春小説。沿道やテレビの前で、多くの人々がタスキをつなぐ若者たちの懸命な走りに胸を熱くする戦いを、作家・池井戸潤氏が十余年の歳月をかけて描き出しました。古豪・明誠学院大学陸上部の主将・青葉隼斗は、故障を乗り越え予選会でのラストチャンスに挑み、一方で、箱根駅伝中継を担当する大日テレビ・スポーツ局のプロデューサー・徳重は難題に奮闘します。若者たちの挑戦と努力が、胸に深く鮮やかに響く物語です。

## Book Picks

### N—未知の読書体験へ誘います



N  
（道尾秀介 著／集英社文庫）

全 6 章で構成され、読む順番は読者次第。各章の冒頭部分だけを読み、気になる章へ進んでください。物語の展開はなんと 720 通り。選ぶ順序や章の組み合わせによって、全く異なるストーリーが生まれるという、前代未聞の一冊です。読書の楽しみ方を根本から覆す斬新な構成は、これまでにない、ページをめくるたびに新しい物語が目の前に広がる、未知の読書体験へと誘います。全 6 章、あなた自身がつくる 720 通りの物語。その選択が、あなただけの物語を紡ぎます。

## Book Picks

### 私たち、いつまで「ガール」でいられるの？



ガール  
（奥田英朗 著／講談社）

「その気持ち、わかる！」——読み進める手が止まらなくなる小説『ガール』。仕事、恋愛、友人関係、年齢…多くの女性が感じたことのある不安や悩みを、軽やかに描いた短編集です。私たちはいつまで「女の子」でいられるのだろうか？ 全 5 編の物語は、30 代の働く女性を主人公に展開しますが、「そうそう、こういう気持ちあるよね」と思わず頷いてしまう、細やかな女性の心を丁寧に描いた短編集です。本作の著者が男性の奥田英朗氏であることに、思わず驚かされます。

Teacher's Picks

# 功刀浩 著『ここに効く精神栄養学』

管理栄養学部 茂木さつき



ここに効く精神栄養学  
(功刀浩 著 / 細川昭々 画 / 女子栄養大学出版部)

ストレスの多い社会の中で、メンタル面での不安を抱えながら生活を送っている方が多くなっています。2023年の厚生労働省の調査では精神疾患で外来受診している患者さんは576.4万人おり、そのうち最も多いのは気分障害(うつ病を含む)156.6万人でした。うつ病の方は年々増加傾向にあるといわれていますが、受診しないまでもストレス社会の中でこころの健康について悩んでいる方は多いのではないのでしょうか。そのような中、近年、脳腸相関や心身健康科学など、こころと身体の間連について述べられることが多くなってきています。こころの健康と身体を健康を保つために、栄養も重要な要素となっています。身体を健康を保つためにはこころが深く関与しており、身体はもちろんのこと、こころを健康にするためにも栄養素や食生活が深く関連しているからです。

今回私がご紹介するのは『ここに効く精神栄養学』(功刀浩著：女子栄養大学出版部、2016)です。

栄養素や食生活習慣が人の身体を健康にすることは皆さんご存じのことと思います。しかし、身体だけではなく人のこころも健康にすることを、この本は教えてくれます。こころの健康について、主にうつ病について記載されていますが、その他の病気についての記載も興味深い内容がたくさんあります。また、光孝天皇、藤原道長、貝原益軒、太宰治にさかのぼって、学問の中の健康や栄養、食事についての記載に私は知見を新たにしました。うつ病を予防する食事、うつをやわらげる栄養、腸内細菌とストレスの関係など、皆さんがこの本を読み、家族や知人に伝えていただけたら大勢の方のこころが元気になることができるきっかけとなるでしょう。人の健康を身体から支える看護職と、栄養から支える栄養士・管理栄養士が共同し、ストレス社会の中で、誰もが元々なこころと身体で生き抜いていく手助けとなれることを期待しています。

この本は月刊誌で連載されていたコラムを単行本化したものですので、1篇は短く、内容も専門性に偏らず、空いた時間に少しずつ気楽に読み進めていくことができる内容となっています。かばんの隅に入れておいて、隙間時間のお供としていただけると良いでしょう。栄養が体のみならず、こころも健康にしていける。そのメカニズムを楽しく理解していただくために、ぜひおすすめしたい一冊です。

あわせて、こころを元気にしてくれる素敵なイラストもお楽しみください。

## Art & Culture

## CREVIA マチュピチュ展



本展は、2021年のアメリカでの開催を皮切りに世界各地を巡回し、これまでに累計54万人以上を動員した国際的な展覧会です。ペルー政府公認のもとアジアで初開催となる今回は、約130点におよぶペルーの至宝が一堂に集結します。なかでも、王族の墓から出土した黄金装飾品や、神殿儀式で用いられた祭具は国外初公開となる極めて貴重な品々で、古代アンデス文明が育んだ叡智と美の結晶を間近に鑑賞することができます。独自技術によって世界遺産マチュピチュを再現した没入型の空間演出や、アンデス神話の英雄「アイ・アバエック」の冒険譚を軸に展開される壮大なストーリーは、来場者の皆様をかつてない知的冒険の世界へと誘います。背景も文化も大きく異なる、日本から最も遠い国の一つと言われるマチュピチュ。遥かなるアンデスの歴史と文化に触れてみてはいかがでしょうか。

作品：シドニー会場での展示の様子 2024年 ©MUSEO LARCO LIMA - PERU 会場：森アートセンターギャラリー（東京都港区六本木 6-10-1 六本木ヒルズ森タワー52階）会期：2025年11月22日（土）～2026年3月1日（日）※休館日なし 開館時間：【日～木】10:00～19:00（最終入館 18:00）、【金・土・祝前日】10:00～20:00（最終入館 19:00）※年末年始（12/29～1/4）は、10:00～19:00（最終入館 18:00）※特定日：12/29、12/30、12/31、1/2 観覧料（当日券・平日）※カッコン内は土日祝・特定日：一般2,800円（2,900円）、中高生1,900円（2,000円）、小学生1,300円（1,400円）※本展は日時指定制 ※高校生以下は入場時に学生証または年齢確認書類の提示が必要 ※指定の障がい者手帳をお持ちの方は、会場窓口販売価格の半額（会場窓口販売のみ） 展覧会公式HP：https://machupicchuneon.jp/ 公式Instagram：https://www.instagram.com/machupicchuneon 公式X：https://x.com/machupicchuneon ※最新の情報は、展覧会公式HPをご覧ください。森アートセンターギャラリー公式HP：https://macg.roppongihills.com/jp/

## Topics

## 学生が選んだ「推し本」、並びました！

2025年9月16日に紀伊國屋書店新宿本店で開催された「学生選書ツアー」で、参加学生が選んだ多彩な本が「学生選書コーナー」に並んでいます。話題作も揃っていますので、ぜひご覧ください。



## More Book Picks



ひとまず上出来  
(ジェーン・スー 著/文藝春秋)

## 生きるって、永遠の微調整

ラジオパーソナリティやコラムニストとして活躍するジェーン・スーさんが、大人の女性の目線で綴るユーモアあふれるエッセイ集。年齢を重ねるにつれて感じる悩みや孤独を受け入れ、「完璧でなくても、ひとまず上出来」と自分を労わる姿に共感と笑いがあふれます。時間とともに訪れる変化に向き合う知恵が詰まっていた、同世代女性のみならず、きっとすべての世代に響く一冊。笑いと共感、そして少しの勇気を与えてくれる、エナジー満載の作品です。自分に優しく、生きましょう。

## More Book Picks



天国での暮らしはどうですか  
(中山有香里 著 / KADOKAWA)

## いつもそばに、亡きペットの想い

愛情を注がれ、命を全うしたペットたち。彼らは天国の「下界池」から、今日も飼い主を見守っています。飼い主への想いを伝える、犬や猫たちの心温まる物語。「あの子のいるところが、どうか暖かく優しい場所でありますように」——亡くなった今も、ペットの幸せを願い続けている飼い主の方は多いのではないのでしょうか。著者は、現役看護師でイラストレーターの中山有香里さん。SNSで人気を集めた「天国シリーズ」を単行本化です！

## Editor's Note & News

寒さが深まる12月。暖かい部屋で読書を楽しむ時間は、格別かもしれません。何かと多忙な時期ですが、本とともにひと息つく時間を持つてみてはいかがでしょうか。国家試験に向けて勉強中の皆さんにとっても、大切な時期。体を温かくして大切にしながら、目標に向かって全力でお進みください。