

青森県立保健大学附属図書館だより

Rapport

November 2019 NUMBER 33

★ 教職員からのメッセージ

栄養学科助教 熊谷 貴子

★ 特集 BOOK HUNTING 2019

看護学科 2名 理学療法学科 1名
社会福祉学科 4名 栄養学科 1名

★ 自著紹介 第8回

伝え継ぐ 日本の家庭料理 炊きこみご飯・おにぎり
栄養学科助教 熊谷 貴子

★ シリーズ 図書館を使いこなそう 第33回

修士論文・博士論文を見てみよう

★ ヘルスリテラシー関連図書を紹介 第3回



『ラポール』は、人間同士（学生&教職員&地域住民&県民）のつながりを意味します。

Rapport : フランス語で、関係・関連・類似点

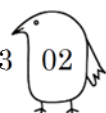
教職員からのメッセージ

青森県は脱短命や健康寿命延伸を目的として、多種多様な分野での活動や取り組みが行われています。私自身も、保健大学の教員、管理栄養士として微力ながらも貢献したいと思っています。しかし、一度立ち止まり一歩も二歩も離れたところに身を置いてみると、そもそも、何がわかっていて、何がわかっていないのかがわからなくなることがあります。別の言葉でいいかえると、根拠とは何だ？です。

図書館は、根拠を探す場所でもあります。パソコンを利用して国内外の研究論文を探して読むことができますが、それだけではありません。パソコンでは決して読むことができない図書や資料があります。歴史や民俗、古い行政資料です。例えば、青森県民は食塩摂取量が多いという評価ですが、なんで？どうして？いつから？だれが？どこの地域が？何を食べてそうなるの？などという疑問を、根拠をもって正確に示すことはかなり困難であると思います。正直、自分自身も良くわかっておりません。NHKのチョコちゃんに叱られる風には、「ぼーっと研究してんじゃねーよ！」と、怒られている状況でしょう。そこで必要となるのが、歴史、民俗図書と資料です。なぜ歴史？民俗？と思われるかもしれませんが、それらの図書や資料の中には、青森県民とは、県民の昔の食生活や生活習慣はどうだったのかが記されています。図書のタイトルでは判断がつかないことも多々ありますが、読み進めていくと思ひもかけずに辿り着くことがあります。青森県の看護師、行政保健師教育の礎を築かれた、故花田ミキ先生の伝記、「花田ミキという生き方」には、農村妊婦の風習が記されています。「農村にはいろいろな風習とか慣習がある、一つには“三日ミソ、三日シオ”ということがあります。妊婦にオカユにミソとシオより食べさせないということです」。その結果として、母親は栄養失調と母乳不足を招き赤ちゃんも栄養が偏り育ちません。青森県の乳児死亡率が全国1位で多産多死の時代ですが、そこに食塩摂取量に関わっていたことがわかります。また、津軽の村医、故岩淵謙一の生い立ち「ここに人ありき」には、車力村（現在の、つがる市）で葬儀に参列した様子に「多数のトラホーム、貧血症の母親、ビタミンB2、総合Vの欠乏

栄養学科助教 熊谷 貴子

平成30―令和元年度図書館委員 クマガイ タカコ



状態が見受けられました（病名「シビ」「ガッチャキ」の代表的な発生地です）」と、あります。「シビ」「ガッチャキ」とは、青森県にしかない風土病でビタミン不足による疾患を意味します。なぜビタミン不足となったのかという、越冬するためには大量の白飯と漬物を摂取するしかなかったためと、別の報告書で記されています。私が大学生の時は、栄養学の講義で「シビガッチャキ症」について学習したものでした。さらに、青森県で食塩摂取といえば疫学者の故佐々木直亮先生が有名です。佐々木先生が弘前大学医学部の学生を連れて県内各地で実施した保健活動の記録「明日の健康を求めて」には、県民の食塩摂取量に関する意識についての記述があります。「高血圧に対する村の人々の関心は非常に高い」、これに反して「副食物の偏食、多量の塩分摂取、（中略）との関係については全く関心が無い様に思われた。つまり「酒を飲む事が高血圧の原因である」というのが高血圧の原因に対する支配的考え方である。」とあります。書庫に所蔵されている、青森県の「衛生統計年報」や「健康福祉行政の概要」には、県民栄養調査の結果が記されています。昭和 27 年頃の結果には、「野菜漬物」の 1 年間の平均摂取量は 98.5 g とあります。今現在の食生活で、1 日約 100g の漬物を食べるというのは結構大変かもしれません。

図書館は、温故知新の知識の宝庫です。最新の論文もさることながら、一度過去を振り返ってみると、思いがけない発見に出会えると思います。

引用文献

花田ミキ：花田ミキという生き方—命を阻むものはすべて悪—，p.133 (2010) 東奥日報社，青森市

船水清：ここに人ありき 4. 岩淵謙一，p.217 (1973) 陸奥新報社，弘前市

明日の健康を求めて —弘前大学保健医学研究会の記録—，p.49 (1986) 弘前大学保健医学研究会記念刊行会，弘前市

BOOK HUNTING 2019

「図書館にあったらいいな」と思う本を選んでもらう
ブックハンティング。
毎年恒例となりました。
普段自分では手にとらない本とも出会える機会です。
あなたの気になる一冊が見つかりますように。

ブックハンティングに参加して 理学療法学科 3年

今回、ブックハンティングに参加した感想としては、様々な種類の本を探ることができて楽しかったです。参加する前は、読書に対しては最近嗜む程度であり、このブックハンティングもすすめられて参加しました。参加してみると、自分が前から読みたい本を探しているうちに、オススメ等で表示される本も気になっていきました。今では、前よりも読書に対する時間も増えて、色々な種類の本に対する興味も出てきました。これから、自分が選んだ本を読むだけでなく、他の参加者が選んだ本も読んでみたいと思います。

神さまのおしゃべり

さとうみつろう

ワニブックス

159||Sa85



自分が選んだ本の中からいくつか簡単な紹介をしていきます。

まず、「神様とおしゃべり」という本は、大人気自己啓発系ブログ『笑えるスピリチュアル』のさとうみつろう氏による初著書であり、「対人関係」、「お金」、「仕事」など、あなたの人生観を180°ぐりと変える、魔法のような実用エンタメ本です。

これからの「正義」
の話をしよう：いまを
生き延びるための哲学

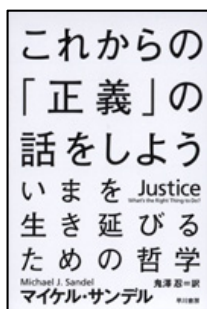
マイケル・サンデル

鬼澤忍訳

ハヤカワ文庫

早川書房

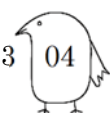
311.1||Sa62



次に、「これからの正義の話をしよう」という本は、「1人を殺せば5人が助かる状況があったとしたら、あなたはその1人を殺すべきか？」というような「正義」をめぐる哲学の問題に向き合っていくことを題材にしている本です。

執筆者本人の希望で匿名となっています。

Rapport No.33 04



時間革命：1秒もムダに生きるな 堀江貴文
朝日新聞出版
159||H87



「時間革命」という本は、日本初の民間宇宙ロケット到達、年金デモ批判など、その言動が常にニュースになる堀江貴文氏が最も大切にする「時間哲学」を初めて語り尽くした人生を変える革命本です。

本と鍵の季節
米澤穂信
集英社
913.6||Y84



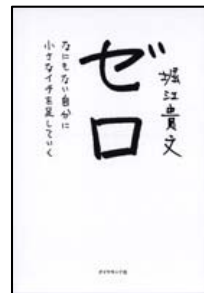
最後に「本と鍵の季節」という本は、「氷菓」などで知られる古典部シリーズを手がけた米澤穂信氏の著書で、放課後の図書室に持ち込まれる爽やかでほんのりビターな図書室ミステリー一本です。

これらの他にも様々な自己啓発本やミステリー小説を選ばせていただいたので、たくさんの方々に読んでいただけたら幸いです。

メモの魔力=
The magic of memos
前田裕二
幻冬舎
002.7||Ma26



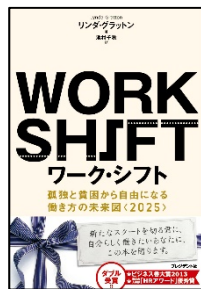
ゼロ：なにもない
自分に小さなイチを足していく
堀江貴文
ダイヤモンド社
289.1||H87



ぼくは勉強が
できない
山田詠美
新潮文庫刊
新潮社
913.6||Y19



ワーク・シフト：孤独と貧困から自由になる働き方の未来図
「2025」=Work shift
リンダ・グラットン
池村千秋訳
プレジデント社
366||G78



insight：いまの自分を正しく知り、仕事と人生を劇的に変える自己認識の力
ターシャ・ユーリック
樋口武志訳
英治出版
159||E85



執筆者本人の希望で匿名となっています。



深夜特急 1
沢木耕太郎
新潮文庫刊
新潮社
915.6||Sa94||1



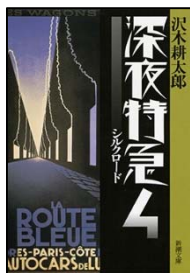
深夜特急 2
沢木耕太郎
新潮文庫刊
新潮社
915.6||Sa94||2



深夜特急 3
沢木耕太郎
新潮文庫刊
新潮社
915.6||Sa94||3



深夜特急 4
沢木耕太郎
新潮文庫刊
新潮社
915.6||Sa94||4



深夜特急 5
沢木耕太郎
新潮文庫刊
新潮社
915.6||Sa94||5



深夜特急 6
沢木耕太郎
新潮文庫刊
新潮社
915.6||Sa94||6



氷菓
米澤穂信
角川文庫
株式会社
KADOKAWA
913.6||Y84



愚者のエンド
ロール
米澤穂信
角川文庫
株式会社
KADOKAWA
913.6||Y84



クドリヤフカ
の順番
米澤穂信
角川文庫
株式会社
KADOKAWA
913.6||Y84



遠まわりする雛
米澤穂信
角川文庫
株式会社
KADOKAWA
913.6||Y84



ふたりの距離
の概算
米澤穂信
角川文庫
株式会社
KADOKAWA
913.6||Y84



いまさら翼とい
われても
米澤穂信
角川文庫
株式会社
KADOKAWA
913.6||Y84



真実の10メー
トル手前
米澤穂信
創元推理文庫
東京創元社
913.6||Y84



ボトルネック
米澤穂信
新潮文庫刊
新潮社
913.6||Y84



儂い羊たちの祝宴
米澤穂信
新潮文庫刊
新潮社
913.6||Y84



ブックハンティングに参加して 看護学科 4年

ブックハンティングに参加したことで、たくさんの本と出会い、読書がさらに好きになりました。自分が読みたい本を大学の図書館に置くことができ、読みたいときにいつでも読むことができるため、とてもお勧めします。



アンサーゲーム
五十嵐貴久
双葉社
913.6||I23



メモの魔力=The
Magic of memos
前田裕二
幻冬舎
002.7||Ma26



一切なりゆき：
樹木希林のことば
樹木希林
文春新書
文藝春秋
778.2||Ki22



平成くん、
さようなら
古市憲寿
文藝春秋
913.6||F93



死にゆく人の心
に寄りそう：医
療と宗教の間の
ケア
玉置妙憂
光文社新書
光文社
490.16||Ta78



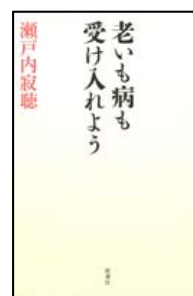
貴族と奴隸
山田悠介
幻冬舎文庫
幻冬舎
913.6||Y19



蜜蜂と遠雷
上
恩田陸
幻冬舎文庫
幻冬舎
913.6||O65||1



蜜蜂と遠雷
下
恩田陸
幻冬舎文庫
幻冬舎
913.6||O65||2



老いも病も受
け入れよう
瀬戸内寂聴
新潮社刊
914.6||Se93



植物の生きる
「しくみ」にま
つわる 66 題：
はじまりから終
活まで、クイズ
で納得の生き方
田中修
サイエンス・ア
イ新書
SBクリエイテ
ィブ
471.3||Ta84



頭に来てもアホ
とは戦うな!：人
間関係を思い通
りにし、最高の
パフォーマンス
を実現する方法
田村耕太郎
朝日新聞出版
159.4||Ta82



自分を操る超集
中力
DaiGo
かんき出版
159||D17

赤毛のアン 看護学科 2年

赤毛のアンは児童文学の名作とされていますが、大人になっても楽しめる世界的に有名な作品です。原題は「Anne of Green Gables」で直訳すると「緑の切妻屋根のアン」です。作者はルーシー・モード・モンゴメリ、日本では村岡花子の翻訳により出版され広がりました。訳が村岡花子ということで NHK の朝ドラで耳にしたことがある方も多いのではないでしょうか。物語の舞台は美しい自然豊かなプリンス・エドワード島。孤児であるアンがちょっとした手違いから島の老兄弟に引き取られるところから始まります。その引き取られた先の家が美しい緑の切妻屋根でアンはそこに住むことになるのです。そして老兄弟やダイアナ、ギルバートなど島の人たちとの出会いやときどき起こる事件など様々なことを乗り越えてアンは少女から大人の女性へと成長していきます。人生の厳しさもありますがそれ以上に人々の優しさや温かみを感じられる作品です。ぜひ、読んでいただければ幸いです。



赤毛のアン
モンゴメリ
村岡花子訳
新潮文庫刊
新潮社

933.7||Mo38||1



アンズの青春
モンゴメリ
村岡花子訳
新潮文庫刊
新潮社

933.7||Mo38||2



アンズの愛情
モンゴメリ
村岡花子訳
新潮文庫刊
新潮社

933.7||Mo38||3



アンズの友達
モンゴメリ
村岡花子訳
新潮文庫刊
新潮社

933.7||Mo38||4



アンズの幸福
モンゴメリ
村岡花子訳
新潮文庫刊
新潮社

933.7||Mo38||5



アンズの夢の家
モンゴメリ
村岡花子訳
新潮文庫刊
新潮社

933.7||Mo38||6

執筆者本人の希望で匿名となっています。





炉辺荘（イングルサイド）のアン
 モンゴメリ
 村岡花子訳
 新潮文庫刊
 新潮社
 933.7||Mo38||7



アンをめぐる人々
 モンゴメリ
 村岡花子訳
 新潮文庫刊
 新潮社
 933.7||Mo38||8



虹の谷のアン
 モンゴメリ
 村岡花子訳
 新潮文庫刊
 新潮社
 933.7||Mo38||9



アンの娘リラ
 モンゴメリ
 村岡花子訳
 新潮文庫刊
 新潮社
 933.7||Mo38||10



アンの思い出の日々 上
 モンゴメリ
 村岡美枝訳
 新潮文庫刊
 新潮社
 933.7||Mo38||11-1



アンの思い出の日々 下
 モンゴメリ
 村岡美枝訳
 新潮文庫刊
 新潮社
 933.7||Mo38||11-2



執筆者本人の希望で匿名となっています。

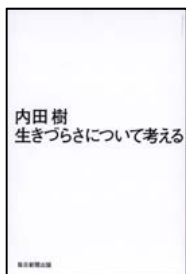
貴重な体験と出会い 社会福祉学科 2年 出羽 海春

今回、私は初めてブックハンティングに参加させていただきました。1年生の頃から名前は知っていたのですがなかなか参加する勇気が出ず、でも忙しくなる3年生の前には参加したいと思い、今回に至りました。そして、思い切って参加して本当に良かったと思えました。自分が手に取る本はどうしても似たような本ばかりになってしまうため、今回のブックハンティングを通して普段は手に取らないような本や、その中でも図書館に置いて、多くの人に読んでもらいたいものと出会うことが出来たと思います。

私は今まで本は書店や古本屋、Amazonなどで買っていたため、蔦屋書店や紀伊國屋書店などのオンライン書店サイトを見たことがありませんでした。今回、ブックハンティングをインターネットの書店サイトで行うと決め、検索してみると思った以上の数の書店サイトがヒットし驚きました。それぞれの書店サイトで、購入ランキングやその書店がおすすめする本などが掲載されており、普段自分が手に取らないような本と出会うことが出来たと思います。

この感想を書いている時はまだブックハンティングで購入していただいた本を読んでいないので(笑)これからじっくり読んでいければいいなと思います。今回、私が選んだ本が、手に取って読んでくださった方に響く本であればいいなと思います。

今回は参加させていただき、本当にありがとうございました。



生きづらさについて考える

内田樹

毎日新聞出版

304||U14



「助けて」が言えない:
SOSを出さない人に支援者は何ができるか

松本俊彦

日本評論社

493.7||Ma81



Think clearly:最新の学術研究から導いた、
よりよい人生を送るための思考法

ロルフ・ドベリ

安原美津訳

サンマーク出版

141.5||D81



線は、僕を描く
砥上裕将
講談社
913.6||To21



新・魔法のコンパス
西野亮廣
角川文庫
株式会社 KADOKAWA
779.14||N85



ブロードキャスト=Broadcast
湊かなえ
株式会社 KADOKAWA
913.6||Mi39



読書の教科書: 精読のすすめ
渡辺知明
芸術新聞社
019.12||W46



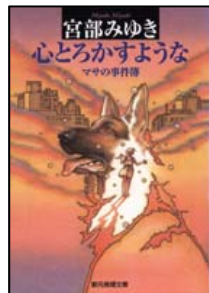
ブックハンティングを行った感想 社会福祉学科 2年

菅原 千尋

図書館に自身が選んだ本を置いてもらえるということは、読みたい本が図書館に増えるということ。内心非常にわくわくしました。本屋さんを選びに行ったことで、「こんな本が出たんだ!」「これも面白そう」と目移りしてしまい、本を選んでいるのにも関わらずまるで服選びのような感覚でした。こんなにじっくりと本を選んだのは初めてです。読書の秋を堪能するのを今から楽しみにしています。



さよならの儀式
宮部みゆき
河出書房新社
913.6||Mi71



心とろかすような
マサの事件簿
宮部みゆき
創元推理文庫
東京創元社
913.6||Mi71



淋しい狩人
宮部みゆき
新潮文庫刊
新潮社
913.6||Mi71



人質カノン
宮部みゆき
文春文庫
文芸春秋
913.6||Mi71



希望荘
宮部みゆき
文春文庫
文芸春秋
913.6||Mi71



羊たちの沈黙
上
トマス・ハリス
高見浩訳
新潮文庫刊
新潮社
933.7||H33||1



羊たちの沈黙
下
トマス・ハリス
高見浩訳
新潮文庫刊
新潮社
933.7||H33||2



カリ・モーラ
トマス・ハリス
高見浩訳
新潮文庫刊
新潮社
933.7||H33





少女
 湊かなえ
 双葉文庫
 双葉社
 913.6||Mi39



贖罪
 湊かなえ
 双葉文庫
 双葉社
 913.6||Mi39



境遇
 湊かなえ
 双葉文庫
 双葉社
 913.6||Mi39



高校入試
 湊かなえ
 角川文庫
 株式会社 KADOKAWA
 913.6||Mi39



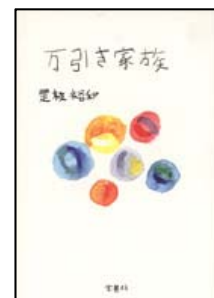
その日のまえに
 重松清
 文春文庫
 文藝春秋
 913.6||Sh28



日の名残り
 カズオ・イングロ
 ハヤカワ文庫
 早川書房
 933.7||B35



卵をめぐる祖父
 の戦争
 デイヴィッド・ベ
 ニオフ
 田口俊樹訳
 ハヤカワ文庫
 早川書房
 933.7||B35



万引き家族
 是枝裕和
 宝島社
 913.6||Ko79

ブックハンティングの経験 栄養学科 1年 H.0

今回のブックハンティングに参加して、私は非常に良い経験が出来たと思っています。

私の趣味は読書です。大学入学前は頻りに地元の図書館に通って本を読んでいた。しかし大学に入学してからは、私が住んでいる場所からは保健大学の附属図書館以外の図書館が遠く、気晴らしに小説を読みたいと思ってもなかなか読むことが出来ませんでした。また、本を買うと言っても、私が好きな本を何冊も買うことは金銭的に不可能でした。

小説を読みたいけれど本が無い。そんなときに知ったのが、保健大学の附属図書館で行っているブックハンティングでした。ブックハンティングでは、好きな作家さんの本などを指定することでそれらを図書館が購入し、図書館に置いてくれるということだったので、私は参加することにしました。

大学の附属図書館に置く本なので、私の読みたいと思っている本の中で学生の皆さんが手に取りやすく読みやすい本を選ぶことに気がつけました。書店の店頭になかった本を図書館の方にリスト化して注文したり、実際に書店の店頭には並んでいる本を選んだりしました。本を選ぶ際に実際に店舗に行くことで、今どのようなジャンルが流行っているのか、また、書店さんがどのような本を推しているのかが分かるため、本を選ぶうえでとても参考になりました。さらに私は同じくブックハンティングに申し込んでいた友達と一緒に行ったのですが、友達と相談しあって図書館に置く本を選ぶことが出来ることも魅力でした。私が手に取らないようなジャンルの本を勧めてくれたので、読みたいと思えるような本の幅を広げることも出来ました。

ブックハンティングでは、費用は限られていますが自分の興味があるジャンルや作家さんの本をピックアップして図書館に置くことが出来るという点は非常に魅力的だと感じました。私は、可能であれば次回のブックハンティングにもぜひ参加したいと思っています。



ザ・ホスト 1
寄生
ステファニー・メイヤー
小原亜美訳
ソフトバンククリエイティブ
933.7||Me95||1



ザ・ホスト 2
背信
ステファニー・メイヤー
小原亜美訳
ソフトバンククリエイティブ
933.7||Me95||2



ザ・ホスト 3
別離
ステファニー・メイヤー
小原亜美訳
ソフトバンククリエイティブ
933.7||Me95||3





紅玉(ルビー)は終わりにして始まり
ケルスティン・ギア
遠山明子訳
創元推理文庫
東京創元社
943.7||G42||1



青玉(サファイア)は光り輝く
ケルスティン・ギア
遠山明子訳
創元推理文庫
東京創元社
943.7||G42||2



比類なき翠玉(エメラルド) 上
ケルスティン・ギア
遠山明子訳
創元推理文庫
東京創元社
943.7||G42||3



比類なき翠玉(エメラルド) 下
ケルスティン・ギア
遠山明子訳
創元推理文庫
東京創元社
943.7||G42||4



「死」とは何か :
イェール大学で 23
年連続の人気講義
シェリー・ケーガン
柴田裕之訳
文響社
114.2||Ka16



ブルックリンの少女
ギョーム・ミュッソン
吉田恒雄訳
集英社文庫
集英社
953.7||Mu88



桜のような僕の恋人
宇山佳佑
集英社文庫
集英社
913.6||U98



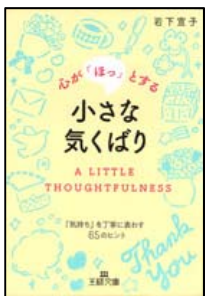
向日葵の咲かない夏
道尾秀介
新潮文庫刊
新潮社
913.6||Mi13

執筆者本人の希望で匿名となっています。

ブックハンティングには、友人に誘われて参加しました。私自身、本屋に行ったり読書をしたりすることは好きだったので、ブックハンティングは良い機会であったし、とても楽しかったです。

実際に本屋に行ってみて、「どんな本ならば皆さんが読んでくれるだろうか」ということを中心に見て回りました。初めは私が気になった本を選んでいって、次に読んでほしい本や学科に関係のあるような本を選びました。最終的に金額面もあるので、その選んだ中から更に厳選しました。ブックハンティングには友人と行ったので、相談しながら選ぶことができましたし、友人が選んだ本やおすすめされた本から良い刺激を受けました。新書などの本も選びましたが、やはり物語を読んでほしいと思い近代や現代の作品も選びました。ノンフィクションだけではなくフィクションを読むことで想像力が養われると思いますし、物語の中でいろんな世界を旅して、様々なことを感じることもまた楽しいと思います。今回、選んだ本以外にも面白そうな本や前から気になっていたものなど多くの本を見つけることができたので、機会があれば読んでみたいと思っています。自分達の専門分野の本だけではなく、様々な本に触れるというのはとても良いことだと思いました。

私なりに皆さんが読んでくれそうで、私自身が読んでほしいなと思う本をセレクトしました。機会があれば読んでいただけると嬉しく思います。これを機会に更に様々な本と出会えていけたらいいなと思いました。また参加する機会があれば参加させて頂きたいと考えています。ありがとうございました。



心が「ほっ」とする
小さな気くばり
岩下宣子
王様文庫
三笠書房

159|||I96



幸福論
アラン
白井健三郎
訳
集英社文庫
集英社

135.5|||A41



5分間SF
草上仁
ハヤカワ文庫
早川書房

913.6|||Ku82



うつ病とサッカー:元ドイツ
代表 GK ロベルト・エンケの
隠された闘いの記録
ロナルド・レング
木村浩嗣訳
ソル・メディア

783.47|||E62



1分のスピーチでも、30
分のプレゼンでも、人前
であがらずに話せる方法
鳥谷朝代

大和書房

809.4|||To68



死体は誰のものか:比較文化史の視点から

上田信

ちくま新書

筑摩書房

385.6||U32



情報だけ武器にしろ。:お金や人脈、学歴はいらない!

堀江貴文

ポプラ新書

ポプラ社

159||H87



家族という病

下重暁子

幻冬舎新書

幻冬舎

367.3||Sh52



母さん、ごめん。:50代

独身男の介護奮闘記

松浦晋也

日経BP

598.4||Ma89



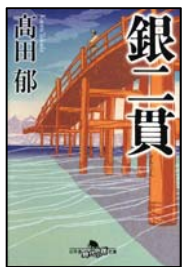
執筆者本人の希望で匿名となっています。



学生にとってのセーフティーネット 社会福祉学科 1年

大学生になり、財布と相談しながら送る生活の中で、本はちょっとした贅沢品になりつつありました。そんな中、本を買いたいのに買うことができず、借りようと思っても図書館にない、という状況を救っていただいたブックハンティングにはとても感謝しています。

今回選んだ本のほとんどは、一冊で二度美味しいものにしました。例えば、『みをつくし料理帖』シリーズで有名な高田郁さんの著書『銀二貫』や、時代小説のお手本のような本である『蝉しぐれ』には、これを原作としたドラマ版が存在します。読了後、DVDレンタル等でドラマ版を見れば、情景描写の美しさに改めて気づくこと間違いなしです。



銀二貫
高田郁
幻冬舎時代小説文庫
幻冬舎
913.6||Ta28

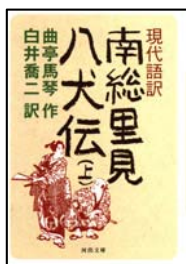


蝉しぐれ 上
藤沢周平
文春文庫
文藝春秋
913.6||F66||1

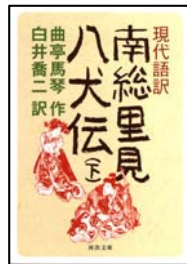


蝉しぐれ 下
藤沢周平
文春文庫
文藝春秋
913.6||F66||2

加えて、『南総里見八犬伝』は今年の10月から12月まで舞台版が上演されるので、リアルタイムで楽しむことができます。また、『梅干し・梅レシピの基本』を読んで、実際に梅仕事をするのもいいかもしれません。今年はぎりぎり梅の出回り時期に間に合いませんでしたが、今度の六月までに借りておけば、来年こそはおいしい梅料理が作れるはずなのでおすすめです。



南総里見八犬伝:
現代語訳 上
曲亭馬琴
白井喬二訳
河出文庫
河出書房新社
913.56||Ky4||1



南総里見八犬伝:
現代語訳 下
曲亭馬琴
白井喬二訳
河出文庫
河出書房新社
913.56||Ky4||2



はじめてでも
おいしくでき
る梅干し・梅
レシピの基本
小川睦子監修
朝日新聞出版
596.3||O24

執筆者本人の希望で匿名となっています。



そして何より、『これでわかる認知症予防』等、大学での学びに関わる本が、後期からの授業の糧になれば幸いです。因みに、ヒットメーカー伊坂幸太郎さんの『火星に住むつもりかい?』は、ただの小説と侮るなかれ、物語の随所に保健医療福祉分野の学生が必要とされる自己覚知について考えさせられる場面が盛り込まれているのでぜひ読んでいただきたいです。

このように、自由に使えるお金と知識に飢えた学生にとってのセーフティーネットとも呼べるブックハンティングを、来年度以降も続けていただけたのならば、幸いです。今回は楽しい経験をありがとうございました。



これでわかる認知症予防:
幸せなシニアライフのため
石井映幸監修
成美堂出版
493.758||Ko79



火星に住むつもりかい?
伊坂幸太郎
光文社文庫
光文社
913.6||I68



父が娘に語る美しく、深く、
壮大で、とんでもなくわかり
やすい経済の話。
ヤニス・バルファキス
関美和訳
ダイヤモンド社
330||V43



薬に頼らずうつを治す方法
藤川徳美
アチーブメント出版
493.764||F58



帰ってきたヒトラー 上
ティムール・ヴェルメシュ
森内薫訳
河出文庫
河出書房新社
943.7||V62||1



帰ってきたヒトラー 下
ティムール・ヴェルメシュ
森内薫訳
河出文庫
河出書房新社
943.7||V62||2

執筆者本人の希望で匿名となっています。

自著紹介

第8回



『伝え継ぐ日本の家庭料理 炊きこみご飯・おにぎり』



栄養学科助教 熊谷 貴子

クマガイ タカコ

日本調理科学会企画・編集

農山漁村文化協会

2019年3月発行

596.21||N71||1



みなさんは、出身地域の郷土料理を調理してみたり食してみたりしていますか。また、家族をはじめ、これまでに作り方を教えてもらったことはありますか。

近年、日本の高齢化は郷土料理にも影響を与えています。昔からある食材の下処理から調理、保存などの伝承が難しくなり、なかには消えてなくなってしまう料理が出てきているといわれています。青森県の郷土料理を紹介する書籍には、「聞き書 青森の食事」（日本の食生活全集）があります。出版から30年以上が経過しており、当時と現在では入手できる食材や生活様式も異なることから食べることが難しい料理もでてきています。今回ご紹介する「伝え継ぐ 日本の家庭料理 炊きこみご飯 おにぎり」は、「聞き書 青森の食事」を参考にしながら、若い世代にむけて、後世に残していきたい家庭・郷土料理を紹介しています。

この書籍を作成するにあたっては、青森県内各地域の郷土料理の調査と、食生活改善推進委員の皆さんや食改良普及員の皆さんへのインタビューを重ねて料理を選考し、実際に調理をしていただきながら作り方を詳細に記しました。学生の皆さんでも、調理ができると思います。今回、青森県からは、今別町沿岸部の「若生（わかおい）おにぎり」を紹介しています。春の海で獲れる若い昆布とご飯のみで握るおにぎりで、調味料は全く使いません。磯の香とほど良い塩気がおいしいおにぎりです。若生昆布は、津軽地域の道の駅などで販売しています。見かけたら、ぜひ購入しておにぎりを作ってほしいと思います。青森県以外の地域についても掲載されていますので、出身地の郷土料理にも触れてみてほしいと思います。

注：若生おにぎりを食べるときは、おにぎりを縦に持って食べましょう。わかめの繊維と平行に！繊維に垂直では噛み切れませんのでご注意ください！



修士論文・博士論文を見てみよう

保健大学の大学院を修了された方の修士論文・博士論文のうち、著者が閲覧可とした論文が図書館1階カウンター前にあります。

研究の内容もちろんですが、論文の構成や参考文献の書き方なども参考になりますので、ぜひ手に取ってみてください。



図書館1階カウンター前

博士論文で著者が Web 公開可とした論文については、青森県立保健大学リポジトリ A-plus (アプラス) (<https://auhw.repo.nii.ac.jp/>) にも掲載しています。



青森県立保健大学リポジトリ A-plus (アプラス)

他大学の博士論文は、CiNii Dissertations (<https://ci.nii.ac.jp/d/>) を使うと、まとめて検索することができます。Web 公開されている論文にはリンクが張られています。



CiNii Dissertations

Web 公開されていないけれど読みたい博士論文がある場合は、学位授与機関からコピーをお取り寄せることができますが、全文コピーの場合は事前に著者の許諾を得る必要があります。

詳しくは図書館カウンターでご相談ください。

2015年、青森県立保健大学では県民の健やか力（ヘルスリテラシー）向上を目指して、「健やか力（ヘルスリテラシー）向上サポート宣言」をしました。

図書館ではヘルスリテラシーに関連する図書を集め、青森県内の図書館に貸出を行っています。今回は90冊の中の1冊をご紹介します。



ヘルスリテラシー推進特命部長
大西基喜 特任教授

『なにをどれだけ食べたらいい？：
バランスのよい食事ガイド』

第3版 香川芳子監修

女子栄養大学出版部

2016年7月発行



バランスのとれた食事を摂りたい。
わかってはいるけれど現代人は忙しい…。
「野菜なら小鉢5杯分」等、
何をどれだけ食べたらいいのかが、
写真・イラストですぐわかる！
実際の献立や改善の仕方も解説。

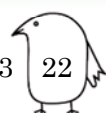


「ヘルスリテラシーブックフェア」と題して、ヘルスリテラシー関連図書のコーナーを設置しています。

図書館1階エレベーター前にて展示中です。
どうぞご利用ください。



ヘルスリテラシーブックフェアのポスター





memo

五所川原市立図書館「子ども司書養成講座」の 小学生受講者が図書館見学

令和元年7月24日(水)、五所川原市立図書館「子ども司書養成講座」の受講者が図書館見学のため来館されました。受講者である五所川原市内の小学校4~6年生9名とその保護者の方4名、五所川原市立図書館の職員の方2名の計15名が来館し、本学の職員が20分ほどの館内ツアーを実施しました。受講者は、公共図書館とは異なる大学図書館の設備や資料について熱心に話を聞き、質問してくれました。

五所川原市立図書館の「子ども司書養成講座」は、図書館の歴史や日本十進分類法、読み聞かせの実技など、図書館について幅広く学ぶ講座で、図書館見学もその一環です。今年の見学先は青森市民図書館、青森県立図書館と本学の図書館でした。受講者は「五所川原子ども司書」認定後に、読書推進リーダーとして活動するそうです。講座や活動の詳細については五所川原市立図書館ホームページに掲載されています。

子ども司書養成講座のページ(五所川原市図書館ホームページ内)

<http://www.city.goshogawara.lg.jp/lib/event/kodomo.html>

青森県立保健大学附属図書館だより ラポール 第33号

令和元年11月 発行

発行者 青森県立保健大学附属図書館

〒030-8505 青森県青森市大字浜館字間瀬 58-1

電話 017-765-2011

URL <http://www.auhw.ac.jp/library/index.html>

図書館広報キャラクター「トリゾウ」

2011年3月、社会福祉学科成田悠介さん・福士悠輔さん・牧野祥諒さんのアイデアをもとに誕生。図書館の広報活動で活躍しています。

