



読書の窓 3月に読みたい本 花の美しさを感じる本

さあ、春の到来です！3月はまだ肌寒さが残りますが、植物は一気に活動期に入り、盛んに新芽を出し、春を待ちかねた気の早い花々が次々と咲いていきます。日々の暮らしの中で、生命的の神秘、草花の美しさを感じてみませんか？



『だって春だもん』

小寺卓也／文・写真 アリス館

雪が溶けて葉を伝って落ちる雫、木の幹から顔をのぞかせているエゾモモンガ、春を告げる花「福寿草」・・・。ページをめくっていくうちに、ゆっくりだけど、確実にやるべきでいる春の鼓動を感じながら寒い冬の森の中を歩いている気分になる写真絵本です。

春だ！

『万葉の花』

岡信孝・那波多目功一・大矢紀／著
NHK出版

万葉の歌人たちに愛された野の花たち。四季の花をモチーフにした作品が多く、人気の高い3人の日本画家が、想いの深い花々を描き、エッセイを添えた画文集。万葉集を読む入口として、スケッチや絵を楽しみながら読んでみてはいかがでしょうか。



『生命の樹・花宇宙』

杉浦康平／著 NHK出版

私たちが日ごろ何気なく用いている文様の意味を考えたことはありますか？着物・祇園祭の山鉾・ペルシャ絨毯・韓国の闊衣・インドネシアの影絵芝居など、アジア各地の衣服、生活用具や祭礼具などに描かれた花と樹、そして山の力が彩られた生氣あふれる造形の数々。その文様に込められた意味や思想を読み解いた一冊。

『花の日本語』

山下景子／著 幻冬舎

草花に付けられた和名、その名前が付けられた意味や込められた考えなどを著者の解釈を交えながら書かれた本。意外な由来を知ることができ、ただ愛でるだけだった花にも色々な生き方、咲き方があるのかと感心させられます。



高村光太郎と智恵子

智恵子に語りかける光太郎の詩、光太郎に語りかける智恵子の紙絵。

鮮烈な美意識、稀有な個性が交錯する芸術家夫婦が一途に求めた生と愛の軌跡。

- ・『道程 高村光太郎詩集 豊かなことば現代日本の詩①』 高村光太郎／著 岩崎書店
- ・『日本文学全集19 北原白秋・高村光太郎・萩原朔太郎集』 北原白秋他／著 集英社
- ・『高村光太郎詩集 現代詩文庫』 高村光太郎／著 思潮社
- ・『光太郎と智恵子』 北川太一他／著 新潮社
- ・『高村光太郎詩集』 高村光太郎／作 岩波書店

3月の特集

『こころ』



穏やか、晴れやか、元気… 悲しい、疲れ、怒りっぽい…

読書で『こころ』を整えよう！

『尾木ママの親だからできる「こころ」の子育て』

尾木直樹／著 PHP研究所



「尾木ママ」として人気の教育評論家が、人間性豊かな、思いやりのある子供に育てるためには親としてどうすればよいかについて、様々な事例や社会的事件の解説をまじえ、わかりやすく示しています。各章の終わりには、『まとめ』があり子供の心の育方のヒントが得られます。

『顔タッチ・セラピー』

即効！簡単！心が苦しいときに効く！』
江口麻衣／著 スキージャーナル



顔をタッチして心と身体をケアする即効性のある新しいセラピー「顔タッチ・セラピー」を紹介している本です。筋肉の状態から読み取る心と身体の関係や、セラピーの実際と震災の被災地でボランティア・セラピストとして活動した症例報告も掲載しています。

〈特集〉の
お勧め本
です！

『ほんとにカンタン！野菜のおやつすぐできる！こどもから大人まで、心も体も喜ぶレシピ』

片山ちえ／著 主婦の友社



おやつは、心をほっこり元気にさせて楽しい時間を与えてくれます。本書は、家にある食材で簡単に作れるおやつに野菜をプラスし見た目も可愛く、食べても嬉しい、カラダも喜ぶ、片づけもラク！な気軽に作れるレシピが掲載されています。

『夕焼けポスト 心がラクになるたったひとつの方法』

ドリアン助川／著 宝島社



夕暮れ時にだけ姿を現す郵便ポストには、歴史に名を遺した偉人、哲学的な悩みを抱く子供、孤独に苦しむ老人など様々な人から相談の手紙が届きます。古今東西の悩みを受け止めるポストの管理人は、休まずに返事を書きつづけますが…。読後、心を揺るがすファンタジーです。

《新刊本の紹介》

*ご予約できます。ご利用ください。



『なぜそうする？根拠を知ってわかる介護技術 基礎編 イラストで徹底解説』

福祉・介護ブレーン／編 誠文堂新光社

なぜ、介護者は薄化粧が良いのか？居室の環境整備が必要なのか？こまめにタオルの拭く面を変えるのか？等、日々進歩する介護技術とその根拠が豊富なイラストとQ&A形式で分かりやすく解説されています。また、「こんな介護者はダメ！」と介護の注意事項が掲載されており介護を行うのに頼りになる一冊です。



『見てすぐできる！「結び方しばり方」の早引き便利帳』

ホームライフ取材班／編 青春出版社

本書では日常生活の中で役立つ、結び方・しばり方を100通り以上紹介しています。人と違う靴ひもの結び方を知りたい、素敵なマフラーの巻き方を知りたい、子供にかわいいリボンを結んであげたい、煮崩れしないで煮豚を作りたい等、「こんなしばり方があったんだ」と目からウロコが落ちる結び方や、「そうそう、この結び方が知りたかった！」と満足できる結び方が見つかる一冊です。