



フレーズ&センテンス

「いま、あなたが食べている食パン1枚は、角砂糖8個分なんだよ」

ダイエットは永遠のテーマですが、その方法は次から次へと出てきてきりがありません。この本は医師によるダイエット本の1冊として手に取ったのですが、ダイエットにとどまらない人類の食の歴史が書かれていて驚きました。人類にとって穀物の摂取がどんなきっかけで始まり、どんな意味があるのか。糖質とは? カロリーとは? 大脳の能力は穀物により発達し、飢えから解放された人類は爆発的に増加。しかし未来は…? 糖尿病の解決策や体験者の報告も語られています。ダイエット本なのに食の歴史と未来への展望もついてくるお得な1冊、この夏いかがですか。

『炭水化物が人類を滅ぼす』 夏井 瞳/著 光文社新書

(中井)

今月の1冊

『ウルトラライトハイキング』 土屋 智哉/著 山と溪谷社

ウルトラライトハイキングとは、少ない負担で長い距離と時間を歩き続けることが基本となるハイキング手法で、バックパックのベースウェイトを4~5kgに抑え、シンプルなハイキングやキャンプを実践し、自然とつながる感覚を何よりも重視するハイキングスタイルです。なかには、3500kmにおよぶアメリカの長距離自然歩道アパラチアン・トレイルを4ヶ月半、休みを取らずに歩き続けたおばあちゃんの話など、可愛いイラストでかかれています。

2016年から8月11日は「山の日」となりますね。きっと夏休み中に、登山やハイキングをする人が増えるのではないかでしょうか。今年の夏こそ、アウトドアに挑戦したいと思います。

(山田)

Cinema library 第5回 ブレードランナー

『ブレードランナー』のタイトルではぴんとこない方、『アンドロイドは電気羊の夢を見るか?』はどうでしょうか?

今回ご紹介するのはSF界の重鎮フィリップ・K・ディック原作の『ブレードランナー』です。

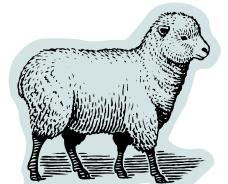
第三次世界大戦後、放射能に侵され、動物の生存が難しくなった地球から多くの人間が宇宙へと安住の地を求めて旅立ちます。そんな中、宇宙開発奴隸として強制労働させられていたのは「レプリカント」と呼ばれる人造人間でした。しばしば人間に對し反乱を起こす彼らを処刑する専門官「ブレードランナー」が主人公のリックです。ある日、本物の動物を熱望するリックに、逃亡した8人のレプリカントの処刑命令がくだります。その報酬は貴重な本物の動物で…。

SF作品と聞くと『スターウォーズ』や『E.T.』など壮大な宇宙と希望を見出す作品を思い浮かべるのではないでしょうか。『ブレードランナー』は設定こそ宇宙や人造人間などSFの王道に沿っていますが、実はサスペンス色に溢れ、作品全体に虚無感漂う人間ドラマです。また、1982年に公開されたこちらの映画、日本人には馴染みある光景がちらちらと登場します。それもそのはず、新宿の歌舞伎町がモデルになっているそう。画面のところどころに現れる日本(らしきもの)を探してみるのも、楽しみのひとつになるかもしれません。

・『アンドロイドは電気羊の夢を見るか?』 フィリップ・K・ディック/著 早川書房

・『こんな映画が、吉野朔実のシネマガイド』 吉野 朔実/著 PARCO 事業局出版部

次回は『ものすごくうるさくて、ありえないほど近い』です。お楽しみに!



(田中)

親子で「おうちえほん」 Vol.2 のススメ

NPO法人「絵本で子育て」センター絵本講師 のぐちりえ



★子どもには「子どもの時間」が流れています★

暑~い夏がやってきました。この季節になるとついつい、冷たいもの、涼しいところへと気持ちが向かってしまう私ですが、皆さんいかがでしょうか。

さて、夏休みはお子さんと過ごす時間が増えるご家庭も多いですね。親子で色々な体験ができる時期ですが、大人主導のスケジュールになってはいませんか? 大人がずっと通り過ぎてしまうものに目を向け足を止めるのが「子ども」。「子どもの時間」の流れは大人とは全く違うものなんですね。

旅行やテーマパークに行く! 暑いから涼しいショッピングセンターへ GO! 暑いから家でゴロゴロ… それともテレビやDVD? ゲーム?? パパやママが「親の立場」から「トコトン子ども目線」になって、我が子と一緒にゆったりといつもの景色を眺めてみる、ゆっくりと道を歩いてみる、からだをつかって思いっきり遊ぶ!

そんな時間も子どもにとっては絶対に嬉しいハズ! 我が子の新たな一面や成長に気付けた瞬間は、親にとって最高の喜びを感じる時もありますよね。目の前のお子さんの「今」をもっと知りたくありませんか?

おうちで親子が絵本を一緒に読む「おうちえほん」の時間には、我が子の「今」を知るヒントがあり、そこには「子どもの時間」がゆったりと流れています。いつもだったら「早くおいで~」と急かしていたあの場所で、「もう、何をやってるの~!!」と声を荒らげてしまっていた場面で、まだうまく“ことば”にできない我が子の心の声が、もしかしたら聞こえるかもしれませんよ♪

★今月の絵本★

子どもの「今」を感じてみましょう

『いっぽ、には…』

シャーロット・ゾロトウ/文

ロジャー・デュボアザン/絵

ほしかわ なつこ/訳 (童話館出版)



この絵本のお母さんは本当に

素敵。私の憧れです! 幼い頃には子どもの気持ちに寄り添えても、大きくなるとつい「早く! 早く!」の連呼。子どもの“今”を温かい目で見守ってやりたい気持ちはヤマヤマなのですからねえ。家の玄関前で「だっこ」と両手を伸ばす女の子の姿がたまりません♡

『おかあさんもようちえん

(まるごとえんものがたり)』

梅田俊作・佳子/作

(「絵本で子育て」センター)

息子のヒカルくんと一緒に「まるごとえん」にやってきたお母さんのミチコさん。子どもたちと一緒に遊ぶうちに見失いかけていた自分自身を見つめ直します。子どもの自ら育つ力を信じて見守るスタッフのセリフにはっとさせられる思いが! パパママにはもちろん、子育て支援や保育に携わる方にもぜひおすすめしたい絵本。

★講座のご案内★

やよい図書館では、9月20日・10月18日の2日制で、のぐちりえさんの【パパママ講座】赤ちゃんから小学生にも! 絵本で子育てを開催いたします。プレパパ・プレママさんはもちろん、未就学児の保護者の方まで参加いただけますよ! 詳しくはオアシス3ページをご覧ください。みなさまのご参加をお待ちしています!