

## 第7回 私のおススメ本

受賞	会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	9839	ましろ	テンプル・グランディーン自閉症と生きる/サイ・モンゴメリー/杉本詠美訳/汐文社	自閉症の方やその家族	私の娘は自閉症です。普通とは違った凸凹の特性にどう対処すれば良いのかわからず、カウンセリングを受けたり専門書を読んだりしましたが、何をしてもすっきりとした答えが得られませんでした。一人一人症状が異なるので、誰にも共感出来ず、もやもやと苦しみ、一人で抱え込んでいました。そんな時、偶然図書館でこの本に出会い、つぎものが落ちたように楽になりました。どんなに調べてもわからなかった事が、自閉症の本人の口から、とてもわかりやすく説明されたような気がしました。当事者には世界がどう見えているのか？どう感じているのか？それが理解出来たら、どうしたらいいのかが自ずと見えてきました。そしてその世界を否定しないためには、どう捉え、どう接したらいいのか。そして、どうやって育てていけばいいのかがわかりました。同じ境遇で悩んでいるお母さんに、是非読んでいただきたいです！
PIPO特別賞	15394	ゆたんぼ	10歳からの考える力が育つ20の物語/作:石原健次 絵:矢部太郎/アスコム	人間関係に悩んでいる人、アイデアを生み出したい人	「ものは考えよう」まさにこの言葉がピッタリくる本です。主人公の童話探偵が、世界の童話をちょっと違った視点で読み解いていきます。題材が童話なので、まず読みやすく分かりやすいです。例えば、正義の反対は何だと思えますか？「悪」というのも間違っていないと思います。でも、「正義の反対はもう1つの正義」という考え方もあります。自分が正義なら相手が悪に見えて当然ですが、相手からしたら向こうが正義でこちらが悪になるんです。なるほど！って思いませんか？「ごんぎつね」で、ごんは誰のために贈り物をしたのか？「鶴の恩返し」で、おじいさんとおばあさんが部屋を覗いたのは、もしかしたら鶴を思う優しさかもしれない。こんなふうに、童話を通してこれまでになかった視点や考え方を学ぶことができます。それを私生活に取り入れたら、自分の考え方や生活がもっと豊かになるのではないのでしょうか。だから子供に薦めたい本でもありますが、大人にこそもっと読んでもらいたい、とっておきの1冊です。
	6528	ばんだくん	いまより少し、自分をつよくなる！/大原敬子/大和書房	今ホノノ少しでも悩みや不安を抱えている方に！	この本の中には、今、自分に掛けて欲しい言葉や想い、回答が詰まっています。年齢は問わず、どんな方にも“うん、うん”と頷いて頂ける本です。何かに悩んだ時、何がその不安の種なのか、その不安がどうやって生まれたのか、どうしたら問題の根っこを引っかくけるのか。自分が探していた答えに近付けるよう導いてくれます。当たり前前の事が出来ていなかったり自分を信じてあげられなくなっていたり。この一冊には、そんな自分を見つけるための言葉が一杯詰まっています。今この時代を生きる私たちは、色々な情報に毎日振り回されています。でも冷静に深呼吸して一旦、落ちついて欲しいです。忘れていた想いが沢山湧いてきて自分を大切にしよう！！愛してあげよう！！それが出来るのは私自身だけだからと思えます。自分を大切にすると周りに優しくなれます。いい人になろう！と思わなくていいのです。誰からも好かれよう！と思わなくていいのです。自分が自分を好きならそれでいいのです。今、心が疲れちゃってどうしようもない人が沢山います。ぜひ、手にとって心に栄養補給してあげてください。
	(無し)	本の虫	おおきな木/シェル・シルヴァスタイン/ほんだ きんいちろう訳/篠崎書林	悲惨な事が多すぎ、人との関係や親との関係で疲れている方達に	むかし、リンゴの木があって、かわいいちびっことなかよしから物語が始まります。ちびっこは成長し、しだいに自分勝手になり、りんごの木を自分のために利用していきます。でもこのりんごの木は愛を惜しむことなく、支え続けます。ちびっこはやがて、よばよばの老人になって木の所へ帰ります。りんごの木は切り株だけになって与えるものはなくなります。「ああそれなら」と木はせいっぱい背すじを伸ばし「このふるぼけた切り株は、(中略)ここに腰掛け休みなさい」と。よばよばになった老人にも、切り株(りんごの木)は“ぼうや”と語りかけ最後まで愛を与えつづけた。
	4138	yellow-vits	メメンとモリ/ヨシタケシンスケ/KADOKAWA	人生に悩んでいる方、何のために生きるのか分からない人など	メメンは姉、モリは弟。ヨシタケシンスケさんの絵本が好きで何冊も購入しています。まず絵が可愛いし、絵本と言えども大人も楽しめる深い内容が心に染みます。【メメントモリ】の意味は、ラテン語で、「自分がいつか必ず死ぬことを忘れるな」「人に訪れる死を忘れることなかれ」という意味の警句です。絵本の中でもモリがお皿を割ってしまう場面があり、姉のメメンは「ものはいつかは必ずなくなるけど、その事を悲しむより、その思い出が大切なな」と。その言葉に思わず私は膝を打ちたい気持ちになりました。人は避けて通れない「死」を恐れず、いつか訪れる死まで楽しく人生楽しまなきゃという事に辿り着きました。
	15395	こたつむり	西の魔女が死んだ/梨木香歩/新潮社	心が疲れた人、自分の居場所が分からなくなった人	私が中学生の頃に出会った本。まずタイトルにびっくりしませんでしたか？「西の魔女」が「死んだ」ってインパクトがありますよね。読み終わった時、不思議と暖かい悲しさが心に残り、本のタイトルを手でなでたくなります。本を開けば西の魔女に会える。心が疲れた時、自分の居場所が分からなくなった時、私はこの本を読み返します。あなたも西の魔女に会ってみませんか？
	(無し)	ともママ	ラブカは静かに弓を持つ/安壇美緒/集英社	日常に刺激を求めている人	スパイといえば007。主人公の孤独と華々しい生活のコントラストが魅力である。しかし本作はスパイといっても、調査先は音楽教室。調査内容も国家を揺るがす秘密暗号でなく、練習した曲名。だから主人公はジェームズボンドでなく、組織に使い捨てられるような端役である。設定としては、ある日突然、自分がスパイに任命されるのに近い。日常に現れる非日常。逆にドラマチックである。人を欺くのは、誰だって多少なりとも良心が咎める。些細な嘘の積み重ねが、いつ崩れるか疑心暗鬼になっていく。スパイなんて絵空事と読みはじめたはずが、いつの間にか主人公になりきって、ハラハラドキドキすること、間違いなし。

受賞	会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	(無し)	(無し)	老人初心者の覚悟/阿川佐和子/中公文庫	私と同じ様に「老人」の入り口に立って「ハテ、どうしたものか」と、うっすらと不安になったり老いてゆく事に「ぼんやりとした怖さ」を抱えているすべての人に読んで欲しいです。	「老人とはひたすら順応する事である」「ま、そんなもんか」と半ば、諦めの境地に至るものであるとあります。“もしかしてすごく難しい文章では？”とおそるおそるページをめくと…そこにはいともアツケラカンと“古い”を実感しつつも笑い飛ばしてしまう作者がいました。特にオススメなのはP70の「洗わない宣言」のページです。以前別のエッセイで書かれていた“女性用下着”(=ブラジャー)を何と三週間も洗わないと著者は告白していらっしやるのだ。“上下にかかわらず一回着用したら下着は洗うモノだ”と思い込んで洗濯していた私は驚き、そして大笑いした後、何だかとてもスッキリとした自分がいました。“ <b>XXX</b> しなければ”といくつもの思い込みや刷り込みを思いっきりふっとばしてくれる快い言葉でした。この後「バスタオルはどの位使用したら洗うのか」という話に変わって行くのですがコチラも人それぞれ「三日位使ったら洗う」人やら「シャワーの後必ず洗う」人やら…(ちなみに我が家ではバスタオル自体を使っていません。1人1枚ずつフェイスタオルで体を洗って、その後、別のフェイスタオルで体をふいています) P182の「予定外のオンナ」も面白いです。「予定通りうまくコトが運ぶとスッキリ」のブルゾンちえみさんと「予定外のオンナ」の作者の対比が極立っています。
	5652	大口ひろし	「私」という男の生涯/石原慎太郎/幻冬舎	石原慎太郎のことを知りたい人	著者は作家・政治家として、そしてトップスターだった石原裕次郎の兄として華麗な人生を歩み、その並はずれた言動は常に世間の耳目を集めてきた。これは著者が「自分と妻が亡くなったあとに出版すること」という条件で書き残した自伝である。生いたちと家族のこと、政治のこと、そして赤裸々な女性関係までをもつづられている。著者にとってはこれがいわば終活だったのでしょ。最後まで粋な男であった。人は年齢を重ねるごとに老や死に向きあうことになる。死は単に生きるのが終わること。その時自ら信ずるものは何なのか。それを人間はつきつめることになるでしょう。
PIPO特別賞	5652	大口ひろし	中村天風 悲運に心悩ますな/広岡達朗/幻冬舎	「生きること」に悩んでいる人	中村天風は日露戦争で九死に一生を得、帰国後三十才で当時は死病だった肺結核にかかり、医者にも見放された。重病を治すため、そして人生の真理を求めて密航、渡米するが、答を得ることができず、死地を故国に求めた帰国途中でヨガ哲人の大聖人・カリアッパ師に救われる。その後、人生についての哲学や科学、心理学等の実践応用についての理論を展開している。松下幸之助、稲盛和夫、山本五十六など著名人の信奉者も多い。「心と体が丸とされたものが人間の命の姿だ。健全な精神にこそ健全な肉体が宿る。」と天風は言う。天国があり、地獄がある。複雑な人間関係があり、ねたみや憎悪が過巻いている。そういう世界だからこそ天風流人生哲学は参考になることが多い。
	5652	大口ひろし	70代で死ぬ人、80代でも元気な人/和田秀樹/マガジンハウス新書	70代、80代の人	ただ生きているだけで何の喜びも輝きもない80代、90代にならないためには、70代の過ごし方が大切である。健診の数値なんか気にしなくていい。ランチは外で食べよう、楽しいつきあいだけを残す。トレンドなんか無視していい、今の自分に残されたものを大事にしよう。「老いは気持ちから」気持ちが守りに入って、いろいろな自由を自分から封じこめてはいけません。老いることは悲観的なことばかりではありません。高齢になったら万事あわてる必要はない。なりゆきにまかせて日々の生活を大切に暮らしていく。一日に一冊の本と一合の酒があればいい。私もそういう心境になってきました。
	(無し)	えいみい	もぐらけんせつ/長崎慎吾/童心社	(無し)	町の工務店「もぐらけんせつ」がリスのおうちを直す楽しい絵本です。働くもぐらたちはとっても職人気質。ド迫力の重機を操って安全第一でチームワーク良く働きます。PIPOには数多くの地元工務店さんが紹介されていますね。働かって誰かの役に立つこと、そんなことに気づかされる絵本、激推しです！
	13367	しゃま	資本論/カール・マルクス/岩波書店	自分を変えたい人におススメ	1917年のロシア革命。世界各国で共産党の結党。共産主義国家樹立を掲げた国際テロ組織誕生。資本論が無ければこの様な現象は起きなかったと断言しても過言ではない。難しい数式も登場するが、私達の身の回りにある物の分析から始まり資本主義から社会主義への移行を簡単な文章で説明している。只、残念なのは「未完」の書である事。執筆途中で病没したからだ。マルクス本人はさぞ無念だったろう。私がこの本で学んだ点はまず動くこと。停滞からは何も生まれぬ。考えて行動する。人生のテキストだ。
PIPO大賞	(無し)	ゆうか	新「親孝行」術/みうらじゅん/宝島社文庫	こんな自分でいいのかと悩んでいる人	「親孝行、したいときに技はなし」。親孝行、もやもやとしたイメージは思い浮かんでくるが具体的な方法、内容は世間一般で詳らかになっていない。親の喜ぶ話題や言動、そしてノウハウを親孝行学の権威みうらじゅん氏が惜しげもなく披露してくれるのが本書である。私がこの本を読んで学んだことは親孝行の方法だけではなく、「親孝行ブレイ」として心が伴ってなくても気軽に演じて行動することで「親孝行が成立する」ということだ。これは親孝行以外にも通じることであると感じた。自分は「いつも優しい母親」でありたい理想もっている。しかし実際の生活では、理想と現実の気持ちが乖離しており心から優しくできない時がある。優しくしたいとは思っていても焦りや自身の余裕のなさからキツク言ってしまうたり、子どもと一緒に笑えないことがある。本文26ページ「心はともなわなくていい。偽善でもかまわない。(中略)その行動によって親が喜ぶ顔を見たとき、諸君の中で、心が次第に行動に追いついていくことを、私は知っている」この文章に救われる気持ちであった。今は心からではない行動だとしても、いつか心からの行為になってくれる。かくあれかしと信じ、まずは「ブレイ」からでも始めていきたい。

受賞	会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	5557	Goran	ラジオと憲法/角田龍平/三オブックス	生き方に悩んでいる人	弁護士といえば、皆さんはどのようなイメージを持たれるでしょうか？最近でこそ、行列のできる法律所などのバラエティー番組で身近になったかもしれませんが、あまり関わりがなく、堅苦しいイメージがあると思います。しかし、この本を読み角田弁護士のことを知ると、とても親しみやすく感じることができます。角田先生は、元々弁護士を目指していたわけではなく、高校の頃に組んだおおかみ少年というコンビで漫才コンビを組み、ダウンタウンも取った今宮戎新人漫才コンクールで優勝をして、オール巨人さんの弟子になっていました。しかし、お笑いの世界に入って圧倒的な才能の紳助さんなどの出会いによって、力の違いを感じた角田先生は弁護士という別の世界で生きることを決意します。ただ司法試験は簡単ではなく苦労を重ね、9回目の受験にてやっと合格。そして、今話題の橋下徹弁護士事務所に入り、オールナイトニッポンでラジオパーソナリティデビューと華々しいデビューを遂げます。その後、関西の有名番組「サイキック青年団」の復活をご自身の番組で達成するなど、波乱万丈な人生を繰り広げている様子をこの本で知ることができます。法曹会に興味ある方はもちろん、生き方に悩んでいる方、ラジオに興味のある方にこの本を読んでいただき、現在放送中の角田先生の「絵師のヘン」のラジオを聞いて、角田龍平先生の世界の楽しさを知ってもらいたいです。
優秀賞	15357	よつば	汝、星のごとく/風良ゆう/講談社	自分の生き方に悩む人	抗えばいい。例え波が立とうが、責任を持って誰かが口汚く罵って来ようが、自分の人生を生きて欲しい。そう願わずにはいられなかった。 幼い頃から重荷を背負われ、その荷物が完全に消失する事はない。もし、權と曉海が親に縛られる事なく、もっと自由に軽やかに生きられたなら未来は違ったものになっただろう。毒を持つ親を受け入れ、そんな親を支える二人だから惹かれ合ったのも理解出来る。それでも哀しくて悔しくて堪らない。次第にすれ違っていく二人の姿に感情が揺さぶられ続けた。今は花火を見上げる彼らの姿が脳裏に焼き付いて離れない。
	15357	よつば	かたばみ/木内昇 /KADOKAWA	家族小説が好きな人	最高で最愛の家族に出逢えた。初めは分厚さに怯んだ。けれど頁を捲るたびに、この物語と登場人物への愛おしさが加速していき、終盤は読み終えたくないほどに夢になった。物語は太平洋戦争から、戦後の高度成長期を生きた家族に焦点を当てて描かれる。死ぬも餓餓も日常に存在する中で逞しく生きた家族がいる。健やかな清太、不器用だが愛情深い権蔵、強さと優しさを兼ね備えた暢子。血縁を超えた三人の絆に何度も涙が込み上げた。 「母の優しさ・輝く心」の花言葉を持つ『かたばみ』。雑草の生命力も含めタイトルがドンピシャ。紛うことなき傑作。
びぼちゃん賞	15357	よつば	夜明けのはざま/町田そのこ/ポプラ社	生と死を見つめ直したい人	幾度となく涙が溢れ文字が滲んだ。家族葬専門の小さな葬儀場『芥子実庵』。この場所で繋がる人々が織りなす五話収録の連作短編集。 生きる事はしんどくて悩みは違えど誰もが理想と現実の間で葛藤しながら生きている。一方的に押し付けられる感情や決して交わる事のない想い、理不尽な死。怒りと諦め、哀しみ、一冊の作品の中で何度も違う種類の涙が溢れた。自分の夢に向かい真っ直ぐ生きる事はなんて難しいんだろう。 登場人物達の死に直面し、自分らしく生きる事の本質を改めて考えさせられた。喪失と再生に優しく寄り添ってくれる心震わす感動作。
	15357	よつば	最後の折り/薬丸岳/KADOKAWA	上質なミステリーを読みたい人	読後、放心状態。途中呼吸する事を忘れ何度も胸苦しさを覚えた。教諭師としての矜持と復讐。激しく揺れ動く天秤のように、教諭師・保阪の葛藤が手に取るように伝わる。娘を無残に殺された保阪が、この世で一番憎い相手と対峙し、精神的救済をするなど、尋常では考えられない苦行だ。犯人の生い立ちに同情する部分があっても、自分なら我が子を殺した相手に赦すという選択肢は存在しない。死刑執行に携わる刑務官達の姿もリアルだ。タイムリミットが迫る中、保阪はどちらを選択し行動するか息を潜め頁を捲った。ラスト十頁は胸が締め付けられる。
びぼちゃん賞	6071	峰一太郎	怒れ！日本の中流階級/カレル・ヴァン・ウォルフレン/鈴木主税訳/毎日新聞社	いまの政治に怒りや不満を募らせている人。悪質な事件がどうしてこうも次々に起こるのか、その原因や理由を知りたい人。「(社会的)弱者」がなぜいつも虐げられるのか、嘆き悲しむ人。	K・V・ウォルフレン著『怒れ！日本の中流階級』を時々、読み返す。今からもう二十数年も前に刊行された本だが、いつ読んでもどこか新鮮で、はっとさせられる。古くて新しいのは、本書の初刊の時代と現代とで本質的にはあまり変化がないから、という皮肉な見方もできる。官僚の権限が弱まったぶん政治権力がより横暴になり、「不都合な真実」がごとごとく隠ぺいされるようになった。付度も常習化した。権力者たちの「ぼろ隠し」の多様化、潜在化のお先棒を担っているのがメディアだという記述は鋭い。「彼らはしばしばメディアの使命(つまり、社会の啓蒙)をおろそかにし、「社会秩序の維持」に執着し、その結果「ある種の問題に触れなくなる」。「ある種の問題」が昨今じつに多い。五輪汚職、裏金疑惑、そしてジャニーズ、宝塚など芸能界のスキャンダル……連の問題に怒りをおぼえる人におすすめしたい1冊だ。
	8220	ぼめ	うまくいっている人の考え方/ジェリー・ミンチントン/ディスカヴァー・トゥエンティワン出版社	少しでも心が落ち着かない時に読むと変わると思っています。	心がもやもやしていた時に、知人に勧められました。表紙の18年間読まれ続けているというフレーズがあったので、たくさんの人に賛同されているとわかったのですぐに読もうと思いました。開いて読んでみるとポジティブな考え方が100個書かれてました。1つの文章が短いので頭に残りやすくわかりやすいのいいなと思いました。"自尊心とは、自分を大切にしようとする心だ。" 当たり前のことだけど、心が落ち着かない時に読むとなぜか落ち着きます。夜寝る前に少しずつ読むと質の良い睡眠もできそうです。
優秀賞	8615	たっきー	汝、星のごとく/風良ゆう/講談社	ティーンから大人まで、胸が熱くなりたい人	高校生で運命の出会いを果たし、順調に愛を育んでいたはずなのに、自分に正直な故に歯車が狂い、人生の一番輝く時間を共に過ごすことはできない。でも不器用でも自分に正直に生きて、周りに流されず自分に信念を持って突き進み、納得のいく人生を送ることができるようにした2人の切ないラブストーリーです。読み進めていくと、作者が描く美しい瀬戸内の海や星空、潮風を感じることができ、読み始めたら最後まで止まりませんでした。2人の恋、そして周りの人たちがすべての心情が丁寧に描かれている素晴らしい作品です。

受賞	会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	8615	たつきー	変な家/雨穴/飛鳥新社	新感覚になれるミステリー好きの人	物語は「奇妙な違和感」をもつ家の間取りからスタートします。仮説を検証していくようにストーリーは進みますが、そこに隠された真実にドキドキハラハラしながらどんどん読み進むことができる展開です。昔の日本にあるようなないような田舎の事情…現代ではビックリしてしまいますが、もしかしたらこういうことは溢れているのかもしれない。漫画にも、映画化にもなりましたが、やっぱり文庫で想像して読み進めると楽しいです。
	(無し)	ひだまり	はっぴいさん/ 荒井良二/ 偕成社	不器用だと思う子どもやパパ・ママに。	私は何をやるにも時間がかかってしまう不器用な性格です。また私の息子も同年代の子より1歳～2歳 成長・知能にも遅れています。どうにか小学校の普通級で頑張っています。『はっぴいさん』は、息子が子ども園の時に読み聞かせボランティアで選びました。この本は、自分は自分のままでいいんだ…自分のペースで進んでもいいんだ…と、そっと背中を押してくれるような暖かみを感じられる本です。子ども達にと選んだ本でありましたが…仕事の速い私の姉が、血洗い中によく血を割っているのを見て、どっこいどっこいだな…と。本を思い返し、今でも私が慰められ励まされています。本を読むのが苦手な私ですが、絵本なので最後まで読める所も気に入っています♡
	(無し)	(無し)	置かれた場所で咲きなさい/渡辺和子/幻冬舎文庫	自分の環境や境遇に不満があって、「どうして、こんな風に生まれたんだろう」「どうして、他の人みたいになれないんだろう」と思っている人。	この本を読んで、その中の言葉1つ1つがすごく心に響いてきました。私はキリスト教徒でもなく、修道院がどんなところか知りません。でも、そんなことに関係なく、言葉1つ1つが「あ、この言葉どっかで聞いたことがある」と感じられるような、自然と私の心に染みこんでくる感じでした。人は環境や境遇を選べない時があります。自分の不遇や不満を嘆いていても事態はよくなりません。そんな時にはこの本を読めば、いろいろな言葉があなたを後押ししてくれます。大変だけど、もうちょっと頑張ってみましょう。きっと花を咲かせることができると信じています。そうしても咲けない時は、根を下へ下へとおろして、根を張りましょう。次に咲く花が、より大きく、美しいものとなるために。
	15357	よつば	あなたはここにいないとも/町田そのこ/新潮社	心に沁み入る作品が読みたい方	あなたはここにいないとも…。きっと大切な物人も心の中に仕舞われて、決して失う事はないのだと思わせてくれる。五篇からなる短編集はどれも切なさを伴う。家族だから遠慮のない言葉でやりあい傷つけあったり、不器用な生き方しか出来ず人生に迷ったり。物語に登場する人物はみな私達のそばにいなそうな人達ばかりで、その葛藤も痛みも共感出来た。けれど人は人で傷ついて、その傷を癒してくれるのもまた人だ。喪失感に喘いで来た人達が何かのきっかけで笑顔を取り戻す瞬間に安堵する。心の奥深くまで届きそうな言葉がたくさん詰まった珠玉の一冊。
	15357	よつば	四日間家族/川瀬七緒/KADOKAWA	読後の爽快感を味わいたい方	一気読みの面白さ。ネットで繋がった自殺志願者四名。人生に絶望し、練炭自殺を決意した老若男女が、森の奥で赤ん坊を保護した事で運命の歯車が再び動き出す。反目し合っていた彼等が、凶悪犯罪を暴き赤ん坊を救うという同じ目的を持った事で一致団結し、悪に立ち向かっていく姿から目が離せない。犯罪小説なので面白いと言うと語弊があるけれど、スリリングな展開にページを捲る手は加速。目的達成に向かう最中、自分達の過去を悔い己を見つめ直す姿にも心を打たれた。ネット私刑や卑劣な犯罪への怒りを覚えずつ、彼等に芽生えた絆に胸が熱くなる。
PIPO特別賞	15357	よつば	黄色い家/川上未映子/中央公論新社	社会派小説が好きな方	世の中、お金が全てとは思わない。けれど本作を読むと、お金がどれほど人の人生を左右するのかわかり知らされる。600頁の長編は、まるでノンフィクションのような人物描写と凄まじさでこちらに迫ってくる。生きていく上で必要な常識も知識もなく、親にも頼れない10代の少女達が、いとまたやすく犯罪に手を染め墮ちていく。金運アップカラーとされる黄色に執着し、ひたすら人生の好転を願う少女が不憫だ。金に支配され物事の善悪すら判断出来なくなり、大切な物を失っていくさまはあまりにも悲しい。社会の闇に鋭く切り込んだ圧巻のノワール小説。
	15357	よつば	百年の子/古内一絵/小学館	壮大なスケールの物語を読みたい方	胸が一一杯だ。出版界を舞台に、戦中戦後の激動の時代を生きた祖母と令和に生きる孫を描いた壮大な物語。小学館の学年別学習雑誌の歴史と共に描かれるのは、戦争の悲惨な光景と女性の生き辛さ。幼い頃から読み耽った懐かしい雑誌や実在した人物が眼前に浮かび上がり、物語世界に没入出来た。出版社で働く28歳の明日花と、明日花を慈しみ育ててくれた祖母スエに起きた奇跡、確執を抱えていた明日花と母親。全ての事象には理由があり皆の根底にある愛情の深さに胸が熱くなった。祖母の生き様に感銘し私達はどう生きるべきか改めて考えさせられる。
びぼちゃん賞	10996	イルカのプー	さよならがくるまえに 認知症ケアの現場から/川畑智/光文社	認知症の方と向き合い始めて戸惑っている方	認知症にも個性があるんだ。言われてみれば当たり前のことに改めて気づかされた。身近な親族が軽度の認知症となり、え！こんなことがという未経験の戸惑いを感じた時にこの本に出会った。筆者の自らの経験をもとに、様々なケースの事例や周囲のケアをする人の思いや大変さが切実な話として書かれている。それぞれのケースにあるのは認知症になられた方の一人ひとりの心、またそれに何とかよりそおうとする筆者の気持ち、そして100人いれば100通りの個性があり、思いがあるということ。何よりその思いこそが大事と知ることができた一冊。
PIPO特別賞	(無し)	コショウ28	おこだでませんように/くすのきしげのり:作 石井聖岳:絵/小学館	子供をみるとイラッとしてしまう大人	怒られたい人なんて世の中いない。ましてや子供で怒られたい子なんていない。大人（親や先生）に怒られたい子供なんていない。でも大人は、悪いことを頻繁にする子を「やっぱり」ときめつけてしまいます。子供の悪いことを叱るより何故、悪いことをしてしまったかを考えてあげること、悪いことをしてしまった子に近づいてあげたくなる絵本。絵本の力は大人にも届きます。
	9497	朝太郎	カレーライスと餃子ライス/片岡義男/晶文社	人生に少し疲れて、どんな余暇を過ごしたいか迷っているとき。	サブタイトルにこんなことが書いてある。カレーライスは漂流する。短編小説なのか、エッセイなのか、気楽に読める本。短い話が流れている。どこから読んでもいい。カレーライスを食べるとき、ほっと気が休まる。子どものときは、みんなカレーライスが好物だ。時代が流れても忘れることはない。玉ねぎ、にんじん、じゃがいも。それと肉。自分が思い出すのは、オリエンタルのカレー粉か？いろんな作り方があるから、カレーはおもしろい。後半に夜食べるメニューが餃子ライスというのが、またおもしろかった。

受賞	会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	(無し)	スイレン	「龍使い」になれる本 人生を変える聖なる知恵/大杉日香理/サンマーク出版	最近何となく調子が良くない、人生に迷いが生じている、心を病んでしまった。。。スピリチュアル(目に見えない世界)な物事が好きな人はもちろん、トンと背中を押してほしい人におススメします。	『この本を手にとっていただき、ありがとうございます。あなたは、龍の背中に乗る資格が与えられました』とても興味がそそられる1行目の文章でした。龍の背中に乗る資格。それは「運」を上げる事に繋がるらしいのです。現状打破のためのきっかけが欲しいと思っていた私は、「龍使い」になる事によってそれが得られるかもしれないと、期待満タン、フルスロットルで読み終わりました。スピリチュアル(目に見えない世界)要素が濃いのかと思いきや、哲学的な目線からの書き方がされていて、絵空事に感じられる事も根拠があるんだと納得。スピリチュアルな物事に偏見のある人も嫌悪感なく読めると思います。どんなやり方で「運」を上げ、どうしたら「聖なる知恵」がもらえるのか。それは、あなた自身でページをめくって確かめてください。著者のちょっとした仕掛けも嬉しいこの本。装丁も、挿絵、写真も美しく、インテリアとして飾っても欲しい私のおススメの一冊です。
	5538	ぎんのすけ	クルーズはじめました!おトクに楽しむ豪華客船の旅/くぼこまき/JTBパブリッシング	旅行好きな人や楽しいことをするのが好きな人	この本は、豪華客船の体験記を漫画風にまとめたもので色々なクルーズ船の作者の体験記が書かれています。ちなみにすぐに読めます。何年か前に一度読んで豪華客船でクルーズしたいなあと思ってしまいうくらい印象深い本でした。去年、念願かかってクルーズに行ってきました。そこは別世界が広がっていました。日常を忘れさせてくれる煌びやかで贅沢な空間です。おいしい料理に、素晴らしいショー、優雅なひと時に、寄港地での観光。この本は、少し古いのですが、私がクルーズ船にはまるきっかけを作ってくれた本です。クルーズのシステムなど変わってしまっていますが、たまに読み返しています。今度この本に載っていたクルーズ船にも乗る予定です。今から楽しみです。ある意味、私の人生を変えてしまった本ですので読んでみたら面白いかもしれません。
	15612	アシュリー	エディ、あるいはアシュリー/キム・ソング/古川綾子訳/亜紀書房	ちょっとだけ現実逃避したい人	「大人向けのおとぎ話」と称される、韓国の女性作家による短編集。テーマは移民や性の多様性、愛する人の喪失といった私たちの身の回りで普通に見聞きし、起こっていること。でも何だかしっかりファンタジーで、唯一無二の味わいがあります。舞台はイタリアだったりフィリピンだったりあまり韓国色はありません。収録された8作品の中で「木の追撃者 ドン・サパテロの冒険」は空想好きの私の大のお気に入り。破天荒で魅力的な妻を亡くした夫が、悲しみを癒す術がわからず壊れそうになります。うちだってもしかして?と思えて切ないことこの上ありません。それなのに夢の中で出会った「木」の動き、しぐさが実に可笑しくてたまらないのです。ロードオブザリングに出てきそうなやせっぽちの木が、根っこを足のように使って走って逃げていく・・・。一作一作はつながりのない短編なので、忙しい人にもさっと読めます。ずっと入り込めて現実を忘れられる一冊です。
	(無し)	たいちゃん	今日、誰のために生きる?/ひすいこたろう・SHOGEN/廣済堂出版	是非今の生き方に悩んでいる方に読んで頂きたい。	「効率よく考えるのであれば生まれやすく死ねばいい。」この衝撃の言葉は主人公である日本人のショーゲンさんが画家になる為に暮らしたタンザニアのブンジュ村の村長から言われた言葉。日が昇れば働き、沈めば休む。諦める時間がある事は本当の休息が取れるという事。人と話す時はその人を抱きしめる様に話す。失敗するのは人間らしさ、失敗する大人を見るから子供は安心して未来を描ける。ブンジュ村の人達から幸せとは何か、どうしたら人は幸せに生きられるかを教えてもらう物語。ショーゲンは村人から大切な事を学んでいくが、日本から遠く離れたアフリカの小さなブンジュ村の人達の生き方のルーツが日本人と大きく関わっている事が分かっていく。「ショーゲン、なんで日本人は心のゆとりを失ったんだ。今の日本人は、みんなそうなのか。空も見上げられない人が多いのか。本当の日本人は、そうじゃなかったんだ。世界中で一番、空を見上げる余裕を持っていたのが日本人なんだ。取り戻してくれ、今すぐに。」アフリカのブンジュ村の人達を通じて本当の日本人のところに思いを馳せ今の生き方を考えるきっかけに繋がります。読み終えた頃には、日本人である事を誇りに思える。そんなおススメ本です。
	5659	ポム	60歳からはやりたい放題/和田秀樹/扶桑社(新書443)	50才以上の方	題名からギョッとした60代の私は興味津々でこの本を取りました。同感出来る事が多く、よくぞ執筆して下さったと皆さんに紹介したいと思いました。「起こっていないこと」への不安が強い人は高い確率で起こる出来事の事前に知識を得て予防や対策を講じます。「薬が多すぎる」を思ったら医師に伝える。「認知症、うつ病、ガン」を怖がりすぎない。なんて素敵な「寝たきりライフ」とか患者様に寄りそったアドバイス等、ひとり暮らしは認知症が進まない?介護士さんも雇うほうが合理的。お金はどんどん使ったほうが幸せになれる。「出来ないこと」ではなく「出来ること」に注目する。60代になったら、どんどん自己主張しようとか、これからの人生に励ましを頂ける一冊だとお勧めします。
	94	(無し)	日本橋牡丹堂 菓子ばなし『いつかの花』1~『菊花ひらく』10/中島久枝/光文社時代小説文庫	和菓子好きな人に、おすすめです!	和菓子に魅せられ、不器用ながら成長していく少女の物語です。ある日、親の知り合いから頂いた『きれいで、甘くて、美味しい和菓子』が忘れられない!これがきっかけで「自分もこんなお菓子が作ってみたい!!」この思いを両親に願ひ続け、やっと念願かかって、海辺の村から江戸の菓子屋に奉公へ出る事になる。家族経営の老舗菓子屋は少女の失敗も次のステップと温かく見守り、教え、やがて少女は一人前の菓子職人へと成長していく。この本を読み進んでいくうち、季節ごとと行事ごとにいろいろな和菓子が登場し「私も食べてみたい!」と和菓子のとりこになってしまいます。

受賞	会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
びぼちゃん賞	8037	ドリームママさん	どうせ死ぬんだから一好きなことだけやって寿命を使いきる/和田秀樹/SBクリエイティブKK	70才以上で終活を考えている人。これからの人生をどのように生きるかと悩んでいる人。	この本を読んで本当に納得しました。自分が思っていたより、本当に人生が明るくなりました。当たり前の様でなかなか気がつかない日々でしたが、何度も読み返し、本当に気持ちが楽になり、前向きにこれからの何年、生きられるかわかりませんが希望が持てました。やはり、文字で読むと心にしみてきます。言葉だけでと忘れてしまいますが和田さんの本は読みやすくわかりやすく、なるほどなあとつくづく思いました。心に残った事を書きます。【ご】極上の死を迎えるために自分が納得のいき方を貫きとおす【く】苦しいことをやらず、わずらわしいことは、やらない【じ】自由気ままに暮らす。我慢すると心身が老化する【よ】要介護になったら残された機能と介護保険フルに使う人生を楽しむ【う】うかつに医者という事は信じない。治療も薬も自分で選ぶ【の】脳と体を使い、認知症と足腰がよわるのを防ぐ【し】死をおそれればおそれるほど、人生の幸福は下がる【に】人間関係がゆたかなほど老いは速のく。人づきあいが億劫になったらボケる【か】体がうごかないとき、意欲がないときは「なんとかなるさ」とつぶやく【た】たのしいことだけを考えて、とことん遊ぶ。どうせ死ぬんだから人生の幸せに近づくために、「いま」を幸せに生きる。もっともな事ばかりでした。
	15732	おたけ	女性に贈ることば365日/池田大作/潮出版社	人生・生き方について悩み、考える人特に悩める母親の方々に	日めくりカレンダーのように、毎日1ページ読むもので、日付の横に、その日の言葉が載っています。“子育てについて”、“母の尊さについて”、“感謝の気持ちの大切さ”など、優しく強く、厳しくもある言葉の数々に背筋が伸びます。私は母親ではありませんが、娘としての指針もあり、また「いつか母親になったらこういう言葉が支えになるのだろうか」と母の気持ちに想像力が働きます。私のおススメ部分を抜粋して載せます。「今いる場所で自分自身に負けず勝ち抜き人と比べることなく自分自身の誇り高き使命の道を実直に前進する人が幸福者であり人間としての勝利者だ。」「人生にあって、笑いが無いということは、花がバツと開かないのと同じだ。いかなる葛藤の社会であっても、ユーモアだけは忘れたくない。」
PIPO特別賞	13152	二月うさぎのお茶会	雲を紡ぐ/伊吹有喜/文藝春秋	夫婦や親子の関係を悩む人へ	四年間京都の女子大の寮で音楽を共にした同級生が盛岡にいる。天気予報や旅番組等で映し出されるその街は、都会だけれども緑が豊かで、食べ物もおいしいそうなのばかり。一度は訪ねたいと思いつつ、震災があって、気づけば五十代半ばになっていた。そんな時、伊吹有喜の『雲を紡ぐ』を読む機会を得た。ひきこもりの女子高生美緒をめぐる三代の家族の物語といえば簡単だが、いつも自分は正しいと信じて疑わない元教師の祖母と現役教師の母、妻とも娘とも真摯に向き合えない父、居場所のない学校などが絡まってほげない糸のように美緒を苦しめる。そして一度も会ったことのない盛岡でホームスパン工房を営む祖父の元へ旅立ち、伝統工芸を学んでいく中で成長し、自分の人生を紡ぎ始める。ホームスパンって何、と思った方にはまず一読いただきたい。祖父の「人は苦しむために生まれてくるんじゃない」という言葉には誰の心にも優しいぬくもりにあふれている。
	(無し)	アヤ	あの花が咲く丘で君とまた出会えたら。/汐見夏衛/スターツ出版	私はなるべく皆に読んで欲しいですが、主に今の人生が苦しい、辛いと思っている人に読んで欲しいです。それと、単純にあまり本を読まない!という人にもオススメです。	この本は百合という女子中学生が主人公の話です。百合はこの人生にイライラしていました。そんなある日、親と喧嘩してしまい家を飛び出し、防空壕で寝ることにします。そこで次の日、目が覚めるとなんと70年前の戦争中の日本だったのです!!誰かを思う気持ちや命の尊さを教えてくれる物語です。私は影が「見せたいものがある」と百合の丘を百合で紹介するシーンがすごく好きです。2人の距離が縮まり、互いの気持ちが深まっていくのが伝わります。影の強い想いがかっこいいと思うと同時に心の底で切ない思いが混ざり合う感じで、とても読んでいて心苦しくなります。この本はとても読みやすいです。同時に感動、悲痛といった様々な気持ちが最後に溢れてきます。絶対あなたも読んでみたら分かります!涙なくしては読めません!是非、「あの花が咲く丘で君とまた出会えたら。」を読んでみてください!
	(無し)	アールグレイ	田辺聖子の万葉散歩/田辺聖子/公文書庫	自分の時間を大切にしたい人に	万葉集のリズムはなんと優しいことか。思いが純粋に強く心の中に入ってくる。難しい解釈はいらない。言葉が生きてそのまま伝わる。はるか1300年もの時を隔てた、いにしえの人々の喜び、悲しみ、嘆き、苦しみ、切なさが、今に生きる私達にもまるで自分の思いのように心に染み通る。そんな4500首余りの万葉集の歌の中から筆者が選んだ「私の好きな万葉秀歌」はとりわけ面白い。様々な階層の人々の日々の哀歓を詠んだ歌、胸を衝かれる防人の歌等々、こんな歌もあるのかという新鮮な驚きを与えてくれる。何より著者の万葉集への愛があふれる文章は深く暖かく読む人を包み込むようだ。悠久の時に思いを馳せながらこの本を読む今の時間そのものが愛おしく至福の時間となる。古典は決して過去のものではなく、今、そして未来につながる大切な時を私達に与えてくれるように思う。
びぼちゃん賞	(無し)	おしるこ	今宵も喫茶ドードーのキッチンで。/標野風/双葉文庫	毎日がんばっている人	「自己肯定力を上げるやかんコーヒー」「心が雨の日のサンドイッチ」「自分をいたわる焼きマシュマロ」…思わず二度見してしまいそうなメニューを掲げているのは、おひとりさま専用カフェ「喫茶ドードー」。生きていても悩みは尽きないものですが、この本の登場人物たちも同じように悩みを抱え、心が疲れて逃げたくなった時に偶然このカフェにたどり着きます。悩みの種類は様々ですが、現代社会に多いSNSや仕事に関する悩みは、共感できる方も多いのではないのでしょうか。店主のそろりが作る美味しいメニューと、心にじんわりと響く言葉で、立ち止まっていた人々もまた前を向いて歩き出します。この本を読み終わると、知らないうちにいっぱいいっぱいになっていた心に余白ができたような気がします。疲れたら一度休んでもいい、またゆっくり自分のペースで頑張ろう。心がほっと和らぎ、温かな気持ちになれる一冊ですので、リラクセスしたい時におススメです。

受賞	会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	(無し)	玲奈	天久鷹央の推理カルテ・事件カルテ シリーズ/知念実希人/新潮社・実業之日本社	ミステリー好きな方、ミステリー読みたい方へ	この小説の舞台である天医会総合病院に設立されている統括診断部。ここには病室に天使がいると語る少年、炭酸飲料に毒が混入されたと訴えるトラック運転手、突然赤ちゃんを身籠ったと叫ぶ女子高校生など、各科で「診断困難」と判断された患者が集められる。そんな魔訶不思議な“事件”には思いもよらぬ“病”が隠されていた…？言ってしまう原因は病気によるもの。しかし、病気が絡んでくることによって予測が難しく、「ミステリーを読んでトリックや犯人が分かってしまつてつまらない！」という方にも面白いと思ってもらえるだろう。「病気とか難しそう…」と思う方もいるだろうが、説明も分かりやすくされているし、なかには皆さんが聞いたことのあるような病気もできたりするので、病気の名前や症状が頭に入つてこなくても問題なく読めると思います。推理カルテは短編集、事件カルテは長編で、案外サクッと読むことができるので気になった方はぜひ読んでいただきたいです。