



2020年12月館員おすすめの本



『ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー』(ブレイディみかこ)

吉田 梨紗

著者はアイルランド人の夫と息子と三人でイギリスに暮らしています。日本人が英国で暮らしていく中で感じた英国社会の多様性、格差や差別を息子の学校生活や自身の保育士としての実体験をもとに分かりやすく解説しています。

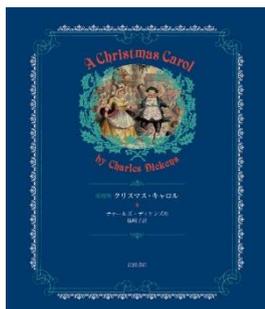
息子は若いながらも自分の周りでおこった出来事を受け止め、偏った考えにとらわれず、彼なりに考えて行動をします。タイトルにもなっている息子の言葉は本書を読むと意味が分かり、彼の苦勞が感じ取れます。内容的に難しいところも多いですが、痛快に表現されているのでさっぱりとして読みやすく、英国社会の現状を知ることができます。英国社会を生き抜く逞しさが感じられる一冊です。

(新潮社)



『クリスマスキャロル』(チャールズ・ディケンズ作・脇明子訳)

原 真由美



ロンドンの下町で商売を営む欲深いスクルージは、強欲でエゴイストで思いやりのかけらもない人物。クリスマスイヴの夜、今は亡きかつての共同経営者マーレイの亡霊が現れ、金銭欲にまみれた人間には悲惨な運命が待っていると告げます。更に、過去、現在、未来の精霊が出現し生き方を問いかけるのですが……。この小説が生まれた1843年当時クリスマスを祝う風習はすたれてしまい、見事によみがえらせたのがディケンズのこの『クリスマスキャロル』だそうです。街の賑わいや人々の浮き立つ心の描写は華やかな気持ちになります。

やがて冷徹だったスクルージが人間らしい優しさを取り戻し、街の人々に「クリスマスおめでとう」と言葉をかけるシーンは満ち足りた心の表れです。一人の人間が記憶から忘れ去られていた友人マーレイによって救われた物語です。

(岩波書店)

『食べてキレイ。』(園山真希絵)

大久保美玲

ダイエットというと、苦しい・つらい・我慢などのイメージが付きまといます。今流行の「糖質制限ダイエット」も炭水化物やお菓子を我慢するというイメージが強く、考えただけでストレスがたまります。そんなダイエットのイメージを180度変えてくれるのがこの本。食べるのを我慢しないでよく、しかも健康的に痩せられるダイエットを提唱しています。ただし、何でもお腹いっぱい食べてOKということではなく、質の良いものをバランス良く食べることが重要。例えば油はオリーブオイルなどの良質なものを選ぶ、クリームパンとあんパンなら食物繊維が豊富な小豆を多く摂れるこしあんのあんパンを選ぶ……などの知識が満載です。年末年始のついつい食べ過ぎてしまうこの時期に是非手に取って欲しい一冊です。

(アートン新社)

