

修文大学附属図書館

図書館だより

vol.64

2024年10月発行

Contents

- コラム
「寿命三寸樂四寸」 2
- 書籍案内
「君のクイズ」 2
- 読書案内
「怒り」 3
「空飛ぶタイヤ」 3
- 新着図書案内 3
- 図書館開館カレンダー 4



コラム

「寿命三寸楽四寸」

修文大学 医療科学部／講師 松原 宏紀

まだまだ暑い日が続きますが、良好な睡眠は取れていますでしょうか。睡眠には自分に合った枕が必要ですが、枕難民と呼ばれ、枕を買い替えては、長続きせず枕コレクターとなっている方も多いようです。

今年の2月に国立循環器病研究センターから、枕に関する興味深い論文が国際学術誌に発表されました。要約しますと、高さ12cm以上の枕は脳卒中の一因である「突発性椎骨動脈解離」の発症リスクが有意に上昇し、枕の高さが高いほど患者も多いというもので、江戸時代の殿様がちょんまげを守るために高い枕を使用していたことから殿様枕症候群(Shogun pillow syndrome)と命名されました。実は、江戸時代の随筆に「寿命三寸楽四寸(長生きするなら枕の高さは9cm、楽なのは12cm)」と記載があり、高い枕の危険性は昔から認識されていたようです。最近では、スマホを睡眠前に見る方も多いと思いますが、楽に画面を見るために頭を高くして殿様枕と同じ姿勢になっていないでしょうか。特にそのまま寝てしまうと長時間の殿様枕状態となり要注意です。枕の好みは人それぞれですが、極端に高い枕は避けたいところです(寝る前スマホもやめましょう)。

突発性椎骨動脈解離:45歳以下に多く、3分の2は原因不明。

書籍案内

「君のクイズ」

小川 哲 著

修文大学 健康栄養学部／講師 水田 文

本の冒頭はクイズ番組の決勝、残りの1問で勝者が決定する場面。対戦相手の本庄絆は問題が一文字も読まれぬうちにボタンを押し解答を述べた。答えは「正解」、彼は優勝した。主人公の三島玲央を始め控室で対戦を観ていた他のクイズ出演者達はその状況に呆然とした。なぜ本庄絆は問題が読まれる前に正解することが出来たのか?主人公はもちろんクイズ出演者達は番組がヤラセをしているのではないかと疑問を募らせていく。番組総合演出の坂田が予め問題を教えていたのではないのか。主人公は決勝の映像を本庄の事について考えながら、そして自分自身の事を思い出しながら見ていきます。クイズの問題ごとに話が進められており、出題問題から主人公がどのようにクイズの正解にたどり着いていくのか、様々な知識を覚えるきっかけやその問題にまつわる主人公のエピソードが書かれている。クイズバトルにおけるテクニックやクイズプレイヤーとして成功や挫折を思い出しながら、主人公はあることに気づきます。そして本庄絆に直接聞いてみます。果たして、本庄絆は問題を予め知っていたのでしょうか。ミステリーな部分もあり、クイズに対する奥深さを知ることが出来る1冊です。

読書案内

「怒り」

吉田 修一 著

修文大学 医療科学部 杉岡 風来

この物語は、ある八王子での夫婦殺人事件から一年後、事件の被疑者である男の手配写真とともに、犯人の捜査活動を始めるところから始まり、そんな中で、千葉・沖縄・東京の三か所に謎の男が出没します。そして警察が公開した犯人の手配写真は、その三人の男とそっくりでした。この物語から私は“人を知ることの難しさ”を感じました。愛することはできても、信じることができない、そうして疑ったことを後悔し、絶望する人間の愚かさ、虚しさ、自身への怒りなどが描かれています。

人はだれしも、疑心暗鬼に陥ったときには、他者を信じることが難しくなります。それでも誰かを信じたいと願うのは、人としての性であり、素晴らしいことなのかもしれません。

この物語は信じることの難しさや、わずかな希望を胸に生きていることの尊さを学べる物語だと私は感じました。

「空飛ぶタイヤ」

池井戸 潤 著

修文大学 健康栄養学部 小川 飛明

池井戸潤の「空飛ぶタイヤ」は、企業の不正と闘う中小企業の社長、赤松徳郎の奮闘を描いた社会派小説である。

赤松運送が直面するタイヤ脱落事故は、単なる機械故障ではなく、大企業ホープ自動車の隠蔽工作によるものと判明する。赤松の苦悩と怒り、そして真実を追求する姿勢には、正義を守ることの難しさと重要性が描かれており、深い感動を覚えた。登場人物たちのリアルな描写や、企業の内情に迫る緊張感ある展開は読者を引き込み、ページをめくる手が止まらなかった。

特に、赤松の家族や社員との絆が強調されており、人間の温かさと強さが伝わってくる。企業の倫理と責任、そして信念を持つて生きることの大切さを改めて教えてくれる一冊だった。

新着図書案内

- 心理調査と心理測定尺度／
高橋 尚也、宇井 美代子、宮本 聡介 編

サイエンス社. 2023.4 (140.7/タ)

- 人生は気分が10割／キム・ダスル 著：岡崎 暢子 訳

ダイヤモンド社. 2024.3 (159/キ)

- 超人ナイチンゲール／栗原 康 著

医学書院. 2023.11 (289.3/ワ)

- 科学的根拠に基づく最高の勉強法／安川 康介 著

KADOKAWA. 2024.2 (379.7/ヤ)

- 〈特集〉がん関連線維芽細胞CAF／
コバレントドラッグ（実験医学42(11)）

羊土社. 2024.7 (491.6/エ)

- 本当にわかる精神科の薬ははじめの一步／稲田 健 編

羊土社. 2023.4 (493.72/イ)

- プレシジョン栄養学／
小田 裕昭、田原 優、園山 慶 責任編集

建帛社. 2024.5 (498.5/エ)

- ツミデミック／一穂 ミチ 著

光文社. 2023.11 (913.6/イ)

- バリ山行／松永 K 三蔵 著

講談社. 2024.7 (913.6/マ)

図書館開館カレンダー

通常開館時間 8:30～19:30（土曜日 8:30～12:30）

短縮開館時間 9:00～16:00（土曜日 9:00～12:00）

*なお、変更する場合があります。その場合は館内の掲示でお知らせします。

	月	火	水	木	金	土	日
10 月		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

	月	火	水	木	金	土	日
12 月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23 30	24 31	25	26	27	28	29

	月	火	水	木	金	土	日
11 月					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	

休 館

短縮開館

2024年6月～2024年8月の図書館利用状況

	開館日数	入館者数	貸出数	視聴覚利用者数
6月	25日	2,061人	239冊	0人
7月	27日	2,503人	447冊	0人
8月	19日	1,233人	228冊	0人

修文大学附属図書館

〒491-0938 愛知県一宮市日光町6番地

☎ 0586-45-2101(7202)