

沙羅の樹文庫だより



梅が枝に

きるる鶯 春かけて

鳴けども いまだ

雪は ふりつつ

(古今和歌集より)

今年は寒いせいか、庭の河津桜の蕾はまだ固く開く気配がありません。と書いて今朝起きてみたら、大室高原は一面の雪! です。

間もなく昨年の震災から一年が経とうとしています。いろいろな立場の人、普通の人、大人、子ども、感じて立ち止まって、何をしたらいいんだろと、考えて、働いた人がいます。行動できない人もいます。でも風化させることだけはやめましょう。

トマトジュースがメタボにいいとの情報に、スーパーの棚がその日のうちにカラになる国、自分の中で地震を起こすのはやめて、わたしが、でなく、みんなが、みんな、を考えたいものですね。

◆2012・文庫の催し物◆

✿若葉のころのおはなし会✿

5月19日 午後5:30~7:30(大きい人向け)
20日 午前10:30~11:30(子ども向け)
(アートフェスティバル参加16~20日)

★海の日のおはなし会★

7月15日 午後5:00~7:30 伊豆高原駅・大楠木下

♥文庫開館記念子どものためのおはなし会♥

7月16日 午前10:30~12:00

♪秋の夜長のおはなし会♪

10月20日 午後5:00~7:00(おとなの人向け)

〔秋のおはなし会〕

10月21日 午前10:30~11:30(子どものための)

あとは、クリスマスおたのしみ会ね!

◆2月は通常18日(土)、19日(日)

◆3月は変則24日(土)、25日(日)

◆4月は通常14日(土)、15日(日)

◆5月は変則16日(水)~20日(日)開館

◆6月は通常16日(土)、17日(日)

◆7月は通常14日(土)、15日(日)

☆15日は夕から、海の日のおはなし会☆

海の日16日(月)は、開館記念日

◆8月は、15日(水)~19日(日)

✿夏休みロングオープン✿

《楽しんで読み聞かせ・頑張っておはなし》

おはなし・沙羅の勉強会

毎月第3土曜11:00~13:00

★若葉のころのおはなし会に向けて練習スタート。

伊豆高原の暮らしの中に生まれる身近な喜びをお伝えするコーナーを始めました。

身近な楽しいホット原稿、お待ちしております。

atsuko@big.or.jp 又は 03-3709-7840 FAX まで

連絡先：沙羅の樹文庫

話 0557-51-3737

文庫あれこれ◆立春すぎて2週間にならんとするのにまだまだ寒いですね。文庫と文庫のあいまの私ごとトピック2つ。◆①「俺おれ詐欺」にひっかかる?!: 1月下旬、台湾の旧正月休暇で里帰りの息子。但し緊急論文のまとめや国内出張で、超多忙を連発して、家族を嫁さんの実家に残して1週間で帰国したその晩おそく電話。息子の名を言って、風邪を引いたけど、遅くて病院へ行けないとか、のたまう。テレビ見ながらうつらうつらの私。今朝出て行く時言えば薬あげたのに、と言いつつ、そんなそぶりもなかったが、やっぱりよほど疲れていたかと。いつもの伝で本人に殆どしゃべらず、とにかく明日病院へいきなさい、と言うと、ぼくの携帯こわれちゃったからと仮ナンバーを伝えてくる。大事にしなさい。と切ったが、あれ、息子日本ナンバーの携帯持ってたかしら、と変な気がして、翌朝台湾の自宅にかけてみると…。そうです。私まさに「俺おれ詐欺」にひっかかる進行形。息子と娘に言われ最寄りの警察署に即電話。それから1時間後息子の名を騙る若者から電話ありましたが無事セーフ。確かに息子の名を言ったのです。全く絶妙のタイミングの電話でしたが、今回は相手に肝心なことを言わせぬ私のおしゃべりがよかったです。相手はこちらをよく調べています。ご用心を! 特に寝込みを襲われると頭ぼやけてますからね。◆②「再会50周年」: 2月2日は小学校の時転校して以来7年ぶりに夫さんと再会した記念日!! 50年経ちましたので、再会した渋谷のバスターミナルで会って(わが家は別居夫婦ですから)あの境界の飲み屋さんを3軒ほど梯子しました。この50年、色々なことがありましたが、一番上の孫もなんとか中学合格し、2週間前に5番目の孫も生まれ、無事に生かさせてもらって、と、2人で感謝の祝杯をあげました。明日はどうなるか神のみぞ知る、ですが、分をわきまえて生きて行きたいと思えます。◆坐っての仕事が多いし、家事はサボりっぱなしのメタボー直線。今回の安部川さんの自然食のおはなし、肝に銘じます。◆みなさん申告はお済みですか? 当方、いつもぎりぎり。◆今月はちょっと本買すぎちゃいました。おまけに、床暖つけっぱなしで帰り、資源の無駄もですが、電気代を見るのが恐怖。◆でも、今年は山焼きのあとが美しいですね。(西村)

伊豆高原 たより No.4

健康で、長生きしたい!

<すこやか自然食の会>も間もなく9年目に入ります。

今や日本は世界一の長寿国になりました。でも、平均寿命だけで健康状態が反映されていない。元気な百歳の人、病気で寝たきりの百歳の人と同じ百歳としてカウントされています。

高齢になれば健康な人でも 体の機能は低下します。機能が低下することと病気になることは別です。元気で百歳と寝たきりの百歳、その違いはその百年をどのように積み重ねてきたかによります。

健康でいられるか否かは、その人の食事、生活習慣次第ということになります。健康が損なわれる原因は、免疫力、自律神経、ホルモンバランスが崩れたときに起こります。病気は気が病むこと。病気にならないためには食生活(また治すためにも食事療法)が大切です。

一食という字は、人に良いと書く。

私たちが学んでいる自然食とは・・・

★自然食の三原則

- ・人間本来の適応食・・・歯は米を止めると書く。
犬歯：4、前歯：8、臼歯：20。人間は穀物野菜食。肉は穀類の1/5(週1回くらいでよい)。
- ・一物全体食・・・米は玄米、野菜は根から。葉皮。砂糖は黒糖、魚なら丸ごと食べられるもの。
- ・身土不二・・・身と土は二つとならず。

自分の住む土地でとれた旬のもの(生命力が強い)。

★副食は「まごわ、やさしいこ」

- ・ま(豆)・ご(ごま：種実類)・わ(ワカメ：海藻類)
- ・や(野菜類)・さ(魚)・し(椎茸：きのこ類)・い(芋類)
- ・こ(酵素：発酵食品)・味噌、漬物、納豆などなど

♥このように、上記のものを中心にしたレシピで、月に一回、体によい食事を作り・食べ、一ヶ月分のコミュニケーションをとっています。"同じ釜の飯を食う仲間"といった感じでしょうか。楽しいときを過ごします♥

最近お借りした本についての読後感

2012年2月16日 By 森林浴

「京都の平熱」 鷺田 清一 著 講談社社刊 2007.3

著者はこの本を序文で紹介して、「ここに生まれ育った者による『裏版206番』、つまりは平熱の京都と、そこに口を空けているさまざまな孔についてである。」と言う。206番とは、京都市内をぐるりと回遊するバス路線、まあ東京の山手線の京都版というべきか。洒脱でユーモアセンスに満ち溢れた京都育ちで京大卒の哲学者鷺田清一でなければ一寸書けないような、奥行きのある、しかし楽しい京都の裏表。「そうだ、京都行こう」と言う気にさせられる。

「獅子頭」 楊 逸 著 朝日新聞出版刊 2011.11

中国黒龍江省生れで、1987年に来日して御茶ノ水女子大を卒業した楊逸(ヤン・イー)は2008年に芥川賞を受賞、2010年から1年ほどこの小説を朝日新聞に連載した。獅子頭(シーズトオ)とは肉団子のことらしい。大連市近くの貧しい農村の次男坊が大連市の調理人になり、きれいな奥さんと一緒になり子供もできるが、ひょんなことから、料理の腕を見込まれて日本に派遣され、一流中国料理店の調理人になる。それからが波乱万丈の人生。料理店で働いていた日本人の娘に誘惑されて子供が生まれてしまって結婚する羽目になり、中国人妻とは離婚するが、その中国人妻が日本にやって来て大いに迷い、今度は日本人妻と離婚して元の妻とよりを戻そうとするが、日本人妻との縁も切れず、一方中国人妻の方は新しい恋人をみつけたらしい、という或る意味ではまことに馬鹿正直な、愚かな男の話である。

獅子頭(シーズトオ)を始め、旨そうな中国料理の話がいっぱい出てきて、読んでいて涎を垂らしそうになる。

日本語がちよっとおかしいところがあるが、それはご愛嬌。



「日本人の戦争」 ドナルド・キーン著 角地幸男訳 文春文庫 2011年11月刊

日本の文学を愛し日本人を熟知するアメリカ人キーンさんが、太平洋戦争中そして敗戦後の日本文学者の日記を読み抜いた記録。(キーンさんは大戦中米軍の情報将校で、日本人捕虜の日記を読んでいたらしい。今度の大地震後に日本国籍を取得して永住するという。)

高見順・山田風太郎・永井荷風・伊藤整・内田百閒・渡辺一夫・大仏次郎・海野十三・清沢洌・青野季吉・高村光太郎・野口米次郎・吉田健一・石川淳などの日記が登場するが、中でも高見順・山田風太郎の日記が一番の主役になっている。戦前・戦中の日記には驚くような記述もある。たとえば、伊藤整がヒットラーの著作を読んだ感想。「読んでみると、やっぱり、この演説をした人は天才であるとの感を深くする。人の心を把握する力は、素晴らしい。」一方で、戦争の狂乱に一切関わらなかったのは徹底的な個人主義者・永井荷風や渡辺一夫などだった。

「セピア色の映画館」 田辺 聖子著 新潮社 1999年3月刊

47ページの『しがない恋の「ヘッドライト」-フランソワーズ・アルヌール』に釣られてこの本を読み始めた。此の映画と主演のフランソワーズ・アルヌールは忘れ難い青春の記念碑、やっぱり映画は黑白映画の時代がよかった!

文庫の棚を掘りおこしてみると・・・

『ハヤ号セイ川をいく』(フィリパ=ピラス著/足沢良子訳 講談社/講談社青い鳥文庫 1984)

待ち望んだ雨上がり、夏休みのある朝、セイ川に面したデビッドの家の庭はずれの棧橋に、カヌーが流れついたことから、話は始まります。デビッドの家族は、バスの運転手のお父さんと、やさしいごくふうのお母さん、ちいさな妹と、いま海軍の兵隊で外地にいるお兄さん。デビッドは、持ち主を探して、セイ川をカヌーで上ります。さて、その先に待ち受けていたものは・・・。

『トムは真夜中の庭で』のピラスです。そのほか、『真夜中のパーティー』『まぼろしの小さい犬』『川べの小さいモグラ博士』など子どもの高学年向け読み物や、文庫本の棚にあります。シリアスでファンタジックで、ミステリアスな深い味わいをお楽しみください。高学年になったらぜひ読んでほしい本たちです。大人の人にも十分読み応えあります。『幽霊を見た10の話』も。(さ・ら)

フィクション

『鯛の記』(葉室麟著 祥伝社 11)※直木賞受賞 request 『野いばら』(梶村啓二著 日本経済新聞出版社 11)※日経小説大賞受賞・request 『眠れ、悪しき子よ 下』(丸山健二著 文藝春秋 11)※request 『星月夜』(伊集院静著 文藝春秋 11)※著者はじめての社会派推理小説 『くちびるに歌を』(中田永一著 小学館 11)※心熱くなる青春小説、中学生～大人まで 『おれたちの青空』(佐川光晴著 集英社 11)※『おれのおばさん』旅立ち編 『あかりの湖畔』(青山七恵著 中央公論新社 11) 『謎解きはディナーのあとで 2』※request 『蕪村へのタイムトンネル』(司修著 10)※request 『その名にちなんで』(ジュンパ・ラヒリ著 小川高義訳 新潮社 04)※request 『遅い男』(J・M・クッツェー著 鴻巣友季子訳 早川書房 11)※2003 ノーベル文学賞作家・南アフリカ出身 『悪い娘の悪戯』(マリオ・バルガス・リョサ著 作品社 12)※2010 年ノーベル賞作家・南米ペルー出身 『怪物はささやく』(パトリック・ネス著 あすなろ書房 11)※対象は中学生ですが、大人からの request

詩編

『眼の海』(辺見庸著 毎日新聞社 11)※高見順賞受賞

評論・エッセイ

『日中百年の群像 革命いまだならず 上下』(譚璐美著 新潮社 12) 『世界文明史の試み—神話と舞踊』(山崎正和著 中央公論新社 11)

『奇跡の教室—エチ先生と『銀の匙』の子どもたち』(伊藤氏貴著 小学館 10) 『フライングマンさんの流儀』(ローレンス・M・クラウド著 吉田三知世訳 早川書房 12) 『松井直伝』(松井直著 ミネルヴァ書房 12)

『日本脱出記』(大杉栄著 土曜社 11) 『大人の流儀 続』(伊集院静著 講談社 11)※ソフトカバー、新書サイズ

『炭鉱に生きる 新版 地の底人生記録画文集』(山本作兵衛著 講談社 11)※request 『ビッグツリー 完全版 自閉症の子、うつ 病の妻を守り抜いて』(佐々木常夫著 WAVE 出版 12)※request

『君のいない食卓』(川本三郎著 新潮社 11) 『あの人があった』(矢崎泰久著 街から舎 11) 『きなり雲』(石田千著 講談社 12) 『巴里茫茫』(北杜夫著 新潮社

11)※北さん最後のエッセイ? 『本の魔法』(司修著 白水社 11)※request 『田舎暮らしの猫 トビー・ジャグと過ごした英国の四季』(デニス・オコナー著 武田ランダムハウス・ジャパン 11)

原発関連本

『のこされた動物』(太田康介著 飛鳥新社 11)※寄贈本、家族でみよう 『検証福島原発事故・記者会見—東電・政府は何を隠したのか』(日隅一雄、木野龍逸著 岩波書店 12) 『福島第一原発 風下の村—森住卓写真集』(森住卓文・写真 扶桑社 11)

新書

『大往生したけりや医療とかかわるな』(中村仁一著 幻冬舎新書 12) 『マーラーの交響曲』(金聖響・玉木正之著 講談社現代新書 11)

文庫

『幸福論』(アラン著 神谷幹夫訳 岩波文庫) 『甘酸っぱい味』(吉田健一著 ちくま学芸文庫 12) 『一命』(滝口康彦著 講談社文庫 11) 『ビブリア古書堂の事件簿 1. 2』(三上延著 メディアワークス文庫 11) 『道』(白州正子著 新潮文庫 12)

寄贈本

井上靖著 『本覚坊遺文』『孔子』

源氏物語関連：『源氏物語一・二』（石田穰二・清水好子校注）『紫式部日記 紫式部集』（山本利達校注 新潮社）『源氏物語巻一～五』（円地文子訳 新潮文庫）『源氏に愛された女たち』（瀬戸内寂聴著 講談社α文庫）
寄贈文庫：『99 のなみだ旅』（リンだブックス編集部編 泰文堂 12）『針一本』『晩節』『東雲ノ空』（佐伯泰英著）※以上新刊ほか10 数冊文庫の棚に別置

新しく入った子どもの本 2012. 2

絵本：

『どんどこどん』（和歌山静子作 福音館書店 11）『でんぐりがえし』（ビーゲンセン作 みぞぶちまさる絵 絵本塾出版 12）※版元寄贈『せんろはつづく どこまでつづく』（鈴木まもる文絵 金の星社 11）『カエルの目だま』（日高敏隆文 大野八生絵 福音館書店 11）『じっちょりんのあるくみち』（かとうあじゅ作 文溪堂 11）『ぼうし』（井上洋介えとぶん イースト・プレス 11）『あたしおねえちゃんなの』（こがようこ文 ステイナーナ・ヴィルセン絵 クレヨンハウス 11）『まいごのまめのつる』（こだまともこ作 おりもきょうこ絵 福音館書店 11）

『エイミーとルイス』（リビー・グリーンソン ぶん フレヤ・ブラックウッドえ 角田光代やく 岩崎書店 11）『おにいちゃんがいるからね』（ウルフ・ニルソン文 エヴァ・エリクソン絵 ひしきあきらこ訳 徳間書店 11）『星どろぼう』（アンドレア・ディノト ぶん アーノルド・ローベルえ やぎたよしこやく ほるぷ出版 12 新版）『こんにちは さよならの まど』（ノートン・ジャスター文 クリス・ラシュカ絵 石津ちひろ訳 BL 出版 06）※06 コルデコット賞受賞・12 年再び受賞

ノンフィクション絵本：

『万里の長城』（加古里子文 加古里子・常嘉煌絵 福音館書店 11）『驚異の人体』（デビット・マコーレイ著 堤理華訳 ほるぷ出版 09）※子どもだけでなく大人の人にも読んでいただきたい。

読み物：

『うさぎのラジオ』（島村木綿子作 いたやさとし絵 国土社 11）

『炎路を行く者—守人作品集』（上橋菜穂子著 佐竹美保/二木真希子絵 偕成社 12）

『小さなバイキングピッケ』（ルーネル・ヨンソン作 エーヴェット・カールソン絵 石渡利康訳 評論社 11）※あのバイキングの

ピッケですよ！ 『テッドがおばあちゃんを見つけた夜』（ペグ・ケレット作 吉上恭太訳 スカイエマ絵 徳間書店 11）『そして、ぼくの旅はつづく』（サイモン・フレンチ作 野の水生訳 福音館書店 12）『鉄道きょうだい』（E. ネズビット著 中村妙子訳 教文館）『宝さがしの子どもたち』（E. ネズビット著 吉田新一訳 福音館書店 24 刷 11）★2011 刊行の絵本、読み物は、いつも活用しているお薦め本リスト（図書館の学校）を参考に選びました。

『白鳥異伝』（荻原規子著 徳間書店）※映画になった『西の善き魔女』の著者古代を舞台に勾玉をめぐる三部作（1『空色勾玉』3『薄紅天女』とこれ）が揃いました。ちょっと読みですがありますが、ヤマトタケル伝説を下敷きに日本の古代を縦横に描いた作品です。

『幽霊を見た 10 の話』（フィリパ・ピアス著 ※人の心の翳りに入り込む恐怖感を味わってみては？『トムは真夜中〜』の延長線上にあるのかもしれませんが。

『ムーミン童話集 1～6, 8』『ムーミンパパ海へいく』（トーベ・ヤンソン作 講談社）※寄贈本です。ちょっと古いけど、がんばってきれいにしました。読んでください。