千田クリニック　医師　千田　恵美

図書館展示コーナー「北上市の心づもり」の開催にあたって、私からは、宇佐美まことさんの「羊は安らかに草を食(は)み」（祥伝社）をお薦めさせていただきます。

「まあさんを連れて旅をしてもらえないか」…認知症を患った「まあさん」こと益恵(ますえ)の旦那さんのお願いから始まった、俳句仲間三人の旅。楽しい旅日記？と思い読み始めたら、頭をガツンとやられました。益恵が詠んだ俳句をたどって語られる、その壮絶かつ壮大な人生に、読む手が止まりません。益恵が60年以上語らなかった「秘密の絆」とは？人間の底力を感じさせる、珠玉の一冊です。作者の宇佐美まことさんは、愛媛県松山市在住の66歳の女性です。50歳代の遅咲きのデビューですが、なんと昼間は経理の仕事をしつつ、夜に執筆活動をしているOLと作家の二刀流なのです。ホラーやミステリーの名手でもあり、日本推理作家協会賞を受賞した「愚者の毒」や、最新刊の「誰かがジョーカーをひく」もおススメです！私は、宇佐美さんが初めてコンプリート(全作品を読破！)した作家さんでした。さあ、あなたも一緒に「宇佐美まことワールド」の沼にはまりませんか？

※　私は、「わたしのきぼうノート」の作成委員の一人として関わらせていただきました。このノートは、これまで北上市民の皆さんに大事に温められ、より進化した内容で皆さんに披露目となります。そして、このノートは、単なる「終活ノート」ではありません。皆さんが、今一度立ちどまって自分の人生について考え、これからの人生を、よりよく生きていくためのノートです。ぜひ、このノートを大切な人にも見てもらい、ご自身の想いをお伝えください。皆さんのご多幸をお祈りしております。

岩手県立中部病院　看護師　和泉安弘

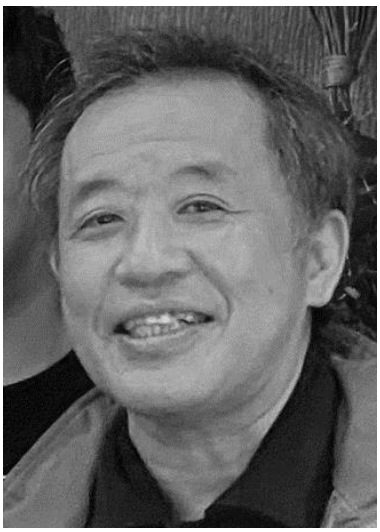
図書館展示コーナー「北上市の心づもり」の開催にあたって、私からはハイケ・フォーラさん著、ヴァレリオ・ヴィダリさんイラストの「100 年の旅」という絵本を紹介いたします。

この本は、『人生 100 年時代』の現代にあわせて執筆された絵本になります。絵本の主人公は、0 歳～99 歳まで“1 ページに 1 歳ずつ歳を重ねていく”という構成で物語が進んでいきます。皆さんがページをめくると、絵本の主人公はめくった分の歳を重ねます。絵本の中には、主人公の○○歳の時の思い出が描かれており、「小さい頃の夢」や「思春期の悩み」、「結婚・出産」や「子育て」のこと、「歳を重ねてから感じること」など様々な心情に触れることができます。読み進めていくと、思わず「そうそう！そう感じてた！」と頷きたくなるフレーズが沢山あり、思い出と共にあった感情を一緒に呼び起こしてくれる絵本です。北上市の皆様にぜひお勧めしたい 1 冊となっております。

絵本の話ではないですが、私たちは 1 年 1 年、等しく歳を重ねていきます。北上市は、もう何年も前から、「幸せに年を重ねるには？」ということを考えて続けています。市民の有志の方々が集まり作成された「わたしのきぼうノート」には、「自分らしく」「幸せに」歳を重ねていくためのお手伝いになるようにとの願いが込められています。そんな「わたしのきぼうノート」は、この度改訂することとなりました。

ぜひおすすめする絵本を読んでいただき、「わたしのきぼうノート」にも触れてみてください。絵本で思い出した大事な思い出と共に、これからの未来について、ノートにしたためてみるのもいいかもしれません。皆様の素敵な思い出が思い出されますように。

図書館展示コーナー「北上市の心づもり」の開催にあたり、私からは、 池田晶子 残酷人生論 という本を紹介いたします。



恐ろしいタイトルではありますが、人生は残酷だから〇〇して楽になりましょう、とかいう内容の本ではありません。著者の「考えるということは、残酷なことである。」という考えからのタイトルです。難解な用語を使わずに語る哲学者の本です。14 歳からの哲学という著作は、教科書にも載っており、ご存じの方もおられるかと思います。

北上市在宅医療介護連携支援センター長
北上済生会病院脳神経外科 柴内 一夫

「人は、それが何かよくわからないものを恐れる。たとえば、死。しかし、死なんてものは、よくわからないどころかまったくわからないものなのだ。まったくわからないものだということを、はっきりわかっていないから、ひとは恐れる。はっきりわかれば、恐れは消える。だから、わからないことこそくよくよと悩むのでなく、しっかりと考えるべきなのだ。もしも本当に自由でありたいのであれば。」という記載があります。ここまで透徹して考えをすすめてみたいものです。

第七章では、「人生とは魂の歩みである」という言葉を刻みます。そこでは、「 どうせ死んでしまうのに この半端な腹のくくり方が、いかに魂を堕落させることか。」と嘆きます。

そして、最終章の第八章のタイトルは、 幸福という能力 ― 「魂の私」を生きてゆく です。

「人生とは、なんぞや。

たったのひとこと、

生(ある)と死(ない)と生成(なる)」

陳腐なキャッチコピーを付けるとすれば、【ソクラテスと伴にある現代に生きた魂、池田晶子が語る人生論】なんて思い浮かびます。そもそもソクラテスの哲学は、問いを投げかけ、対話を通じながら理解を深めていくというプロセスそのものに重きを置いていました。この対話のプロセスを大事にするということは、実は、わたしのきぼうノートそのものかと思っています。

そうか、きぼうノートのこころちゃんは、ソクラテスの化身だったんだ！