

# HAMON

特集 まちライブラリー★スタッフ★に聞いてみた!!

## 10歳の「自分」にオススメしたい本



濱町美三子

★10歳の自分にオススメしたい本  
『13歳のハローワーク』

村上龍

私が13歳の時になかった！これが当時  
あったら自分の未来はどれだけ広がった  
のだろう？と考えてしまいます。



小野千佐子

★10歳の自分にオススメしたい本  
『パパラギ はじめて文明を見た南海  
の酋長ツイアビの演説集』  
エーリッヒ・ショイルマン  
あなたは数年後にこの本を読んで感動  
しますよ。世界には様々な暮らしが  
あって、価値観があることを知るきっ  
かけになります。演説集だから、ぜひ  
声に出して読んでみてね。南の島の心  
地よい風を感じつつ楽しんで！



児玉真名

★10歳の自分にオススメしたい本  
『パーティミアス』三部作  
ジョナサン・ストラウド

動物と芸術が好きなコダマです。「10歳の壁に  
ぶち当たっていたあの多感な時期に出会って  
いたらどんなに良かっただろう」と思うくらい、  
色々な鬱屈を忘れさせてくれた作品でした。当  
時の私に是非紹介してあげたかったです。



荒井伯子

★10歳の自分にオススメしたい本  
『怪談』 ラフカディオ・ハーン

実は小さい頃、怖い話は苦手で、これを読  
んでいないのです。今読むと、怖いだけで  
ない背景に引き込まれます。  
伝統芸能に興味を持つのがもうちょっとは  
やかったらよかったというちょっとした後  
悔もあって「しっかり読んどかんかい」的  
な感じです。



向祐子

★10歳の自分にオススメしたい本  
『だからあなたも生きぬいて』  
大平光代

10月から仲間に加えて頂くことになりました向（ム  
カイ）です。著者は中学生の時に酷いイジメに遭  
い、一時は荒んだ生活を送りますが、ある人との再  
会をきっかけに立ち直り、やがて難関の司法試験  
に合格します。ひたむきに努力を重ねればいつか  
でもやりなおせるということ、またイジメなど人生  
の中で理不尽な環境に置かれた時、どのように乗り  
越えていくのかを昔の自分に教えてあげたいと思  
える本でした。



野津睦美

子どもの頃から本が好き。学校の図書  
館に入り浸る小学生。

10歳の私には「手当たり次第になん  
でも読んでよし！」と伝えたい。そして  
「本ばかり読んでないで勉強もしな  
さい」と。何か少し変わっていたか  
も？という期待を込めて…。



清野志保子

★10歳の自分にオススメしたい本

『鬼滅の刃』吾峠呼世晴  
新人の清野です。十歳の私はあまり本も読まず、空想好きで絵を描いたり物語を書いてばかりいました。だから今なら「鬼滅の刃」を薦めたいです。あの頃の私ならもっと物語に入り込んで鬼のいる世界にドキドキしたでしょう。



川上律美

★10歳の自分にオススメしたい本

『だいじょうぶ だいじょうぶ』  
いとうひろし  
今では考えられないくらい、用心深く、心配性で泣き虫だった私。世の中、そんなに怖いことはなく、考えてたって仕方ないこともあるんだよ、なんとかなるから、だいじょうぶ。この絵本は大人の私をも、優しく笑顔にしてくれる。時々開きたくなる一冊です。



波々伯部恵子

★10歳の自分にオススメしたい本

『夢をかなえるゾウ』  
水野 敬也  
人を笑かすのが大好きだけど、自分に自信のない女の子、そんな私にガネーシャが関西弁で笑かしながら前を進む方法を教えてくれます！



笠松見好

★10歳の自分にオススメしたい本

『星の王子さま』 サン=テグジュペリ  
19歳で初めて読みましたが、それからずっと好きなので、小さい頃に読んでいたらどんな感想を持つのか気になります。物語は勿論、絵がとっても好きです。イメージの世界へ飛び立てる美しい1冊。



←会えたら超ラッキー!?  
月1回 激レアスタッフ

川原紗英子

★10歳の自分にオススメしたい本

『あたらしい洋食器の教科書 美術様式と世界史から楽しくわかる陶磁器の世界』  
加納 亜美子, 玄馬 絵美子  
ヨーロッパに憧れ、美味しいお菓子和可愛いものが好きだった私は、大人になっても美味しいお菓子和可愛いものが好き。10歳の私が、美しく、良いものをたくさん見て周り、唯一無二の道楽趣味人に育ちますように。

### スタッフのみなさん

アンケートご協力  
ありがとうございます

### かじランのちょこっとウィーキング講座

ウォーキングを始めたあなたにちょこっとアドバイス

あなたの家から歩いていけるポイントを探してみませんか。  
公園や神社など3km～5kmくらいで「目標」を決めると歩くことが楽しくなりますよ。少し早歩きで30分歩くとだいたい3kmくらいです。

こんなところがあったのかと途中で意外な発見がありますよ。





## オースティンは心の薬だわ ジェイン・オースティンの読書会

(アメリカ/2007) 監督：ロビン・スウィコード

まちライブラリーでもお馴染みの「読書会」がアメリカで誕生したのは、18世紀末頃のこと。「文学を読みたい」「気の合う仲間と議論したい」という女性たちのシンプルな欲求がきっかけだったという。この映画は、様々な年齢や境遇の女性5人がジェイン・オースティンの読書会に集まってくるところから物語が始まるが、そこへSFオタクの男性が参加することになり、事態は思わぬ方向へ。「男性

は自分の知識を一方向的に披露したがるから、ちょっとね」そう思っていたメンバーが彼を受け入れたのは年上の姉がいるから。

読書を通して彼らの人生がどう変わっていくのか。混乱から再生していく人間模様がユーモラスに描かれる。

多くの作品が映画化され、古典文学として世界中にファンがいるオースティン。登場する6冊を読んでもいけば、映画をより深く楽しめるに違いない。しかし、オースティン作品は「人生の最高の解毒剤」とまで言い切られるとは……。

小説の一文にドキッとしたり、好きな人にオススメ本を無理やり渡したり。そんな「本好きあるある」も散りばめられた一作。



## 私も本に救われました ガンジー島の読書会の秘密

(イギリス・フランス/2018) 監督：マイク・ニューウェル

戦後間もない1946年、ロンドン在住の作家のところへガンジー島の住民から手紙が届く。やがて彼女は戦時中に始まった読書会のエピソードを知り、彼らを訪ねることにする……。

文豪ヴィクトル・ユゴーがフランスから亡命して15年間生活を送り、名作『レ・ミゼラブル』を執筆したガンジー島。この島が第二次世界大戦中ドイツに占領されたこと、食糧不足から生まれたポテトピールパイ、読書会を立ち上げた女性、ドイツ軍から家畜を隠した島民の存

在はみな実話だが、ストーリー自体はフィクションである。

面白いのは、その読書会が誕生したきっかけだ。全く“ひよんなこと”から生まれたその会は、彼らにとってかけがえのない場所になっていく。占領下の暮らして味わう自由。同じ思いをしている仲間と語り、笑い、励まし合う時間。それらは宝石のようにキラキラしていた。ところが、作家がそれを記事にしようとしていると知ったとたん、彼らの間でうっすらと拒否反応が起き始める。

タイトルの「秘密」って何？ そこから浮き彫りにされる物語がちょっぴりミステリー仕立てで、ラブロマンスもからみつつ、戦争の傷跡がじわりと迫ってくる。人が集まると、人間関係も複雑化してしまうのは世の常。でも、心の声に耳を傾けたヒロインの勇気に乾杯！

大阪は古来『SF』の聖地だった 1  
～小松左京～

## 大阪×SF = 超オモロイ！

『大阪は古来『SF』の聖地だった』……と言うと、急に何のこっちゃとツッコミくらわされそうだけど、ほんまにそうなんよ。

大阪って、SFが超盛り上がったところ。だけど、その栄光も今や忘れられそうで、ちょっと悔しいのであります。なので、大阪っぽさがギュッとするSF的なアレコレを紹介したい。第一弾は、この人！ 小松左京！

SF御三家の筆頭として有名なこの作家。最近もちょいちょい聞きませんか？ 実はものすごい人。代表作の『日本沈没』は、日本中を驚愕させた作品。なにしろ『日本』をまるごと『沈没』させちゃうんやから。ブームに巻きおこした理由は、「本当にあるかも」と思わせる綿密な科学設定の賜物。まだ全く知られていなかったプレートテクトニ

クス理論を物語に取り入れたリアリティがものすごい！ ちなみに私の推しは田所教授。偏屈な地球物理学博士が、もーほんまに枯れオジのええアジ出してるんです！ シブい魅力がだだ洩れ！ 小野寺君も良い！

『復活の日』は、このコロナ禍で再び、一気に注目を浴びた本。『世界に謎のウィルスが広がり、南極基地以外の人間はすべて死んでしまう』という衝撃のストーリー。人間の未来を予見してた話みたいで、ちょっとコワイ。また『日本アパッチ族』。架空の大阪で、人間が鉄を食べられるように進化した話で、理不尽で笑える話かと思いきや、ちゃんといろいろ科学の裏付けアリ。

このお話、小松がSF作家になる前、ラジオが壊れてがっかりしているお嫁さんの為に、毎日15枚づつ書いてたってエピソードも。こんな優しい旦那さん、ちょっとおらんわ……好感度高い！ 生涯大阪を愛した大作家。このタイミングで読んどくべきちゃう？

ま、とにかく、大阪×SFは、間違いなく、超オモロイのです！  
(泉田理恵子)

## 日生球場があった頃 1

### もりのみやキューズモールBASE が 球場だった頃の名残を探してみませんか

いつもご利用いただいているこの施設。子どもたちが遊んでいる中央広場の芝生には、ピッチャーマウンドとホームベースが描かれていて、マスコットキャラクターも野球のユニフォームを着ています。それにも関わらず、以前、野球場だったという事をご存じない方が意外と多いことに驚きました。

日生球場の収容人数は2万人。今のドーム球場の半分以下の大きさで、今は本拠地にしていただいていた球団も存在しませんから、無理もないことだと思います。

しかし、近鉄バファローズとともに過ごしたあの懐かしい光景は、今でも私たちの心に生き続けています。球場の周りを見てみると、当時の名残が見られる場所があるので、この機会に紹介したいと思います。

まず森ノ宮駅から向かう道には、スタジアムを模った石畳が続いています。そして、入口に入らず、外側をそのまま進むと石の擁壁が見上げるほど立ち上がっています。この擁壁は当時のままで、この付近に選手の駐車場がありました。昔は選手との距離もけっこう近かったんですね！

さらに、そのまま外側の急勾配の坂を歩いて西側の入口まで



行くと、あちらこちらに電柱があります。よく見て下さい。そこに「球場前」という電柱識別番号が残っています。まさに球場があった名残です。そして、ドッグランのある入口から低い階段を上るとモールを見渡せる位置に立ちますが、この階段も当時のチケット売り場付近の様子とよく似ています。

2015年のオープニングイベントには、元近鉄バファローズの梨田昌孝さん、村上隆行さんや元阪神タイガースの真弓明信さんらがお来場されて、トークショーの後には子どもたちに囲まれて野球教室も開かれました。その時の子供たちも今は中高生に成長しているはず。そのうちの何人かはきっと甲子園を目指しているに違いありません。かつて私たちを楽しませてくれた球場は、屋上にランニングコースがあり、すぐ隣に大阪城公園、住宅街の中にあって運動を意識した施設「もりのみやキューズモールBASE」となって、買い物はもちろん、生活のベースとなって皆さんを楽しませています。

今でも近鉄バファローズファン 猛牛愛子

## 歩いて痩せたら走ってた

梶野 猛

### 第1回 はじまりは体重計

2018年6月早朝。私は「サロマ湖ウルトラマラソン」のスタート地点に立っていた。100km先のゴールを目指す制限時間13時間のマラソンがまもなく始まる。

ランニングを始めたのは4年前。その年の大阪マラソンを完走。それから3度、フルマラソンを完走したが、100kmはこの日が初めて。不安が心の中に充満する。

午前5時、スタートの号砲が鳴り響いた。

きっかけは、6年前の正月だった。私の実家で兄の家族も集まって賑やかに飲んで食べて。翌日は、妻の実家で恒例のかに鍋。ごちそうのオンパレード。その夜、酔ってご機嫌の私は、風呂上りに何気なく体重計にのってみた。82kgの表示。これまで見たことがない

数字にお正月のお酒がすっかり醒めた。

実のところ、前年の秋の健康診断で80kgは優に超えていた。だが、私は見て見ぬふり、すぐに机の一番下のキャビネットに放り込んでいたのだ。そんな私がお正月に驚いた。とにかく何とかしなければと、考えた。まず始めたのは毎日体重計にのり、記録をつけるだけのこと。情報番組で観た「のるだけダイエット」。記録をつけると体重を意識して減量できるということだ。さて、1か月後の体重は80kg。つまり2kg減。のるだけダイエットの効果？ いや、誤差の範囲内か？ この頃、自宅から駅までの往復6kmの自転車通勤を始めた。その後どうなったのか。結論を言えば、その年の年末には、なんと63kg。20キロ近い減量に大成功。いったいどんな手を使ったのか？ それはこの連載で、これから明らかに。

