

## 教員おすすめ図書コーナー推薦書

| 教 員 氏 名                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 宮田 剛志 先生                                                                                                                                 | おすすめメッセージ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p>① 図書名：自分を成長させる極意<br/>ハーバード・ビジネス・レビュー ベスト 10 選</p> <p>著 者：ピーター・F・ドラッカー他</p> <p>出版社：ダイヤモンド社                      ISBN：9784478068304</p> | <p>「そこで『妥協』してはいけない」、「自分で考えて『答え』を生み出す」、「毎日 1 時間の『大局から思考する時間』」、「『謙虚』であることの大切さを忘れない」、「なすべき貢献は何か」、「自由より『規律』が即興力を生む」、「エネルギーは『身体・感情・知性・精神』で決まる」、「質問 1『成果主義になっているか?』」、「質問 2『自分の内なる声に導かれているか?』」、「1 週間の『何時間』を優先課題に使っているか?」、「自分は『変化への対応』を面倒がっているのでは?」、「『快活な環境』は頭の働きを高める」等々は、目次にあるそれぞれの Chapter の項のタイトルの中から適宜、引用したものです。ご参考までに。なお、ハーバード・ビジネス・レビューとは、ハーバード・ビジネス・スクールの教育理念に基づいて、1922 年、同校の機関誌として創刊され、エグゼクティブに愛読されてきたマネジメント誌です（カバーより）。</p> |
| <p>② 図書名：糖毒脳</p> <p>著 者：下村健寿</p> <p>出版社：ダイヤモンド社                      ISBN：9784478121757</p>                                              | <p>「『自分は糖尿病ではないし、関係ない』、『認知症なんて、まだまだ先の話』、そう思った人こそ、ぜひ本書をお読みください。糖の影響は、早い人では 20 代から表れ始めます。…（中略）5 人に 1 人が認知症になる時代です。誰にとっても、無関係ではない話なのです。本書では、糖の影響で毒されている脳を、『糖毒脳』と名付けて、その真実に迫っていきます。…（中略）ご安心ください。予防策や改善策が、ちゃんとあります。『糖をいっさい摂るな』なんて言いません。…（中略）いつまでも冴えた頭で人生を謳歌する。そのための『知識という薬』を、皆さんにお渡しします」（下村健寿（2026:pp.2-8）『糖毒脳』ダイヤモンド社）とされておられます。ご参考までに。</p>                                                                                     |
| <p>③ 図書名：コメ危機の深層</p> <p>著 者：西川邦夫</p> <p>出版社：日経 BP マーケティング              ISBN：9784296125074</p>                                            | <p>「国民生活に大きな影響を及ぼした『令和のコメ騒動』。2024 年末以降、米価上昇は続き、翌年春には前年比 2 倍の高値を付けた。量販店の棚からコメが消え、責任を問われた政府は異例の備蓄米放出を決断した。コメはなぜ不足したのか？流通に問題はあるのか？輸入米はどうなる？構造的な問題を解き明かし、あるべき農政と『日本の主食』の将来を考える」（西川邦夫（2025）『コメ危機の深層』日経プレミアムシリーズ、裏表紙より）とされておられます。ご参考までに。</p>                                                                                                                                                                                      |