

FIND SELECT この一冊

プレゼント：
ご希望の書名を書いてメール
ぽっくすへお便りください。
抽選で今月掲載の4冊の中か
らお好きな本を1冊プレゼン
トします。メールにてのご応
募もOKです。

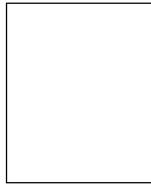
世界がキューバ医療を手本にするわけ



吉田太郎著
築地書館
定価2,000円+税

この夏上映された映画、マイケル・ムーア監督の「シッコ」では米国の医療の荒廃ぶりをキューバとの対比で描いています。米国の乳幼児の死亡率はキューバより高く、医療費もとびきり高いのに医療体制は年々悪化。対照的にキューバは、平均寿命で米国とほぼ同率、医療費はすべて無料、ワクチンや医薬品製造の高度な先端技術力、災害には数千人規模での医療団の派遣、中南米への医療援助など医療の分野では超先進国なのです。キューバ医療が世界的に注目されているのも納得です。本書はそのキューバ医療の実情を歴史的な変遷を交え、大変分りやすくレポートしています。また鍼灸や指圧などの代替医療を積極的に導入している姿も紹介しています。読めば、きっとキューバで医療を受けたくくなります。著者は農業の専門家ですが、キューバ医療の実情を日本に紹介したいという熱い思いが伝わります。是非読んでほしい、お薦めの一冊。

社会化した脳



村井俊哉著
エクスマレッジ
定価1,500円+税

近頃、場の雰囲気が察知できないと「空気が読めない」人としてコミュニケーション能力が欠如しているとみなされます。しかし場の空気を読むのが上手、下手の違いは一体どこから生まれるのでしょうか。それはひとえに人の態度、気配、顔つき等から他人の心をどう読み取るか、目線や表情という情報から総合して、相手が何を考えているかを想像する能力にかかっています。著者は臨床精神医学と行動神経学の専門医で、さまざまな心の問題が脳のどの部分の障害から起こるのか、脳画像の解析研究をしています。相手の表情から感情を推察したり信用できるかどうかを解読する「扁桃体」、人の視線だけ特別に把握する「上側頭溝周辺皮質」。ギャンブル等のリスクを制御する部位もあります。また受け取った情報から適切な行動を指示する部位が前頭野に散在しています。人とどう接していけばいいのかわからない場合にヒントをくれそうな、お薦めの一冊。

大養生の作法

人生最終章の生き方のコツ



早川一光著
角川oneテーマ21
定価686円+税

今のように、こんなにたくさんの方が超高齢期を生きただけではありません。80、90で迎えた人生の最終章を、どんなふうにするのか、多くの人は手探り状態というのが本当のところでしょう。日本人は前人未達の経験をしているのかもしれませんが。だからこそ、老いの当事者からのメッセージこそが、勇気をくれます。日野原重明医師しかり、この本の著者しかり。まして著者は、路地路地を往診に歩いて多くの人を看取ってきたわらじ医者ですから、人生の締めくくりを語るに最適です。誰もが同じように老いて死んでいくと思うのは見当違い、“人間は生きてきたように老い、老いてきたように死んでいく”という言葉が、ずしんと心に響きます。一日でも無駄にぼんやりと生きていては、大往生など望めないとすれば、最後に明るくさようならと言えるためにもしっかり生きよう、生きてもらおうと元気が出ます。待合室に置きたい一冊。

うちの親には困ったものだ

老いた親とうまくつきあう方法



バーバラ・ケイン
グレース・レボウ
共著
江口泰子訳
草思社
定価1,500円+税

子どもに対してやたら依存心が強かったり、自己中心的、異様に支配的だったりする“困った親”たち。その親が若い間はなんとかやり過ごせていても、高齢になると事態はややこしくなります。“困った親”は子どもを振り回し、子どもは心配や罪悪感と腹立ちがないうまぜになって精神的に消耗していきます。二人の著者はアメリカで活躍する臨床ソーシャルワーカー。高齢者とその家族を対象にカウンセリングやケアマネジメントなどの支援組織を25年にわたって運営しています。豊富な事例は、日本でも思い当たることばかり。これはうちの親だ、と思う人は多いはず。そんな困った親への接し方に疲労困憊している人に対処法を教えてください。ここに書かれたアドバイスは“困った親”に対するだけでなく、“困った人たち”とのコミュニケーションにも活用できるでしょう。心当たりのある患者さんにも紹介してあげたい一冊です。