



岩尾さんの読書DATA

1『ファーストクラスに乗る人のシンプルな習慣』

美月あきこ著
著者が出演するFM番組を聴いたのがきっかけ。姿勢、顔、声で作られる「第二印象」を意識したら、患者との関係も良好に

2『超訳ニーチェの言葉』

ニーチェ著 白取春彦訳
ニーチェの著作から人生訓を抜粋。「人間関係に悩んだとき手に取る。適当に開いたページを拾い読みすること」

3『断捨離のすすめ』

やましたひでこ監修 川畑のぶこ著
「実際に『断捨離』を実行したら部屋がスッキリ。時間の使い方が上手になり、人間関係の風通しも良くなってびっくり」

4『日本人の知らない日本語』

蛇蔵&海野風子著

5『涙』

乃南アサ著

6 一週間に2冊

7 通勤電車の中、寝る前、休日の日中

1 仕事で役立った本

2 自分史上最高の本

3 2010年に読んで良かった本

4 笑える本 5 泣ける本

6 一週間で読む冊数

7 一日の読書タイム

渡辺さんの読書DATA

1『人生論』

D.カーネギー著 山口博、香山品訳
営業事務として取引先や社内での人間関係に悩んでいたとき、知人が譲ってくれた。「悲観的に物事をとらえることが減りました」

『人生論』の表紙

2『道ありき』

三浦綾子著
肺結核の闘病生活を描いた自伝的小説。「私も子宮筋腫で悩んでいた頃、この本に勇気をもらいました」

3『木のいのち 木のこころ』

西岡常一、小川三夫、塩野米松著
「法隆寺の宮大工が木や人の育て方を語ったもの。現代人が忘れてしまった『日本人らしい生き方』を教えてください」

4『ひかりのあめふるしま 屋久島』

田口ランディ著

5『こころの手足』

中村久子著

6 一週間に1冊

7 通勤電車の中、寝る前

仕事や資格など 堅めな本は中に



好きな本、かわいい本は飾る

ディノスで購入した棚。友人にプレゼントすることもあるかわいい表紙の本を飾り、仕事関係の本は中に隠して収納(上)

気になる雑誌記事は切り抜いて保存

参考になった雑誌の記事や広告は切り抜いてノートにスクラップ。本の中で印象に残ったフレーズを書き留めておくノート(右)も

満員電車の中でも 蛍光ペンを引く!

バッグには常に蛍光ペンを入れて「役立ちそう」と思った部分をチェック。線を引くことで頭に入りやすくなる

臨床検査技師

人生の指南役として本を活用 気になる個所はペンでチェック!

岩尾 舞さん(28歳・医療・ひとり暮らし)

仕事でもプライベートでも、迷ったときは「本に教えてもらう」という岩尾舞さん。患者に安心感を持ってもらうには、と考えて手に取ったのが『ファーストクラスに

乗る人のシンプルな習慣』。同書を参考に勤務中の姿勢や表情、話し方を意識したところ、患者から指名され、上司から大切な仕事を任される機会が増えたそう。内容が頭に入るようにペンを引き、気になる文章を書き写すなどの工夫も欠かさない。



本とは?
身近にあり、自分を導いてくれる、道しるべのような存在



2つの棚を使い分け
部屋の向かい側には、プライベート用の本を入れるもう一つの棚が。すでに不要な本を20~30冊「断捨離」したのでスッキリしている

通勤中に読む本

坂東眞理子さんの『女性の幸福 仕事編』。『女性の品格』が良かったので気になって。働く女性として参考になる部分が多いです」

営業事務

好きな本が詰まった実家の本棚 何度も読み、作品世界に入り込む

渡辺 絵美さん(33歳・商社・ひとり暮らし)

三浦綾子作品が ぎゅっ!

10代で『塩狩峠』を読んで感動して以来、「最も好きな作家」という三浦綾子さんの作品が並ぶ実家の本棚。文庫は前後2列に重ねて収納



単行本は旅関係が多い

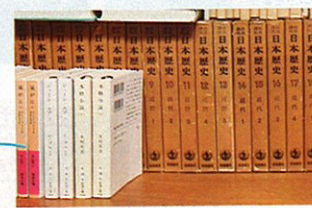


本のタイトル&フレーズを記録

読んだ本や好きな文章を記録。現在までに423冊を読破! 最初はノートに手書きしていたが、現在はExcelで管理

「人の作家、一つの作品を深く掘り下げて読むタイプ」という渡辺絵美さん。高校時代からつけているという読書記録には、タイトルや著者、読んだ日付に加え

て、面白かった本に印が付いている。最も好きな作家である三浦綾子さんをはじめ、写真家の星野道夫さんや冒険家の植村直己さんの著作はほぼ網羅。実家の本棚に保管し、読み返す。「同じ本でも、10年前と今では感じ方が違う。読むたびに新しい発見があります」



大好きな歴史の 専門書も!

大学では考古学専攻だった渡辺さん。「日本歴史」全集は中学時代に古書店で見つけ、誕生日に買ってもらった思い出の本

通勤中に読む本

カバーの中身は、一番の愛読書『道ありき』の第2部。「この本を読むのは3回目ですが、何度読んでも新たな感動があります」

本とは?
自分では味わえない、様々な生き方を疑似体験させてくれるもの

愛読書は何? 本の整頓方法は?

本棚を見れば、その人の趣味や嗜好は一目瞭然! 異なる職種で働く「本好き」読者4人の本棚を拝見し、本の選び方や仕事の参考になった本、最も感銘を受けた本などについて聞きました

働き女子のリアル本棚、拝見します!