

No.20161109-001

제목: 은백의 도망자

저자: 치넨 미키토

페이지수: 334

장르: 소설

출간일: 2016년 06월 23일



<내용소개>

은백색의 눈동자를 지닌 존재들을 둘러싸고 펼쳐지는, 노련한 필력의 서스펜스 소설

2011년 작가로 데뷔한 이후 의사나 병원을 주 소재로 삼은 미스터리 작품들을 연이어 발표해 온 치넨 미키토의 신간으로서, SF요소를 강화한 작품이다. 이 작품에서 저자는 허구의 전염병이 기승을 부리는 공간으로 독자들을 안내한다.

병원의 심야 응급실에서 근무하는 의사 '미사토 준야'. 어느 날, 그의 앞에 은백색의 눈동자를 가진 미소녀 '유우'가 미사토에게 지명 진료를 요청한다. 유우는 대뜸 미사토에게 "당신도 발리언트 (Valiant)가 아니냐"며 강하게 몰아붙인다. 힘세고 용맹스런 무사를 뜻하는 단어 발리언트(Valiant)라는 이름으로 불리는 사람들은, 치사율이 95%나 되는 미지의 전염병 <도널드 윌러 증후군(DOMS)>을 이겨내고 살아난 사람들로 은색의 눈동자와 맹수처럼 초인적인 힘을 가진 야행성 신체를 갖고 있다. 대다수의 평범한 사람들은 발리언트를 드라큘라병 환자라 칭하며 경계하고, 어떤 사건을 계기로 발리언트들은 사회에서 격리돼 '휴식의 숲'에서 살게 된다.

그로부터 4년 후, 휴식의 숲에서 탈출한 유우는 자신의 정체를 교묘히 숨기고 살아온 미사토를 찾아낸 것이다. 발리언트라는 존재 자체에 이상할 정도의 증오를 갖고 있는 형사 '모리'의 추적에 쫓기던 유우는 반정부조직이 꾸미는 모종의 계획을 알게 되고, 이를 미사토에게 밝히려 한 것이다. 둘의 만남은 인간과 발리언트 모두의 미래를 쥐고 있는 새로운 사건으로 이어지게 된다.

이 작품에서는 정체불명의 병과 그 후유증으로 생겨나는 사회문제들을 현실적으로 표현했다. 형사, 감염자들, 테러 주모자, 내각총리대신 등 인물들의 스케일도 점점 커진다. 주인공인 미사토의 관점에만 의존하지 않고, 시점을 바꿔가며 전체 인물의 내면을 묘사하고 있다. 속도감 있게 전개 되면서도 독자를 이탈시키거나 주제가 흐려지지 않는 것은 작가의 뛰어난 필력 덕분일 것이다. 개성적인 캐릭터들은 불필요한 혼란을 야기하지 않고, 독자들을 서스펜스에 집중시킨다. 등장인물들의 생각과 행동을 통해 독자가 얻은 정보들은 클라이막스에서 자연스럽게 합쳐진다. 그리고 결말에 깜짝 반전을 넣기 보다는 진상을 밝힘으로써 누군가는 구원을 얻고 누군가는 파멸하게 되는 상황을 그려내는 데 주목했다. 트릭과 복선을 애매하게 숨겨 두 세 번씩 같은 곳을 읽으며 해매게 만드는 어수룩함을 찾아볼 수 없는 글이다. 금세 스토리에 몰입해 손에 땀을 쥐게 하고,

따분함을 날려줄 작품이다.

<저자소개>

치넨 미키토

1978 년 오키나와에서 태어났다. 2011 년 제 4 회 장미마을 후쿠야마 미스터리문학 신인상을 수상하며 작가로서 데뷔하였다. 《성형외과(改貌屋)》, 《가면병동》, 《친절한 사신을 기르는 법》, 〈아메쿠 타카오의 추리 카르테〉시리즈, 〈미키 클리닉에서 건배를〉시리즈 등의 작품이 있다.

No.20161109-002

제목: 토요일은 카페 티볼리에서

저자: 우치야마 준

페이지수: 316

장르: 소설

출간일: 2016년 05월 30일



<내용소개>

신비로운 '카페 티볼리'에서, 안데르센의 동화를 닮은 수수께끼들이 차례로 해결된다

아동서적 출판사에서 근무하는 '카이'는 고향 술친구의 소개로 '카페 티볼리'를 알게 된다. 카페 이름이 쓰여진 작은 금색 플레이트가 달려있는 문 기둥, 철문을 열면 나타나는 커다란 분수, 구불구불 뿔꽃 나무가 이어지는 광경. 공원처럼 잘 꾸며진 곳을 지나가면 북유럽풍 건물 한 채가 나온다. 옅은 복숭아색의 아름다운 타일과 푸른 지붕, 회색 창틀, 세밀한 조각들이 새겨진 반원형 팀파눔의 상부에 만들어진 오크 재질의 문. 카이는 헨젤과 그레텔이 발견한 과자의 집처럼 생긴 카페 티볼리에 매료되고 단골손님으로 자리잡는다. 그 곳의 주인인 '렌'은 놀랍게도 고등학생에 독실한 기독교 신자다. 평일에는 학교에 가야 하고, 기독교의 안식일인 일요일에는 상업 활동을 하지 않기 때문에 '카페 티볼리'는 토요일에만 주1일 영업을 한다. 자택 부지 한 쪽에 세운 카페라니, 부유한 데다가 성적도 우수한 명문고 재학생 렌의 정체는 다소 아리송하다.

맛있는 음식과 따스하고 부드러운 서비스를 제공하며 누구든 느긋하게 쉬어갈 수 있는 카페 티볼리에는 카이를 비롯해 단골손님들이 여럿 생겨난다. 마음이 풀어진 단골손님들은 자기 주변에서 일어난 수수께끼를 하나 둘 이야기하기 시작하고, 그 수수께끼는 안락의자 명탐정이 풀어나간다. 하지만 마지막에 모든 것을 해결하는 사람은 '안데르센'이다. 수수께끼와 4 편의 이야기의 제목이 안데르센의 동화 <성냥팔이 소녀>, <미운 오리 새끼>, <인어공주>, <눈의 여왕>을 연상시키는 것도 이 때문이다. 각 편은 모두 별개의 스토리처럼 진행되지만 마지막 <카이와 눈의 여왕>편에서는 앞선 수수께끼들이 하나로 이어지는 의외의 전개가 기다리고 있다.

사실 카이는 가족들과 사는 것이 불편해서 출퇴근 시간을 핑계로 독립해 자취생활을 하고 있고, 카페 티볼리아말로 자신이 편하게 있을 장소라고 여겨 자주 찾아오게 된다. 그리고 주인인 렌, 직원 시계를 비롯해 다른 단골 손님들과 관계를 만들어나가면서 자기 가족들을 되돌아보고 생각을 바꾸게 된다. 카이의 일족은 여러 가지 문제를 안고 있었지만, 수수께끼 풀이를 통해 오해도 같이 풀려나간다. 이 소설의 핵심은 카이를 통한 '가족의 인연 회복'으로도 볼 수 있다.

티볼리에서는 “여러분, 휘게(HYGGE) 시간입니다.”라는 멘트를 시작으로 수수께끼의 진실이 드러난다. 참고로 휘게는 덴마크어로 ‘유유자적, 편한 분위기’라는 의미다. 소소한 재미를 느끼며 부담 없는 휴식을 취하고 싶을 때, 이 책을 통해 카페 티볼리를 방문하여 잠시나마 ‘휘게’를 즐겨 보도록 하자.

<목차소개>

성냥 켜는 소녀 / 아름다운 오리 새끼 / 안데르센의 공주님 / 카이와 눈의 여왕

<저자소개>

우치야마 준

1963년 가나가와 현에서 태어났으며 릿쿄대학을 졸업했다. 2014년 《B하나부사에 어서오세요》로 제24회 아유카와 데쓰야 상을 수상하며 데뷔하였다. 개성적인 캐릭터와 경쾌한 대화로 기분이 좋아지는 작품세계를 매력적으로 선보이는 신예다.

No.20161109-003

제목: 잡담의 세렌디피티

저자: 도마야 시게히코

페이지수: 221

장르: 언어학, 자기계발

출간일: 2016년 06월 02일



<내용소개>

새로운 것을 발견하는 '잡담 기술'을 통해 시각적 사고에서 '청각적 사고'로 전환한다

일본의 영문학자이자 언어학자인 도야마 시게히코는 201만부를 돌파한 저서 《난독(亂讀)의 세렌디피티》에서, 책이 더 이상 귀하지 않은 시대이므로 닥치는 대로 다양한 분야의 책을 빠르게 읽는 '난독(亂讀)'을 주장했다. 이번에는 그 속편 《난담(亂談)의 세렌디피티》에서 혼자가 아닌 동료와, 책이 아닌 대화와 잡담을 통해 세렌디피티를 추천한다. '난담(亂談)'은 저자 도마야 시게히코가 잡담을 통한 '청각적 사고'의 중요성을 강조하고자 만들어낸 용어다. 글과 책을 통해 생각하는 '시각적 사고'가 말하고 들으며 생각하는 '청각적 사고'보다 훨씬 지적인 활동이라는 통념은 근대에 생겨난 미신이며 이제는 타파해야 할 대상이라고 지목한다. 문자와 기록을 눈으로 읽으며 홀로 고찰하는 방식은 일본 학문의 근간이 되어왔지만, 주관적으로 변질 되기 쉽고 고정된 틀에 갇히기 쉽다는 약점이 있기 때문이다.

세렌디피티란 완전한 우연 속에서 이뤄지는 중대한 발견이나 발명을 지칭한다. 이는 과학분야에서만 통용되는 것이 아니며, 문과 계열에서도 얼마든지 일어날 수 있다. 저자는 세렌디피티로 이어지는 효과적인 '잡담 기술'을 자신의 경험과 지식에 기반해 설명한다.

난담은 4,5인 이상의 동료를 필요로 한다. 이야기가 조리 있게 진행되면 오히려 얻을 것이 없어 곤란해진다. 같은 생각과 가치관을 가진 사람들과 백날 토론해봤자 항상 같은 결론으로 귀결된다. 주제가 마구 뒤섞이고 요점을 딱딱 짚어내기 어려워야 재미 있고 유익한 난담을 경험할 수 있다. 또한 새로운 책과 지식을 머리 속에 넣는 것만으로는 새로운 가치를 이끌어낼 수 없다. 활발한 토론 즉 난담 속에서는 비로소 뛰어난 지혜를 얻을 기회가 만들어진다. 난독을 하되 이해되지 않는 부분은 건너뛰고 흥미로운 부분에 집중하며 책에 쓰여 있지 않은 것을 생각해 볼 것, 1인의 한계를 인정하고 자신과 다른 분야에서 다른 관점으로 살아온 사람들의 의견을 포용해 볼 것, 브레인스토밍을 통해 창의적인 난담의 조건을 충족할 것, 전문 분야라는 영역에 갇히지 말 것, 조화로운 경쟁을 목표로 할 것 등 난담의 개념과 기술이 총 21개의 항목으로 정리되어 있으므로 참고하도록 하자.

글자로 대표되는 '시각'의 속박에서 자유로워 질 수 있는 방법은 음악적, 청각적 세계를 의식하

며 사고 영역을 확장해 나가는 것이다. <지(知)의 거성> 도야마 시게히코가 인도하는 난담의 길은 새로운 문화를 발견하고 아이디어를 이끌어내며 창조력의 원점으로 나아가는 힌트를 제공할 것이다.

<목차소개>

서장: 눈의 사고·귀의 사고

1. 난담(亂談) / 2. 세렌디피티 / 3. 난독(亂讀)의 세렌디피티 / 4. 담소의 훌륭함 / 5. 삼인회 / 6. 월광회 / 7. 문수보살의 지혜 / 8. 탈선 / 9. 오월동주 / 10. 브레인 스토밍 / 11. 전문분야를 초월하다 / 12. 촉발 / 13. 경쟁 / 14. 난조 등

<저자소개>

도마야 시게히코

오차노미즈여자대학 명예교수. 1923년 아이치 현에서 태어났으며 도쿄문리과대학(현: 츠크바대학) 영문학과를 졸업했다. 잡지 《영어청년》편집, 도쿄교육대학 조교수, 오차노미즈여자대학 교수, 쇼와여자대학 교수를 거쳐 현직을 맡고 있다(문학박사). 영문학뿐만 아니라 사고, 일본어론 등 다양한 분야에서 창작 집필 활동을 이어오며 <지(知)의 거인>이라 불린다. 저서로는 약 30년간 베스트셀러인 《사고의 정리학》를 비롯해 《지적 창조력의 힌트》, 《일본어 논리》등 다수가 있다. 전작 《난독(亂讀)의 세렌디피티》는 많은 지(知) 탐구자의 지지를 얻었다.

No.20161109-004

제목: 멍 때리기 효과: 번뜩이는 아이디어로 이어지는 긍정적인 멍 때리기의
기술

저자: 스가와라 요헤이

페이지수: 208

장르: 자기계발

출간일: 2016년 10월 20일



<내용소개>

생각을 바로 실천에 옮기는 방법, 번뜩이는 영감을 손에 넣을 수 있는 법칙

당신은 일상에서 다음 중 어떤 행동을 하고 있는지 체크해 보자.

- 인터넷에서 타인이 내용을 정리해 둔 기사를 꼼꼼히 찾아 읽으며 머리에 넣으려고 노력한다
- 새로운 것을 배울 때에는 입문편부터 시작해야 마음이 놓인다
- 트러블이 발생하거나 긴급 대처가 필요한 상황에서는 반드시 차분히 가라 앉힌 다음 생각을 하려 한다
- 익숙한 장소를 벗어나 카페 등 낯선 장소에 가야 작업이 잘 된다고 느껴진다
- 다양한 생각을 얻기 위해서 다른 사람들과 꼭 의논을 거친다.

이 다섯 가지 행동은 모두 NG다. 이 책의 저자는, 번뜩이는 아이디어를 얻고 싶다면 앞서 열거한 행동들은 최대한 피할 것을 조언한다.

떨어지는 사과를 보고 만유인력의 법칙을 발견한 과학자 뉴턴처럼, 위대한 발견은 의외의 순간에 찾아온다. 작업실에서 한창 몰두하고 있을 때보다 별 생각 없이 TV를 보거나 주위를 관찰하던 중 아이디어가 떠올랐다던 수많은 창작가와 과학자들의 사례를 익히 들어왔다. 뉴턴 수준의 발견은 아니더라도, 평범한 우리에게도 자신에게 주어진 과제를 돌파해낼 수 있는 멋진 아이디어가 절실하다. 각자의 분야에서 새로운 가치를 창출한 사람들의 공통 법칙은 다음과 같다. 1) '깨달음'을 만들 것. 2) 멍하게 있을 것. 3) 자신을 외부에서 바라볼 것. 이 세 가지 법칙은 인간의 뇌에 자극을 주고 '번뜩임'을 만들어낼 수 있다. 이 타이틀에서는 뇌 재활기능을 전공하고 작업요법사로 활동해온 저자는 이 책을 통해 세 가지 법칙의 올바른 실천 방법을 알려준다.

서장과 1장에서는 '멍함'이 아이디어 발상에 중요한 이유와 뇌의 메커니즘에 대해 설명한다. 2장에서는 본격적으로 첫 번째 법칙인 깨달음 만들기에 들어간다. 여기서 깨달음이란, 누군가의 가르침이나 지시 없이 자기 내면에서 발생한 발견과 순간적인 번뜩임, 기존 해석과 이해의 변화를

가리킨다. 3장에서는 아이디어를 끌어내는 긍정적인 '명함'의 실천 방법을 소개한다. 4장은 자기 자신을 객관화하여 외부에서 바라볼 수 있는 메타인지에 관련된 내용이며, 마지막 5장은 본인뿐 아니라 상대방의 번뜩임까지 끌어내며 팀의 성과를 높일 수 있는 방법까지 다룬다.

세 가지 법칙을 하나씩 이해한 뒤 실천을 반복하며 습관을 들이면, 충분히 휴식을 취하지 못한 상태에서도 번뜩이는 아이디어를 떠올리는 능력자가 될 수 있다. 스스로 업무 스케줄을 조정할 수 있는 사람, 책상에 앉아 있는 시간에 비해 그렇다 할 결과를 만들어내지 못하던 사람 모두 실생활에서 유용할 내용이다.

<목차소개>

서장: 아이디어는 '기억의 정리'에서 생겨난다

제 1장: 번뜩이는 발상은 재능과 우연이 아닌 '기술'

제 2장: 번뜩이기 위해서는 '인식'이 필요

제 3장: 그저 멍하니 있는 것만으로는 떠오르지 않는다

제 4장: '메타 인지' 자신의 외부에서 보면 순간적으로 떠오른다

제 5장: 일의 성공에는 상대방의 번뜩임이 필수

<저자소개>

스가와라 요헤이

작업요법사. (주)유크로니아 대표.

1978년 아오모리 현에서 태어났으며 국제의료복지대학을 졸업하고 작업요법사 면허를 취득했다. 민간병원 정신과 근무를 거쳐 국립병원기구에서 뇌의 재활을 돕는 일을 맡았으며, 이후 뇌 기능을 활용한 인재개발을 비즈니스 플랜으로 삼고 '유크로니아 주식회사'를 설립했다. 현재 도쿄에 위치한 베슬리 클리닉에서 외래를 담당하는 한편 전국에서 기업연수를 전개하며 미디어의 주목을 받고 있다. 저서로는 13만부를 돌파한 《굿바이, 나른함(무기력의(당신의 인생을 바꿀 수면의 법칙))》을 비롯해 《바로 해낸다! 행동력을 높이는 과학적인 방법》, 《즉흥적으로 행동해버리는 뇌, 너무 생각이 많아 행동하지 못하는 뇌》등이 있다.

No.20161109-005

제목: 7가지 색깔로 보는 건강 야채 도감

저자: 우에키 요시에

페이지수: 111

장르: 건강, 요리

출간일: 2016년 10월 06일



<내용소개>

7가지 빛깔의 야채를 보기 쉽게, 알기 쉽게 소개하는 간편 도감

야채가 색깔 별로 조금씩 다른 효능을 갖고 있다는 사실은 이미 널리 알려져 있다. 이 책은 자칭 '야채 오타쿠'인 일러스트레이터가 각종 야채를 7가지 색깔로 분류하고 소개하는 간편 도감이 다. 토마토·고추 등의 붉은색, 호박·당근 등의 주황색, 옥수수·고구마·생강 등의 노란색, 가지·적색 양배추 등의 자주색, 콩·양상추·오이·시금치·파 등 야채에 가장 흔한 녹색, 무·감자·양파·버섯 등의 흰색, 흑깨·서리태·우엉 등의 검은색에 이르기까지 잘 알려진 것들을 비롯해 아직 생소한 야채까지 폭넓게 다루었다. 국내외 품종의 이름과 특징이 대부분의 비중을 차지하며 상세하게 설명되어 있을 뿐 아니라, 매일의 식사와 아이들 도시락에 응용할 수 있는 레시피, 요리를 더 먹음직스럽게 연출할 수 있는 실용적인 비결도 보기 쉽게 그려져 있다. 중간중간에는 복숭아색·청색·갈색 등 7가지 색상에 넣기엔 다소 애매한 컬러, 야채를 이용한 놀이 방법과 일상 속에서 색상을 조합하고 활용하는 방법 등 유용한 팁들이 삽입되어 있으므로 참고하면 좋다.

귀엽고 컬러풀한 그림을 통해 야채들의 새로운 면모를 전하는 책이다. 더욱 즐겁고 재미 있게 야채를 섭취할 수 있게 만들어 줄 것이다.

<본문 이미지>





<목차소개>

- color01 붉은색 야채 - 꼬임에 넘어가 영겁결에 손을 댄다
- color02 주황색 야채 - 마치 태양같이 에너지를 준다
- color03 황색 야채 - 승부처에는 빠질 수 없다
- color04 자색 야채 - 귀부인들의 아름다움을 제어한다
- color05 녹색 야채 - 키친에서 삼림욕!?
- color06 백색 야채 - 백의의 천사가 건강을 지킨다
- color07 검은색 야채 - 요리를 긴장시키고 속인다

<저자소개>

우에키 요시에

도치기 현에서 태어났으며 여자미술단기대학을 졸업했다. 야채와 베레모, 안경을 사랑하는 두 아이의 어머니다. 그래픽디자이너를 거쳐 일러스트레이터가 되었다. 밝은 색조에 귀여운 터치가 특기이며 삽화와 장정그림, 그림책 등을 통해 활동 중이다.

No.20161109-006

제목: 2시간만에 다시 배우는 <물리>

저자: 사마키 다케오

페이지수: 272

장르: 과학 교양

출간일: 2015년 06월 12일



<내용소개>

어렵기만 하던 물리학, 지루함도 어려움도 없이 2시간만에 예습·복습을 끝낸다

물리는 모든 사물의 움직임과 방식을 연구하는 학문이자 자연과학의 기본이다. 하지만 대부분의 사람들은 어마어마한 심리적 거리감을 느낀다. 설명을 들어도 잘 이해가 되지 않는다, 무슨 말인지 모르겠고 잠만 온다, 인생에는 별 도움이 안 된다 등 '물리'에 실례인 말들을 아무렇지 않게 한다. 특히 수능 위주로 교과가 진행되는 한국의 고등학교에서는 물리의 입지가 더욱 좁아진다. 수능에서 과학탐구 과목을 선택하지 않아도 되는 인문계 학생들은 과학과목을 배제하다시피 하고, 이과계열 학생들은 조금 더 점수를 얻기 쉬운 생명과학이나 지구과학에 몰린다.

이 책은 기초 물리학을 단 2시간 만에 예습·복습할 수 있다고 자신 있게 선언한다. 눈에 보이지 않는 추상적인 개념과 부분이 많아서 단번에 정리하기 어려운 학문이지만 여기서는 기본 흐름을 최대한 살려 설명한다. 본문은 총 5장으로 구성되어 있다. 사물의 운동과 힘의 법칙을 소개하는 1장은 속도와 등속직선운동, 가속도와 등가속도직선운동, 작용 반작용의 법칙 등 중학교에서 배운 역학의 기초에 해당하므로 확실히 넘기며 읽으면 된다. 2장은 일-열-에너지의 관계에 집중한다. 일, 운동에너지, 위치에너지, 역학적 에너지, 열과 온도 등의 개념을 하나씩 설명한다. 3장은 파(波)와 음(音)의 성질에 대한 내용으로 횡파와 종파, 파의 반사, 음의 전달 방식, 진동 등에 대하여 배울 수 있다. 4장의 주제는 '전기'로서 전류와 전자, 회로의 전류·전압·저항, 전력과 전력량, 모터와 발전기의 구조 등을 다룬다. 마지막 5장에서는 에너지의 종류를 재정리하며 에너지 보존의 법칙, 에너지 자원과 발전 방법, 재생가능한 에너지의 구조와 장단점, 방사선과 원자력의 이용 방법에 대해 해설하며 끝맺는다. 수식도 많이 나오지만 구조 이미지와 친절한 설명을 통해 독자들이 차근차근 개념을 이해하며 따라올 수 있도록 배려하고 있다. 과학교육을 전공하고 26년간 중·고교 교단을 거쳐 대학 교수로 재직하며 여러 종류의 교과서 집필에도 참여한 저자의 지식과 노하우가 빛을 발한다.

까다롭고 방대한 분야를 핵심만 뽑아 간결하게 전하는 <2시간만에 다시 배울 수 있는>시리즈에는 세계사, 일본사, 일본문학사, 일본 전국시대, 중학교 이과 등의 주제가 있다. 그 중 물리는 제일 어렵지만 국적이나 연령대, 전공에 상관없이 접할 수 있는 보편적인 주제이다. 사람들이 잘

찾아내지 못할 뿐, 일상 곳곳에 물리학적 내용이 숨겨져 있기 때문이다. 지루할 틈 없이 술술 읽히는 이 책을 통해 물리의 기초를 다진 뒤에는 더 넓은 세상을 바라볼 수 있을 것이다.

<목차소개>

제 1장: 사물의 운동과 힘의 법칙

(직선운동의 세계 / 힘은 어떤 것이며, 어떻게 작용하는 것일까? / 운동의 법칙은 어떤 것일까?)

제 2장: 일·열·에너지 사이에는 어떤 관계가 있을까?

(일도 에너지도 열도 같은 <줄(J)>이라는 단위를 사용한다! / 위치 에너지란 무엇? / 역학적 에너지란 무엇? 등)

제 3장: 주변의 파(波)와 음(音)의 성질에 대해 알아보자

(파(波)란 무엇일까? / 음과 진동)

제 4장: 전기의 정체와 작용을 알아보자

(전기의 정체와 회로 / 회로는 어떻게 되어 있을까? / 전기의 작용)

제 5장: 에너지의 종류와 그 이용

(에너지의 변환과 보존 / 방사선과 원자력의 이용)

<저자소개>

사마키 다케오

1949년 도치기 현에서 태어났다. 치바대학 교육학부를 졸업하고 도쿄학예대학 대학원 석사 과정을 수료하였다(물리화학·과학교육). 중고교 교사로 26년간 근무한 후 교토공예섬유대학 교수, 도시샤여자대학 교수를 거쳐 2008년부터 호세이대학 생명과학부 환경응용화학과 교수, 2014년부터 호세이대학 교직과정 센터 교수를 맡고 있다. 중등 이과 교과서 《새로운 과학》에 편집위원 및 집필자로 참여했다. 《재밌어서 밤새 읽는 물리 이야기》, 《재밌어서 밤새 읽는 화학 이야기》, 《새로운 고교 화학 교과서》, 《새로운 고교 물리 교과서》, 《2시간으로 다시 배우는 중학교 이과》 등 다수의 저서·편저서가 있다.

No.20161109-007

제목: 고독은 뇌에 해롭다: 일러스트로 배우는 뇌 건강 지키기

저자: 타카시마 아키히코

페이지수: 95

장르: 건강

출간일: 2016년 08월 10일



<내용소개>

뇌가 노화하면 걸모습도 늙는다! 젊은 뇌를 더 오래 유지하기 위한 TIP을 그림으로 배워보자

나이가 들면 몸 속 장기들도 늙는다. 평균 수명 100세 시대, 누구나 질병 하나씩 안고 노년을 견뎌낸다는 '유병장수' 시대인 만큼 모든 질병에 미리 대비해야 하지만 제일 위험한 것은 치매 같은 뇌 질환이다. 한 번 발생하면 진행 속도를 늦추는 것이 최선일 뿐, 원 상태로 돌아갈 수 없기 때문이다. 인지 능력에 큰 손상을 입고 수십년의 삶을 더 살아가는 것은 본인과 가족들이 감당하기 어려운 일이다. 요즘에는 40~50대에서도 치매 환자들이 늘고 있다고 한다.

이 책은 뇌의 노화를 방지할 수 있는 방법을 그림 위주로 알기 쉽게 설명한다. 작은 노력으로 사고방식과 생활 습관을 바꾸면 100세가 되어도 머리가 맑게 살아갈 수 있는 가능성이 높아진다. 갑자기 어휘나 이름이 잘 떠오르지 않거나 어제 산 물건을 깜빡하고 오늘 또 사서 들어오는 경우, 바로 전 날 읽은 책 내용이 생각나지 않는 경우, 새로운 가전 제품의 조작법을 익히는 데 큰 어려움을 겪거나 날짜와 시간을 계속 헷갈리는 행동들은 모두 뇌가 보내오는 '노화'의 표시다. 대부분의 중년들이 자주 겪는 일이므로 건망증의 일종이라고 무심하게 넘기다가는 어느 순간 치매라는 진단을 받게 될지도 모를 일이다. 간혹 가족 중에 치매환자가 없었다며 자신만만해 하는 사람들이 있지만, 치매는 유전과 거의 관계가 없다. 그보다는 일상생활에서 뇌 건강에 좋지 않은 습관을 고치지 않는 것이 발병 가능성을 높이는 역할을 한다.

본문은 총 5개 장으로 구성되어 있으며 각 항목은 2페이지로 이루어져 있다. 한 페이지에는 기본 설명과 체크 포인트, 한 페이지에는 핵심 내용을 일러스트로 다시 한 번 요약한다. 1장에서는 50세 이후 혼자 사는 사람이 파트너와 동거하는 사람보다 치매에 걸리는 확률이 약 2배 높다는 점을 들며, 스트레스·우울증·고독감·비만과 당뇨병·흡연과 음주가 뇌에 악영향을 끼치고 치매 위험을 높인다는 사실을 설명한다. 2장에서는 뇌가 젊은 사람들의 특징을 알아보고, 3장에서는 왜 건망증이 뇌가 노화하고 있다는 주요 증거이며 치매 예비군이 보이는 증상에 어떤 것이 있는지 알아본다. 4장에서는 100세가 되어도 뇌 건강을 유지하는 사람들의 공통된 생활 습관을, 5장에서는 치매를 유발하기 쉬운 부정적인 생활 습관들을 상세히 소개하며 마무리한다.

뇌의 노화가 불러오는 질병, 특히 '치매'를 방지하고 생물학적 나이에 상관없이 젊은 뇌로 오래 살아갈 수 있는 방법을 친절하게 제시하는 책이다. 올바른 관련 지식을 익히고 직접 실천해 봄으로써 건강한 뇌를 얻을 수 있게 도와줄 것이다.

<목차소개>

Chapter 1. 고독은 뇌에 해롭다

(스트레스를 받으면 뇌는 점점 늙는다 / 우울증을 겪으면 치매 위험이 커진다 / 고독함을 느끼는 것은 뇌에 좋지 않다 등)

Chapter 2. 뇌가 젊은 사람과 늙은 사람은 무엇이 다를까

(나이를 먹으면 왜 건망증이 찾아지는 걸까 / 치매, 뇌에서 무엇이 벌어지고 있는 걸까/ '뇌의 쓰레기'는 누구의 뇌에나 나타난다 등)

Chapter 3. 건망증이 심한 사람은 뇌가 늙고 있다!

(건망증인 사람은 이미 뇌가 늙기 시작했다 / 어제 읽은 책의 내용이 떠오르지 않는 것은 치매 예비군 / 새로운 것을 기억할 수 없는 것은 치매의 전조 등)

Chapter 4. 100세에도 젊은 뇌를 가지는 사람은 어떤 사람?

(100세가 되어도 머리가 맑은 사람의 공통점은 무엇? / 뇌를 젊게 유지하며 오래 살기 위해서는 <위의 70% 식사> / 밖에 나가 사람들과 교류하지 않으면 뇌는 젊음을 유지할 수 없다 등)

Chapter 5. 치매가 되기 쉬운 습관에 주의 요망!

(치매가 되는 사람이 빠지기 쉬운 3가지 습관 / 전차와 차로만 이동하면 뇌의 혈류가 나빠진다/ TV를 보는 시간이 길어지면 뇌의 노화가 빨라진다 등)

<저자소개>

타카시마 아키히코

이학박사, 국립장수의료연구센터 분자기반연구부장.

1954년 나가사키 현에서 태어났으며 큐슈대학 이학부를 졸업하였다. 동 대학 이학부 대학원 생물학 연구과 석사를 수료하고 사가의과대학, 미국국립위생연구소, 미쓰비시화학생명과학 연구소 연구원 등을 거쳐 1997년부터 이화학연구소 뇌과학 종합연구센터의 알츠하이머 연구팀 리더를 맡았다. 2011년부터 현직에 재직 중이다. 지금까지 도쿄대학 농학부, 도쿄여학관 비상근 강사, 도쿄공업대학 생명이공학부, 후쿠오카대학 약학부 객원교수 등을 역임했다.

No.20161102-008

제목: 초일류 금융 애널리스트가 알려주는 일의 기술

저자: 노자키 히로나리

페이지수: 288

장르: 금융, 자기계발

출간일: 2016년 10월 27일



<내용소개>

압도적인 성과를 이뤄낸 애널리스트가 성공에 필요한 마인드와 테크닉을 밝힌다

금융 애널리스트는 정보와 싸우는 직업이다. 국내외의 경제상황과 산업, 기업별 정보를 끊임없이 수집하고 정확히 분석한다. 주식과 파생상품 등 다양한 금융상품과 시장의 관계를 분석하고 전반적인 동향과 전문 의견을 제공함으로써 회사와 고객들에게 신뢰할 만한 금융 투자 가이드 역할을 한다. 정보화 사회에 사람이 하는 일이기예 예상을 빚나가는 결과를 얻기도 하지만, 그 차이를 최소화 하는 것이 애널리스트의 본분이다.

저자는 애널리스트로서 일본 금융계에서 압도적인 성과를 이뤄냈다. 닛케이 애널리스트 은행부문 랭킹에서 11년 연속 1위를 차지하며 능력을 인정받은 인물이다. 전 세계에서 24시간 끊임없이 정보가 쏟아지는 과잉정보시대에, 필요한 자료만을 골라내어 적절한 판단을 내리는 것은 결코 쉽지 않다는 점을 감안해 보면 정말 대단한 성과다. 이 타이틀에서는 그가 장기간 명성을 지켜올 수 있었던 노하우들을 소개한다.

본문은 크게 1부와 2부로 나뉜다. 1장~3장으로 구성된 1부는 어느 업계·직종에 종사하든 유용하게 느껴질 정보로 채워져 있다. 다양한 문제 상황에 대처하는 기본 자세와 마음가짐, 보다 적은 노력으로 비교적 큰 성과를 거둘 수 있는 팁을 제시한다. 인생의 행복과 일의 관계를 다룬 1장과 판단·행동의 원칙을 논한 2장은 살아가면서 갖춰야 할 정신론적, 3장은 업무적 스킬과 관련되어 있다. 2부에서는 애널리스트로서 능력을 발휘할 수 있는 요건과 어드바이스를 제공한다. 애널리스트의 종류와 역할, 자격을 비롯해 실제 업무 내용을 생생히 전한다. 직업의 장래성과 장점 및 단점 관련 내용은 해당 직무를 꿈꾸는 이에게 큰 도움이 될 것이다. 공감능력, 문제 설정 능력, 구상력과 창조력, 행동력, 수용력, 탐험 능력을 애널리스트의 필수 능력으로 규정한다. 증권 분석, 재무분석, 기업의 가치평가 등 전문가로서 갖춰야 할 기본 소양과 발전시켜 나가야 할 역량을 설명한다. 2부는 애널리스트에게 초점이 맞춰져 있지만, 여기 등장하는 스킬들은 사실 어느 직종에나 필요한 부분이다. 자기 커리어를 계획하고 실행하는 방법, 비즈니스의 철학, 사고 방법, 시간 활용법, 메일 관리 기술, 데이터 추출 및 관리 기술, 프레젠테이션 자료 작성 방법 등 비즈니스맨이라면 귀가 솔깃할 내용이 가득하다.

본래 '일'이란 인생의 풍족함과 행복을 증가시켜주는 방향으로 가야 하지만, 현실의 우리들은 일을 버겁고 벗어나고 싶은 대상으로 받아들일 때가 더 많다. 유능한 사회 선배가 진솔하게 집필한 이 책을 통해 삶의 행복과 업무가 가까워질 수 있는 힌트를 얻어보자.

<목차소개>

프롤로그: 행복을 생각하는 애널리스트는 성공한다

제 1부: 어떤 분야에서도 일류가 될 수 있는 마인드와 테크닉

제 1장: 인생을 행복해지는 근무 방법

제 2장: 판단과 행동의 기본 원칙

제 3장: 일류라 불리는 비즈니스 스킬

제 2부: 초일류 애널리스트의 스킬과 암묵지

제 4장: 애널리스트의 ABC

제 5장: 애널리스트의 필요조건

제 6장: 애널리스트의 충분조건

제 7장: 초일류 애널리스트의 결정적인 수

에필로그

<저자소개>

노자키 히로나리

교토분쿄대학 종합사회학부 교수. 1986 년 게이오기쥬쿠대학 경제학부를 졸업하고 1991 년 예일대학 경영대학원을 수료했다. 박사(정책연구, 치바상과대학). 사이타마 은행, HSBC, 시티그룹증권 매니징 디렉터, 치바상과대학 대학원 객원교수 등을 거쳐 2015 년 4 월부터 현직에 근무하고 있다. 미국 CFA 협회 인정 증권 애널리스트, 일본증권애널리스트협회 검정 회원이다. 2010 년 닛케이 애널리스트 랭킹 종합 1 위(전체 산업), 닛케이 애널리스트 랭킹 1 위(은행 부문, 2015 년까지 11 년 연속), 인스티튜셔널 인베스터 지 1 위(은행 부문, 2013 년까지 10 년 연속)를 차지했다. 2015 년 금융심의회 전문 위원.

저서로는 《톱 애널리스트가 안내하는 금융의 구조와 이론》, 《은행》, 《바젤 III 는 일본의 금융기관을 어떻게 바꿀까(공저)》, 《은행의 죄와 벌》, 《은행의 그룹 경영(공저)》, 《글로벌 금융 시스템의 고뇌와 도전(공저)》 등이 있다.

No.20161109-009

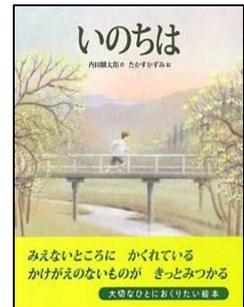
제목: 생명은 어디에 있을까요?

저자: 우치다 린타로(글), 타카스 카즈미 (그림)

페이지수: 32

장르: 아동 그림책

출간일: 2014년 09월 29일



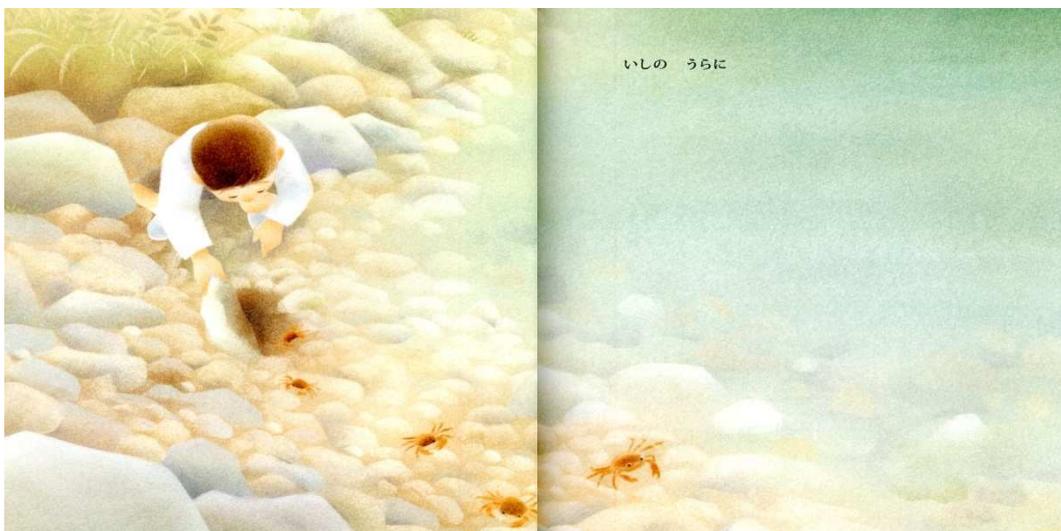
<내용소개>

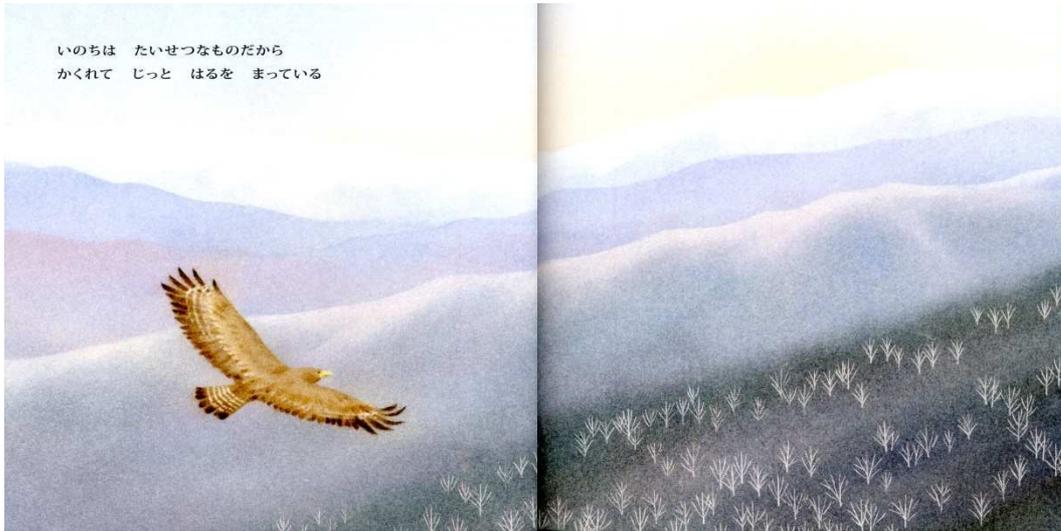
눈에 보이지 않는 곳에 존재하는 생명의 소중함, 살아있음의 소중함을 이야기합니다.

생명은 눈에 보이지 않는 곳에 숨어 있습니다. 돌 아래와 강의 그림자에 크고 작은 물고기의 모습으로, 먼 하늘에 높이 나는 새의 모습으로, 겨울잠을 자는 곰과 다람쥐가 깜빡 놓고 간 도토리 모습으로 생명은 조용히 봄을 기다립니다. 마침내 봄이 되면 모든 생명은 일제히 노래하기 시작합니다. 어둠 속에서도 토끼는 뛰어놀고 부엉이가 날아갑니다. 낮에는 보이지 않던 별들이 밤하늘을 가득 채워 반짝입니다. 거품 같은 안개가 낀 강에는 누군가 조용히 낚싯대를 드리우고 있습니다. 숨어 있던 생명들을 마음으로 그릴 때, 사람들을 어디론가 데려가는 기차처럼 소중한 만남과 인연을 안은 채 아직 숨어있는 당신을 생각합니다. 울고 있는 당신의 내면에서 자라나는 '슬픔을 아는 마음'이야말로 이 세상에서 가장 중요한 것입니다. 살아있는 것 자체가 다행이라고 속삭이는 봄의 풍경을, 누군가가 또 따뜻하게 바라볼 것입니다.

서정적이고 감동적인 이야기와 일러스트로 인기를 얻은 우치다 린타로&타카스 카즈미 콤비의 그림책입니다. 시처럼 아름다운 어휘 표현과 차츰 감성에 스며들 부드러운 그림이 '살아있음'에 대한 격려를 표현하고 있습니다.

<본문 이미지>





<저자소개>

우치다 린타로(글)

1941년 후쿠오카 현에서 태어났다. 그림책으로는 《친구가 되어줄게》, 《너무 울지 말아라》, 《덜 커덩 덜커덩》, 동화 《이상한 숲의 야야》, 시집 《우리들은 운다》 등이 있다.

타카스 카즈미(그림)

후쿠오카 현에서 태어났다. 작품에는 《날씨 천사의 선물》, 《여우의 전화박스》, 《처음 만난 숲》, 《아기 곰과 안경》, 《너무 울지 말아라》, 《편지 기다립니다》 등이 있다.

No.20161109-010

제목: 등대

저자: 사이토 린(글), 코이케 아미고(그림)

페이지수: 44

장르: 아동 그림책

출간일: 2016년 09월 14일

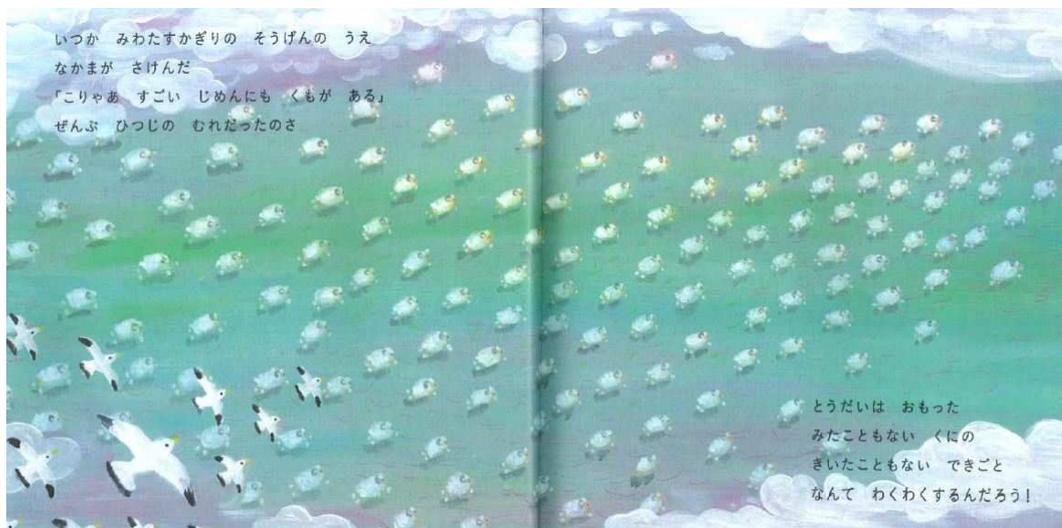


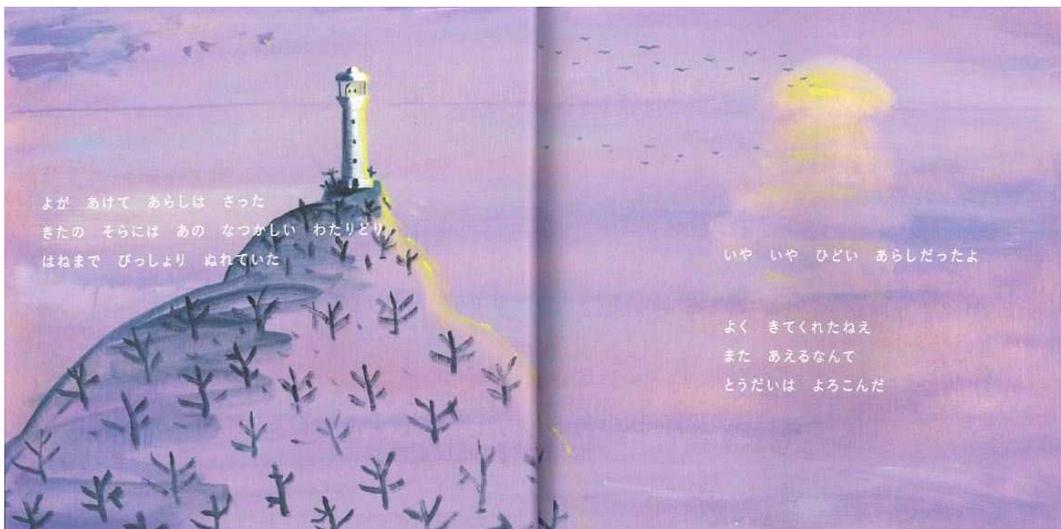
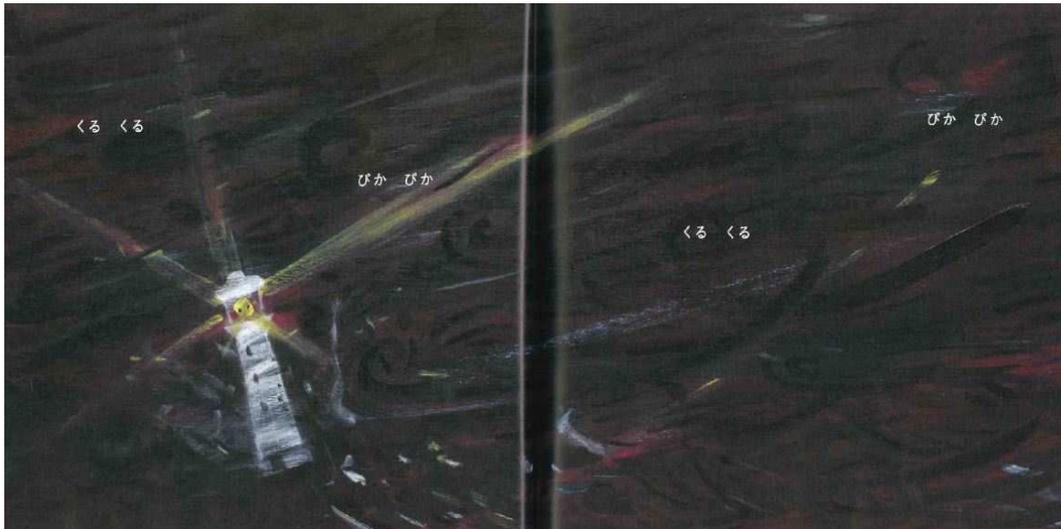
<내용소개>

바다를 향해 홀로 외로이 서 있는 등대의 이야기입니다.

바다를 향해 나와있는 곳의 높은 곳, 새로 지어져 우뚝 선 등대에게는 처음 보는 것들이 너무나 많습니다. 사람들이 타고 있는 즐거운 여객선, 물고기를 그득 잡아 올리는 고기잡이 배, 무거운 짐을 가득 싣고 나아가는 화물선, 반짝이며 헤엄치는 물고기 떼와 커다란 고래에 이르기까지 어디서 와서 어디로 가는지 알 수 없는 신비한 존재들 투성이입니다. 한 발짝도 움직이지 못하는 자신과 달리 겨울을 맞아 떠나는 철새들에게는 저 먼 나라의 이야기를 전해줄 것을 부탁드립니다. 그리고 어느 겨울 밤, 무서운 태풍이 찾아왔습니다. 세찬 비바람과 험한 파도 속에서, 등대는 태풍에 지지 않으려 있는 힘껏 빛을 내며 바다 위의 배를 도와줍니다. 자신은 철새들과 달리 어디에도 갈 수 없다는 사실에 슬퍼했지만, 태풍을 무사히 견뎌내며 스스로의 역할을 깨닫게 됩니다. 고독하지만 든든한 서 있는 등대의 모습을 모티브로 삼은 스토리에, 등대가 바라보는 바다의 정경이 아름다운 그림으로 표현되어 있습니다. 누구나 자기자신이 별볼일 없는 존재라고 생각할 때가 있지만, 이 그림책의 주인공인 등대처럼 언젠가 다른 사람을 도와주며 큰 역할을 해내는 순간이 찾아온다는 것을 배울 수 있습니다.

<본문 이미지>





<저자소개>

사이토 린

시인. 1969년 아키타 현에서 태어났다. 2004년 《손 흔들다, 손 흔들다》로 데뷔했으며 2014년 《도둑 도로봉》으로 장편에도 데뷔했다. 동 작품으로 제48회 아동문학자협회 신인상, 제64회 쇼가쿠칸 아동출판문화상을 받았다. 작품으로는 시집 《오르페우스, 오르페우스 새로운 시인6》, 《사실은 기호가 되어버리고 싶다》, 그림책 《개는 짖는다》 등이 있다.

코이케 아미고(그림)

군마 현에서 태어났으며 세츠모드 세미나에서 그림을 배웠다. 1988년부터 프리 일러스트레이터로 일하며 서적과 잡지, 광고를 비롯해 아트 워크 등 음악가와도 여러 차례 일했다. 1990년대는 밴드 및 DJ로서도 활동했으며 1996년부터 음악과 노래를 위한 "OurSongs"을 시작했다. 2000년

이후는 일본 각지를 돌며 지방 LIVE 이벤트와 그림 워크숍을 실시했다. 그림책으로는 《조그만 트럭》, 《감기 걸렸어...》등이 있다