

No.20171025-001

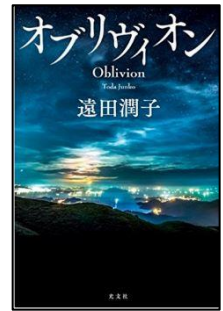
제목: 오블리비언

저자: 토오다 준코

페이지수: 374

장르: 소설

출간일: 2017년 10월 20일



<내용소개>

스스로를 위해, 상대방을 위해 숨겼던 비밀로 인해 일어난 비극과 그를 극복하려는 사람들의 가슴 절절한 드라마

『눈 속의 소철나무』라는 작품이 ‘책의 잡지가 선정한 2016년도 문고 베스트 10’ 1위에 뽑히며 더욱 주목을 끌게 된 토오다 준코의 신작이다. 토오다 준코는 저서가 10만 부가 넘게 팔리며 일본에서 가장 주목 받는 작가가 되었다. 이번 작품 역시 마치 소설에서 튀어 나올 듯이 감정을 강렬하게 표현하는 저자만의 매력이 응축되어 있으며, 제목인 ‘오블리비언’은 ‘망각과 사면’이라는 두 가지 뜻을 담고 있다.

소설은 주인공인 ‘신지’가 감옥에서 출소하는 장면에서 시작한다. 그를 기다리고 있는 것은 친한 친구이자 매형인 케이스케였다. 케이스케는 신지를 붙잡고 어째서 자신의 여동생을 죽였는지 캐묻지만 신지는 침묵한다. 신지는 딸 앞에서 아내인 ‘유이’를 살해한 죄로 교도소에 간 것이었다. 그는 출소 후 타인과 접하지 않으려고 하고 일만 하며 혼자 살아간다.

어느 날, 신지의 딸인 후유카가 그를 찾아온다. 후유카는 당신이 엄마를 죽인 것을 알고 있다며 자신의 진짜 아빠가 누구인지 알려달라고 한다. 분명 자신과 결혼했던 시기에 낳은 아이지만, 신지는 후유카의 친아버지가 자신이 아님을 알고 있었고, 케이스케가 친아버지일 것이라고 생각해 왔다. 그도 그럴 것이 케이스케와 유이는 친남매가 아니었고, 후유카가 두 사람을 쫓 빼 닦았기 때문이었다.

케이스케를 찾아가 진실을 알려달라고 한 신지는 슬픈 진실과 마주한다. 유이는 사실 케이스케와 남매 사이가 아니라 부녀 사이였던 것이다. 유이는 엄청난 쇼크를 받고 비밀을 감춘 채 그저 ‘기분 나쁘다’라는 말만 내뱉으며 살아갔다. 신지는 유이가 죽기 직전 후유카의 친아버지가 누구냐고 추궁하며 몰아세웠을 때 신지에게 내뱉은 ‘기분 나쁘다’라는 말 역시 유이 자신과 케이스케에게 하는 말이었다는 것을 깨닫는다. 어렸을 때부터 아버지와 형에게 ‘넌 기분 나쁜 놈이야’라는 말을 들어 마음에 깊은 상처를 입고 자라난 신지는 유이의 그 ‘기분 나쁘다’는 말 때문에 폭주해 그녀를 죽음에 이르게 했고, 몇 년이 지나서야 그 진실을 알게 된 것이다. 스스로를 위해, 상대방을 위해 숨겼던 비밀 때문에 모든 비극이 일어났다는 사실을 알아차린 두 사람은 서로를 용서할 수 있을까?

고통스러운 진실을 넘어 본인 스스로와 다른 사람들을 구해줄 기적을 일으킬 수 있을 것인지 끝까지 페이지를 놓지 않고 읽게 되는 작품이다.

<저자소개>

토오다 준코

1966 년 오사카 태생. 간사이 대학 문학부 독일학과 졸업. 2009 년 『월도야』로 제 21 회 일본 판타지 노벨 대상을 수상해 데뷔. '12 년 『안체를의 나비』가 제 15 회 오야부하루히코상 후보, 『눈의 철수』가 책의 잡지가 선정한 2016 년도 문고 베스트 10 제 1 위에 뽑혔다.

No.20171025-002

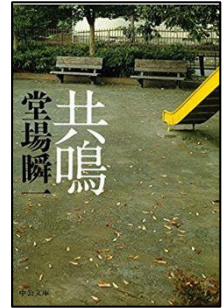
제목: 공명

저자: 도우바 슌이치

페이지수: 404

장르: 소설

출간일: 2015년 01월 25일



<내용소개>

‘은퇴한 형사’인 할아버지와 ‘히키코모리’인 손자 콤비의 간병 살인 사건 해결 일지

[형사 나루사와 료]등의 형사 소설과 스포츠 소설의 대가 도우바 슌이치가 최근 지속적으로 이슈가 되고 있는 ‘간병 살인’을 주제로 쓴 작품이다.

주인공인 ‘신조 쇼우’는 대학에 가지 않고 집에만 틀어박혀 사는 히키코모리로, 오랫동안 입원해 있던 할머니를 아버지가 살해한 것은 아닐까 하는 생각에 괴로워하며 살고 있다. 편의점에 가기 위해 나갔던 날, 외할아버지인 ‘아소 카즈마’가 그를 찾아온다. 부모님이 이혼한 후 10년 이상 만나지 않았던 사이지만, 카즈마는 손자를 히키코모리로 남겨둘 수 없다는 일념으로 쇼우를 자기 집으로 데리고 간다.

형사였던 카즈마는 은퇴 후에 ‘방법대 고문’을 맡고 있는 지역의 유명인사다. 카즈마는 쇼우에게 자기 앞으로 들어오는 여러 가지 상담을 도우라고 한다. 쇼우는 그에 반발하지만 딱히 도쿄까지 돌아갈 돈이 있는 것도 아니라 카즈마의 일을 돕기로 한다.

어느 날, 중국집 주인인 카즈마의 소꿉친구가 종업원인 레이카의 모습이 이상하다고 말한다. 가게에서 잠복하던 두 사람은 레이카가 한 남자에게 무언가를 전달하는 것을 목격하고, 카즈마는 그 남자가 중국인 마약 브로커임을 알아차린다. 한편, 근처의 주유소 주인이 카즈마를 찾아와 종업원 한 명이 사라졌다고 상담을 요청한다. 카즈마는 그 종업원의 집을 살펴보다 침대 밑에서 각성제를 발견하고, 집에 숨어들어온 ‘사라졌던’ 종업원으로부터 레이카에 관한 이야기를 듣는다. 그리고 직감적으로 레이카의 수상한 행동과 종업원이 사라졌던 사건이 연결되어 있음을 알아채고, 마약 브로커를 추적해 체포하려 하지만 결국 놓치고 만다.

카즈마가 이 마약 사건을 조사하는 사이, 근처 주택가에서는 한 할머니가 잠든 채로 사망하는 사건이 일어난다. 고인이 된 할머니의 손자 켄타는 자신의 부모님이 할머니를 살해한 것 같다고 하며 카즈마에게 상담을 요청한다. 카즈마는 문제아로 이름 높았던 켄타의 이야기를 무시하지만, 같은 상황에 있었던 쇼우는 켄타에게 친근감을 느끼며 최선을 다해 사건을 조사하기 시작하고, 마약 사건과 할머니의 죽음이 연결되어 있다는 것이 밝혀지며 범인을 잡게 된다.

오랜 간병에 부담을 느껴 극단적인 선택까지 하게 되는 가족들의 모습을 미스터리와 적절하게

섞어낸 작품이다. 후반에는 서투르지만 가족 관계를 다시 한번 쌓아 올리려는 전직 형사 카즈마의 모습이 그려져 있어 따뜻하게 마무리 된다. 소설 작품이지만 사회적 문제에 대해 생각해 볼 기회를 주는 작품으로 추천한다.

<저자소개>

도우바 슌이치

1963 년생. 이바라키 현 출신. 아오야마 가쿠인 대학 국제정치 경제 학부 졸업. 2000 년 가을 『8 년』에서 제 13 화 소설 스바루 신인상을 수상. 주요 작품으로 "경시청 실종과 다카시로 캔고"시리즈,"경시청 추적수사계"시리즈가 있다.

No.20171025-003

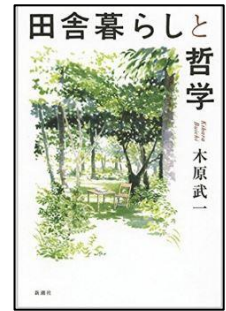
제목: 시골 생활의 철학

저자: 키하라 부이치

페이지수: 254

장르: 인문

출간일: 2017년 09월 30일



<내용소개>

이게 바로 진짜 귀농이다! 한 가족의 40년 간의 다사다난한 시골 생활 적응기

‘귀농’이 하나의 트렌드로 자리잡고 있는 요즘, 시골 생활에 대한 관심도 높다. 자연과 더불어 사는 유유자적한 삶을 꿈꾸며 시골에서 살고 싶은 사람도 많을 것이다. 그러나 부푼 기대와는 달리 막상 시골에 가보면 예상하지 못한 문제점이 생기는 경우가 많다. 시골 생활의 아름다움과 장점보다 겪을 수 있는 문제점에 대해 경고하는 정보들도 많아졌다.

이 책의 저자는 40년 전 시골로 이사를 갔다. 저자는 자연 속에서 아이를 키우고 싶어서 치바현에 있는 ‘보소 반도’로 간 것인데, 숲 속을 거니는 여유를 상상했던 저자는 상상 그 이상의 일들을 겪게 된다. 수도가 제대로 작동하지 않아 빗물을 모아 밥을 지어야 한다거나 좁고 포장되지 않은 도로 때문에 집에 오는 길이 너무 힘들었던 경험 등 도시에서는 한 번도 경험하지 못했던 일들이 차례차례 나타난다. 저자는 마치 개척민이 된 것 같은 기분을 느꼈다고 한다. 농촌에서의 삶이 안정 궤도의 오르려면 긴 시간이 필요하다고 하는데, 저자와 그의 가족은 그 과정을 힘들어하기보다 즐기며 그 과정을 지낸다. 그들 가족에게는 자연 역시 생활 공간이 된 것이다. 예를 들면 비포장도로를 달리며 의미가 없는 말을 즐겁게 반복하기도 하고 아이들과 어울리며 그들이 보는 풍경을 공유하기도 한다.

한편, 자연 속에서 살기 때문에 입는 피해도 발생한다. 태풍이 오면 저자의 집 근처에 있는 강이 범람하는데, 물길을 바꿀 수도 없기에 큰 비가 와서 수면이 올라가면 어김없이 수해를 입게 된다고 한다. 저자는 재해의 대비책을 꾸준히 알아보며 집 공사를 하는 등, 홍수뿐만 아니라 폭설에도 대책을 꼭 마련하라고 강조한다.

본문에서는 많은 사람들이 ‘전원생활’이라고 하면 기대하는 자연 속의 삶에 대해서도 이야기한다. 저자는 나무가 가득한 곳에서 사는 장점을 알아가고, 정원에서 꽃, 고양이, 새를 보며 자연스러운 삶의 기쁨을 느낀다. 도시에서라면 기피했을 벌레들이 어떻게 움직이고, 벌들이 어떻게 계절을 보내는지 관찰하는 즐거움도 있다고 말한다. 또한, 저자의 가족의 농촌의 삶을 그리고 있지만 간접적으로는 그 지역에서 사는 사람들의 모습 또한 담고 있다. 저자는 지역 주민들의 규칙이나, 관습을 부정하지 않고 그대로 받아들인다. 온전히 이들이 40년 동안 자연에 적응해가는 모습을 그려간 에세이라고 할 수 있다.

제목에 '철학'이라는 단어가 들어간 만큼 저자는 본문에서 다양한 철학자들의 말을 인용하고 있다. 전체적으로 보면 자연과 사람이 어우러져 서로를 신뢰하면 진정한 자연의 삶을 보낼 수 있다는 하나의 철학을 제시하고 있다. 하나의 소설을 읽는 것처럼 읽어 내려갈 수 있는 유쾌하면서도 현실적인 에세이다.

<목차소개>

- 제 1장: 빗물로 밥을 짓다
- 제 2장: 토피창에 펀치펀치
- 제 3장: 어린이의 정경
- 제 4장: 성인의 교제
- 제 5장: 대비해도, 걱정 있음
- 제 6장: 나무에 둘러싸여
- 제 7장 :“가루이자와”가 생기기까지
- 제 8장: 꽃을 즐기다
- 제 9장: 고양이가 있는 정원
- 제 10장: 거실에서 새 관찰
- 제 11장: 벌의 계절
- 제 12장: 일하고, 만들고, 먹는다.

<저자소개>

키하라 부이치
문필가. 1941년 도쿄 태생. 도쿄대학 문학부 독일학과 졸업

No.20171025-004

제목: 너그러운 사람으로 산다는 것

저자: 시모조노 소우다

페이지수: 213

장르: 인문

출간일: 2017년 07월 10일



<내용소개>

인기 심리 카운슬러가 가르쳐주는 사소한 일에 화내지 않고, 상처 받지 않는 요령

사소한 일에 상처받는 것은 생각보다 많은 피로를 만들어낸다. 그런 정도의 일에 신경 쓰고 싶지 않다고 생각하지만 쉽지는 않다. 현대 사회의 사람들은 스트레스 받을 일이 넘쳐나기 때문에 좀처럼 남에게까지 너그럽기도 힘들다. 이런 악순환을 벗어날 수 있는 너그러움을 키우는 일은 정말 불가능한 것일까?

이 책의 저자는 자위대에서 오랫동안 '심리 교관'으로 근무했었다. 자위대 대원들의 심리 상담과 자살 예방 교육 등을 담당했고, 현재는 예약을 하기 힘들 정도로 인기 있는 심리 카운슬러로 활동하고 있다. 저자는 사람들이 너그러움이 사라지고 있는 직접적인 이유로 '피로'를 꼽는다. 평소에 문제가 없던 사람도 피로도가 높아지면 허용 범위가 좁아져 다른 사람이나 자신을 비난한다고 한다. 이 단계에서 피로를 회복하지 못하고 쌓이게 되면 부정적인 방향으로 의식이 움직여 버린다. 그러나 사람들은 자신이나 타인이 약해져 있기 때문에 그런 행동을 한다고 생각하지 않는다는 것이다. 그리고 이런 상태가 지속되면 '우울증'에 빠져버리게 된다. 저자는 본문에서 이와 같은 상태에 빠졌을 때의 대처법과 평소에 너그러움을 키울 수 있는 방법을 소개해준다.

1, 2장은 자가 진단과 너그러움 저하의 원인에 대한 장이다. 무엇이 너그러움의 레벨을 낮아지게 만드는지, 그렇게 된다면 어떤 영향이 오는지 설명한다. 항상 온화한 사람은 없으며, 누구나 피로가 쌓이고 오래 참으면 너그러워 질 수 없다는 명쾌한 답을 준다. 3장에서는 자기자신을 어떻게 대해야 하는지 말해준다. 사람들은 생각보다 자기자신을 박하게 평가하고 비난한다. 저자는 자신을 질책하는 것을 최대한 줄이고, 자신감을 키우기 위해 장점을 찾아내는 달인이 되자고 권한다. 또한 휴식의 중요성을 강조하며 '3일간 집중 휴식'이라는 피로 회복법을 소개한다. 4장에서는 타인을 대할 때 생기는 감정을 다루는 여러 방법을 제시해준다. 짜증이 난다면 일단 천천히 호흡을 해본다든지, '화'를 점수화 시켜 조절하는 방법 등이 나온다. 또, 상대방의 괴로움을 잘 안다고 생각하면 안 된다고 충고한다. 마지막 장에서는 사고를 넓히는 과정을 설명한다. 항상 상대방보다 '어른'이 되어 넓고 길게 보는 시선을 가지라고 말한다. 또한 부하에게 짜증을 낼 것 같은 때나, 부부 간의 사소한 트러블 등이 발생할 때 더 나은 해결 과정을 제시해준다.

저자는 너그러운 사람이 오히려 더 편하게 살아간다고 말한다. 인간은 쉽게 변하지 않는다고 하지만, 피로에 따라 기분이나 의견은 쉽게 흔들린다. 그런 인간의 약점을 이해하고 자신에게 너그러워지면 타인에게도 너그러움을 베풀 수 있는 사람이 될 것이다.

<목차소개>

제 1장: "저 사람이 용서할 수 없다"라는 것은, 어째서?

제 2장: "분노"라는 성가신 감정

제 3장: 먼저, 자신을 탓하는 것을 그만두자

제 4장: 사람을 용서할수록, 인생은 편해진다.

제 5장: 더 "넓게" "크게" 생각하는 힌트

<저자소개>

시모조노 소우다

심리 상담사. MR(멘탈 · 레스큐)협회 이사장이자 시니어 지도자. 1959 년 가고시마 현 태생.

방위대학 졸업 후 육상 자위대 입대. 1996 년보다 육상 자위대 최초의 심리 교관으로 상담을

시작한다. 자위대의 위생 대원(의사, 간호사, 구급 구명사 등)과 특수부대원 등의 멘탈 케어, 자살

예방, 컴뱃 스트레스(전투 후 스트레스)컨트롤에 대한 지도, 교육을 한다. 2015 년에 퇴임하고,

현재는 강연이나 연수, 저작 활동을 통하여 독자적인 상담 기술의 보급에 힘쓰고 있다.

No.20171025-005

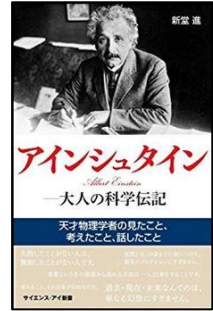
제목: 아인슈타인 - 어른의 과학 전기

저자: 신도 스스무

페이지수: 192

장르: 과학, 논픽션

출간일: 2017년 09월 25일



<내용소개>

‘아인슈타인 덕후’인 저자가 한 권에 짝 차게 담아낸 아인슈타인의 일생

과학과 친숙하지 않더라도 상대성이론에 관해서는 알고 있을 것이다. 자연법칙이 관성계에 대해 불변하고, 시간과 공간이 관측자에 따라 상대적이라는 뜻의 이론으로 비유적 표현으로도 많이 사용되고 있다. 이 이론을 만든 아인슈타인 역시 우리에게 친숙한 과학자이다. 기존의 과학계를 지배하던 이론을 뒤엎고 원자폭탄 연구의 시초를 만드는 등, 많은 업적을 남겼다. 그런 아인슈타인에 대해 우리는 얼마나 알고 있을까?

아인슈타인이라고 하면 떠오르는 대표적 이미지가 있다. 헝클어진 백발과 콧수염이 난 얼굴에 허를 내민 익살스런 모습은 과학자의 일반적인 이미지와 사뭇 다르다. 과학계에 한 획을 그은 어마어마한 업적에 비해 그에게서 어딘가 유쾌한 면을 느끼게 한다. 그의 매력에 푹 빠진 저자는 아인슈타인에 관한 책을 60권 넘게 읽었다고 한다. 이 타이틀은 아인슈타인을 연구해온 저자가 그가 무엇을 보고 어떤 생각을 하며, 어떤 인간관계를 만들어왔는지 알기 쉽게 또 면밀하게 정리해둔 것이다. 아인슈타인의 탄생부터 죽음까지 모든 시절을 빼놓지 않고 각 장마다 빼곡히 채웠다. 가족의 얼굴을 일러스트로 만들어 넣은 가계도나 아인슈타인의 나이대별 활동 범위를 지도에 표시해주는 등 에피소드마다 사진이나 일러스트가 있어서 아인슈타인에 대해 전혀 모르는 사람이 읽어도 문제 없다. 또한 상대성이론 이전의 과학의 대세였던 뉴턴과 갈릴레오의 예도 들어주며 상대성이론을 알기 쉽게 설명해준다. 그림과 상황에 맞는 예시를 들어 차근차근 설명하기 때문에 아직 과학을 모르는 아이들도 이해하기 쉬울 것이다. 아인슈타인이 가족이나 친구들과 실제로 나눴던 대화들도 실려 있어 그의 뒷이야기를 듣는 재미도 있다. 예를 들면 아인슈타인은 의외로 짓궂은 오빠여서 어렸을 때 여동생의 머리에 꿀밤을 때리는 장난을 쳤다고 한다. 그래서 여동생 마야는 ‘천재인 오빠를 가지려면, 튼튼한 두개골이 필요합니다.’라고 재치 있는 말을 남겼다는 에피소드도 있다.

아인슈타인의 과학적 업적과 함께 아인슈타인이라는 인물의 매력도 느낄 수 있는 한 권이다. 역사에 남을 발견을 한 세계적인 과학자의 흥미로운 에피소드들을 읽으며 새로운 재미를 느낄 수 있을 것이다. ‘어른을 위한 과학 전기’라고 되어 있지만 고등학생 이상이라면 누구나 즐길 수 있는

타이틀이다.

<목차소개>

서장: 아인슈타인 전야

제 1장: 아인슈타인의 탄생

제 2장: 기적의 해

제 3장: 특수상대성이론

제 4장: 교수 시절

제 5장: 일반상대성이론

제 6장: 아인슈타인 피버

제 7장: 아인슈타인과 평화

제 8장: 아인슈타인과 우주

<저자소개>

신도 스스무

1971년, 나가노 현 태생. 프로그래머. 한편 물리학에도 흥미를 갖고 수많은 서적을 읽었다. 특히 아인슈타인과 상대성 이론에 관한 책을 60권 이상 읽은 아인슈타인 팬. 저서로는 『만화로 아는 상대성 이론』(사이언스 아이 신서) 『만화로 읽는 상대성 이론』(슈와 시스템)등이 있다.

No.20171025-006

제목: 노인 취급 설명서

저자: 히라마츠 루이

페이지수: 224

장르: 사회

출간일: 2017년 09월 15일



<내용소개>

노인의 난처한 행동은 노화로 인한 신체 변화가 원인이다?!

대처법을 의학적으로 알기 쉽게 해설한 '노인 취급 설명서'

누구나 노인을 상대하면서 어려움을 느껴왔을 것이다. 같은 말을 몇 번이고 해서 대화가 안 되기도 하고 엉뚱한 대답만 하거나, 어린아이처럼 때를 쓰는 경우도 있다. 그런 모습을 보면서 우리는 나도 노인이 되면 저렇게 변하는 것인가 고민하거나, 나는 저렇게 되지 말아야겠다고 다짐하기도 한다. 정말 노인이 되면 모든 것이 이상해져 버리는 걸까? 현역 의사인 저자는 그 질문에 아니라고 대답한다. 물론 치매가 왔거나 고집스런 성격이 원인일 수도 있다. 그러나 대부분은 몸의 변화가 원인이 되어 이전과 다른 행동을 하게 된다고 말한다. 이제까지 불편하게 느껴왔던 노인들의 행동들은, 우리가 노인이 되면 똑같이 할 수 있는 행동이다. 그렇기에 노인 당사자나 그들의 가까운 사람들이 노인의 몸의 특성을 알기 쉽게 의학적으로 해설해준다.

안과 의사인 저자는 하루의 80명 가까이의 환자를 돌본다. 특히 고령자들은 진찰을 받으러 왔음에도 불구하고 다른 이야기를 꺼낼 때가 많다고 한다. 이야기를 끝마칠 때까지 기다려보면 오래 걸리더라도 결국 원래 목적에 다다른다. 이는 기억력이 감소했기 때문이 아니라 기억을 꺼내는 방식이 달라졌기 때문이라고 설명한다. 2장에서는 기껏 만든 요리에 간장을 마구 붓는 시어머니 때문에 속상해하는 며느리의 이야기가 나온다. 그녀는 시어머니가 자신에게 심술 부린다고 생각하지만 저자는 그럴 수 밖에 없었던 의학적인 근거를 들어준다. 노화하면 혀가 염분을 감지하는 능력이 떨어진다. 그렇기 때문에 이전과 같은 짠 맛을 느끼기 위해 소금이나 간장을 마구 넣는 것이다. 그렇다고 짜게 먹게 되면 고혈압이 생기기 때문에, 국물 맛을 진하게 하는 쇠고기나 계란, 굴의 아연 성분으로 미각을 단련시킬 수 있다고 알려준다. 3장에서는 민폐가 되는 노인의 행동을 다루고 있다. 빨간 불인데도 아직 횡단보도를 건너고 있는 노인들을 목격한 적이 있었을 것이다. 이는 신호를 무시하고 자기 마음대로 하는 행동이 아니라 느리게 걷게 되는 신체 상태 때문이라고 한다. 신호등은 초당 1미터의 보행 속도를 전제로 만들어져 있는데 고령의 남성은 초당 0.7미터 밖에 걸을 수 없기 때문이다. 늦게 걷는 노인을 향해 경적을 울리는 운전자도 20년 후면 똑같은 처지가 된다는 것이다.

저자는 책의 제목을 지으면서 많은 고민을 했다고 한다. '취급 설명서'라는 제목은 어딘가 차갑게 느껴지지만, 저자는 독자들의 노인에 대한 시선이 부드럽게 바뀌길 바란다고 말한다. 노인과 생기는 갈등의 원인을 제대로 파악한다면 그들의 말에 좀더 편안하게 귀 기울일 수 있을 것이다.

<목차소개>

제 1장: 노인의 대표적인 난처한 행동 세 가지

제 2장: 심술쟁이!

제 3장: 주위에 민폐를 끼친다

제 4장: 보고 있으면 무섭고, 걱정 된다

<저자소개>

히라마츠 루이

의사/의학 박사. 아이치 현 다하라 시 태생. 쇼와 대학 의학부 졸업. 현재, 쇼와 대학 겸임 강사, 사이노쿠니 히가시오미야 메디컬 센터 안과 부장, 산유도 병원 비상근 의사•안과 전문의로 근무하고 있다. 연10만명 이상의 노인과 접하고 있으며, 노인이 많은 안과 의사로서 근무하기 때문에 노인의 증상이나 고민에 정통하다. 의료 커뮤니케이션 연구에도 종사하고 시니어 세대의 새 삶을 제창하는 새 노인회 회원이기도 하다. 전문 지식이 없더라도 알기 쉬운 해설이 호평으로 연일 미디어 출연이 끊이지 않는다. NHK『아사이치』, TBS텔레비전 『작업 튜』, 후지 텔레비전 『바이킹』, TBS라디오 『이쿠시마 히로시의 안녕 일직선』, 『요미우리 신문』, 『일본 경제신문』, 『매일신문』, 『주간문춘』, 『주간현대』, 『문예 춘추』, 『여성 세븐』 등에서 글•출연•집필 등을 하고 있다.

No.20171025-007

제목: 중얼거리는 것만으로도 마음이 가벼워지는 '한마디 테라피'

저자: 우에니시 아키라

페이지수: 237

장르: 인문, 심리학

출간일: 2017년 10월 10일



<내용소개>

중얼거리는 것만으로도 당신의 매일을 빛나게 해줄 100개의 강력한 한 마디

'말이 씨가 된다'는 말이 있다. 자신이 한 말이 씨를 내리고 자라나 말한 대로 된다는 뜻이다. 옛날부터 사람들은 말에 힘이 있다고 믿어왔다. 힘들 때는 긍정적인 말을 하며 자신을 다독이기도 하고, 혹시나 그대로 될까 봐 부정적인 말을 입에 담지 않기도 한다. 자신의 생각을 소리 내어 말하면 사람의 몸과 마음에 강한 영향을 끼친다는 연구 결과 역시 많이 찾아 볼 수 있다. 사실, 세상에는 도움을 줄 수 있는 좋은 말이 많지만, 단순히 읽기만 해서는 도움이 되지 않는다. 그래서 저자는 원하는 말을 중얼거리듯 반복하여 말하는 습관을 강조한다. 말이 가진 힘을 최대한 활용하면 새로운 시점으로 자신의 인생을 이해할 수 있고, 마음을 가볍게 만들어 줄 수 있다. 저자는 말 한마디에 무한한 힘이 담겨 있으며, 짧은 문장으로 만들수록 힘이 응축된다고 생각한다.

이 타이틀에는 세계의 위인, 현인들의 명언과 그에 따른 짧은 글을 실어 놓았다. 명언이 가지는 힘의 의미를 보다 깊게 만들고 이해하기 쉽도록 저자가 나름대로 의역한 한마디도 곁들여져 있다. 책의 각 장마다 주제에 맞추어 10개의 명언이 들어가있다. 예를 들면, 1장은 훌륭한 하루를 시작해주는 명언을 모아놓았다. 그리스의 비극 작가인 에우리피데스의 작품 '헬레네'의 "좋은 추억이 된다. 죽을 정도의 고생이, 자신을 성장시킨다"라는 명언이 있다. 저자는 여기에 "고생한 경험도, 때가 되면 좋은 추억이 되어 간다"고 자신 나름의 의미 해석을 붙여놓았다. 이후 그 문장에 힘을 실어주는 짧은 글이 이어진다. 힘든 경험을 더 이상 하고 싶지 않다고 생각해서 회사를 그만둔다든가 인간관계를 끊어버리려고 한 적이 있었을 것이다. 고생은 길게 가지 않기 때문에, 오늘 인내하면 내일 상황이 바뀐다고 생각해보는 방식을 권유한다. 7장은 긍정적인 명언으로 가득하다. 미국의 사업가 헨리 포드의 "성공으로 가는 스텝이다. 실망하지 마라. 한 단계 올라간 것이니까."라는 명언이 있다. 저자는 이를 "실패는 보다 좋은 방법을 발견해서 다시 도전하는 찬스"로 설명한다. 천재는 실패하지 않는 사람을 가리키는 말이 아니라, 실패에서 많은 것을 배우고 개선하는 사람이라며 등을 다독여준다.

이와 같이 마음을 움직이는 명언과 글 100가지가 가득한 타이틀이다. 자신이 어떻게 해야 할지 알 수 없을 때, 방향을 찾지 못해 조언이 필요할 때, 힘들고 지쳐 위로가 필요할 때 등, 인생의

경험자들의 조언을 들어보는 것은 어떨까? 그들의 말을 가볍게 중얼거리는 것만으로도 마음 속에 작은 평화가 싹틀지도 모른다.

<목차소개>

- 제 1장: "중얼거리는 버릇"으로 인생까지 바뀐다 — 훌륭한 하루가 시작되는 "한마디"
- 제 2장: "너무 열심히 하지 않고 힘내다"의 요령 — 최고의 방법이 떠오르는 "한마디"
- 제 3장: 시점을 바꾸면 좋은 기회는 많이 있다 — 기회를 놓치지 않고 잡는 "한마디"
- 제 4장: "크게 바라면 크게 이루어진다"의 법칙 — 한계를 쉽게 넘길 수 있는 "한마디"
- 제 5장: "불행이라는 생각"을 일소하다 — 아무것도 아닌 것에서 행복을 찾는 "한마디"
- 제 6장: "이제 무리"인 때야말로 듣는 말 — 상황이 확 호전되는 "한마디"
- 제 7장: 머리를 릴렉스하고 행동을 시작하다 — 마음 속부터 긍정적으로 거듭나는 "한마디"
- 제 8장: 감정에 치우쳐도 감정에 얽매이지 않는 법 — 끈질긴 분노가 사라지는 "한마디"
- 제 9장: "나는 이래야 한다"에서 자유로워지다 — 인간 관계가 점점 좋아지는 "한마디"
- 제 10장: "인생에서 가장 소중한 말"을 생각해내다 — 긍정적인 자신을 정착시키는 "한마디"

<저자소개>

우에니시 아키라

일본의 저명한 심리 카운슬러이자 저술가. 시세이도를 퇴사한 후 심리학·동양철학·불교사상·성공철학을 바탕으로 한 인생론을 연구했다. 20 년에 걸친 연구 성과를 체계화한 '성심학(成心學)' 이론을 확립해 1986 년부터 저술 활동을 시작했다. 1995 년에 일본 노동부 장관이 인정하는 산업 카운슬러 자격을 획득했고, 2001 년에는 미국 이온드 대학에서 '명예 심리학 박사' 칭호를 수여 받았다. 현재는 심리학, 성공 철학 등의 연구 및 집필 활동을 하며 사람들에게 기쁨과 활력을 주고 있다. 저서로는『습관 심리술』, 『어떻게 살면 행복해질까』, 『붓다의 인생 코칭』, 『간절히 원하면 이루어진다』 등이 있다.

No.20171025-008

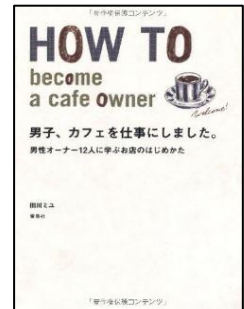
제목: 처음으로 카페를 열었습니다

저자: 타가와 미유

페이지수: 125

장르: 비즈니스

출간일: 2012년 08월



<내용소개>

카페를 창업한 12명의 오너에게 배우는, '나만의 가게'를 실현하는 방법

창업 아이템으로 치킨집이나 카페를 떠올리는 경우가 많다. 한국에서 워낙 인기가 많은 업종이기에 쉽게 여기는 경향이 있는데, 카페 업계는 이미 레드 오션 상태이며 위험도가 가장 큰 업계 중 하나이다. 무턱대고 덩벼들었다가는 이미 자리 잡은 근방의 경쟁자들을 넘지 못하고 튕겨져 나갈 가능성이 높다. 이런 실패에는 여러 이유가 있다. 잠재 수요를 잘못 파악하였거나, 실제 고객 층과 타겟 고객층이 어긋나 전략이 부적합했거나, 이렇다 할 특징이 없는 평범한 카페로 전략해 포지셔닝을 제대로 하지 못한 경우다. 어느 쪽이든 준비가 부족했기 때문이다. 요즘에는 천편일률적인 프랜차이즈 카페보다, 음료와 베이커리를 손수 만들어 판매하는 소규모 카페가 SNS로 입소문을 타고 성공하는 사례도 적지 않다. 외진 주택가에 있는데도 손님들의 발길이 끊이지 않는 곳도 있다. 대체 무엇이, 사람들을 궁금하게 만들고 찾아가게 만드는 것일까?

이 책은 자기만의 가게를 시작한 12명의 남자 카페 오너에게 창업 준비 사항을 배울 수 있는 내용이다. 1장 <How to become a café owner>에서는 개성 있는 8개의 카페들을 먼저 소개한다. 호텔 주방의 조리사, 레코드 회사에서 근무했던 디렉터, 알코올중독증 연구 법인 설립 및 운영 스태프, 초등학생 때부터 요리를 좋아해 한 길만 걸어난 사람 등 주인들의 출신 이력은 가지각색이다. 손님들의 얼굴을 직접 보고 싶어서, 집에 친구들을 초대해 음식을 대접하는 즐거움을 확장하고 싶어서, 사람들의 소소한 만남의 장을 마련하고 싶어서, 커피 원두의 개성을 바로 전해주고 싶어서 등등 카페 창업을 결심한 계기도 다 다르다. 그 8곳의 카페를 창업에 필요한 9개 테마 측면에서 자세히 살펴본다. 컨셉트는 어떻게 잡았으며 자금은 어떻게 조달했는지, 위치는 왜 여기로 선정했고 설계 및 시공 과정은 어떠했는지, 인테리어 포인트와 마케팅 방법, 메뉴의 강점과 구성 형태, 운영방식과 카페 별 로고 디자인의 탄생 과정을 배울 수 있다. 2장 <Interview to café owners>에서는 카페 4곳을 더 추가하여 주인에게 생생한 이야기를 들어본다. 한 곳에서 오래 살아남은 비결, 서비스의 본질, 지방에서 카페 운영하기, 유행에 흔들리지 않고 개성을 지키는 방법 등 베테랑들의 경험담에서 교훈을 얻을 수 있다.

아무리 만전을 기해도 실제로 카페를 열면 갖가지 변수와 시행착오들을 겪게 될 것이다. 일본과

한국, 구체적인 무대는 다르지만 자기가 꿈꾸는 카페를 현실로 만들기 위해 지켜야 할 부분은 비슷하다. 창업 시 잊지 말아야 할 것들을 한 번 더 알려주는 책이다.

<목차소개>

1. HOW TO become a café owner
(CONCEPT / MONEY / LOCATION / CONSTRUCTION / INTERIOR 등)
2. INTERVIEW to café owners

<저자소개>

타가와 미유

편집 프로덕션과 출판사를 거쳐 프리랜서 편집자 및 작가로 활동 중이다. 《30 대에 가게를 열었습니다. 15 인의 여성이 오너가 되기까지》, 《모노즈쿠리를 시작했습니다. 15 인의 여성이 크리에이터가 되기까지》, 《TOKYO 카페》시리즈, 《귀여운 물건이 완성되기까지》 등이 있다.

No.20171025-009

제목: 세계의 나라 대모험

저자: 이다 요시아스

페이지수: 447

장르: 학습

출간일: 2017년 09월 26일



<내용소개>

올림픽에 참가하는 208개의 나라의 모든 것을 알아보며 국제적 시야를 넓혀 봅시다.

곧 평창에서 동계 올림픽이 열리게 됩니다. 무려 한국에서 열리는 최초의 동계 올림픽입니다. 2020년에는 도쿄에서 하계 올림픽이 열릴 예정입니다. 올림픽에는 208개 나라가 올림픽에 참가하게 됩니다. 참가국들 중에는 익숙한 나라들도 있고, 처음 보는 이름에 낯선 나라도 있을 것입니다. 그럴 때 도움을 줄 수 있는 한 권의 책이 나왔습니다.

이 타이틀에서는 올림픽 등록국들을 각각 두 페이지에 걸쳐 소개합니다. 목차는 대륙 별로 나누어져 있습니다. 기본적인 지리적 위치부터 수도, 면적, 인구의 설명이 한 칸을 차지하고 있습니다. 올림픽에 관한 책이기 때문에 그 나라의 전통 스포츠나 문화를 간략하게 설명해주기도 합니다. 그렇다고 스포츠에 관한 정보만 있는 것은 아닙니다. 한국을 예로 들면, 먼저 국기에 어떤 의미가 담겨 있는지 쓰여 있습니다. 또 한국의 특징적인 면을 몇 가지 골라 짧은 설명문을 곁들입니다. 또한 문화적 특징도 실려있습니다. 한복 일러스트와 함께 실린 본문에는 한글이라는 글자의 역사적 배경과 한복이 어떤 옷인지 자세하게 설명해줍니다. 페이지 밑에서 그 나라에 대한 토막 상식과 미니 퀴즈를 찾아볼 수 있습니다. 제대로 그 나라에 대해 이해했는지 확인해보는 재미도 담겨있습니다. 책의 처음과 마지막에는 세계지도가 실려 있습니다. 앞의 지도에는 각 나라의 위치와 실려 있는 페이지, 뒤의 지도에는 올림픽이 어떤 나라에서 언제 개최되었는지 한 눈에 알 수 있게 되어있습니다. 글자 순서 별로 나라를 찾을 수 있는 목차도 있기 때문에, 궁금해졌을 때 재빨리 찾을 수 있습니다.

가족과 함께 올림픽을 보면서 두고 유용하게 사용할 수 있는 책입니다. 모르는 나라가 나와도 아이는 스스로 찾아보며 호기심을 해결할 수 있고, 낯선 나라의 이름을 말하며 그곳이 어디냐고 묻는 아이의 질문에 당황하지 않고 정보를 알려줄 수 있습니다. 함께 퀴즈를 맞춰보면서 즐거운 시간을 보내는 방법도 있습니다. 아이의 세계를 보는 시야를 넓힐 수 있는 기회가 될 것입니다.

<저자소개>

이다 요시야스

1958년생. 1982년, 츠쿠바 대학 자연학류(지구과학)졸업. 박사(이학). 현재는, 츠쿠바 대학 인문계 교수. 사회과 교육, 지리 교육 연구를 실시하는 한편, 국제 지리 올림픽에 종사하고 있다.

No.20171025-010

제목: 숲의 목욕탕

저자: 니시무라 토시오(글, 그림)

페이지수: 23

장르: 아동 그림책

출간일: 2008 년 03 월 10 일



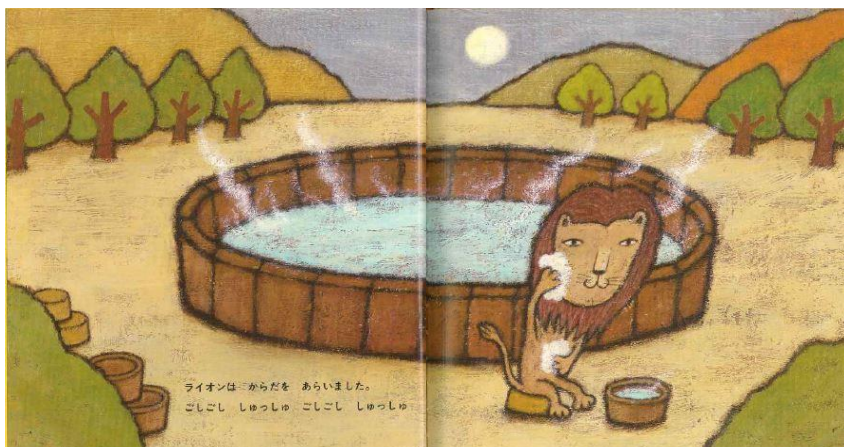
<내용소개>

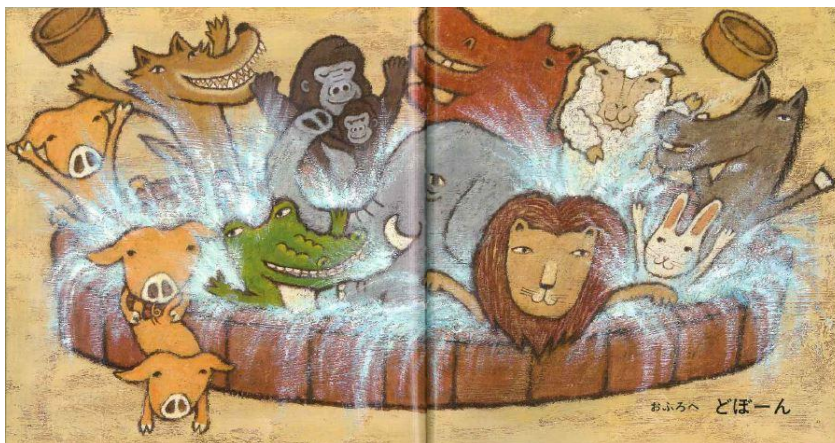
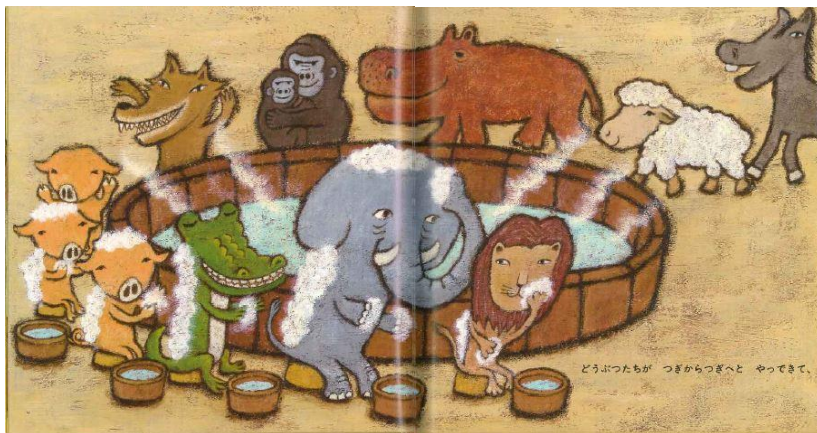
씩씩씩, 숲 속의 목욕탕에서 서로서로의 등을 깨끗하게 씻어줍니다!

산골짜기에 목욕탕이 있습니다. 사자가 목욕탕에 왔습니다. 사자는 배, 다리, 얼굴을 깨끗하게 씻습니다. 코끼리가 목욕탕에 왔습니다. 사자가 코끼리에게 자신의 손이 닿지 않는 등을 씻어달라고 부탁합니다. 코끼리가 사자의 등을 씻어줍니다. 다음에 악어가 오자 코끼리도 같은 부탁을 합니다. 악어가 코끼리의 등을 씻어줍니다. 동물들이 차례대로 목욕탕에 오고 둥그렇게 앉아 서로의 등을 씻어줍니다. 마지막으로 토끼가 목욕탕에 도착합니다. 토끼는 사자에게 등을 씻어달라고 부탁합니다. 둥그란 원으로 앉은 동물들은 즐겁게 웃으며 앞에 앉은 동물의 등에 비누칠을 합니다. 그리고 따뜻한 물을 부어 비누를 깨끗이 씻습니다. 마지막으로 다 함께 욕조 안으로 풍덩 뛰어듭니다.

여러 동물들이 모여 서로의 씻어주는 귀여운 이야기입니다. 동물들의 표정이 따뜻하고 사랑스러워서 절로 웃음이 나는 그림입니다. 아이와 함께 책을 읽고 나서 같이 목욕을 하는 것은 어떨까요? 책의 내용을 떠올리며 즐거운 시간을 보낼 수 있을 것입니다.

<본문 이미지>





<저자소개>

니시무라 토시오(글, 그림)

1964년 아이치 현 태생. 도쿄 조형대학 디자인과 졸업. 인테리어와 직물 디자이너로 활동 후, 그림책의 창작을 시작한다. 현재 그림책의 창작 외 잡지, 신문, 광고, 상품 개발 등 폭넓은 분야에서 일러스트레이션과 캐릭터 디자인을 하고 있다. 그림책의 저서로는 『바루바루 씨』(후쿠인칸쇼텐), 『나는 손자』(이와사키쇼텐) 『도둑 탈출 대작전!』(카이세이샤) 등이 있다. 아사히 초등학생 신문에 『머뭇머뭇 씨의 말 극장』을 연재 중. 2000년 첫 일본 동화대상 최우수상 수상.