

第5号の2様式（第7条関係）

政務活動費領収書貼付用紙

議員氏名(会派名)	岸本 裕一	整理番号	070703		
費 目	調査研究費・研修費・広報広報費・要請陳情等活動費・会議費・資料作成費・資料購入費・事務所費・事務費・人件費				
支 払 内 容	書籍購入費（2021年7月分）				
支 払 金 額	33,968円	按分率	100%	計 上 額	33,968円
按分率の考え方					
備 考	(株)大垣書店 領収日7/31				
領収書 添付 本のコピー 添付					

領 収 書

金額		拾	万	千	百	拾	円
	¥	3	6	3	2	4	

内 33,968 円

ただし、下記内訳のとおり
上記金額領収いたしました

令和 3 年 7 月 31 日

京都府議会議員 岸本裕一様

住所 京都市北区
氏名 株式会社 代表取締役



内 訳

品 名	数量	単位	単 価	金 額		備 考
				円	千 円	
仕事も人間関係もうまくいく放っておく力	1	冊	673	673	673	印
明治維新	1	冊	1,059		1,059	
北斎富嶽三十六景	1	冊	990		990	
近代日本の政治家	1	冊	1,059		1,059	
文明論之概略	1	冊	1,000		1,000	
学問のすすめ	1	冊	772		772	
日本人が知るべき東アジアの地政学	1	冊	871		871	
日韓関係史	1	冊	832		832	
英語で味わう万葉集	1	冊	842		842	
万葉百歌 こころの旅	1	冊	812		812	
コロナ脳 日本人はデマに殺される	1	冊	812		812	
新・大学序列 なぜ関関同立・産近甲龍の学	1	冊	812		812	
米中対立 アメリカの戦略転換と分断される	1	冊	931		931	
大正史講義	1	冊	1,287		1,287	
シルクロード 流沙に消えた西域三十六か国	1	冊	713		713	
小 計	15	冊			13,465	(内税)

領 収 書						
内 訳						
品 名	数量	単位	単 価	金 額	備 考	
			円	千 円		
異文化コミュニケーション学	1	冊	832	832		
変貌する未来 世界企業14社の次期戦略	1	冊	891	891		
新世界秩序と日本の未来	1	冊	851	851		
京都力 人を魅了する力の正体	1	冊	871	871		
おひとりからのひみつの京都 カリスマ案内	1	冊	891	891		
無(最高の状態)	1	冊	1,465	1,465		
プレゼン思考	1	冊	1,634	1,634		
アフターコロナのニュービジネス大全 新し	1	冊	1,683	1,683		
難しいことはわかりませんが、お金の増やし方	1	冊	1,366	1,366		
NEO HUMAN 究極の自由を得る未来	1	冊	1,683	1,683		
入門・行動科学と公共政策 ナッジからはじ	1	冊	1,782	1,782		
LIFESPAN 老いなき世界	1	冊	2,376	2,376		
GENIUS LIFE 万全の体調で生き	1	冊	1,782	1,782		
オリエント東西の戦略史と現代経営論	1	冊	1,980	1,980		
一発合格!国内旅行業務取扱管理者試験デキ	1	冊	1,683	1,683	削除	
明治維新の正体 新書版 徳川慶喜の魁、西	1	冊	1,089	1,089		
小 計	16	冊		22,859	(内税)	
合 計	31	冊		36,324	(内税)	

明治維新

三浦成樹著



近代日本の出発点である明治維新を、幕府、朝廷、各藩の武士たちや民衆の動き、さらに対外的要因なども含め、トータルに描く、戦後歴史学における記念碑的著作。維新の始発を天保の改革、その終わりを西南戦争と捉え、民衆の手になる政治的萌芽がふぶき、絶対主義確立へと至る過程を明快に論じた。(解説 = 大日方純夫)



青NI24-1
尊厳文庫

青NI 三浦成樹 著 文庫



ISBN978-4-00-381641-7
C0121 ¥1070E



定価(本体1070円+税)



目次

はしがき

同時代ライブラリー版について

序論	19
一 明治維新史の学問的確立の条件	19
二 資本主義論争の意義	25
第一章 天保期の意義	37
第一節 問題の所在	37
第二節 幕府の改革	39
第三節 藩藩の藩政改革	43

第二章 尊王攘夷運動の展開 59

 第一節 外圧の性格 59

 第二節 尊王攘夷論の思想的性格 65

 第三節 政争の進展 72

第三章 幕府の倒壊 125

 第一節 尊王攘夷運動の挫折・転回 125

 第二節 倒幕派の生長 135

 第三節 国際勢力と国内勢力との結合 145

 第四節 下からの革命と上からの改革 154

 第五節 大政奉還・王政復古 164

第四章 天皇制統一政権の成立 225

 第一節 五箇条の誓文・政体書 225

 第二節 版籍奉還・陸海軍創設 233

 第三節 地租改正・徴兵令 242

 第四節 学制頒布・文明開化・殖産興業 252

第五章 明治維新の終幕 313

 文献解説 335

 年表 361

 解説 369

 人名索引 / 件名索引 大日方純夫

ISBN978-4-00-335811-5

C0171 ¥1000E

定価(本体 1000 円+税)



9784003358115



1920171010006



北斎 富嶽三十六景 日野原健司 編

頁 五十二 岩波文庫

北 斎

日野原健司 編

富嶽三十六景

HOKUSAI
THIRTY-SIX VIEWS OF
MT. FUJI



目 次

富嶽三十六景圖版一覽	一
富嶽三十六景	三
関連地図	一六
解説(日野原健司)	一〇三
主要参考文献	一〇四

近代日本の政治家

岡 義武 著



初代首相・伊藤博文、「民衆政治家」大隈重信、「平民宰相」原敬、
挫折の政治家・犬養毅、最後の元老・西園寺公望——。五人の政治
家の性格は、それぞれの運命のなかでどのような光を放ったのか。
阿史学の精華を伝える珠玉の伝記的エッセイ。(解説 = 松浦正孝)



青N126-5
歴史文庫

近代日本の政治家 岡義武 著
青N 三三三 歴史文庫



9784003812655



1920121010704

ISBN978-4-00-381265-5
C0121 ¥1070E

定価(本体 1070 円+税)



この書物において、わたくしは以上の政治家たちの性格に焦点を置きつつ、その当
 面した政治状況における彼らの行動・役割・運命を跡づけたいと考えた。従って、わ
 たくしが意圖したところはこれら政治家の小伝を述べることではなく、また彼らにつ
 いて人物評議を行うことでもなかった。さらにまた、彼らの性格・行動・役割に図式
 や型や法則的なものなどを適用して抽象化しつつ、政治学的分析を試みることもな
 かった。わたくしはかねてから政治におけるリーダーシップの問題に関心を抱き、そ
 れについての研究を歴史的事実を基礎として試みることに興味をもつて来た。この書
 物に収めた五つの文章も亦、^ま実はそのためのケース・スタディとしての意味を同時に
 もつものであった。しかし、以上の政治家たちについてのわたくしの考察が、もしも
 わが国戦前の政治に若干の照明を与えているとすれば、また今日の、さらには明日の
 わが国政治を考える上に幾分とも役立ち得るとすれば、それは著者にとって大きな幸
 せである。

一九八九年二月

著者

目次

まえがき

初代首相・伊藤博文 11

その著き日／天皇制の定礎／「超然主義」の放棄／日露戦
 争前後／政敵・山県有朋／自尊心／その名誉心／國を作ら
 ず／状況に対する判断力と適応力／内政における行動様式
 ／外交における行動様式／交代する強氣と弱氣／私人とし
 ての伊藤／衣食住に対する態度／趣味／彼の死——その意
 味するもの

5 目 次

6	「民衆政治家」大隈重信	71
	<p>盛衰を極めた「国民衆」／悔ゆく運命の星／挫折／昇沈の 幾春秋／党を変わる／その人となり／対人態度／演説と 経歴／「大名趣味」／大隈と板垣／政權との奇遇／「国民 衆」の成長／死後の運命</p>	
	「平民宰相」原敬	137
	<p>「白河以北」山田文／彷徨の後に／知己・陸奥宗光／政 友会に入る／西園寺への失望／無難／曲折する政局に処し て／終戦に就任／政權への進程／政界政治家として／人間 として／首相として／「平民宰相」の平民観／提出する院 議／見聞</p>	
	挫折の政治家・犬養毅	203
	<p>奇しき偶然／東洋趣味／若き頃／民党団結の夢／「当世策 士の脚本」／犬養と尾崎／性格の両面／渦巻く党内競争／</p>	
	「憲政の神様」／凋落する人気／「普通者」犬養／無謀と運 命／普遍にかける夢／護憲運動の陣頭に／引退／政界へ の復帰／組織へ／五月二五日	
	最後の元老・西園寺公望	281
	<p>風雲の中で／若き日のバリ／人となり／「世界之日本」／ 大隈に引續る總裁／日露戦争の下で／無氣力な首相／バリ 御和会議へ／「憲政會運籌とは何か」／唯一人の元老／国 際状況に対する態度／學運狂の日々／打寄せる軍アアシス ムの交渉／二・二六前後／抵抗と後退／棄切られた希望／ 終焉</p>	
	付 註	355
	解説 「近代日本の政治家」執筆の発端から完成まで……松浦正孝……	367
7	索引	

文明論之概略

福沢諭吉著

松沢弘陽校注



國の獨立は目的なり。今の我が文明はこの目的に達するの術なり——西洋心酔と保守主義の相補執する明治初期、文明の本質を論じ、文明は文明自らに意味があるとした上で、今、最も優先すべき課題は日本國の獨立であり、西洋文明を學ぶのもその

ためであると説く。「学問のすゝめ」と共に、時代の展開に大きな影響を与えた福沢(1835-1901)の代表的著作。



青 102-1
岩波文庫

目次

凡例

緒言 九

卷之一 三

第一章 議論の本位を定む事 五

第二章 西洋の文明を目的とする事 三

第三章 文明の本質を論ず 五

卷之二 五

第四章 一國人民の智徳を論ず 五

第五章 前論の統 一〇

卷之三 一六

第六章 智徳の弁 一六

卷之四 一五

第七章 智徳の行わるべき時代と場所とを論ず 一五

第八章 西洋文明の由来 一六

卷之五 一五

第九章 日本文明の由来 一五

卷之六 一五

第十章 自國の独立を論ず 一五

注 一五

解 説(後次取巻) 一五

文明論之概略緒言

文明論とは、人の精神發達の議論なり。その趣意は、一人の精神發達を論ずるにあらず、天下衆人の精神發達を一體に集めて、その一体の發達を論ずるものなり。故に文明論、あるいはこれを衆心發達論というも可なり。けだし人の世に處するには、同僚の利害得失に牽かれて、その所見を異するもの甚だ多し。習慣の久しきに習ては、殆ど天然と人為とを區別すべからず。その天然と思ひしもの、果して習慣なることあり。あるいはその習慣と認めしもの、かえつて天然なることなきにあらず。この紛擾難解の際に就て、余理の紊れざるものを求めんとすることなれば、文明の議論、また難しといふべし。

今の西洋の文明は、羅馬の滅後より今日に至るまで、およそ一千有餘年の間に成長したるものにて、その由来、頗る久しといふべし。我日本も、西國以來既に二千五百年を越て、我邦己の文明は自から進歩して、その達する所に達したりといへども、これを西洋の文明に比すれば、趣の異なる所なきを得ず。享永年中米人渡來、次で西洋諸國と通商貿易の條約

学問のすゝめ

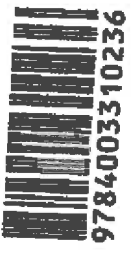
福沢諭吉著

「天は人の上に人を造らず人の下に人を造らずと云えり」。著名なこの一文で始まる本書は、近代日本最大の啓蒙家である福沢諭吉（1835 - 1901）が、生来平等な人間に差異をもたらす学問の意義を、平易な文章で説いた17の小冊からなる。西洋実学の批判的摂取をすすめ、明治の人心を啓発したその書は、今日も清新である。（解説＝小泉信三）



青 1023
福澤文庫

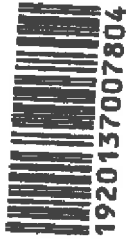
学問のすゝめ 福沢諭吉著 青1023 福澤文庫



ISBN4-00-331023-3

C0137 ¥780E

定価(本体780円+税)



1920137007804



目次

合本学問之筋序 九

初編 一

編者 六

一編 三

編者 三

人は同等なる事 三

二編 三

人は同等なる事 三

一身独立して一國獨立する事 三

四編	四〇
学者の職分を論ず	四〇
附録	四〇
五編	四一
明治七年一月一日の訓	四一
六編	四二
国法の貴きを論ず	四二
七編	四三
国民の職分を論ず	四三
八編	四四
我心をもつて他人の身を創すべからず	四四
九編	四五
学問の旨を二編に記して中華の旧友に贈る文	四五
十編	四六
前編の紙、中華の旧友に贈る	四六
十一編	四七
名分をもつて僞君子を生ずるの論	四七
十二編	四八
清談の法を勧むるの説	四八
人の品行は尚徳ならざるべからざるの論	四八
十三編	四九
徳望の人間に在るを論ず	四九
十四編	五〇
心事の解剖	五〇
世説の子の論	五〇

十五編 150
 事物を成つて取捨を断する事 150
 十六編 154
 手近く独立を守る事 154
 心事と傳ふと相違すべきの論 154
 十七編 158
 人望論 158
 付録 相家全集總目「学問のすゝめ」 164
 解題(小泉権三) 169
 後記(長野和七) 170

学問のすゝめ

日本人が知るべき

東アジアの地政学

慶応義塾大学世界史科講師

茂木 誠

Mogi Makoto

2025年 南北朝鮮は統一している!

ニュースではわからない
各国の思惑を
〈世界史〉×〈地理〉
×〈イデオロギー〉
から完全予測!
定価: 968円(税別)

PHP文庫

30 茂木 誠

日本人が知るべき東アジアの地政学



9784569901268



1920120008801

ISBN978-4-569-90126-8
C0120 ¥880E

定価: 本体880円(税別)



PHP文庫

人気予備校講師が世界史の教養から 米中覇権戦争と半島情勢を大胆予測

- ▼ 地政学でなぜ国際情勢がわかるのか
- ▼ 東アジアで交錯する「八つのイデオロギー」
- ▼ 半島国家・ギリシアに酷似する朝鮮半島
- ▼ 「共産党帝国」崩壊のシナリオ
- ▼ ロシアと中国は永遠の仮縁敵同士

なぜ中国は海へ出ようとするのか、なぜ韓国は「反日」が
 国是となってしまうのか、台湾はどこへ向かうのか、ロ
 シアは何を考えているのか——その根本部分から理解
 しておけば、目先のできごとに右往左往しなくなります。
 本書は地政学という観点から、東アジアのプレーヤー七
 カ国の動きを読み解いたものです。地理的条件は不変で
 すから、未来予測もできるのです。 (「文庫別あどなき」より)

現代人の必須教養

PHP

はじめに 3

■日々のニュースに陥らされをいために、地政学で、知的武装、せよ 3

■二〇二五年、韓国はなくなっている 8

■米中対立のなかで、日本はどうすべきなのか 10

第二章 地政学とは何か

「リアリズム」で読み解く東アジア

国家は地政学で動いている 26

地政学でなぜ国際情勢がわかるのか 28

日本人はなぜ地政学に疎いのか? 30

地政学の基礎知識 31

■イギリス地政学 ハルフオード・マクキンダー(一八六二〜一九四七) 32

■ドイツ地政学 カール・ハウスホーファー(一八六九〜一九四六) 33

■アメリカ地政学 アルフレッド・マハン(一八四〇〜一九二四) 34

「バランス・オブ・パワー」が崩れたとき、戦争が起きる 35

大陸国家、半島国家、島国 38

「チヨークポイント」は地政学上の「要所」 42

東アジアで交錯する「八つのイデオロギー」 45

【世界共通】シーパワー vs ランドパワー 44

【中国】「米國」一國孤立主義(モンロ主義) vs 世界の警察官(ウィルソン主義) 46

【中国】「大中華思想」|| 朝貢外交は、典型的なランドパワーの思想 50

【北朝鮮】「朱子学(小中華思想) × 社会主義 || 主体(チュメチエ)思想 53

【韓国】「華大党(前) vs 開化派(日本) vs 東学(民権派) 57

【ロシア】「スラヴ主義 vs 西歐主義 60

【日本】「大陸進出 || 大アジア主義 vs 海洋進出 || 一國平和主義 62

【世界のこれから】ナショナリズム vs グローバリズム 65

第二章 地政学でひもとく東アジアと朝鮮半島

野望と衝突の二千年

蹂躪され続けた朝鮮半島を機に、東アジアの歴史を見る	70
古代の朝鮮と日本との関わり	75
白村江の敗戦で、半島との縁が切れた	75
刀伊の入寇と無防備な日本	80
随従する高麗、モンゴルへの服従	85
「倭寇」は無国籍シーパワー	87
勝者に勝った李成桂とグローバル리스트足利義満	88
ヤンパン支配体制	92
秀吉の朝鮮出兵の背景	94
秀吉は、欧州情勢ウオッチャーだった	96
清への屈服と小中華思想の呪縛	100
朝鮮はリアリズムを捨てた	102
朝鮮通信使と幕府の利害一致	104
近代化する日清、改革を拒絶する朝鮮、南下するロシア	106
日本が朝鮮に近代化提案	109
入り乱れる朝鮮の権力抗争	112
日清戦争後に、棚ボタ、独立	119
三国干渉とチヨクポイントをめぐる列強の動き	121
関妃暗殺は「やりすぎ」だった	124
日露戦争勝利で「大韓帝国」成立	126
安重根の妄想で暗殺された伊藤博文	129
韓国併合でランドパワー化していく日本	131
韓国併合は植民地支配だったのか？	133
日本の敗戦と南北の分断	137
再び始まる残酷な権力闘争	139
朝鮮戦争と国際法違反の竹島占拠	142
分断の固定化と日韓基本条約	145

冷戦の終結と民主化は何を起したか 148
 ⑧⑨「慰安婦問題」 153

第三章 統一朝鮮(韓国+北朝鮮)の戦略

大國で二枚舌外交を繰り出す半島國家

韓国は東アジアの「アン・バランス」、
 地政学で韓国レベル政権の要因が見える 156
 韓国で「進歩系」が力をつけた理由 163
 半島國家・ギリシアに酷似する朝鮮半島 166
 韓国の「反日」「侮日」感情は、現代に残る朱子学 171
 外国類みの保守派と民族独立の進歩派 174
 金正男はなぜ殺されたのか？ 178
 文在寅がこだわる「一九一九韓国史観」 182
 「アメリカ・ファースト」と「朝鮮ファースト」が一致 185

金正恩の「核・ミサイル放棄」はあり得ない 187
 主体思想は「マルキシズム風味の朱子学」だ 189
 統一朝鮮は当面「一国二制度」になる 192
 金正恩は民族の「象徴」になれるか？ 194
 統一朝鮮は核兵器を手放さない 196

第四章 中国の戦略

大中華思想を貫く宗主國

ランドパワー帝國はシーパワーに变身できるか？ 200
 シーパワー化は致命的な失策 207
 統一朝鮮と「中国の夢」 210
 共産党政権崩壊の火種は「朝鮮族自治州」問題 213
 中国による「沖縄の属国視」にどう反響するか？ 216
 永楽帝以来のシーパワー化は成功するか？ 218

歴史カードで「日韓問題」「日米離間」を図るが逆効果に	220
「琉球独立」問題と中国	222
「虎の尾」を踏んだ習近平	224
「共産党帝国」崩壊のシナリオ	226

第五章 台湾の戦略

シーパワー連合の要となる親日国

清まで台湾を併合できなかった	230
日本の台湾統治	232
蒋介石による知識人大量処刑	233
李登輝が台湾民主化を達成	236
台湾の二大政党「民進党」と「国民党」	237
トランプ政権が台湾に急接近	240

第六章 米国の戦略

モンロー主義vsウィルソン主義で揺れる超大国

米国外交は二つの戦略を行き来する	246
労働者ではなく資本家に迎合する民主愛	250
タタでは「世界の警察官」を引き受けない	253
米国が統一朝鮮に無関心に見える理由	255
米国は「統一朝鮮」の故も黙認する	257
米国の「対アジア戦略」は「対中経済戦争勝利」	258
ナショナリズム帰帰の米国は沖縄すら不要に	260
米軍のアジア戦略は多国同盟に再編	262
防衛最前線は「対馬海峡」ではなく「鴨綠江」に	263
米軍の北朝鮮攻撃の可能性は？	264

第七章 ロシアの戦略

スラヴ主義 vs 西欧主義で停滞する旧連合

東ローマ帝国の末裔、モンゴル帝国の遺産	268
シーパワー化で国を強ぼしたロシア	273
クリミア情勢は、東アジア情勢とリンクしている	275
ロシアの行動様式をウクライナ問題から学ぶ	276
長年の英露対決は日本に強く影響してきた	280
グローバリストのエリツィン路線を大転換したプーチン	282
プーチンから見た「統一朝鮮」	284
日露交渉の背後に米英の野心が見え隠れ	285
ロシアと中国は永遠の仮想敵同士	288
ロシアとの北方領土問題は中国を利する	290

第八章 そして日本はどうすべきか

シーパワー同盟結成と憲法改正問題

「国連による平和」は幻想である	296
「核シエアリテック」が「あいまい戦略」を検討すべし	300
日本はシーパワーを貫き、東アジアの覇権を確保	303
シーパワー英国と強固な同盟を組む	304
先進国並みの情報機関を設置し、スパイ防止法を制定する	306
改憲論議は国連憲章の活用で解決する	308

おわりに 311

文庫版あとがき 314

日韓関係史 木宮正史



ISBN978-4-00-431886-6

C0231 ¥840E

定価(本体840円+税)



岩波新書



1886

この対立に
終わりはくるのか
改善は可能なのか

冷戦から対決へ

衝突から競争へ

楽観から悲観へ

歴史問題、領土問題、文化交流、経済の成長と摩擦、安全保障、軍事独裁、民主化、アメリカ、中国、北朝鮮……

本書では、こうした日韓関係の展開過程を分析することで、「日韓関係がなぜこうまで悪化したのか」という問題を再考すると共に、「では、どのように取り組むべきであるのか」を考えるために必要な材料を提供したいと考える。

(序章より)



木宮正史 Tadashi Kimiya

日韓関係史

目次

序章 日韓関係の現状とそのダイナミズム 1

第二章 日韓関係の「前史」——一八七五〜一九四五年 9

 第一節 「西洋の衝撃」と日韓関係——対称性からの出発 11

 第二節 近代化をめぐる協力と対立——支配・被支配への帰結 15

 第三節 日本の植民地支配とその帰結——究極の非対称性 20

第二章 冷戦下における日韓関係の「誕生」 33

 ——一九四五〜七〇年

 第一節 日韓関係の初期条件 35

第二節	日韓国交正常化交渉Ⅰ——一九五〇年代	39
第三節	日韓国交正常化交渉Ⅱ——一九六〇年代	53
第四節	日韓関係の「一九六五年体制」——経済協力と安全保障	63
第五節	国民レベルにおける日韓「一九六五年体制」	70

第三章 冷戦の変容と非対称的で相互補完的な日韓関係 77

——一九七〇年代・八〇年代

第一節	米中・日中の和解と北朝鮮をめぐる日韓関係	78
第二節	米国の国号削減と日韓関係——日米韓関係から日韓関係へ?	87
第三節	日韓の非対称性と市民社会間関係の萌芽	96
第四節	「ポスト朴正熙」の日韓関係	105
第五節	非対称な日韓協力と対称化の諸側面	115

第四章 冷戦の終焉と対称的な日韓関係の到来 127

——一九九〇年代・二〇〇〇年代

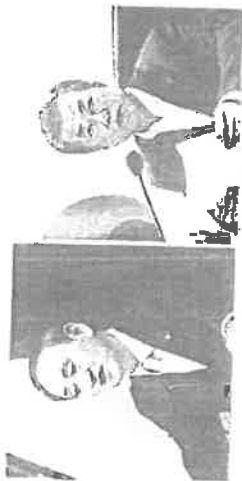
第一節	日韓関係の構造変容——非対称から対称へ	129
第二節	冷戦終焉と朝鮮半島への「配当」——南北関係の改善と限界	142
第三節	日韓歴史問題の浮上	148
第四節	日韓パートナーシップ宣言——対称関係の「理想型」	154
第五節	北朝鮮の核ミサイル問題 ——共通脅威に応じた相互補完的協力	166

第五章 対称的で相互競争的な日韓関係へ——二〇一〇年代 161

第一節	歴史問題の「拡大再生産」 ——「慰安婦」問題と「徴用工」問題	183
第二節	北朝鮮政策——目的における対称性と方法における非対称性	183
第三節	米中大国間関係——新冷戦への対応か、旧冷戦の解体か?	199
第四節	歴史問題から経済・安全保障の対立競争へ?	207

終章 日韓の「善意の競争」は可能か? 215

序章 日韓関係の現状とそのダイナミズム



菅義偉首相(左)と文在寅大統領(右)(提供：左 Carl Court/Getty Images、右 Handout/Getty Images)

日韓関係略年表

あとがき 241

参考文献 221

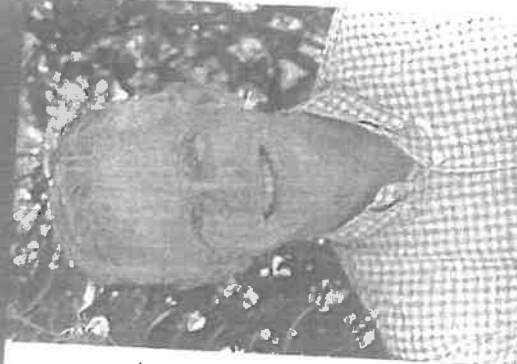
文春新書

1245

英語で味わう 万葉集

ピーター・J・マクミラン

英訳、原文、現代語訳、解説で楽しむ
新しい古典入門!



春過ぎて
夏来るらし
白たへの
衣干したり
天の香具山

英語に訳すと? (答えは巻末に)

英語で味わう万葉集

ピーター・J・マクミラン

文春新書

1245
¥700



9784166612451

ISBN978-4-16-661245-1

C0295 ¥850E

定価(本体850円+税)



1920295008507

Englishで古典の魅力を再発見!

Spring has passed,
and summer's white robes
air on the fragrant slopes
of Mount Kagu—
beloved of the gods.

文春新書

定価(本体850円+税)

はじめに 3

東の野にかきろひの 19

春過ぎて夏来るらし 持統天皇 16 川の上のゆつ岩群に 吹矢刀目 28
よき人のよしとよく見て 天武天皇 20 桑波の志賀の唐崎 柿本人麻呂 22
古の人に我あれや 高市果人 24 唐呼見の浦に舟乗りすらむ 柿本人麻呂 26
東の野にかきろひの 柿本人麻呂 28 采女の袖吹き返す 志賀皇子 30
うらさなる心さまねし 長田王 32

古に恋ふる鳥 37

ありつつも君をば待たむ 磐姫皇后 38 秋の田の穂の上に露らふ 磐姫皇后 40
我が里に大雪降り 天武天皇 / 我が岡の羅に言ひて 藤原夫人 42
我が背子を大和へ遣ると 大伯皇女 / 二人行けど行き過ぎ難き 大伯皇女 46

あしひきの山のしづくに 大津皇子 / 我を待つと君が濡れけむ 石川郎女 50
古に恋ふる鳥かも 弓削皇子 54 後れ居て恋ひつつあらずは 但馬皇女 56
人言を兼み言衛み 但馬皇女 58 石見の海角の浦回を 柿本人麻呂 60
石見のや高角山の 柿本人麻呂 / 笹の葉はみ山もさやに 柿本人麻呂 64
岩代の浜松が枝を 有間皇子 68
天の原振り放け見れば 倭太后 / 青麻の木幡の上を 倭太后 70
うつそみの人なる我や 大伯皇女 74 降る雪はあはにな降りそ 磯積皇子 76
鴨山の岩榎しまける 柿本人麻呂 78
今日今日と我が待つ君は 依羅媛子 / 直に逢はば逢ひかつましし 依羅媛子 80

奈良の都は咲く花の 87

淡路の野鳥の崎の 柿本人麻呂 88
燈火の明石大門に 柿本人麻呂 / 天さかる湖の長道ゆ 柿本人麻呂 90
鯛魚の海のはは良くあらし 柿本人麻呂 94 ものふの八十宇治川の 柿本人麻呂 96
近江の海夕波千鳥 柿本人麻呂 98

天地の分れし時ゆ 山部赤人 田子の浦ゆうち出でて見れば 山部赤人 100
 あそによし奈良の都は 小野老 104 憶良らは今は罷らむ 山上憶良 106
 なかなか人にあらずは 大伴旅人 108 世間を何に喰へむ 沙弥彌登 110
 我妹が見し瀬の浦の 大伴旅人 瀬の上に相延ぶむろの木 大伴旅人 112

瓜食めば子ども思ほゆ 117

君待つと我が恋ひ居れば 額田王 118
 み熊野の浦の浜木綿 柿本人麻呂 古にありけむ人も 柿本人麻呂 120
 未蓮女らが袖布留山の 柿本人麻呂 124 君がため醸みし待ち酒 大伴旅人 126
 相思はぬ人と思ふは 宇女郎 128 百歳に老い古出でて 大伴家持 130
 世間は空しきものと 大伴旅人 132 悔しかもかく知らませば 山上憶良 134
 瓜食めば子ども思ほゆ 山上憶良 銀も金も玉も 山上憶良 136
 我が園に梅の花散る 大伴旅人 140 若ければ通行き知らじ 山上憶良 142

月の舟屋の林 147

若の浦に潮満ち来れば 山部赤人 148 土やも空しくあるべき 山上憶良 150
 振り放けて若月見れば 大伴家持 152 天の海に雲の波立ち 柿本人麻呂歌集 154
 夕なぎにあさりする鶴 作者未詳 156 巻向の山辺とよみて 柿本人麻呂歌集 158
 朝霜の消ゆき命 作者未詳 160 玉侍の妹は花かも 作者未詳 162
 石走る雫水の上の 志貴皇子 164 春の野にすみれ摘みにと 山部赤人 166
 萩の花尾花葛花 山上憶良 168 我が背子と二人見ませば 光明皇后 170
 ひさかたの月夜を清み 紀少麗女郎 172 旅人の宿りせむ野に 作者未詳 174
 ひさかたの天の香具山 柿本人麻呂歌集 176 春さればしだり柳の 柿本人麻呂歌集 178
 朝影に我が身はなりぬ 柿本人麻呂歌集 180 恋ふるこゝ感めかねて 柿本人麻呂歌集 182
 相見ては面隠さるる 作者未詳 184 玉かつま逢はむと言ふは 作者未詳 186
 紫は灰さすものぞ 作者未詳 188

神の薙に 191

- 逢坂をうち出でて見れば 作者未詳 193 筑波嶺に雪かも降らる 東歌 194
- 多摩川にさらす手作り 東歌 196 借鏡なる千曲の川の 東歌 198
- 君が行く海辺の宿に 作者未詳 200 君が行く道の昼手を 狭野弟上總子 202
- 家にありし籠にかき刺し 聖德太子 204 さし鏡に湯沸かせ子ども 畏悪寸重吉麻呂 206
- 虎に乗り古屋を越えて 地部王 208 法師らがひげの剃り杭 作者未詳 210
- 弥彦神の薙に 作者未詳 212 紅はうつろふものぞ 大伴家持 214
- 春の菫紅にほふ 大伴家持 216 朝床に聞けば通けし 大伴家持 218
- 春の野に霞たなびき 大伴家持 / 我がやどのいささ群竹 大伴家持 220 222
- うらうらに照れる春日に 大伴家持 224 父母が頭掻き撫で 防人歌 226
- 韓衣袴に取り付き 防人歌 228 防人に行くは誰が背と 防人歌 230
- 新しき年の初めの 大伴家持 232

万葉集の世界へ 237

万葉人の生き方を垣間見る / 万葉集とシャーマニズム / 『万葉集』の成り立ち / 漢字表記の冒険 / 結びにかえて

謝辞 271

万葉百歌 こころの旅

松本章男
Matsumoto Akiyo

万葉百歌 こころの旅



9784087211498



1920295008200

ISBN978-4-08-721149-8

松本章男 (こころの旅)
一九三三年、京都市生まれ。京都大学文学部仏文科
役職修業を経て、随筆家。『西行 その歌への生涯』
『万葉百歌』著者。『京の萬葉道』(平凡社カク)『新
あるく』(集英社新書)、『新編万葉集』(集英社)、『
万葉百歌』(中公新書)、『新編 後鳥羽院』(平凡

万葉集の日本は、
国としていた。播磨の段階にあった。(まじ)

歌を詠むとは、
生活そのものを自覚する行為に
ほかならなかつたのであり、
あらゆる作に細朴で逞しい
気概があふれている。

万葉歌の鑑賞はそれゆえか、
現代社会の疲弊した空気をしか
呼吸してない私たちに、
思いがけない衝撃と感嘆を、
もたらす。鑑賞の鑑賞を、
もたらしてくれる。

(まじ)

C0295 Y826E 定価 本体620円+税
集英社新書ホームページ <http://shinsho.shueisha.co.jp>
集英社新書プラス <https://shinsho-plus.shueisha.co.jp>



はじめに	3
万葉百歌撰〔一〕	11
——野守は見ずや君が袖ふる 他5首	
万葉百歌撰〔二〕	23
——上山を弟背と我が見む 他9首	
万葉百歌撰〔三〕	35
——心もものに古へ思ほゆ 他5首	
万葉百歌撰〔四〕	47
——打鞆わたす汝が米と思へば 他3首	
万葉百歌撰〔五〕	53
——まご咲くやとの梅の花 他3首	
万葉百歌撰〔六〕	59
——草へをさして田鶴鳴きわたる 他4首	
万葉百歌撰〔七〕	69
——三諸戸山をゆきしかば 他5首	
万葉百歌撰〔八〕	81
——ゆき起る丘の秋萩は 他4首	
万葉百歌撰〔九〕	91
——滝の浦を見ずかなりなむ 他3首	

万葉百歌撰〔十〕	103
——春の柳は萌えにけるかも 他5首	
万葉百歌撰〔十一・十二〕	115
——山桜戸を開けおきて 他4首	
万葉百歌撰〔十三・十四〕	127
——本辺にはあしび花咲き 他4首	
万葉百歌撰〔十五〕	139
——漣潮満ち来いまだ飽かなくに 他5首	
万葉百歌撰〔十六・十七〕	151
——雁がねは伎ひに来むと 他5首	
万葉百歌撰〔十八〕	165
——さ百合花ゆりも逢はむと 他5首	
万葉百歌撰〔十九〕	177
——沈く石をも玉とぞ我が見る 他6首	
万葉百歌撰〔二十〕	189
——いませ母刀自おめ姿はりせず 他8首	
百首通覧	207
おわりに	218

小林よしのり
Yoshinori Kobayashi

宮沢孝幸
Takayuki Miyazawa

コロナ脳

日本人はデマに殺される

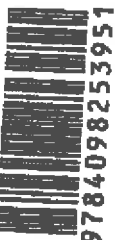


発売即重版!
これがテレビでカットされ
ネットでも削除された

リアルコロナ脳

定価902円(10%税込)

小学館新書



9784098253951



1920256008207

ISBN978-4-09-825395-1

C0236 ¥820E

定価：本体820円＋税

小学館

小林よしのり こばやし・しのり

1953年福岡県生まれ。漫画家。「東大一直線」でデビュー。「おぼっちゃまくん」でギャグ漫画に旋風を巻き起こす。92年スタートの「ゴーマニズム宣言」は新しい社会派漫画、思想漫画として話題に。近著に、「コロナ脳」。

宮沢孝幸 みやざわ・たかゆき

1964年東京都生まれ。兵庫県西宮市出身。東京大学農学部獣医畜産医学科、東京大学大学院農学生命科学研究科博士課程獣医学専攻修了。獣医学博士。現在、京都大学ウイルス・再生医科学研究所ウイルス共進化分野准教授。

テレビに洗脳された日本人よ
コロナ脳をテマに
騙されるな!

第1章 1年たつてわかったデマと真実
第2章 コロナ全体主義の恐怖
第3章 テレビが伝えない科学的真実
第4章 専門家の政治家
第5章 腰砕けの政治家
第6章 いますべきことは何か

小林よしのり
宮沢孝幸

新型コロナ 小学館新書 395

まえがき 3

第1章・1年たつてわかったデマと真実 11

インフルエンザより怖くない。／「コロナのほうが死者が多い」は間違い／的外れな過剰対策／死者が連るパンデミック。／女性の自殺が増／「コロナの死者は一人も出さない」という愚想／高齢者が1か月寝たまりになれば

第2章・コロナ全体主義の恐怖 33

異論を認めないデマ／「努力回廊こそ救済」／マスクは「コロナ論」を無視／エーチューブが動画を削除／マスク警察／自衛隊の総本部はマスク／五川徹は完全なる素人／「自由を捨てさせてくれ」と願う人々／お化け屋敷でキターキター言つてと同じ

第3章・テレビが伝えない科学的真実 63

PCR検査陽性＝感染者ではない／どうやって感染するのか／コロナウイルスの正体／消毒は必要。／広島市70万人検査の無意味／PCR検査が混乱の元／変異株は怖いのか／変異株は世界同時多発／ウイルス干渉は起きているのか／ワクチンは本当に効果はあるのか／夏に効いたワクチンが冬に効くか／私は打たない

第4章・専門家の正体 107

ゼロリスクなら誰でも言える／正しいことを言うように見える／8割おじさんの罪／飛沫のシミュレーション／WHOは日本を見ていない／医師会は国民を憐れ／外科医でも人工呼吸器の操作はできる

第5章・腰砕けの政治家	139
<p>コロナ差別／医師と看護師に月100万円出せ！／コロナを感染 症5類相当に／改正特措法は憲法違反だ／政治家がマスコミに煽 られ腰砕け／シルバー民主主義</p>	
第6章・いままぐさとは何か	163
<p>日本は集団免疫戦略でOK／本当に意味のある対策だけに／恐怖 が生み出す後遺症／海外往来の禁止の是非／洗脚を解け</p>	
おまけ	187

第1章

1年たってわかったデマと真実

新・大学序列

なぜ関関同立・産近甲龍の
学生数は急増したのか

川村 稲造

元大学理事

『新・大学序列』

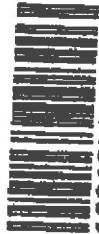
ISBN978-4-12-150734-1

C1237 ¥820E

定価 本体820円+税!



9784121507341



1921237008203

激変する大学序列に 今すぐ備えよ!

少子化や各種改革の中で激変する大学。銀行員から経営者、教授を経て学校法人常勤理事を務めた著者によると、大学の指標にも変化は起きており、過去の「偏差値頼り」の大学序列は変わらざるをえないと喝破する。学校に融資する銀行員として、学校のトップや教職員として、そして学生から見て強い大学とは？なぜ近畿・関西地区の私大が関東に先駆けて浮上したのか。「新・大学序列」で、伸びる大学、消える大学を見定めよ！

20th
中公新書
ラール

データで
解説

新・大学序列
激変!

関関同立
産近甲龍
MARCH

関西大 関西学院大 同志社大 立命館大
京都産業大 近畿大 甲南大 龍谷大
明治大 青山学院大 立教大 中央大 法政大

5.1%増↑
2.5%増↑

207ページ
2019年度
学生数増加状況

定価902円(10%OFF)

川村 稲造

中公新書ラール

734

はほとんど触れることはできなかったことを、ここでお詫び申し上げます。

一方で、ただでも乏しいこの時期、不透明極まりない大学業界の先行きをテーマとした新書ということで、中央公論新社、ならびに書籍編集局／インフィクション編集部の方々にはひとかたならぬお世話になり、心から感謝しています。

12

目次

はじめに 3

著者の持つ4つの視点について／いよいよ始まる大学の長期的構造不況
／開闢同立とMARCHほか、各大学の実績データを比較する／本書の
臂長——考える根拠を一般公開された情報データに限定する

第二章 大学序列が崩れるとき…………… 21

大学業界にこれから先、何が起きるのか

なぜ「大学序列」は変わらざるを得ないのか／ありえない「不況知らず」の大学業界／奇跡的幸運に恵まれてきた大学業界だが／大学事業は「規模の経済」に支配されている／大学業界を待ち受ける4つの苦難とは／この先一部の大学は消滅せざるを得ない／大相撲より明白な大学の書付表／大学は上位30%が全学生数の75%を抱えている

第二章 「外部者視点」で見た大学序列 39

なぜ関関同立・産近甲産の学生数は急増したのか

中規模大学ほど「厳しい」時代の到来／選手門学院大学の事例で見る中規模大学の生き残り／関東より関西私大のほうが学生数伸び率が高い／学生数はどのように増やせるのか／「探真」より「将来の学生数確保」を優先した関西私大／関西私大で先に危機感が高まったのはなぜか／「外部者視点」で注目の5大学——関西学院、立教、上智、同志社、神戸学院／5つの大学の共通点と学ぶべきポイント

【コラム】大学教員側の視点 62

第三章 「学生視点」で見た大学序列 69

強いのは総志願者数の近畿・立命館か、
実人数の法政・明治か

ますます重要とされる「募集力」／総（延べ）志願者数」と「実志願者数」の違いとは／募集人員数と総志願者数はほぼ同じでも倍率と併願率が異なる理由／高校教員、高校生は何を基準に志願先を選ぶのか／大学選びの三大要素——国公立・偏差値・知名度／偏差値分布と過去の変化から読み解くと／「オープンキャンパス」が学生から求められる三つの理由／進学率は「在学生視点」を示す重要な指標である／進学率と大学序列の間の相関関係／「学生視点」で注目の5大学——法政、明治、近畿、立命館、千葉工業／注目校の共通点と学ぶべきこと

【コラム】進む学生の「均質化」 101

第四章 「教職員視点」で見た大学序列 107

科研費実績の増減は何を表しているのか

教職員視点で大学序列を考えるなら／学生数微増、大学数大幅増、教職員人数激増という不思議／4年制大学の教と定員率が増えたことで変化

した学生の質／教職員業務が変わった理由①——アクティブラーニングの導入／教職員業務が変わった理由②——多忙化／職員の業務が変わった——「事務」から「面倒見」と「営業」へ／科研費の配分額：過去10年（2009～19年）上昇率上位大学のリストの意味／研究力ランキング情報の読み方と使い方／教職員視点」で注目の4大学——立命館、京産、東京理科、中京／注目校の共通点と学ぶべきこと

「PISA」PISSAの順位低下が示すもの 132

第五章 「経営者視点」で見た大学序列 141

教育投資の継続がその経営を支える

経営者は「財務比率」と「組織人事制度」を見る／「財務」で見るとき最重要ポイントとは／人件費と教科研費の資金配分から読み取れるもの／経営陣の将来展望が二分化／経営課題の優先順位はこれでいいのか／人件費の高さが教科研費を圧迫している大学の典型的症状／なぜ教員の個

人業績評価導入は進まないのか／なぜ学生の授業評価が人事評価に直結しないのか／メタイアによる「教科研」指標の見方／大規模大学ほど格付けが高い傾向があるのはなぜか／「経営者視点」で注目の2大学——東京理科、老舗工業／過去の夢を追ってはいけない

第六章 「新・大学序列」はどのような 173

少子化と公開情報で進む再編

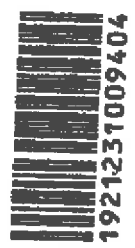
50年以上も進展のなかった「大学改革」だが／50年前の「四六答申」／30年前の「大綱化」／16年前からの「改革提言」／外部者から続く改革への圧力／全国学生調査60万人ネットアンケートの意味と今後／大学業界を動かす「学生減少」と「大学情報」

「公開情報」および「参照・参考文献」の一覧表（本書掲載分） 202

米中対立
中公新書 2650



9784121026507



1921231009404

ISBN978-4-12-102650-7

C1231 ¥940E

定価 本体940円+税

米中対立

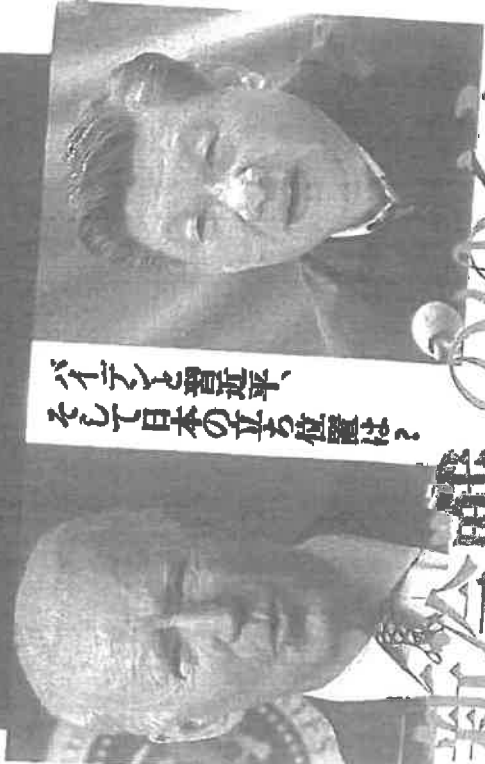
佐橋 亮 著



佐橋 亮 著

米中対立

アメリカの戦略転換と分断される世界



バイデンと習近平、
そして日本の立ち位置は？

新冷戦のゆくえ

中公新書 2650 定価1034円(10%税込)

激化する「新冷戦」
日本はどうする？

中公新書  2650

アメリカの関与政策が
生んだ「異形の大国」

米中対立
佐橋 亮 著

「中国は唯一の競争相手」——バ
イデン米大統領がこう明言するよ
うに、近年、米中の角逐は激しさ
を増している。貿易戦争、科学技
術開発競争、香港・台湾問題……。
米国の対中姿勢は関与・支援から
対立へとなぜ一変したのか。西国
のリーダーが誰になろうとも、今
後も対立が続き、緊張緩和はない
のか。国交回復から現在まで、五
〇年にわたる米中関係をたどり、
分断が進む世界のなかで、日本の
とるべき針路を考える。

はじめに

序章 米中対立とは何か	3
第1章 関与と支援	25
— 対中政策における主導派の形成	
第1節 胎動する米中関係と対中支援	29
第2節 天安門事件	41
第3節 固定化されていく関与	46
第2章 不確かなものへの恐怖	57
— 中国要求論の胎動	
第1節 中国への要求と懸念	60
第2節 アジアの安全保障における中国	67
第3節 アジア政権における検討	75
第4節 民主化した台湾への冷遇	82
第3章 高まる違和感	89
— 台頭する中国と出会ったオバマ政権	
第1節 対中外交の重視	92
第2節 アジア政策の立て直し	98
第3節 急速に高まっていく中国への警戒	110
第4節 台湾をみつめる視線の逆転	120
第4章 関与政策の否定へ	127
— トランプ政権と中国	
第1節 貿易戦争と対中強硬論の融合	128 132
第2節 コロナ後に加速する強硬姿勢	148

第3節	大胆に強化された米台関係	158
第5章	アメリカのなかの中国	165
	— 関与と強硬姿勢、それぞれの原動力	
第1節	関与の原動力としての国内アクター	170
第2節	変化を引き起こした国内アクター	180
第6章	米中対立をみつめる世界	209
第1節	ヨーロッパ	213
第2節	インド太平洋	220
第3節	台湾	236
第7章	今後の展望	241
	— 米中対立はどこに向かうのか	
第1節	米中はなぜ、どこまで対立を深めるのか	245
第2節	米中対立と冷戦の教訓	257
	おわりに— バイデンと習近平、そして日本の立ち位置	269
	あとがき	281
	主要参考文献	302
	索引	308

図表作成／アヲルハイ

大正史講義目次

はじめに

日は谷樺打ち事件と大衆の登場／大隈チーム／朴烈選挙事件 筒井清忠 011

第1章 大正政変——第二次院選運動

用語としての「大正政変」／何が壊れたのか／なぜ壊れたのか／どう壊れたのか／異形の運動／何が残ったか 村瀬信一 023

第2章 大隈内閣成立と大隈チーム

シーメンス事件と山本内閣の退陣／次期内閣は誰に／大隈人気の背景——文明運動と人生二三五 眞辺将之 039
常識／大隈内閣の期と政綱／選挙での圧勝／言論選挙／の内実／内閣のその後と評価

第3章 第一次南京事件から対中強硬政策要求運動へ

転換期の内と外／辛亥革命の勃発と日本外交／第二革命の勃発／中立方針の維持と国際協調・内 武田知己 057
政不干渉への変化／対外運動の予兆／阿部守太郎暗殺と運動／日本は転換に適合できたのか

第12章 日露戦争後の日米関係と石井・ラニング協定 高橋秀介 219
 国際環境の転変と日露戦争後の日米関係／滿州問題をめぐる日米対立／移民問題をめぐる日米対立／ドル外交の展開と日米経済関係の深化／石井・ラニング協定

第13章 ワシントン会議——海軍軍縮条約と日英同盟廃棄 中谷直司 235
 会議の経緯／日本の会議準備と全権の顔ぶれ／海軍軍縮交渉の開始——ヒューズ国務長官の「頻りに演説」／海軍戦力の保有比率をめぐり日米対立と決着／四國条約の成立と日英同盟の廃棄／九國条約と中國関税条約の成立／「膠濟路」の取返決議と山東問題の決着／おわりに——会議の意義をめぐり論争

第14章 新入会——エリート型社会運動の開始 古川江里子 253
 新入会とは？——前期新入会と後期新入会／発足の経緯——国内外の改革の気運の申し子としての新入会／結成とその活動——機關誌の発行と労働組合の指導／改組と前期新入会会員のその後／後期新入会——学生団体としての再出発／ラディカルな共産主義的組織化／京都学生事件／再び新入会とは？——その歴史的意義を問う

第15章 社会運動の諸相 福家崇洋 273

初等社会運動から大正デモクラシーへ／ロシア革命と本國動向／発起する学生運動／組織の展開／大衆運動／メディアの対立と各運動への影響／大衆大衆の組織と「レフト」設置／國軍大衆と社会運動の転換

第16章 女性解放運動——「青嵐」から婦選獲得同盟へ 津藤久美子 291
 前史——明治近代化と家制度／「青嵐」の創刊——「元来、女性は太陽であった。」／新しい女性の主張／働く女性の増加と母性保護論争／新婦人協会の創立——初めての政治運動／新婦人協会の歴史と意義／國軍大衆と女たちの一票の要求／婦選獲得同盟の発会——普遍の次は婦選

第17章 国家改造運動 福家崇洋 313
 国家改造運動の位階／日中印革命の交錯と三五会／「改造運動連絡機関」老社会／新存社と「雄叫び」創刊／宮中某重大事件と東京選歌問題／新存社の解散

第18章 宮中某重大事件と皇太子訪欧 黒沢文貴 339
 大正期の天皇制をめぐり二つの暗幕／大正天皇の病状の進展／皇太子教育への批判と洋行論の噴出／「是」としての統治権者の責任の重畳性／宮中某重大事件の勃発／原敬首相の立憲／新約交東后対運動と洋行反対運動／純血論を保持する皇后と皇／國体論の二側面としての純血論と人倫

編・執筆者紹介

凡例

- * 各脚本の「さらに詳しく知るための参考文献」に掲載されている文獻については、本文中では(著者名 著書名)という形で記した。
- * 固有名称(地名・人名等)のローマ字綴りとして統一に改めた。
- * 注釈の本文など引用資料のカタカナ文はひらがな文に改めた。

はじめに

筒井清忠

↑日比谷焼打ち事件と大衆の登場

大正時代というのは一言で言えば、大衆の登場が始まった時代である。そしてその大衆が現れたのは、明治末期の日比谷焼打ち事件においてであった。

日比谷焼打ち事件とは一九〇五(明治三八)年九月五日、日露戦争の講和条約に反対する国民大会が暴動化したものである。吉野作造は言う。「民衆が政治上に於て一つの勢力として動くという傾向の流行するに至った初めは、矢張り三十八年九月からと見なければならぬ」(吉野作造「民衆運動の嚆矢」『中央公論』一九一四年四月号)。

警視庁はあらかじめ講和反対国民大会の禁止を決定し、会場の日比谷公園を封鎖していたが、大量の参加者が警官隊を突破。その後、二重橋・京橋新富座・内相官邸等で群衆と警官隊が激しく衝突し、政府寄りの国民新聞社も攻撃した。さらに夜には、市内各所の警察署、派出所。

第4編 第一次世界大戦と対華二十一条要求

奈良岡徳信

073

第一次世界大戦と日本／日本の参戦／参戦の経緯／二十一条要求の策定／二十一条要求をめぐる外交交渉／全章内容とその後

第5編 大戦ブームと「貧乏物語」

牧野邦昭

093

「天祐」としての第一次世界大戦と大戦ブーム／読者の読解活動と「成金時代」／「貧乏物語」の循環／日本の貧乏と「貧乏な日本」／米価暴騰と米騒動／昭和に持ち越された経済問題

第6編 寺内内閣と米騒動

渡辺滋

109

首相就任までの経緯／組閣までの経緯／議会の状況／選挙への対応／各種の委員会・会議の設置／政策／軍事動向／軍事関係の施策／科学研究の体制整備／重工業の育成策／財政政策／言論統制／米騒動／総辞職／後継者問題／寺内と山県有朋

第7編 原敬政党内閣から普選運動へ

李武嘉也

133

はじめに—「デモクラシー」と「改選」／原内閣の積極政策—目標から体制へ／普選への道のり—時期尚早か、即時断行か／原内閣の選挙法改正—世界の犬勢か、社会の秩序か／一九二〇年二月一日—対決の日／おわりに—普選の受容

第8編 日露戦争会議、ヴェルサイユ条約、国際連盟

藤原初政

147

日露戦争会議／国際連盟の設立／ヴェルサイユ条約／国際連盟の発見と初期の活動／日本と国際連盟

第9編 人種差別撤廃提案

廣部 泉

165

人種差別への懸念／日本代表の動き／連盟規約第二一条廃案となる／瀧田清一と重首相／日本政府の变化／前文への挿入失敗する／山東問題と人種差別撤廃提案／四月二十八日の総会／振り返って

第10編 三一独立万歳運動と朝鮮統治

水島広紀

181

寺内不信任の経緯／李王の回葬／樺原の火／高麗突と内務官僚たち／大正デモクラシーの申し子／寺内の「武断」と養護の「文化」／朝鮮重工業化への布石／李瑛・方子夫妻の訪朝

第11編 シベリア出兵からソ連との国交樹立へ

麻田雅文

201

第一次世界大戦の一作戦として／出兵宣言と国内世論の反響／決められた進出範囲／コルチーノ政権の崩壊／アメリカ軍の撤兵／尾博事件／撤兵に代償を求めて／ウラジオストクからの撤兵／日ソ基本条約の締結と撤兵完了

論／宮中未重大事件の余波

第19章 関東大震災後の政治と後藤新平

柄井清忠

349

はじめに／第二次山本権兵衛内閣の成立／山本内閣と新聞世論／山本内閣と政友／後藤・犬養と
病免運動／新党計画の挫折／後藤政界と後藤の挫折／小括

第20章 排日移民法抗議運動

渡邊公太

371

「排日移民法」の衝撃／抗議運動の第一波／各種団体による抗議運動／抗議運動の第二波／最後
の抵抗／アジア主義への傾斜／排日移民法抗議運動の教訓

第21章 「軍縮期」の社会と軍隊

高杉洋平

386

「坂の上」としての大正／大衆の時代／軍部大臣現役武官制廃止（軍部大臣任用資格改正）／
軍部大臣武官制の運用実態／軍縮（山本軍縮・宇垣軍縮）／宇垣軍縮の陰謀／絶力戦（国家総動
員）／「軍縮期」の教訓

第22章 第二次護憲運動と加藤高明内閣

小山俊嗣

409

大正末期の政界変動——青柳内閣の成立と政友会分裂／護憲三派提携の底流／清澤重吾内閣の成

立と承天寺西園寺公良／第二次護憲運動の発生／第二次護憲運動の地方における影響／護憲三派内
閣の成立／男子普通選挙法と治安維持法の制定／軍立附随／第二次内閣と加藤首相の死

第23章 若槻礼次郎内閣と「劇場型政治」の開始

柄井清忠

427

第一次若槻礼次郎内閣と劇場型政治の開始／第一次若槻礼次郎内閣の成立／松島遊説事件／陸軍
機密露出事件／朴烈提写真事件／若槻内閣の評価と劇場型政治の開始

第24章 中国国権回復運動

岩谷将

437

はじめに／旅順・大連回復運動／長沙事件／土地商租権（貸借權）無効問題／五・三〇事件

第25章 破綻する幣原外交——第二次南満洲事件前後

渡邊公太

459

高まる中国ナショナリズム／北京関税特別会議／第一次北伐／第二次南満洲事件／反共クーデター
とその余波

第26章 大正天皇論

梶田明宏

481

幼少時代の養育と教育／皇統制度からみた近代最初の皇太子／結婚と全国行啓／天皇として／病
気の進行と政敵攻撃／忘れられている天皇／あらためて「大正天皇」を考える

新潮新書 Brevity is the soul of wit,
and tediousness the limbs and outward flourishes.

中村清次
M.K. Nakamura

シルクロード

流沙に消えた西域三十六か国

「NHK特集 シルクロード」
取材班団長が40年にわたって、
今なお眠る、遥かなる謎を追う。

楼蘭の美女の秘密
さまよえる湖 ロプ・ノールの真実
消えた財宝

新潮新書 905

シルクロード 流沙に消えた西域

中村清次



中村清次 五かなるせじ

一九三九(昭和十四)年 東京生まれ
年、東京大学文学部西洋史学科卒業後、NHK番組制作を経て、一年の「NHK特集 シルクロード」を務める。現在もNHK文化センター講座の講師を務めている。



9784106109058



1920222007207

ISBN678-4-10-610805-8
C0222 ¥720E

◎定価：本体720円(税別)

- 序章 遥かなるシルクロード
- 第一章 「楼蘭の美女」は、どこから来たのか
- 第二章 「さまよえる湖」が、もうさまよわない理由
- 第三章 「タクラマカン」は謎の巨大王国なのか？
- 第四章 絹と玉の都、ホータン王国の幻の城
- 第五章 建国の夢が滅びの始まり
——シンド人の悲劇
- 第六章 奪われた王女
——龜茲王、烏孫王女を婿とするに誓う
- 第七章 玉を運んで四千キロ
——謎の民族・月氏の正体
- 第八章 楼蘭・鄯善王国の消えた財宝
——天下の大金持を王の美妾
- 第九章 仮面をつけた巨人の謎
- 第十章 幻の王族画家が描いた「西域のモナ・リザ」
- 終章 シルクロードはなぜ閉じられたのか
——捨てられた楽園

シルクロード 巻物に描かれた西域三十六国 目次

序章	逃がなるシルクロード	12
第一章	「楼蘭の美女」は、どこから来たのか	39
第二章	「さまよえる湖」が、もうさまよわない理由	51
第三章	「タクラマカン」は誰の巨大王国なのか？	61
第四章	絹と玉の都、ホータン王国の幻の城	74
第五章	建国の夢が飛びの始まり——ソグド人の悲劇	87
第六章	奪われた王女——魯班王、烏孫王女を婚さずに養とする	104
第七章	玉を運んで四千キロ——謎の民族・月氏の正体	126
第八章	楼蘭・鄯善王国の消えた財宝——天下一の大金持ち王の末路	136
第九章	仮面をつけた巨人のミイラの謎	148
第十章	幻の王族国家が描いた「西域のモナ・リザ」	158
終章	シルクロードはなぜ閉じられたのか——捨てられた敦煌	172
おわりに		187



9784004318873



1920236008405

ISBN978-4-00-431887-3

C0236 ¥840E

定価 (本体840円+税)



異文化コミュニケーション学 鳥飼玖美子



岩波新書

文化とコミュニケーションの多義性を考えれば、異文化コミュニケーションとは、あらゆる「他者との関係構築」「異質性との相互行為」を包摂する実に幅広い概念である。
(例、科学コミュニケーション、医療コミュニケーション、授業内コミュニケーション、ビジネスコミュニケーション、通訳翻訳コミュニケーションなど) (本書より)

違いがあっても、語りあえる
価値観、背景が多様ないまこそ、
知っておきたい

50を超える、
韓国はじめ海外の
ドラマや映画を、
〈生きた事例〉
として学ぶ

岩波新書

1887

Love You]、[Pinocchio]、[ドクター異邦人 Doctor Strangers] (以上、2014)、[相続者たち The Heirs]、[君の声が聞こえる I Hear Your Voice] (以上、2013)、[Secret Garden] (2010)、[彼らが生きる世界 Worlds Within] (2008)、[雪の女王 The Snow Queen] (2006)、[私の名前 はキム・サムスン My Lovely Samsoon] (2005)、[Ireland] (2004)。

映画 *Nomadland* (2021)、[パラサイト——半地下の家 族 Parasite]、*The Professor and the Madman*、*Bowditch!* (以上、2019)、*RBG, On the Basis of Sex*、[The Negroization] (以上、2018)、[Confidential/共助]、[Swindlers] (以上、2017)、*Ocho Apellidos Catalanes* (2015)、*Ocho Apellidos Vascos*、[王の涙——イ・サンの決断 The Fatal Encounter] (以上、2014)、*The Lunchbox* (2013)、[Late Autumn 晩秋]、[愛してる、愛してない Come Rain, Come Shine] (以上、2011)、*The King's Speech* (2010)、[百 万長者の初恋 A Millionaire's First Love] (2006)、*Dances with Wolves* (1990)、*Les Paraphistes de Charbonny* [シエール プールの雨傘] (1964) など。

この一覧は、すべて筆者が視察し執筆の参考にしたものである。本文で普及できなかった作品もある。記載されていても実際に観ていない作品は「一覧」からは除外した。作品タイトルは原則として原語とし、英語以外の作品には日本語タイトルか日本語訳を入れた。韓国作品は、英語タイトルを使用し、必要に応じて日本語タイトルを掲載した。

目次

はじめに

コロナ禍での異文化コミュニケーション/三角測量法
この本で参照したドラマと映画

1 「文化」とは何か	1
2 文化の定義	2
「文化」の理解/言語と文化の多様性/「異文化理解」とは/「文化」が指すもの/目に見えない文化/日本人による「文化」の定義	
3 「普通文化」と「個別文化」	9
普通か、個別か/総引きできない文化	
4 異文化接触	12
他者との出会い/文化の邂逅と摩擦	
5 異文化通心	15
異文化感受性の発達モデル/異文化適応能力	
6 他者と差異 共感と寛容	21
異なる文化と接した時/感情移入としての「共感」/寛容/Stand by Your Man/Save the Last Dance for Me	
7 多文化共生	36
異質性を含めること/「インクルージョン」とは	
8 多文化社会における通訳と翻訳	43
機械翻訳の登場/言語と文化の橋渡し/2種類の翻訳	

2 「コミュニケーション」とは何か	49
1 コミュニケーションとは	50
2 異文化コミュニケーション 他者としての自然/自分自身との対話/異文化コ ミュニケーション研究の軌跡/幅広い領域	51
3 コミュニケーションをめぐる研究 言語コミュニケーション/相互行為と話し手の意図 /「会話の協調原理」/コミュニケーションの6機能 / SPEAKING/「参与フレームワーク」/話し手の役 割/聞き手の役割/「発声体」としての話し手	55
4 「コミュニケーション能力」 言語の社会的規範/異文化コミュニケーション能力	71
5 異文化コミュニケーションの可能性 コミュニケーションへの意欲/意欲喚起と動機づけ	74
6 言語、文化、複言語能力 言語と文化は不可分/言語慣習/複言語の韓国ドラ マ/「失われた時を求めて」にみる詩的機能/「そ も」の言葉/時間は語る/言語の距離と文化の距離	78
7 非言語コミュニケーション 身ぶりや表情/声色や語調/沈黙/空間は語る	94
8 科学コミュニケーション 専門用語をどう説明するか/ドラマにみる科学者の 思考とことば/科学の真理と人間の言葉/メタファ ー/対話するロボット/「自分の夢を追いなさい」/ 科学者を育てる/教育者として/「ある時は一人で、 ある時は共に」/答えがあるからでなく	101
9 ビジネス・コミュニケーション 利益に結びつくもの/英語での交渉術/人の心を短	121

時間でつかむ

3 ジェンダー、コミュニケーションの 破壊と修復、そして自立	129
1 「そんなことしか言えないの?」 男女の対話は異文化コミュニケーション/コミュニ ケーションと性差/日本における女性とコミュニケ ーションの問題/セクハラとコミュニケーション/ 職場でのセクハラ/証言する	130
2 コミュニケーションの断絶 家庭内でのコミュニケーション離脱/コミュニケー ション不全の原因/言葉で他者を動かす/観察力と 洞察力/コミュニケーションへの意欲と自信/聲を つく/絶望的なわかり合えなさ/コミュニケーション 破壊の修復は可能か	145
3 自立とは 自立への希求/自立への模索/「自立」と「自律」/ 支え合う「自立」	157
4 ギンスバーグ執筆と女性の自立 法科大学院に入学した女子学生/家庭とキャリアの 両立/男性社会の法曹界/衆の反発/「性差別は違 意」で断絶/「社会は変化している」/論理性と柔軟 性の法廷コミュニケーション/日本の女性たち	168
4 言語、権力、アイデンティティ	175
1 コミュニケーションを左右する 「象徴的な力」 権力の存在/韓国の財閥/アイデンティティ	176

2	英語帝国主義	181
	帝国主義と言語／英語支配という現象／英語が出てくるドラマ／「愛の不時着」にみる北朝鮮の英語事情	
3	「同化政策」という名の母語剥奪	191
	ドラマにみるカナダの歴史／カナダの同化政策／「私はバカじゃない」／米国の「同化政策」	
4	新大陸発見と異文化コミュニケーション	198
	他者との遭遇／アボリジニー／マオリ／言語と「帝国」	
5	言語とアイデンティティ	203
	スペイン映画にみる言語とアイデンティティ／アイデンティティとしての「姓名」／姓をめぐって／名前のこだわり／英国とウエールズ／ウェールズを訪れて／民族主義教員との出会い／チャールズの恩い／ウエールズでのスピーチ／Do I have a voice?／王室の「声」／ことは翼を与えてくれる	
	あとがき	229
	注一覽	233
	主な参考文献	237

1

「文化」とは何か

変貌する未来

世界企業14社の次期戦略

ワーリエ・ジャホン 編
 フェイスブック、グーグル、アマゾン、
 スペースX、ネットフリックス、シヨッピファイ、
 ヒオンテック、トタル、TSMC……



GAFAM、スタートアップ、レガシー
「今日の社会」を変えていく14社の素顔
 これが次代の世界標準だ

講談社現代新書

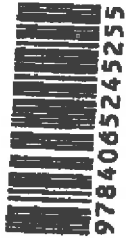
変貌する未来

ジャホン・ワーリエ 編

講談社現代新書

2625

ISBN978-4-06-524525-5
 C0234 ¥900E (0)



9784065245255



1920234009008

定価：本体900円 (税別)

海外メディアだから書けた—— GAFAMから 業界注目のスタートアップまで 世界企業が描く未来像

フェイスブック 5年先のロードマップ
 グーグル アルファベットグループの未来
 アマゾン クレオ・ベソスの帝国
 マイクロソフト ハンテックと次世代のテクノロジー
 アップル フライハシー便箋と運命花が21世紀の脅威
 スペースX イーロン・マスクが宇宙人飛行まで
 ネットフリックス 人々を自宅に釘付けにした創業者の苦闘
 ショッピファイ 「アマゾン」の対抗馬として注目される理由
 リワイアン 「次のテスラ」を輩うEVスタートアップ
 ヒオンテック 新型コロナウイルスはなぜ開発できたのか
 トタル 石油メジャーCEOが見る「コロナ後の西欧と中国」
 ハランティア 主要の株方が善後か、国のビッグデータ企業
 TSMC 台湾の半導体企業、興り勝ちの理由
 アリババ 「競争の日」誕生の真実
 シリコンバレー…… クリーニング2.0の未来

グーグルやアップルのCEOが自らの口で語ったビジョンはどのようなものか。新型コロナウイルスを驚くべき速度で開発し、世界を救ったビオンテックの創業者夫妻が次にめざすのはどんな世界か。そして、ハラリが指摘するようにテクノロジーを使って環境問題に取り組む企業の展望はどんなものなのか。

未来を加速させる世界企業の戦略を読み解くことで、コロナ後の世界の輪郭が浮かび上がってくるはずだ。

クリリエ・ジャポン編集部

目次

はじめに	3
第1章 ビッグ・テックはどこへ向かうか	11
フェイスブック サッカーバークCEO「5年後のロードマップ」	11
グーグル ビチャイCEO「アルファベットグループの未来」	27
アマゾン 創業者ジェフ・ベゾス後の帝国	44
マイクロソフト サテラCEO「ペンテミックと新しいテクノロジー」	58
アップル クックCEO「アライバニーなき世界の恐怖」	71

第2章 新しい潮流

- スペースX、イーロン・マスク「初有人飛行」成功までの苦難 83
ネットフリックス 私たちを自宅に釘付けにした男、ヘイスティングス 83
シヨップファイ「アマゾンの対抗馬」として注目される理由 100
リヴィアン 次のテスラを狙う電気自動車メーカー 123
ピオンテック 新型コロナワクチンはなぜ開発できたのか 142

第3章 国際企業が見る世界

- トタル 石油メジャーCEOが読むコロナ後の西欧と中国 185
バランティア 正義か悪か、世界が注目するデータ分析企業 207
TSMC 台湾の半導体企業が独り勝ちできる理由 238
アリババ 「独身の巨」を作ったダニエル・チャンCEOの拡大戦略 254
シリコンバレー クリーンテック2.0というルネサンス 266

新世界秩序と日本の未来

米中の狭間でどう生きるか



内田樹

姜尚中

時代を代表する論客ふたりが、不透明な世界の先行きを展望する!

集英社新書

集英社新書 1074 A

新世界秩序と日本の未来 米中の狭間でどう生きるか

内田樹 姜尚中

本書の上巻目次

- 二〇一三年以降の自民党政権で日本に生じた最大の変化は
- アメリカの「金断」は延滞の時差で償還づけられていた
- 歴史的な外交姿勢の裏側に隠されている習近平の狙い
- 二〇一〇年代の中国が抱える「期限爆弾」の正体
- 「台湾は攻」は近いうちに起り得るか
- 「地政学」から見通した米中覇権抗争のゆくえ
- バイデン政権はアメリカの外交をどう転換させるか
- いま「トランプ」の動きとこそ注目をすべき理由
- コロナ後の日本が生き残る上でいかに重要なこと

ISBN978-4-08-721174-0

C0231 ¥860E

定価 **本体860円＋税**



9784087211740



1920231008608

集英社インターネット (http://shinsho.shueisha.co.jp) 集英社電子ストア (http://shinsho.plus.shueisha.co.jp)

序 論——世界史を動かす舞台としての東アジア 美商中 3

第一章 問題提起

——二〇一三年以降の自民党政権で日本はどう変わったか—— 27

国力の衰微を代償にした長期政権

「ファンタジー」しか見えない人たち

日本のメテオは「彗子の虎」だった

統治コストの削減が切り捨てたもの

安倍政権はナショナリストではない

「活躍するより」に終始した安倍外交

唯一の成果は「日韓歴史合意」

ファンタシクな国民感情はどこへ向かうのか

第二章 アメリカについて考える 65

トランプが去ってもポスト・トランプの時代は来ない

陰謀論はなくなる

「リベラル」への強い反感

自由と平等は両立しない

建國にまで遡るトランプ人気の秘密

アメリカの歪みを生んだ対立

「武装権」をめぐる攻防

なぜ「トランプ vs サンタース」にならなかったのか

西部劇のヒーローが体現するアメリカ

ベーシックインカムに舵を切るアメリカ

アメリカが懸念するマルクスの影響

デモクラシーの強みは葛藤があること

バイデン政権で対中外交はどうなるか

ノーブラン・ノービジョンの日本の外交戦略

反動と暴走が生むものは

第三章 中国について考える

127

中国はなぜ「人民共和国」なのか
秀吉が実現できなかった「異民族王朝」
中国が香港を弾圧するのは日本の責任か？
少数民族は「少数」とは限らない
ふたつの「帝国」がぶつかる新疆ウイグル
「王道」と「覇道」の違い
習近平の政權基盤は盤石ではない
少子高齢化が中国の軍事力に及ぼす影響
「いくつもの顔」をもつ中国

第四章 「新冷戦」の時代に世界はどう動くか

167

バイデン政権が掲げる「国際協調」の危うさ
AI軍拡が核を無効化する
北朝鮮が核を持つことを認めるか
米中対立は「新冷戦」なのか
「深みの地政学」という視点
「自由で開かれたインド太平洋」構想に足りないもの
オバマはなぜ期待はずれに終わったか
中国は「世界の植れ」になれない
在日米軍が東アジア戦略を決めている
ホワイトハウスが絶対に認めないこと
米軍とせめぎ合う韓国の課題
サイバー戦争の抵抗勢力

第五章 米中の狭間で、日本はどう生きるか

211

「縮む日本」はどうあるべきか
「後退戦」は難しい

「反省」ができない日本人の国民性
日露戦争から始まった「ボタンの掛け違い」
失われた国家理性のリアリズム
戦中派の増殖というターニングポイント
日本人が正気になるとき
米中対立の中で日本は連帯できるか
政治家にできて官僚にできないこと
酷られる職業の質が変わっていく

あとがき 内田 綱

248

構成協力／加藤祐子
地図作成／MOTHER

第一章 問題提起

——二〇一三年以降の自民党政権で日本はどう変わったか

まきがき 3

第二章 京のブランド力——虚像でできた街の強さ

- なぜ人は京都に惹かれるのか コロナ直前の隆盛 16
本来錦市場は観光客には向かない場所 19
京都人のいない京の街 そして誰もいなくなつた 22
イメージだけの平安京——奈良にあつて京都にないもの 25
京のひとり勝ち 29
なぜ京都のお店は火曜日と水曜日を休むことが多いのか 31
京の言葉力 34
「おいでやす」と「おこしやす」の違い 36
語尾の「な」が続くと…… 39

第三章 イケスの本質——京女の言葉力 京男の伊達力

- 京都人はみんなイケス 44
「ええ腕時計」 45
京女はイケス? 50
京女の理想像は舞妓はん 51
京都の一般の女性はどんな人? 54
イケスの典型は京男 56
京都府民のイケスな性格 58
京のおぼ漬け伝説 60
京のお茶伝説 63
関西人を見下す京都人? 67
京都私怨 68
一見さんおことわりの本質 72
イケスイメージを利用する京都人 76

第三章 京のイメージ力——京都はイメージでできている

1. 便乗力 80

京のタマゴ料理人気 81

タマゴサンドから出汁巻き玉子サンドへ 87

抹茶スイーツが人気になった理由 88

舞妓変身とカメラ店 91

〇代目を屋号にする 94

錦街逸話から生まれた鯖寿司人気 96

反発から便乗へ ミシユランガイドの顛末 101

赤レンガも京の名景 104

2. 擬態力——よそさん経済効果 108

よそさん 108

本物の(よそさん)は郷土を誇る 110

京へ錦を飾る 115

(よそさん)のお寺 118

ジャンルを超越する——予約の取れない食堂 122

3. コロナ禍できらりと光る京の先見力 124

仕出しは京の得意技 百年前のワイパーイーツ 124

京都にはなぜ「夜の街」がないのか 128

ライトアップの功罪 132

マイクロツーリズムと「ちよつとそ」まで 135

第四章 京の美食力——なぜ京都の食は天下無敵なのか

1. 京都の看板力 140

(食)の文字がないものこそ、ほんものの京都 140

2. 京の美食を生み出す力 144

トラフクで京都の水を取り寄せる東京支店 144

水遣水でもOK	147
郡人の厳しい言葉が料理人を鍛える	150
マイナスのよそさん効果	155
コロナが変えた京の美食力	158
京都でお造りと言えは	160
いつの間にか京名物はランチから	163
プラスのよそさん経済効果	166
器に興味がないなんて、京都人ではあり得ない	169
餃子専門店の台頭もコロナがきっかけ	173

第五章 京都の厄除力とリセット力

おこれる京都は久しからず	178
ここからが京都力の見せどころ	181
空海対守敏、願乞い対決	182
祇園祭は厄除け祈願の祭り	186
疫病流行を逆手に取る——手水舎はいかにして生まれたか	189
花手水の危うさ	191
京の厄除力の原点は鬼門除け	193
厄除力は繁栄力へ	195
京都人の「騒ぐ力」	197
御土居という隔離	201
京の復元力——「天明の大火」からのスピード復興	205
都が都でなくなったあと	208

京都の知られざる
ひそかな話題
Contents

はじめに 3

第一章

京都の知られざる顔に出会う

- 1 京都さまの法朗を学ぶ 12
- 2 京都の市バスを仲らなす 16
- 3 洛北花博「兼山荘」に泊まる 20
- 4 洛陽十二支妙見を回る 24
- 5 「六波羅珊瑚店」で珊瑚とトナリを味わう 28
- 6 「善神社」で神頼みに出会う 32
- 7 「河井寛次郎記念館」で民藝の心に触れる 36
- 8 「府立京舞臺」の舞台から京の街を見下ろす 40
- 9 「藤王神社」で(四神相応)を知る 44

- 10 「くらま温泉」で身も心も癒す 58
- 11 「賀茂川」を歩いて健康になる 58
- 12 「三種」で鴨川のせまらさをせに床に就く 62
- 13 「哲学の道」を散策して心と身体を健やかにする 67
- 14 「京都府立植物園」で四季の樹々や草花を愛でる 71

第二章

京都の美味を堪能する

- 15 京都のうどんは出汁が主役である 76
- 16 京都の小粋な割烹を探す 80
- 17 極上の割烹を満喫する 84
- 18 京ならではの料亭に足を踏み入れる 88

- 19 老舗料亭で日本文化を探訪する 95
- 20 京都のお弁当を携えて出かける 98
- 21 京都の豆腐は水が違う 102
- 22 『野呂本店』で京漬物を買う 107
- 23 京都の和菓子はパリエトシヨで楽しむ 112

第二章

京都の多様な食文化を巡る

- 24 京の洋食新時代を感じる 119
- 25 京の洋食、名物料理を発見する 122
- 26 京都人の牛肉好きに憧れ 126
- 27 「京都人の傍らにはいつも牛肉」を体験する 131

- 28 京都の寿司のみならず江戸前も人気 136
- 29 バラエティ豊かな京都のタココシチ 141
- 30 京都らしい多様なカシが盛りだくさん 146
- 31 京都はラーメンより中華そば 150
- 32 さまざまに展開する京都の餃子 154
- 33 京都の居酒屋でまったりする 158

第四章

京都の奥深い歴史を学ぶ

- 34 「禪士屋」の歴史を学ぶ 161
- 35 「伏見稲荷大社」の千本鳥居を本町でくぐる 168
- 36 「千本釈迦堂」で古色に酔う 173

- 37 麗華「常照寺」で吉野大夫の遺骸を想う 178
- 38 お寺の裏は隠れた見どころ 183
- 39 「真寺」のお要めは三つの小さなお堂 188
- 40 西行の境界線も遭遇する 193
- 41 小野重ゆかりの「この世とあの世」の境 198
- 42 洛陽天満宮二十五社を巡拝する 203
- 43 洛北大阪で平家の悲哀を想う 208
- 44 嵐電を乗りこなす 213
- 45 「京都御苑」を歩く 218
- 46 御霊鎮めの神社を持つ 223
- 47 京都の庭園で悟享する 227
- 48 東と西 ふたつの本願寺 232

本書に登場する古・神社仏閣・名勝地リスト 237



第一章

京都の

知られざる顔に

出会う

鈴木祐
Yu Suzuki

神経科学と脳科学
NEUROSCIENCE AND BRAIN SCIENCE

無

む

(最高の状態)
[幸福度][意思決定力][創造性][ヒューマンイズム]

無我によって私たちは
どのようなになるのか?

不安、怒り、孤独、虚無、自責から
自らを開放する科学的メソッド



無

(最高の状態)
The Best Condition

MU

鈴木祐

Yu Suzuki

CROSSMEDIA PUBLISHING

セルフレスネス
[無我]
SELFLESSNESS

CROSSMEDIA PUBLISHING



9784295405801

ISBN978-4-295-40580-1

C0030 ¥1480B

定価：1,628円(本体1,480円+税別)



1920030014800

発行：クロスメディア・パブリッシング

発売：インプレス

ボディスキャン
BODY SCAN

ヒーリング・グリッド
HEALING GRID

ダークサイド
DARK SIDE

MU
The Best Condition

Yu Suzuki

YTS03

YTS03

ネガティビティバイアス
NEGATIVITY BIAS

ソーシャルサポートワーク
SOCIAL SUPPORT AT WORK

グラウンディング
GROUNDING

“わたし”とは

生命の維持機能もたらす明滅である

Contents

07	06	05	04	03	02	01	00
智慧	無我	降伏	悪法	結界	虚構	自己	苦
The Wisdom	SELFLESSNESS	LETTING GO	EVIL LAWS	EI JIKAI	THE KINGDOM OF FICTION	SELF-CONCEPT	SUFFERING

はじめに 004
INTRODUCTION

序 苦

SUFFERING

- 1 人間はみな生まれつきメガタイプである 008
- 2 生まれる3カ月の乳児も生まれつきメガタイプ 013
- 3 原角の世界ではメガタイプに数少ない人間が「選別」
 「選別」
 「選別」
 「選別」 025
- 4 人間は本当に苦から選別された存在なのか? 030

第一章 自己

SELF-CONCEPT

- 1 なぜチンパンジーは半身不図でも幸福なのか? 034
- 2 あなたの「自己」が満たされたい状態 036
- 3 真の喜びとは「自己」が満たされる状態である 040
- 4 あなたの「喜び」は6割しか満たされず 044
- 5 ほとんどの喜びは「自己」の問題に行き着く 047
- 6 ほとんどの喜びは「自己」の問題に行き着く 050
- 7 ほとんどの喜びは「自己」の問題に行き着く 054
- 8 「自己」は生存用のツールボックスである 058
- 9 やはり自己は満たされるのではないかと 062

- ネットワークリストの作成
 - ソーシャルサポート分析
 - 手差圖クラウンディング
 - 自己価値法
 - 54321法
 - 演習法
- 8 あなたの人間に境界を置く 136

第4章 悪法

Evil Law

- 1 「自分をなだらう」にはどうすれば良いのか? 138
 - 2 人をなだらすことを避けて自ら苦しむのが人間 141
 - 3 あなたの苦しむ姿をなだらす18の悪法 141
 - 4 悪法スゴ入・悪法日記 146
- 悪法スゴ入

第5章 降伏

Letting go

- 1 なぜじタハンが世界で最も幸福なのか? 154
 - 2 苦しみに痛み×抵抗 157
 - 3 抵抗する人と降伏する人の違いとは? 158
- 反響思考
 - 身体イメージ
 - 失敗の記憶
 - 自分の性格
 - 自分の感情
- 4 メタファアで抵抗のメカニズムを理解する 166
- 別のメタファア
 - ヒトポールのメタファア

- 無常性の意味
- エントロピーの増大
- 3 無常とはあらゆる状態を捨て去ることではない 266
- 4 無常がもたらす3つの世界観の変化 268

おわりに

CONCLUSION

- 精神世界に欠かぬものは3つのポイント 272
 - 自分に預けた人生を愛す
 - 「地上」から「超越」の扉を開く
 - 無限な時間から学ぶこと
 - 苦痛にも開放する
 - 超越の境地を築く
- あなたも新しくなったのびに歩んでください 278

参考文献

REFERENCE

苦
伴

苦

SUFFERING

プレゼンを制する者が、ビジネスを制する



Presentation Thinking

クリエイティブ・ディレクター
コピーライター

小西利行

連続起業家

孫泰蔵、絶賛!

世界中のすべての人が
この本を読んでプレゼンをしたなら、
地球は地軸から外れるだろう



ISBN978-4-7612-7548-8
C0034 ¥1650E



かんき出版
定価：本体1650円＋税

プレゼン思考

Presentation Thinking

小西利行

小西利行



伊右衛門は、
数々のヒットを量産してきた
必勝方程式を初公開！



1万回以上のプレゼンをしてきた著者が説く
あらゆるビジネスを加速させるメソッド

- ・プレゼンには「必勝方程式」がある
- ・ロジックは「矢印」でつなぐ
- ・「未来が過去をつくる」
- ・「そもそも」と「なぜ」
- ・ビジョンは「行き先」、コンセプトは「行く方法」
- ・「人生思考」と「人生共感圏」など

定価1815円(本体1650円＋税10%)

かぐい

はじめに 新時代に必要な「アジエン」

アジエンを制する者が、ビジネスを制する

インパクトは、アウトパクトで完成する

6 4 2

第1章 アジエンの「型」を知る

アジエンには「必勝方程式」がある

アジエンは、ゴールではなくスタートでも

アジエンを成功させる「必勝方程式」を知ろう

「伝える」より「伝わる」

「話し手」ではなく「聞き手」の立場で話す

「相手のために」話すのは、間違いない

そもそも相手は聞いていないという前提

アジエンでもっとも大切なことはインパクト

20
22
26
28
30
32
34

その「アジエン」を、先読者が受け止めますか？

面白い、の本質の意味

「ゴールに行き着かないものはアジエンとは呼ばない」

最高の提案のための「究極の型」を覚えよう

アジエンストーリーの 未来が過去をつくる

37
43
46
52
58

第2章 ビジネスの「ゴール」を決める

新時代の「ビジョン」を構築しよう

「問い続けること」が、成功への近道

「なぜやるか」を問い続ける力が、問われる時代になった

「本質課題」を発見しよう

企業、プロジェクト、個人、すべての指針となる「ビジョン」

ビジョンとは、「ワクワクする未来」のこと

ビジョンがあれば、迷わない

良い仕事には「ビジョン」がある

62
66
73
77
79
82
86

アイデアを隠さず「ジシエ」
 ジシエは1000円の商品を救い、100億人を救う
 現代版「鬼退治」をしよう
 「エス」のジシエに勝たせよ
 ジシエは「つくり方」より「選び方」が勝負
 アイデアストーリーの自己紹介の正解

110 104 100 95 91 89

第3章 提案に「共感」を入れる

心を動かす3つのポイント
 未だ感じないために必要なもの
 「ジシエ」: ジシエ、ペリコーを知る
 ジシエシートは「理解シート」を
 必要なのは4つ。「ジシエ」「コハヤト」「エス」「タス」だけ
 ジシエは「行き先」、コハヤトは「行く方法」
 心を動かすための、3大要素
 それは本当に「コハヤト」が

135 132 127 124 120 117 114

行動を促すコハヤトのつくり方
 誰もがつかえるカンタンなコハヤト、「対出コハヤト」を準備
 すべての「提案」は、心を動かすためにある
 まず、愚痴よりはじめよ
 不満の入口になろう
 世界を変える秘訣は、家族や恋人の不満を見つめよう
 「隠れ不満」を探せ
 隠れ不満のキーワードは、「実は」
 アイデアストーリーの秘訣の面談にも「ジシエ」コハヤトを

166 162 158 154 150 147 145 139 137

第4章 アイデアは「人生」から考える

周りを手と世の中を動かす秘訣は「人生のまは」にある
 伝わるために、努力しよう
 隠れ不満+隠れニーズで、心を動かそう
 相手の不満を知り、相手のニーズを知れば、百戦危うからず

176 173 170

隠れニーズは、市場をつくり、世界も変える
 答えは、人生のそばにある
 人生思考で、アイデアを生むための「人生共感図」
 人が幸せになるシーンをイメージすれば、答えが出る
 人生共感図で缶コーヒーを売るには？
 そもそも思考+人生共感図で、さらに精度の高い「本質課題」へ
 向き手と世の中、このターゲットを同時に動かすために
 ターゲットは、「多さ」より「深さ」が大切な時代
 世の中の興味は、小さなところにある
 小さなビッグマーケットを、探せ
 お母さんに、ネグリジエを買ってもらう方法
 人生について考えていないアイデアは、アイデアではない
 アセンパイストーリー④ このデータは変わる。ドシヨンは変わらない

227 220 216 213 209 208 202 199 198 194 190 184 182

第5章 「伝わる」「売れる」を強化する共感

共感とは「ストーリー」で伝わる

「ストーリー」とは何かが？
 商品が欲しくなる物語が、ストーリー
 機能+デザイン+ストーリーで、爆発的に売れる
 ストーリーは、「もっと欲しくなる」アイデアをつくる魔法
 ストーリーは、欲しいものをつくる機能でもある
 ストーリーがどうかは、「3つの好奇心」で判断できる
 世の中を動かした、名ストーリーを知ろう
 ストーリーのつくりかた
 烏龍茶はなぜ売れたのか？
 新しい時代における、ストーリーの重要性
 ストーリーには、必要な要素がある
 何が、共感タグをつくるのか？
 さらに共感を強める方法を探る
 「体感」記憶は、最強の「共感タグ」になる

271 268 266 262 258 254 249 246 244 241 239 236 233 230

共感々々は、身近なところにある
 新型ストーリー「エニテア」はいつに聞える
 その語は、いま、多くの人の心を動かすが、
 新しいメディアで掲載するストーリーもある
 「ストーリー」の進化型「サーキエラ・ストーリー」
 「サーキエラ・ストーリー」は、成長のヒロシシステムにもなる
 エニテアストーリー① 13歳の記憶が、未来に心を動かす

302 298 292 287 283 278 276

第6章 「愛される」アソビをつくる

未来への挑戦は「愛されたもの」から

「効果」から「愛着」へ
 そのアソビは、「愛着」は入っているか
 システムに愛着を生む、ウエルコームなアソビ環境
 効果と愛着のあいだ
 愛着の持つるシステムを提示しよう
 相手の意見に対して反論すべきか

324 322 319 315 310 308

「自己」や「他者」「自己」の

NIYの愛着
 いのちをいかに愛着を築く
 3つの「じはなし」を始める
 インパクトした情報を「じはなし」にするため
 仕事の仲間をつくる3つのポイント
 「その場の入口」を大切にする
 相手にとっての「自己」はなっているか
 コミュニケーションの「押し」と「引き」
 システムに足りなものは「聞く力」
 「愛ひたくなる人」になろう
 不承にひらくすれば、仕事も人生も上向き
 エニテアストーリー② 「なんすかた」を持つ

364 362 368 365 352 349 345 342 340 338 334 332

おわりに オーバー・アソビ・システム・キルズ・アソビ
 アソビを「キー」に導く

371 366

ISBN978-4-7993-2743-2
C0034 ¥1700E

定価 1870円
(本体1700円+税10%)

Discover
ディスカヴァー・トゥエンティワン



9784799327432



1920034017005

- Part1 Beyond DISTANCE 距離を超える
- Part2 Beyond SHOPPING 新しい購買体験
- Part3 Beyond ENTERTAINMENT 新しい娯楽のあり方
- Part4 Beyond LUXURY 贅沢の概念が変わる
- Part5 Beyond DATA 時代を拓くデータ活用
- Part6 Beyond COMPANY 企業活動をアップグレード
- Part7 Beyond LOCAL 地域はネクストステージへ

アフターコロナのニュービジネス

新しい生活様式 × 世界15カ国の先進事例

原田曜平 小祝善士夫

原田曜平
小祝善士夫

- 新しい系 サービス
- スマート ミラー ジム
- マイクロ ツーリズム
- サブスク 野菜
- 自作 発酵食品

Discover
ディスカヴァー

働き方とライフスタイルが
劇的に変わる中、
世界では
アイディア溢れる
新しいビジネスが
生まれていた！

ビジネスチャンスが
見つかる69の視点

PART 7

01 個人ボランティア

<https://www.independentliving.co.uk/advice/covid-19-mutual-aid-uk/>

03 ローカルEC

<https://www.slowhoppingpain.com/>

04 サブスク野菜

<https://communitysupportedagriculture.org.uk/what-is-csa/types-of-csa/>
<https://www.localharvest.org/csa/>
<https://www.7x7.com/csa-box-deliveries-san-francisco-bay-area-2645896933/terradell-jackson-wine-estate-and-gardens>

05 二重払いで貧困救済

<https://es-la.facebook.com/NewsNormalPostCovid19/posts/128669132153175/>
<https://www.coldiretti.it/>

06 食糧交流

<https://www.yeloo.com/freestyle/neighborhood-beat-hunts-occurency-tub-085822811.html>

07 新ナイトスポット

<https://www.alltopba.co.jp/service/flyggy/>

08 社会貢献型店舗

<https://ncsw.nike.com/news/nike-rise-email-concept>
<https://www.blackandmobile.com/>

10 新しい都市設計

<https://www.tpl.org/10minuteswalk>

ライフスタイル・リサーチャー

<https://www.tenacc.co.jp/>

アフターコロナのニュービジネス大全

発行日 2021年7月20日 第1刷

Author 原田昭平 小祝善士夫
Book Designer 小川昭平+三沢康 (sobefama) 編丁
小林祐司 木文・DTP

Publisher 株式会社ディズカヴァー・トリエンツァイアム
〒102-0093 東京都千代田区平河町2-16-1 平河町ビルタワー11F
TEL 03-3237-8321 (代表) 03-3237-8345 (編集) / FAX 03-3237-8323
<http://www.d21.co.jp>

Publisher 岩口出版株式会社
Editor 千原正幸 (編集協力: 高橋孝)

Store Sales Company
株式会社 飯田香園 古矢重 香木昭平 香木潤真 越智勉海子 小山祐彦 川本寛子
佐竹裕俊 佐藤涼泰 野島香博 竹内大真 浅野生貴 中園花 野村美空 園内悠聖 井澤優子
藤井かほり 藤井多恵子 町田加那子

Online Sales Company
三輪真也 朝原健 佐藤昌孝 嶋田隆 伊原祐真 大崎政義 川島暁 高橋剛乃 菊川貞太郎
宮田真希子 八木洋文 高橋未来子 石橋佳知子

Product Company
大山穂子 大竹朝子 小川朋輝 千原正幸 原真奈 藤田海彦 橋本明日香 玉巻 小田木いも
倉田藤 佐々木時春 佐藤ナツキ 高橋麻衣 杉田彩子 原色穂枝 巻中星 橋本朋希 秋野優
三巻裕一 元木優子 安水悠真 山中麻夏 藤田真由美 長瀬五 小石聖季
伊藤香 雪目真枝子 野木洋子 増野成良

Business Solution Company
株式会社 遠藤昌司 早水真吾 安永智洋 野崎竜彦 野中俊彦 野村佳記 羽村夕夏 林美穂
三角真雅 南一 松ノ下直樹 村岡純司

Etacok Company
株式会社 中島俊平 越野聖雄 斎藤誠人 任菊知世 西川まつか 中澤聖登 松枝子

Corporate Design Group
大庭多聞 岡田匠人 村松神龍 岡村浩将 井野浩 井上竜之介 奥田千鳥 田中夏紀 藤永友紀
山田雄哉 池田望 石見まゆ子 斎藤由子 竹村あゆみ 藤田友平 丸山晋徳 宮崎優子
阿部清隆 石川武蔵 岩城新花 内藤博樹 大竹良和 小林聖治 岡部も乃 高田彩葉 尾崎香
田中高直 飯山礼及 玉井星希 菅内岸 末廣裕人 中島健臣 平池直 長野是 松川真夏
水原那花 神尾聖夏

Proofreader 株式会社 T&K
Printing 岩田印刷株式会社

・この本は、著者の権利を保護し、著作権法上の権利を行使するために発行されています。
・この本は、著者の権利を保護し、著作権法上の権利を行使するために発行されています。
・この本は、著者の権利を保護し、著作権法上の権利を行使するために発行されています。
<https://www.d21.co.jp/publish/>

ISBN 978-4-7993-3743-3 © Third Harada, Yoshiko Kobayashi, 2021. Printed in Japan.

11 歌くコンテンツ

<https://requeiparts.com/>
<https://open.spotify.com/artist/3Pgf1e6g0u2ZsQRaYyiv>
<https://www.overdrive.com/apps/libby/>

12 動画配信×専用ルームウェア

<https://www.dailytelegaph.com.au/content/entertainment/television/hytrea-stinson-klips-launch-binge-and-the-icoonics-new-pantwearer-clothing-line/news-story/951dhd3c3cc8c676d9a76d2416e6517e>

13 産消費

<https://www.thesiamoney.co.uk/money/news/article-8414201/hot-tub-sales-rise-1-000-Britons-enjoy-hot-weather.html>

14 非接触型ギフト

https://taboolamedia.com/?utm_source=google&utm_medium=cp&utm_campaign=search&gclid=EAluQoChML_d3f48XK7gVq6WQzGGQHEAAYA_SAAEgYU8JWO_BwE
<https://flow.is/>

16 新ノマド族

<https://www.kibbo.com/pricing>

PART 5

01 感染防止テクノロジー

https://mp.weixin.qq.com/s/WwQw4KX1F_pMMyrcJ66RNJA

02 リアルタイム運賃情報

<https://covid19.umerry.jp/>

03 デジタル配給制

<https://signal.diamond.jp/articles/-1292>

04 ファクト公開

<https://covidtracker5lab.co/>
<https://www.bangkokpost.com/thailand/general/1878415/focal-online-virus-tracker-a-big-hit>
<https://covid19.worldpointnews.com/>

PART 6

01 緊急社会貢献

<https://medica-group.com/en/medite-starts-production-of-millions-of-face-masks-3663.html>

03 クリック&コレクト

<https://www.statista.com/statistics/1132001/click-and-collect-retail-sales-us/>

04 寄付運営

<https://www.clinwoodpartners.org/givfeashion/>
<https://www.facebook.com/CFZoo/>

05 社員シェア

<https://bae.dentsatec.co.jp/articles/lifestyle-china/>
<https://www.jtk.co.jp/detail/6370852>

06 デリバリー革命

<https://www.brandbuffet.in.th/2020/06/grab-loves-thais-project-fruit-farmers/>
<https://www.bangkokpost.com/business/1939306/grab-helps-fruit-farmers-boost-Grab%20Thailand%2C%20the%20local%20fruit-marketing%20head%20of%20Grab%20Thailand>
<https://www.thansettakij.com/content/tech/439317>

04 おうちイベント

<https://www.eventsonline.dk>

05 バーチャルマラソン

<https://www.facebook.com/pg/virtualrun.dk/posts/>
<https://www.mezathok.tokyo/en/events/rttm/>

07 デジタルフェス

<https://www.ticketmon.com/whatthedigitalmusiconline-music-festival-top-hits-theband>
<https://www.bangkokpost.com/life/arts-and-entertainment/1929044/favorites>
<https://spacehwmusic.com/news/111768/>

08 プロテイングシネマ

<https://www.insider.com/paris-cinema-on-welter-floating-movie-theater-boats-2020-7>
<https://www.timeout.com/news/paris-is-hosting-a-floating-movie-night-where-everyone-sits-in-boats-070720>
<https://news.ncvvideo.jp/watch/nr7744803>

09 つながる動画配信サービス

<https://headline.com/2020/07/charize-theron-netflix-movie-the-odd-guard-record-viewership-top-10-netflix-movies-120298858/>
<https://www.netflixparty.com/>

10 ゲームのリアル化

<https://www.xbox.com/en-US/promotions/covid-19>
https://wired.jp/2020/06/30/amical-crossing-businesses/?utm_source=20200708&utm_medium=email&utm_campaign=wired

11 バーチャルコミケ

<https://www.v-market.work/vc/tp>
<https://www.comicv-market.work/>

13 宇宙旅行

<https://www.spaceperspective.com/>

PART 4

01 コース料理デリバリー

<https://www.cookbooksaatchi.at/>

04 生鮮品の新聞配達

<https://www.burpee.com/>
<https://extension.oregonstate.edu/mg>
<https://go2less.sofen>

05 アーバンガーデンニング

<https://www.dierogarden.com/>

06 スローライフ動画配信

https://weibo.com/miyanayangdenhem?is_all=1
https://www.sohu.com/a/423826012_100193102
https://www.youtube.com/results?search_query=%E6%9D%BEBESE%AD%90%EB%9F%92
<https://www.youtube.com/channel/UCMMuA3H4WpYUcEpsjyGNG-Q/videos>

07 職場を変えレストラン

<https://forbesjapan.com/articles/detail/3480672/1/1>
<https://noma.dk/>
<https://popburger.com/>
<https://www.dazeen.com/2020/12/18/pop-burger-restaurant-noma-space-n-a-15/>

08 オンラインバー

<https://www.brewdog.com/onlinebar>

09 車中ダイナー

<https://montimonaco.de/>
<https://mailchi.mp/montimonaco.de/monti-monaco-news-dinner-in-the-car>
<https://www.instagram.com/montimonaco/>

10 貸切宿泊

<https://www.hoshinoreorts.com/information/release/2020/01/80460.html>

08 オンラインドクター

<https://www.sakodoktor.com/jangan-dermatitis-ini-ini-fakre-painting-walk-in-covid-19>
<https://careflix.com/>

PART 2

01 非接触サービス

https://weibo.com/p/1006067441046380/home?is_all=1&login_layer_1611909654561
<https://www.kruger.com/>
<https://www.casper.ai/>
<https://www.kruger.com/l/ways-to-shop/krugo>
<https://ubamarket.com/>

02 無人配達

<https://wing.com/how-it-works/>
<https://blog.wing.com/2020/12/handsight-is-2020-five-lessons-from.html>

03 ネオ直販

<https://www.freshhoma.com/>
https://www.ebrun.com/2020/12/29/416764.shtml?eb-com_chan_col_fyb
<https://fr.kuushou.com/news-releases/news-release-detail/kuushou-technology-announces-details-proposed-listing-main-0>
<https://note.com/kauche/n5ca07752115>

04 ライブコマース

<https://shop.lululemon.com/story/mirror-home-home-gym>
<https://www.cnbc.com/2020/06/29/lululemon-to-acquire-at-home-fitness-company-mirror-for-500-million.html>

05 VR店舗

<https://www.nuorder.com/retails/>
<https://www.thestorefront.com/>

06 パーチャル内見

<https://www.zillow.com/>
<https://www.redfin.com/news/redfinnow-expands-to-palm-springs/>
<https://www.redfin.com/news/real-estate-agents-post-virtual-tours-to-redfin/>
<https://www.cnbc.com/2020/03/30/coronavirus-fallout-virtual-and-solo-home-touring-tours.html>
<https://www.zemplaza.com/>
<https://itsudanso-n.jp/>

07 チャットEC

<https://www.voguebusiness.com/consumers/the-rise-of-squad-shopping-online-with-friends>

08 貨物ショッピング

<https://www.my-jewellery.com/en/>
<https://delingerboerse.nl/>
<https://uc.westfield.com/stratfordcity/personal-shopping-at-westfield-stratford>

09 玩具サブスク

<https://whirli.com/>

PART 3

01 Zoom流儀

<https://www.schauspiel-leipzig.de>

02 モノログ芝居

<https://www.bbc.co.uk/medacentre/healthnews/2020/falling-heads>

03 自営ナイトクラブ

<https://vent-tokyo.net/scheduler/united-we-stream/>

PART 1

01 VRオンライン会議

<https://www.engagejet.com/facebook-infinite-office-181634992.html>
<https://meet.vr.atlassian.net/service desks/customer/portal/2/topic/e5260f02-0d94-4e15-88c7-b0523b6886a9/article/571604999>
<https://www.oculus.com/>

02 新出会い系サービス

<https://zoomer.lovel>
<https://hinge.co/>
<https://quarantinechat.com/>
<https://dialup.com/>

03 パーチャル冠婚葬祭

<https://eternityz/>

04 参加型音声型オンライン飲み会

<https://sensorsower.com/ies/gb/life-on-air-inc/app/>
houseparty/1065781769/overview?locale=ja

05 デジタル教科書

<https://www.naimibox.com/>
<https://www.chandashi.com/android/downloadandincome/appid/233336/>
<https://vivo/country/>

06 スマートミラージュ

<https://www.mirror.co/>
<https://shop.lululemon.com/story/mirror-home-gym>
<https://www.onepeloton.com/>
<https://smartmirror.googleads.jp/smartmirror>

07 画面旅行

<https://www.korgleat.co.uk/news/korgleat-virtual-360-tour-series>
<https://www.thailandtravel.or.jp/3d-virtual-2/>
<https://www.tourismthailand.org/articles/virtual-tours>

難しいことは
わかりませんが、**お金の増やし方**
を教えてください

難しいことは
わかりませんが、

お金の増やし方

を教えてください!



ISBN978-4-905073-24-6
C0033 ¥1380E



9784905073246

定価：本体1380円+税
©2016年2月末日まで
文響社



1920033013800

▶YouTube大学で話題!

オリエンタルラジオの

中田敦彦さん

推薦!

シリーズ
50万部

山崎元いちばん売れている本



山崎元 大橋弘祐

銀行に預けてるだけの人、必読!

貯金、保険、年金、NISA...
「結局、何をすればいいの?」が解決します!!

- ✕ お金を増やしたかったら銀行には近づかないほうがいい!?
- ✕ 覚える金融商品は、たった3つだけ
- ✕ 素人が目指すのは「+5%の運用」
- ✕ 保険に入る前に知っておいたほうがいいこと
- ✕ NISAを使わないのはもったいない!
- ✕ 確定拠出年金っていったい何なの?

文響社

文響社

細ものもいって思います。

でも、やっぱり悔しいじゃないですか。知識がなすぎて、せこかく働いて貯めたお金を損してしまつたこと。

だから、とにかくわかりやすく、可能な限り疑問を残さないようお金をいじってまいりました。みなさまの人生に役立つことを願っております。

目次

はじめに 大橋弘祐 3

Chapter 1

お金を安全に持っておく編

定期預金よりはマシな方法 14

日本経済ってやばいの？ 23

そ？ 銀行には近づいた方がいい？ 28

ネット証券の選び方 35

S&P証券に口座を開いてみた 37

1万円だけでも投資をすると勉強になる 40

人類最大の発明、権利 43

国債を実際に買ってみる 49

chapter 2

ちまっどリスクをどうして運用する編

老後はいかに投資？ 58

普通預金だとして安全とは限らない 63

外貨預金は銀行の力不足になる 69

そのまま抱いていた投資のイメージを変える 74

投資信託こそやっぱりいいですか？ 77

投資信託は「の」二つを買え！ 86

願のいい人たちは、なぜ投資をするの？ 97

素人が手を出すべし金融商品「インテックリスクファンド」 109

え、一万円でアップルの株が買えるの？ 115

いつお金がもらえるか 124

インテックリスクって何？ 128

chapter 3

お金を使う編

結婚、家は買ったほうがいいの？ 134

医療保険に入る必要はない、これだけの理由 143

生命保険は入ったほうがいいの？ 153

結婚は得か？ 159

chapter 4

トクする制度を使って実際に運用してみる編

NISAって何ですか？ 164

NISAのはじめ方 171

いかに投資するか決める 175

インテックリスクファンドは国内と海外を半々ずつ買う 184

インテックリスクファンドを実際に買ってみたい 188

積み立て投資について 194

chapter 5

年金と確定拠出年金編


年金を知る 202

確定拠出年金の使い方 206

確定拠出年金の準備をする 212

確定拠出年金のはじめ方 218

確定拠出年金「個人型」に申し込んでみた 223

 素人が手を出しているハイリスク、ハイリターンの投資ってありますか？ 226

お金で一番大切なことは何？ 233

まとめ 結局やること 237

おわりに 山崎元 241

chapter 1

お金を安全に 持つておく編



NEO HUMAN

究極の自由を得る未来

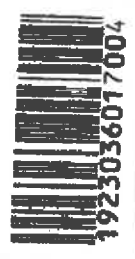
ネオ・ヒューマン
Peter 2.0: The Human Cyborg
ピーター・スコット・モーガン
Peter Scott Morgan (著) 藤田真菜子 (訳)

NEO HUMAN
ネオ・ヒューマン
究極の自由を得る未来
Peter 2.0: The Human Cyborg
ピーター・スコット・モーガン
Peter Scott Morgan (著) 藤田真菜子 (訳)

ISBN 978-4-492-04690-6

C3D16 ¥1700E

定価(本体1700円+税)



いまとは違う
自分になりたい
と闘つて
すべての人へ

人類初「AIと融合」し
サイボーグとして生きる科学者の自伝

ぶつ壊せ

ルールを
壊せ

東洋館
046909

年齢 性別 国籍
肉體 時間 死

定価 1670円
(10%税込)

私たちは
すべてから解放され
永遠に生きる

PART
1
科学は魔法に通じる

1	ささいな異変	2
2	運命の日	13
3	暗転する世界	22
4	降着者として生きる	34
5	痛み	41
6	ショックを受ける	49
7	ぶち壊された世界	57
8	自己発見	66
9	人生の選択	80
10	朝を迎えて	93
11	アメリカ建国200年祭	102
12	ふさげるな!	114
13	不死身になる	125

1

PART
2
ルールをぶっ壊す

15	主権を握る	149
16	愛する人	160
17	分かれ道	174
18	暗黒の未来	187
19	人生の選択は続く	204
20	世界と戦う	218
21	ダートムーア	227
22	渡方もない計画	240
23	トリプルオストミー	258
24	パークレー・スクエア	270
25	暗黒のルール	282
26	アメリカン・ドリーム	292
27	崖を度	305

147

PART
1

科学は魔法に通じる

PART
3
愛はすべてに開く

28	加速する	317
29	最後のスポーツ	324
30	最強の2人	338
31	マツトな瞬間	352
32	超マツトな瞬間	365
33	明日が生まれる場所	377
34	最高の7人	386
35	繁栄する権利	394
36	炎の護り手	406
37	最後の言葉	418
38	2040年、サラニア	430
39	よみがえる不死鳥	443
40	愛は永遠に	456

337

入門

行動科学

サンスティーン

入門・行動科学と公共政策

ナッジからはじまる

自由論と幸福論

ナッジから はじまる 自由論 と 幸福論

訳 吉良 貴之

サンスティーン先生の！
ナッジ・コンビニ開店！

ナッジの使い方から思想まで、
ポスト・コロナ時代の新たな公共政策へ、
無意識のバイアスを利用して

もっと自由に/幸福になろう！

Veridis Anobis



9784326550869



1921033018000

ISBN978-4-326-55086-9

C1033 ¥1800E

定価(本体1,800円+税)

勁草書房

Behavioral Science and Public Policy

Cass R. Sunstein

【目次】

1	イントロダクション
2	行動科学革命
3	自分で選べば 幸せになるのか？
4	政府
5	納税
6	判断
7	環境と健康
8	厚生
9	幸福論
10	進むべき道

訳者あとがき

勁草書房

勁草書房

第1章	イントロダクション	7
第2章	行動科学革命	13
	ナッジとその先のナッジ	16
	人間と経済人	22
第3章	自分で選べば幸せになれるのか?	25
	適応の矛盾ミズ	29
	過去から学ぶためのバイアス	35
	現在の感情状態	38
	文脈の力	40
第4章	政府	45
	E E A S T	49
	行動インサイト制度化のアプローチ	54
	初期設定ルール	57
	なぜそれが重要なのか／貯蓄／学校給食／	
	食費／ヘルスマネジメント／給与計算	
	情報開示	64
	栄養表示／クレジットカード／健康管理／	
	投資／情報公開と競争／選択を自動化する	
	顕著性	75
	社会規範・安全・健康	77
第5章	誤り	81
	とまどきの厚生	87
第6章	判断	95
	手段バタナリズム	96
	意見の相違	103
第7章	理論と実践	105
	あらゆるところに間接的判断が	108

	直接的判断の定義	111	
第8章	厚生		115
	人々が気にかけること	117	
第9章	自由		123
	透明性と操作	124	
	簡単に実行できる	126	
	押しよせ	129	
第10章	進むべき道		133

謝辞

注

記者あつがき——キヤス・サンスキヤーン「社会厚生主義」構想

文献／索引

凡例

- ・原著では本文中に記載されていた文献を注に記載した。
- ・原注は注の本文に「原註」として、原著の注番号とともに記載した。
- ・原著者による補足は「」とした。
- ・【厚生 welfare】【行動インサイト behavioral insight】【リベタリアン・パターナリズム libertarian paternalism】については、記者あつがきで用語解説を行っている。
- ・訳注は「」で入れた。

ライフスパン

LIFE SPAN

老いなき世界

Why We Age - and Why We Don't Have To

David A. Sinclair PhD with Matthew D. LaPlante
デビッド・A・シンクレア / マシュー・D・ラプラント (著) 横山あゆみ (訳)

人類は、最先端科学とテクノロジーが
老化のメカニズムを解明
ハーバード大学の世界的権威が描く
老いない身体を 衝撃の未来

手に入れる」世界20か国で刊行!

東洋経済新報社
「ニューヨーク・タイムズ・ベストセラー」

LIFESPAN

Why We Age - and Why We Don't Have To
ライフスパン 老いなき世界
デビッド・A・シンクレア、マシュー・D・ラプラント (著) 横山あゆみ (訳)

老いなき世界

年齢の壁は 消えて なくなる

東洋経済
046747



ISBN978-4-492-04674-6

C3036 ¥2400E

定価(本体2400円+税)



1923036024002

誰もが人生120年時代を 若く生きられる!

人類の若さを左右する長寿遺伝子とは?
いつまでも若く健康でいるために今すぐできることは?
山中伸弥教授の発見が、なぜ若返りを可能にするのか?
「病なき老い、老いなき世界」における人生戦略とは?

はじめに——いつまでも若々しくありたいという願い 18

「いい人生」を教えてください 18

死を迎えるということ 23

時が過ぎていくことを気に病まなくていい人生 27

老化の機運を追い求めて 28

私たちはすでに長く生きすぎているのか 33

健康なまま120歳まで生きられる時代へ 35

第1部 私たちは何を知っているのか(過去)

第1章 老化の唯一の原因——原初のサバイバル回路……40

生命の誕生 40

生殖か、修復か——厳しい環境を生き残るための仕組み 42

老化の原因に注目すべき理由 48

なぜ生物には寿命があるのか 51

寿命に関与する細胞内シグナルの存在に向けた努力 59

遺伝子変異が老化の原因ではない証拠 59

老化の唯一の原因は存在しないという玉虫色の見解 60

私の考える「老化の情報理論」——老化とはエピゲノム情報の喪失である 63

劣化したアナログ情報は回復できる 68

明らかになっている「長寿遺伝子」の存在とその役割 70

生殖とDNA修復を調節しているサーチュイン 71

サーチュイン以外の長寿関連遺伝子——TOR、AMPK 74

過度なストレスが長寿遺伝子を働かせる 75

第2章 弾き方を忘れたピアニスト……………77

なぜ「老化遺伝子」は存在しないのか 77

酵母研究から始まった「老化の情報理論」への道のり 80

酵母が老化する謎を解けなければ、人間の老化の秘密は解けない 83

遺伝子操作によって酵母を老化させる実験の成功 85

エピゲノムの変化が老化の原因だ！ 89

遺伝子のスイッチを調整するエピゲノムのメカニズム 91

ピアノ(ゲノム)を弾くピアニスト(エピゲノム)のミスタッチ 92

解母を使った「老化の情報理論」の検証 95

ドリームチームによる数々の発見 97

サイババル回路におけるサーチエインの役割 104

サーチエインが酷使されると何が起きるのか 107

サイババル回路に負荷をかけることでマウスを老化させる実験 111

何が老化時計を早めているのか 116

老化を寄せつけない、あるいは懼じがたいほど長寿な生き物たち 117

あらゆる生物がほぼ同じ長寿遺伝子をもつのに、
老化のペースが異なるのはなぜか 122

細胞の役割を決める「エピジエネティック地形」 125

アナログ情報であるエピゲノムは不安定 128

エピゲノムを安定させれば若返りも不可能ではない
——走るのをやめない高齢のマウス 131

第3章 万人を蝕む見えざる病気 135

「老化は疾患である」という王立協会学会の主張 135

老化を死因とは認めない社会 138

加齢と「人間の死亡率の法則」 141

老化ほど危険な病気はない——無視されている老化のリスク 144

老化は身体機能を衰えさせ、生活の質を落とす 147

高齢になればなるほど怪我や病気からの回復が遅れる 148

現代のモグウ叩き式の医療の問題点 151

個々の病気を治療するだけでは健康寿命を延ばせない 153

さまざまな病気の唯一のリスク因子 156

老化を病気と認めれば老化との闘いには勝利できる 158

老化を病気と認めるための思考実験 160

「老化の情報理論」から始まる老化との闘い 164

第2部 私たちは何を学びつつあるのか(現在)

第4章 あなたの長寿遺伝子を
今すぐ働かせる方法 168

健康長寿のために誰かが取り組めること 168

間違いない健康な方法——食べる量を減らせ	171
食事制限の科学研究の始まり	173
人間を対象とした観察でわかったこと	175
効果はありそうだが、万人向けではない手段	177
間欠的断食——画期的な健康増進法	180
間欠的断食の方法はいくつもある	184
アミノ酸を制限する——なぜ肉は危険なのか	185
mTORを活性化させるアミノ酸の摂取量を控える	187
運動をする人ほどテロメアが長い理由	190
理想の運動強度はどれくらいか	192
寒さに身をさらして長寿遺伝子を働かせる	194
褐色脂肪細胞による熱の産出を再現する脱共役剤	196
褐色脂肪は「寒さ」でも活性化される	201
サウナの効果——高温は人体にプラスか	202
タバコや有害な化学物質、放射線は老化を早める	204

第5章 老化を治療する薬 209

分子レベルで見れば生命の仕組みは単純 210

死は必然であるとする法則はない	214
イースター島に由来するラバマイシンの長寿効果	215
TOR阻害分子のもつ可能性	217
糖尿病治療薬として手頃な価格で処方されるメトホルミン	219
メトホルミンがもつ健康長寿効果の発見	221
「抗老化薬」としてのメトホルミンの未来	224
サーチュインを活性化させる化学物質の発見	226
Sirt2阻害薬を活性化させるレスベラトロール	228
レスベラトロールの効果を検証する	232
サーチュインの燃料となるNAD	235
NADを増加させるNRとNMN	238
NAD増強分子による生殖能力回復の可能性	241
老化研究にとって卵巣機能の回復が意味するもの	245
メトホルミンとNMNを摂取している父親に起きた変化	247
さらなる老化の治療薬の発見に向けて	252

第6章 若く健康な未来への躍進 255

問題が何かを理解すれば、

老化と闘うのはがんと闘うよりやさしい	255
未来の選択肢①老化細胞を除去する	257
老化細胞によるダメージのメカニズム	259
私たちの体が老化細胞を始末しない理由	261
老化細胞除去薬「セノリテイクス」	264
未来の選択肢②シトクロトランスポソンを封じ込める	265
未来の選択肢③免疫系を活用するワクチンを使う	267
老化の予防接種は自然に反する行為なのか	269
未来の選択肢④細胞のリプログラミング	271
老化はリセットできる	273
シャノンの通信理論と私の老化理論の類似性	275
山中伸弥が突き止めた老化のリセット・スイッチ	278
未来の私たちが享受しうる夢の若返り治療薬	280
マウスの視神経を再生させ、 高齢マウスの視力回復にも成功するという快挙	283
リプログラミングのメカニズムを探る	287
リプログラミングは老化研究の次のフロンティア	291
リプログラミング技術の倫理問題に取り組む	292
科学界はなぜ「デザイナーベビー」を否定したか	294

第7章 医療におけるイノベーション 296

に特化した精密医療へ	296
オーダーメイドのがん治療法	299
「伝子」を知ることによって可能となること	302
べなれば薬への反応も異なる	306
薬をもとに症状の先回りをする	308
イオセンサーの時代へ	313
生活習慣についての決断を助ける	316
によって突然死を防ぐ	318
「タ」とDNA解析を使って	
を阻止する	322
の懸念	326
迅速に診断を下す	330
ンス	333

第9章

来る
医学研究に
なぜ老化研究に
今すぐ国は老化研究に

老化と闘うのはがんと闘うよりやさしい	255
未来の選択肢①老化細胞を除去する	257
老化細胞によるダメージのメカニズム	259
私たちの体が老化細胞を始末しない理由	261
老化細胞除去薬「セノリテイクス」	264
未来の選択肢②レトロトランスポゾンを射じ込める	265
未来の選択肢③免疫系を活用するワクチンを使う	267
老化の予防接種は自然に反する行為なのか	269
未来の選択肢④細胞のリプログラミング	271
老化はリセットできる	273
シャノンの通信理論と私の老化理論の類似性	275
山中伸弥が突き止めた老化のリセット・スイッチ	278
未来の私たちが享受しうる夢の若返り治療薬	280
マウスの視神経を再生させ	
高齢マウスの視力回復にも成功するという快挙	283
リプログラミングのメカニズムを探る	287
リプログラミングは老化研究の次のフロンティア	291
リプログラミング技術の倫理問題に取り組む	292
科学界はなぜ「テサイナイベジ」を否定したか	294

第7章 医療におけるイノベーション……………296

個人に特化した精密医療へ	296
新しいオーダーメイドのがん治療法	299
自分の遺伝子を知ることによって可能となること	302
遺伝子が異なれば薬への反応も異なる	306
ゲノムの情報をもとに症状の先回りをする	308
センサーの活用	311
パーソナル・バイオセンサーの時代へ	313
バイオモニターが生活習慣についての決断を助ける	316
バイオトラッキングによって突然死を防ぐ	318
「バイオクラウド」データとDNA解析を使って	
感染症の世界的大流行を阻止する	322
個人情報を明け渡すことへの懸念	326
病原体のDNAを解析して迅速に診断を下す	330
ワクチン開発のミニ・ルネサンス	333
臓器移植のドナー問題	338
異種移植と臓器印刷の可能性	340
革新の時代はかならずやってくる	342

第3章 私たちはどこへ行くのか(未来)

10

第8章 未来の世界はこうなる.....346

健康寿命がどこまで延びるのが計算してみよう 346

科学技術は想像を超える速さで進歩する 350

長寿社会に対して誰もが抱く不安 354

地球が抱えきれぬ人口

——「100年以内に人類は滅亡する」という警告 356

大量消費・大量廃棄という問題 361

100年辨めない政治家が牛耳る世界 363

社会保障の危機 367

かつてないほど広がる格差 371

過去から学べること

——人口過密都市ロンドンが経験したコシウの大流行 375

ロンドンにおける公衆衛生の改革 378

人口が多いからこそロンドンは繁栄した 381

人類は限界を超えることができる

——地球で生きていける人口に上限などない 389

寿命を延ばすことは「不自然」なのか 397

人口増加のペースは着実に落ちている 399

人口が増加したこの世界での暮らしは確実に良くなっている 393

高齢者が活躍できる社会へ 396

高齢者の能力は非常に高い 399

高齢の労働者が労働市場を圧迫するという狭った考え 402

いつまでも働き続けられれば経済のあり方は根本から変わる 403

老化を遅らせることによる経済効果 406

医療費の削減で浮いた予算を科学研究や教育に回す 408

一番重要なこと——長い人生がもたらす人間らしさ 410

第9章 私たちが築くべき未来.....414

科学者による未来予測 414

来たる健康長寿社会に向けてなすべきこと 417

医学研究に公的資金が欠かせない理由 418

なぜ老化研究に割かれる予算は少ないのか 420

今すぐ国は老化研究に資金を投じるべきだ 424

目次

11

高齢者差別の上に築かれた医療制度	426
個々の病気を治療するコストと老化を治療するコストの比較	428
オーストラリアにおける健康保険・医療サービス制度の成功	430
健康保険制度が不十分なアメリカでは平均寿命が短い	434
誰もが等しく医療を受けられるようにすべきである	436
人生の終え方を考える	437
自ら尊厳のある死を迎えられるようにする	440
大豆消費の問題を技術革新で解決する	444
遺伝子組み換え作物に対する風当たり	446
CRISPR作物に対する時代遅れの規制	449
人類は創意工夫で困難を乗り越えられる	452
健康長寿社会に向けて働き方を考え直す	455
孫の孫にもまえる社会における責任とモラル	457

おわりに——世界を変える勇気をもとう 461

気候の研究者たちの取り組み	461
思い込みを捨てて	470
私が見誤していること	474

大切な家族とずっと一緒にいるために 477
 プッシュウオーキングに出かけよう
 ——変えられない未来などない 481

謝辞	486
風註	37
シンクレアの利害関係情報開示	38
大きさの比較	35
登場人物紹介	29
用語集	18
索引	1

GENIUS LIFE

万全の体調で生き抜く力

ジーニアス・ライフ

マックス・リガゼア
MAX LIGAZEA
山口製薬

あなたの**脳、体、心**を襲う
現代生活の
病と闘う

50年後の自分と
家族のために
今すぐとるべき選択



GENIUS LIFE

万全の体調で生き抜く力

マックス・リガゼア
MAX LIGAZEA
山口製薬

ジーニアス・ライフ

山口製薬

山口製薬

山口製薬

山口製薬

山口製薬



9784492800928



1920045018008

1584978-4-492-80092-8

00045 41800E

定価(本体1800円+税)

GENIUS LIFE

不安でだけだるく、
疲れがとれない……からの脱却!

定価1980円(10%税込)

- ◆3大線物と、その加工食品の摂取を最小限に控えよう
- ◆テレビやSNSでニュースをチェックする時間を減らそう
- ◆その日最初の食事は、目が覚めてから1-2時間後に
- ◆朝食が遅い方たちからだけに与える効果と、その弊害
- ◆ヒタミンド濃度を適切な範囲に保ち、脳や心臓を守る
- ◆サウナの回数が多いと脳卒中や認知症のリスクが減少
- ◆ペプトルをなるべく避けるべき理由とは
- ◆有機フッ素化合物(PFAS)を避けるためにすべきこと
- ◆自然や魚のまわりの家具が放つものの内面に及ぼすこと

など

まえがき——仲とのアルツハイマー病から学んだこと

序 章

現代生活が私たちの脳とからだにもたらすもの 11

私たちにできることはなにか 13
あなた自身のかで疾患を予防しよう 17

第1章 ジーニアス・ライフの老盤①食事をコントロールする

それを食べる前に、知っておきたいこと 20

加工食品の怖さ——砂糖・脂肪・塩分の組み合わせ 22
コリア 腸内細菌叢の仕掛け編 21
糖質はからだに入り、内臓を「壊し壊がす」 26
コリア フルーツの食生活の跡跡 20
ケトンを生成するスイッチをオンにしよう 38
コリア よくある質問 1 31

オメガ3系脂肪酸が不足している現代人 41
コリア 動脈硬化の発症 39

なぜ現代人はオメガ6系脂肪酸をとりすぎなのか 47
遺伝的に活性化している私たちの免疫系 49
コリア DNAの複製と修復にオメガ3系脂肪酸 41

トランス脂肪酸——攻撃的に炎症を引き起こす 49
コリア よくある質問 2 41

塩は正しく上手に——加工食品を避けてナトリウムを活用 46
コリア よくある質問 3 41
コリア よくある質問 4 41

世界を生き抜くために、タンパク質はたっぷり 50
コリア タンパク質を制限する時とその理由 43
コリア よくある質問 5 41
コリア よくある質問 6 41

現代人はグリシンが不足する 57
コリア 食卓の格闘技つづき 43

野菜やフルーツから最大の栄養価を受け取る方法 60
できるだけオーガニクスを選ぶ 61
コリア 野菜農薬を落とす方法 61
毎日、たっぷりのカラダを食べよう 64 / ほとんくは、目には見えない、大切なほう 64
体内でマイクロプラスチックを吸収できる動物性食品をどう 64
コリア レバーと卵黄類は自然のマルチビタミン 64

メラトリンを減らす「光」はからだにどう影響を
第1章のまとめ

vi

第2章 ジーニアス・ライアの基盤②体内時計をコントロールする

あなたの体内時計を正しく整える方法

メラトリンを活性化させ、体内時計をセットしよう 【ポイント】 睡眠をあまりとれなくなった原因	71
朝日リズムが乱れ、慢性的時差ボケ状態の現代人 【ポイント】 生活は牛車に倣えよう	74
自然なメラトリン分泌を促し、治癒力を高めよう 【ポイント】 メラトリンの知られざる働き	79
夜更し食事がからだに与えるダメージとは 【ポイント】 よくある疑問①	83
アリスを使った研究でわかったこと 【ポイント】 慢性的なメラトリンは「癌のぼりおろし」かも	87
AMPKを活性化して、寿命を延ばすスイッチをオンに 時計の歩みを遅らせる——FTORとオートファジー 【ポイント】 よくある疑問②	93

第2章のまとめ

第3章 ジーニアス・ライアの基盤③自然界とのつながりを取り戻す

ビタミンDをつくり出し、 最大限活用する方法

ビタミンD不足の現代生活がもたらすもの 【ポイント】 ビタミンDは腸活動を助けるか	107
【ポイント】 ビタミンDの適切な摂取量は？	111
ビタミンDを積極的に摂取し、自己免疫疾患と闘う 【ポイント】 ニューズを解る栄養素	112
老化と免疫の激突な関係——インターフェイリン 【ポイント】 ビタミンDと免疫栄養素	117
どのくらい太陽の光を浴びればいいのか 【ポイント】 よくある疑問①	120
腸ストレスに反応して、バロフルな遺伝変化が起こる 【ポイント】 よりストレスが強いストレスに反応する時	124

vii

冷却ゼラチン——差えぬな低温でも、肉内の化学物質は変わる 136

コ34 ノルアドレナリンとアルツハイマー病 137

コ34 美人は長寿！ その1 138

褐色脂肪細胞を働かせて脂肪を燃やす 139

コ34 ストレスと腸内細菌の働きをしよう 141

高温ゼラチン——サウナに入る回数と健康の関係 135

コ34 よくある質問2 137

遅かくて辛くない気持ち——サウナは即ちこの治療に有効か 141

大気汚染とアルツハイマー病の関係 141

第3章のまとめ 146

第4章 ジーニアス・ライフの基礎④からだを動かさないうちをゆるめる
からだと脳のための5つのエクササイズ 148

日常生活の中の身体活動 (NEAT) でカロリーを消費する 150

コ34 よくある質問1 151

コ34 年配者、車椅子、障害のある人 155

日々の活動は認知症の薬に代立つ 156

炭水化物を適切に摂取して、有酸素運動を 158

コ34 よくある質問2 160

エクササイズとアルツハイマー病(ADHD)の関係 162

エクササイズと脳の働き 162

コ34 よくある質問3 164

エクササイズで脳の働きを高める 167

コ34 美人は長寿！ その2 168

コ34 エクササイズ：何うこと不安に行なう 170

コ34 有酸素運動で燃焼できるか 174

ウエイトトレーニングで筋肉を鍛え、老化を防ぐ 171

コ34 ちとことサイスのエクササイズ 177

エクササイズを続けるための「睡眠」と「疲労回復」 180

コ34 成長ホルモントと成長ホルモン 181

コ34 爪で切ろう 184

第4章のまとめ 185

第5章 ジーニアス・ライフの基礎⑤有害な化学物質を避ける
**実はこんなにある、
 私たちを蝕む危険な物質** 187

内分泌を擾乱する化学物質(環境ホルモン)の怖さ 189

現代社会はプラスチック天国 194

物事に優しく 277 / 人に優しく 279 / 悪質な人と交わらなくなる 279 / いじめの子に立ち向か
 おう 280 / 自分より余裕がない人に与えよう 280 / 嫌はつかなら 281 / 才能を分け与えよう
 281 / 誰かを利用しない (誰にもあなたを利用させない) 281 / 間違った時には認める 283 / 勇
 気を持つ 283 / 悪劇の発端を救済す 284 / 隠れてあれ 284 / 考え方を教える 284
 第6章のまとめ 285

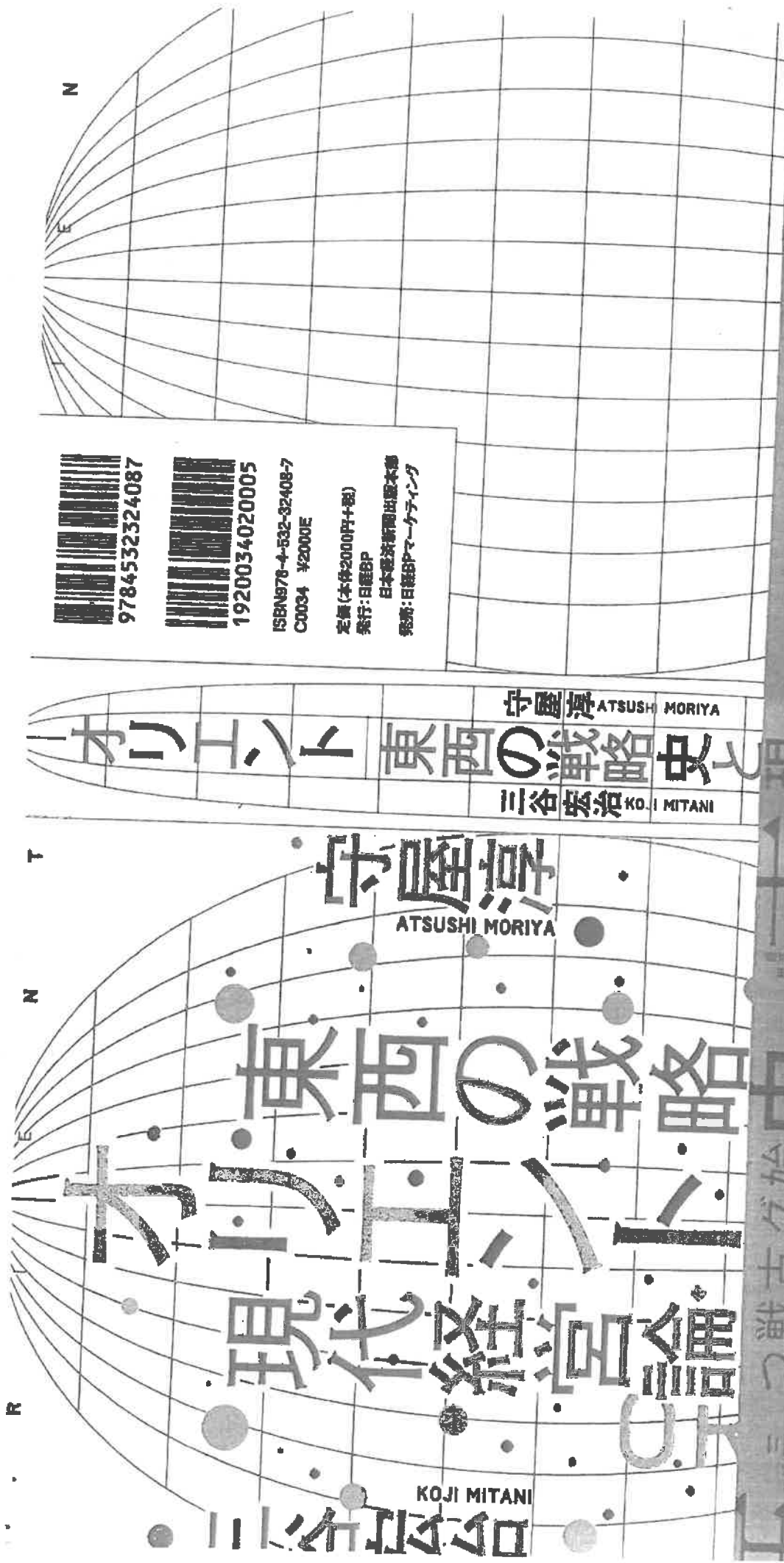
第7章 最高の体調のための、積極的な予防策を取り入れる

初心者のためのジーニアス・ライフ実践法 287

第1週 基礎づくり——身のまわりの環境を整えよう 288
 体内分泌系物質を取り除く 288 / 内分泌系見の心配のない製品に代える 290 / 健康な睡眠の
 ために 290 / ストレス管理法を実践する 292
 第2〜第3週 加工食品を控え、食生活を改善しよう 294
 キッチンの中身を二割する 294
 コラム 断りやすい挨拶のとうなパンの風 295
 コラム 食関連についての注意 299
 毎日食べたい食品 300
 コラム 「スタック事故」を避けよう 303
 時々食べても構わない食品 304
 コラム よくある疑問① 305
 食べる順番も大事。まずタンパク質から食べよう 306
 第4週 自分の「炭水化物スコア」を知ろう 307

第5週 睡眠不足を解消しよう 308
 ゴーニアスな生活習慣の過ごし方 308
 起床 310 / 午前中 310
 通勤時 311 / よくある疑問② 311
 コラム コーヒーはからだにいいのかわかるか 312
 コラム 健康の位置が高いトイレの場所を 314
 午前中滞りの時間 316 / タバコ 318 / 外出時 319
 コラム ゴーニアスなカクテルもどき 321
 就寝前 321
 最後にもう一度伝えたいこと 322

謝辞 323
 参考文献 324
 索引 325



カリエント東西の戦略史と現代経営論

守屋淳 ATSUSHI MORIYA

三谷宏浩 KOJI MITANI

守屋淳
ATSUSHI MORIYA

三谷宏浩
KOJI MITANI

9784532324087

1920034020005

ISBN978-4-532-32408-7
C0034 ¥2000E

定価(本体2000円+税)
発行:日経BP
日本経済新聞出版本部
発売:日経BPマーケティング

新

三谷宏浩
現代経営論
戦略・組織について語る

日本経済新聞出版

史と典

守屋淳
現代経営論
始皇帝から
グーグルまで
古今東西の
戦略・組織
について語る

日経ビジネス
選載を書籍化

日本経済新聞出版

1章 成長 Growth
特異的成長の力基 凸凹な世界への展開
裏のグローバル化

2章 創造 Innovation
イノベーションは辺境から
スタートアップの巨人 スタートアップの壁

3章 IT Information Technology
競争が生んだIT ビジネスや個人が変えるIT

4章 学習 Learning
失敗の本質 教養主義-人格教育の

5章 人材 Human Resource
意思決定力の強化 新しい人材育成
自律的キャリアに向けて

6章 経営 Management
組織と経営のあり方
超分権的組織の実現手法
東洋的リーダーシップとは 情報革命

はじめに 001

序章 Introduction 011

- 本書の目的と、おひえへトの意義
- 本書の構成と、おひえへトの意義
- 1章：成長 Growth
- 2章：革新 Innovation
- 3章：IT Information Technology
- 4章：学習 Learning
- 5章：人材 Human Resource
- 6章：経営 Management
- 本書の編者：おひえへトの編者

INTRODUCTION

1章 成長 Growth

033

01 爆発的成長のカギ 034

- アロート：爆発的成長
- 企業レベルでの爆発的成長
- A&Pは1年で1万6000店に拡大した
- EYEは真珠をたくさんが成長は驚しい
- 高成長は本当に真珠しやすかたのか
- 国家的な爆発的成長：巻の増殖帯
- 治世帯が行った組織化・全国化
- 激突一や明治新政府と増殖帯の共謀

02 凸凹な世界への展開 048

- アロート：爆発的成長
- グローバル化はなぜか
- 海外展開のモデル・ケースが面白いのは小国
- 日本は海運国だけで専らしている
- 大國化し爆発をモデル・ケースをみた
- 大國になっても爆発的成長は来ず、巨大な「穴」をこつた組織

- 中国は爆発的成長を遂げ、朝鮮が爆発的成長を遂げた
- グローバル化を遂げるには世界を白国でまかすかた
- ITの巨人たちの中でも真のグローバル・プレイヤーは誰か

03 真のグローバル化 066

- アロート：第三・第四・第五の法則
- グローバル化がやりやすいのは高成長より生産財・製造品
- 日本企業の「信用」が崩れだしている
- グローバル化を成功させた製造業企業：トヨタ、LVH
- 日本の世界への展開：アロートは爆発的成長の中での成長
- ハービーを越えただけの成長は海外での成長を促す
- 中国を越えただけの成長は日本への成長
- 日本の世界への展開：EYEは実際に海外展開を遂げた
- 日本の世界への展開：EYEは実際に海外展開を遂げた
- アロートは日本への成長を遂げた

GROWTH

04 イノベーションは辺境から 080

- プロローグ：エイブの誘惑
- イノベーションは担持者の意志を待たず
- 水戸学者岡谷藩士の「無敵」を可能にした
- でも敗北者は勝たない：1790年対ウイリアム
- 新しい環境は花園裏で生まれる
- 最も明治維新も同様の辺境から始まった
- 全国開港の進展街
- イノベーションは開港と知識を伴った開港地を待たず
- 日本を驚かすめられる技術

05 スタートアップの巨人 106

- プロローグ：茨城県「のろ」のスタートアップ
- 日本史上最大の「のろ」スタートアップ
- 欧州留学で得た知識と「のろ」
- 茨城県「のろ」を育てた4人の技術者
- 人を育てる目的をもちた創業・開業と成功、なかなかなし

- 1790年と開港と開港地の非難をまぎらさず
- 常に敵く奪はめり社会のためには開いた
- 社会責任を非難として開いたスタートアップ
- 開港の地位向上に貢献した開港、開「のろ」

06 スタートアップの壁 128

- プロローグ：英字スタートアップの失敗
- アメリカは創業的な多層を死守する
- 成功スタートアップを育てる社会的環境
- 成功・失敗は技術でなく開業による：1790年
- イノベーションの壁：1790年
- 最初にはびらひらと開業が試みる：スタート
- スタートアップは「のろ」「のろ」を育てる
- 初期に成功しても遅る次の壁「スタート」
- 開いた開業でも死なないのが創業
- 1790年とスタートアップを育てた開業正のスタート

07 戦争が生んだIT 148

- プロローグ：ペネトレーターの開業と開業
- ITを開業を牽引してきた「開業」は戦争、開業、開業
- 古代中国の開業と開業
- 1790年開業の開業を開業した「開業」と開業
- 1790年開業は開業での開業を開業
- 「開業」を開業から開業として開業した開業
- 開業戦争は開業、開業による開業が開業を開業
- 開業戦争と開業の開業、開業
- 開業戦争と開業の開業、開業

08 ビジネスや個人が支えたIT 166

- プロローグ：ペネトレーターの開業
- 開業を開業した開業の開業
- ペネトレーターの開業は「開業」が開業「開業」を開業
- 開業が開業した開業「開業」を開業
- 開業が開業と開業の開業が開業「開業」を開業
- これからのIT、スタートアップが開業を開業
- スタートアップの開業の開業
- 開業を開業を開業を開業の開業
- 日本は開業の開業として開業

INNOVATION TECHNOLOGY

4章 学習 Learning

187

09 失敗の本質 188

- プロローグ：どうするかへの悔悟
- 日本の組織は「制度」と「人情」で失敗をくり返す
- 勝ちなチームから選ばれる前に失敗する
- 自らの失敗や成功は外部の要因で
- 失敗から学ばずの最悪な失敗例
- インターネットを兼ねたインターネットを予防する
- 失敗をくり返すのは失敗を認めないから
- 今こそ「観察」「実験観」を
- 「観察」に乗り合わせるには3つの道しるべ

10 家族主義・人格教育の功罪 210

- プロローグ：言葉の呼び「唯才唯学」
- 会社は家族ではない：ジェイムズ・アフリート
- まずは組織の共通目的（目標意識）を明確にする
- 上下関係を社内チームの共有化で解す
- 土を付植してから失敗は乗り換えられない：360度評価
- 日本の学校教育は性格を助長している
- 学校に人格教育を求めざるべきか
- 人格教育は誰が担うものなのか
- 本当に失敗を乗り換えたいなら「三原の社」と「失敗学」

5章 人材 Human Resource

229

11 意思決定力の強化 230

- プロローグ：善かれなりて修羅地獄に教育を施す
- なぜ組織が閉鎖的革新の中核となつたのか：権限の集中教育
- 村田製作所の若き意思決定者たち
- 日本の大企業は「意思」は誰のものか
- 「組織」チャンスが来る会社：サキア・エー・システム
- 「意思」をどうにかしてしまてはならない
- 自分を導く「心」でもなく自分で考えよう
- 人と違うことに勝てる・楽しむ
- 小さな会社で自分を導く
- 手間は掛けるが考えを押しつけない親子業の人格教育

12 新しい人材育成手法 246

- プロローグ：経営・現場教育の「教育」に疑問を唱える
- なぜ日本企業は人材教育にお金をかけないのか
- 内部での1人1人育成に頼むだけでは
- 職人の人材育成を考えた藤田正彦：モノづくり手法
- 「楽しむこと」をコアとする人材育成手法

13 自律的キャリアに向けて 264

- プロローグ：リネ・エクス・イン「ふん」
- ワーク・ライフ・キャリア
- サキアの企業家から生まれた「キャリア・デザイン」
- キャリアは「アサー・システム・デザイン」の進化
- 従来のキャリア論に足りないもの：サキアの進化
- キャリアがうまくいかなければどうするの？
- いつかやめて天命を知るのか：死生とキャリア
- 偶然の機会を生み・活かすシステム・デザイン
- 機会を外からやってくる。そしていつか、こぼれる
- 自分の目よりも他人の目「他」に「下からの目」を注ぐ
- 自分で自分のキャリアを導き上げる覚悟

LEARNING

HUMAN RESOURCE

6章 経営 Management

14 組織と統治のあり方 282

- プロローグ：戦後の決断と今
- ホフスタッパーは「組織は戦争に勝つ」とは言っていない
- 「組織が死」の日本企業を救えるために：ホフの役割
- 中国の石炭に燃える火の正体：洗滌と後遺
- 世界展開のための決断と統治のハイブリッド
- 分業体制を固めるための決断：「選手」とは誰

15 超分権的組織の実現手法 296

- プロローグ：アマゾンリニアの二幕
- 超フラットで分権的な「チーム組織」
- 日本の組織を「権威の対称オートム化」でフラットに
- ワークスは社員全員による「チーム自治体」を目指す
- アマゾンのもうひとつの組織を「チーム民主主義」
- 社員全員「皆一」がチーム「社員を自律的な自律業者に変える

16 東洋的リーダーシップとは 281

- プロローグ：半世紀を支えた4大次
- トクダのあり方を示す「東洋的リーダー」：道徳性を重んず
- リーダーを育てる名宰相：「徳治の道」
- 部下のやる気を引き出す「徳」
- 徳を重んずる人柄の重要性
- コンピュータのリーダー：P&Gのリーダー

17 後継者育成の覚悟 322

- プロローグ：2代目三井物産の取組み
- いかにだつた江戸時代の家系承継
- 戦後日本の下り世代は育たない
- 未来の組織をどうつくりかえるのか
- 部下を育てる企業の本：日本企業の本
- 自分と違う能力出身者を育てる：オックス・オックス
- 東洋的リーダーの育成は覚悟を要する
- オックス・オックスのリーダー育成

雑談 Small Talk 335

- オックスのリーダー育成の覚悟
- オックス・オックスのリーダー育成
- オックスのリーダー育成の覚悟
- 独自の価値を築くための「リーダー育成」
- 本書をおまけに読む……

おわりに Closing Remarks 345

- 索引 360
- 人名索引
- 地名索引
- 用語索引

明治維新の 正体

徳川慶喜の魁、
西郷隆盛のテロ



新書版

日本の開幕を告げたのは
薩長ではなく
徳川慶喜である!

毎日ワンス

鈴木 荘一

明治維新の正体

徳川慶喜の魁、西郷隆盛のテロ

鈴木 荘一



97849094447074



1920221011007

ISBN 978-4-909447-07-4
C0221 ¥1100E

毎日ワンス
定価：本体1100円＋税

明治維新の正体 新書版

徳川慶喜の魁、西郷隆盛のテロ

「徳川慶喜公はいかに侮辱されても
国のために命を捨てて顧みざる
偉大なる精神の持ち主であった」

——沢沢栄一

はじめに

第一章 維新の先駆者徳川慶喜 13
幕府瓦解後の慶喜 14
慶喜に期待した阿部正弘 17

第二章 日米和親条約を承認した徳川斉昭 21
海陸国家アメリカの誕生 21
ペリーの日本遠征 22
阿部正弘は徳川斉昭を頼った 25
阿部正弘の情報公開 28
ペリーの覚悟 34
日露交渉 39
日米のチキン・ゲーム 44
会沢正志斎と藤田東湖 50
日米和親条約締結 52
阿部正弘が幕府海軍を創設 60

第三章 通商条約の運動調印 67
幕府の通商方針とハリスの通商要求 68
朝廷の義兵論 74
条約草案閣下に際し徳川斉昭が反対を表明 77
通商条約運動調印と将軍継嗣問題 84
一橋派と南紀派 91

第四章 吹き荒れる攘夷の嵐 95
戊午の密勅 96
異人斬り 99
皇女和宮降嫁 101
和宮を賊と呼んだ西郷隆盛 103
逸米使節団 106
咸鏡丸の本厚洋横断 109
本村鎮守と種積諭吉 112
幕府遠略策 117

アメリカ南北戦争と対馬事件	126
ロンドン宣言	126
真木和泉のテロリズム	126
天誅の宣威	131
テロの風	134
将軍義茂の上洛	135
久松玄理の外国船襲撃	140
八・一八政変	145
水戸天狗堂の乱	147
蛤御門の変	152

第五章 薩長が条約勅許を得る

通商開港の矛盾	161
生麦事件	162
イギリスの賠償要求	166
薩英戦争	173
四国艦隊下関砲撃事件	177

賠償金三百万ドル	186
第一次長州征伐	190
功山寺決起	193
イギリス公使パークスの賠償要求	195
条約勅許	198

第六章 イギリスが薩長を支援

イギリス武裝商人クラブ	203
三角貿易	204
坂本龍馬	208
薩長同盟	214
第二次パーマストン内閣が薩長に担	216
アーネスト・サトウの英領論	221
第二次長州征伐	223
壱州口の戦闘	227
小倉口の戦闘	229
石州口の戦闘	231

第七章 徳川慶喜の登場

一橋慶喜が徳川家康を相繼

フランスの対日外交

慶喜がフランス海軍府陸軍を創設

慶喜の兵隊訓練

245 242 238 236 235

第八章 大政奉還の思想

慶喜の大政奉還論

慶喜のいちばん長い日

刀槍から議会の時代へ

大久保一翁の政權還上論

西岡のオランダ留学

討幕の奇勳

小佛所会議

若軍、軍を去る

相楽徳三の薩摩御用成

280 275 271 267 264 260 258 256 254 233

討幕表

鳥羽伏見の戦い

西郷隆盛に使い来られた相楽徳三

291 286 285

終章 万民平等の実現

今なお残る主権論

幕府の始まり

尊皇思想を生んだ水戸藩に与えられた使命

徳川光圀の「大日本記」

「万民平等の思想」としての水戸尊皇論

幕末のポピュリズム

310 308 305 302 299 296 285

おとがき