

書籍や漫画、音楽、ゲーム…etc.

余白へのアクセス 10選

時間やタスクに追われる日々に、ちょっとした余白をもたらしてくれそうな、
さまざまなものを集めてみました。

立ち止まっていつもと違う角度から物事を眺めてみると、新たに見えてくることもあるかもしれません。
時には余白に導かれる世界を楽しんでみてはいかがでしょうか。

取材・文／藤崎雅子



Comic

『パルリンうわの空』
香山 哲／イースト・プレス

異なる環境から見えてくる

本当に大切にしたいこと

自由きままなドイツ移住記。「なんの気なしに来てみたら心に余裕がもてていた」という著者が、平凡な日常にあるささやかなものを集めて漫画にしている。日本とは異なる仕組み・文化でのエピソードを通じて、現在の自分を客観視できる。



断片的なものの社会学
岸 政彦 Kishi Masahiko

人の話を聞くということ。ある人生のなかに入っていくということ。

紀伊國屋じんぶん大賞2016受賞!

ひさしぶりに、
読み終わるのが
惜しいような本に
出会った
——上野千鶴子——
社会全体の未来を
見据えたことは「
——高橋源一郎——
絶賛!
——中江有里——
平松洋子——
佐々木敦——
千原雅也——
雨宮まみ——
星野智幸——

『断片的なものの社会学』
岸 政彦／朝日出版社

ありのままに伝える

分析されざる人生の断片を

Book

路上のギター弾き、夜の仕事をやるシングルマザー…
社会学者が聞き取り調査の現場で出会った「解釈・
分析できないもの」を集めたエッセイ。意味を求めない
リアルなエピソードから、それぞれの人生がありのまま
に伝わってくる。

Book



『先生のための 塩対応の技術』
 峯岸久枝 / 学事出版

関わる人が多く多忙を極める先生方に、がんばりすぎない、信頼関係に基づく「塩対応」を提案。生徒、保護者、同僚などからの相談や依頼にどう対応したらよいか、ケース別に具体的な対応方法を解説している。

多忙を極める先生方に
 信頼に基づく「塩対応」を伝授

コミュニケーションにおいて

沈黙は武器になる

Book

『沈黙の会話力』
 谷原 誠 / フォレスト出版



会話中に沈黙が生まれると不安になり、余計な話で間を埋めようとする人は多い。本書では、沈黙のもたらす効果や、沈黙を有効に使うテクニックが書かれている。沈黙は恐れるものではないと勇気をもらえる。

Music

沈黙のなかにある音を聴く
 クラシック音楽



『4分33秒』 ジョン・ケージ
 (写真提供：神奈川フィルハーモニー管弦楽団)

ジョン・ケージが作曲した『4分33秒』は、楽譜に休符だけが書かれた作品。演奏者は楽器を奏せず、聴衆はその場に偶然に起こる音を音楽として聴く。沈黙とは無音ではなく「意図しない音が起きている状態」という考えに基づく。

Comic



『ひらやすみ』
 真造圭伍 / 小学館

モラトリアムの日々の葛藤と、

その緩やかな肯定

一戸建ての平屋で暮らす29歳フリーターと、周囲の人々との交流を描いた漫画。モラトリアムの日々の葛藤とともに、目的をもたずにその場を楽しむことや、疲れたら立ち止まることなどに対する緩やかな肯定が伝わってくる。

Podcast



余白な学校

株式会社rokuyou / NPO法人青春基地

公立高校と連携して新しい学びづくりを実践・研究するメンバーが送るポッドキャスト。無駄のメカニズムの研究者、システム思考教育家などさまざまなゲストとオープンに学びや学校を語り合い、学校の固定概念を解きほぐしていく。

多彩なゲストと共に
学校の固定概念を解きほぐす

不完全さをさらけ出し

相手と信頼関係を育む



Robot

弱いロボット

豊橋技術科学大学ICD-LAB

昔話を語る途中で物語の大切な部分を忘れてしまったり、ゴミ箱ロボットなのに自分ではゴミを拾えなかったり…一人では何もできないロボットたち。その弱さを開示することで、周りの人の強みや優しさを引き出ししてくれる。

「待つ」ことが好機を生むことも。

流れに身を任せて楽しむ

スイカゲーム

Aladdin X株式会社

※照明一体型プロジェクター「Aladdin X (アラジン エックス)」搭載ゲームNintendo Switchバージョン

Game



果物を落として同じ種類のをくっつけて進化させ、ハイスコアを目指すゲーム。果物はゆるやかに動き、じっと待つとくっついたり、1つの果物が全体を大きく動かしたり。スピードは競わず、流れに身を任せる楽しさが人気。

Museum

見えてくるものとは…
暗闇の中、視覚を閉ざすことで



ダイアログ・イン・ザ・ダーク

一般社団法人ダイアログ・ジャパン・ソサエティ

暗闇の中、視覚障害者のアテンドのもと、視覚以外の感覚を研ぎ澄まし、冒険、対話をする体験型のソーシャルエンターテインメント。人と関わることの楽しさや、対話の大切さへの気づき、「自分はここにいていい」という自己肯定感の高まりが期待される。