

# FINE通信

テーマ：読書の秋、お薦めの3冊

## ● unnecessaryなものを手離して、人生を身軽に生きる知恵

「島耕作シリーズ」「人間交差点」など社会派漫画で有名な弘兼憲史先生。本のタイトルから弘兼流の断捨離と想像して購入。内容は弘兼先生のサラリーマン時代から漫画家に、そして現在のご自身が感じる「いらぬもの」について考察された作品。プライド、人間関係、仕事、持ち物、こだわり。ブレない「芯」を見つけて、納得の人生を生きていくための指南書。

「捨てる練習」 弘兼憲史 著（プレジデント社）



## ● 自分よりも他人を優先してしまうあなたに

人間関係、仕事、恋愛などで疲れた心を癒してくれるエッセイ。自分が我慢すればいい、人と違ってはいけない等々、疲れてすり減る心。自分を愛する術、休息の仕方、果ては大金持ちになる方法など、すーっと心に染み込んできます。大切なあなたにも読んでもらいたい一冊です。

「大丈夫じゃないのに大丈夫なふりをした」  
クルベウ 著、藤田麗子 訳（ダイヤモンド社）



## ● 普通の親娘として向き合えた奇跡の4か月

平成28年9月に芥川賞作家・高橋三千綱さんが当院を訪れました。余命2ヶ月の三千綱さんは「まだ世に出さなければならぬ作品が5冊ある。だからそれまで俺は死なない。」それから約5年後の2021年夏に永眠。多忙を極め子育てに関われなかった父、有名人の子供として悩む娘。普通の親娘になれた最期で奇跡の4ヶ月間。共感と涙を誘うエッセイ集です。

「父の最期を看取った日々」 高橋奈里 著（青志社）

