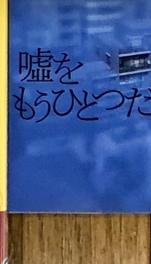
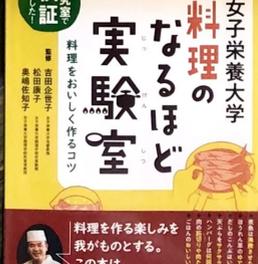
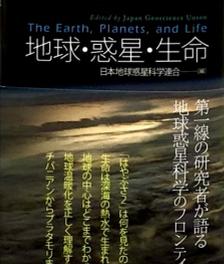
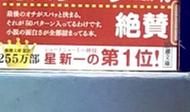
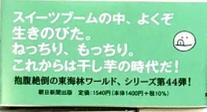




教職員と先輩が  
すすめる！  
新入生  
への

# ブック ガイド 2022



# 巻頭言

新入生の皆さん、自由と学びの世界によろこ。

皆さんは北見工業大学の学生であると同時に、北見工業大学、小樽商科大学、帯広畜産大学の三大学から成る「国立大学法人北海道国立大学機構」の一期生です。機構では三大学の特徴を活かし、大学間の垣根を越えた教育・研究への取組が始まっており、順次体制を整えていきますので皆さんも是非積極的に参加してください。図書館も三大学相互利用の利便性を高めていきます。

さて、世界に目を向けてみると、国家間の垣根を越えた経済のグローバル化が進みました。海外の商品が身近で安く手に入る、世界中どこでも同じサービスが受けられる、など我々は共通化・効率化による利益を享受しています。一方で、食料やエネルギーに関する自給率の低下、文化の均質化など、負の側面も顕在化しています。地球を一つの共同体とし、格差を是正する試みは間違っていないですが、画一化では無く、違いを尊重し、違いから学ぶことこそ真のグローバル化の意義でしょう。

北海道国立大学機構も三大学の独自性を進展させつつ、これらを包摂して  $1 + 1 + 1 >> 3$  とする新しい可能性を創出したいと思います。皆さんも様々な地域出身の異なる価値観を持った先達や仲間と切磋琢磨して新たな人生を切り開いてください。図書館はその場を提供し、応援します。

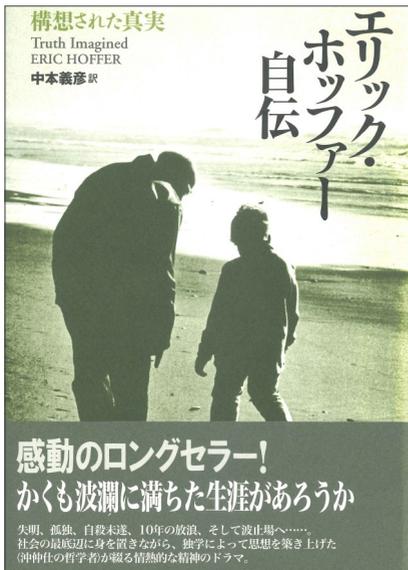
北見工業大学 図書館長

榮坂 俊雄



# 学ぶのに必要なのは、 学びたいという思いだけ

人生に役立つ



## エリック・ホッファー自伝 構想された真実

E・ホッファー著；中本義彦訳  
作品社，2002。

閲覧室 一般図書  
請求記号：289.3|H81  
資料番号：00001717992

著者は7歳で母親と視力を失い、15歳で奇跡的に視力を回復するも18歳で父親も亡くなり天涯孤独に。その後、放浪季節労働者として生計を立てながら、図書館で絶え間なく読書に励み、独力で科学、数学などをマスターし、60歳を過ぎてカリフォルニア大学で政治学を講じた。

必要なものは特殊な才能や財力では無く、学びたいという強い思いと、観察し、構想し、何事も試みる行動力だった。つましく、しかし朗らかに暮らし、他者の評価に惑わされず、勇気を持って自由に生きたホッファーの人生は特異ではあるが、その人生訓は普遍的な道標であろう。

著者は「モンテニユのエッセーを読む度に私のことが書かれている気がした」と記した。君もこの本の端々に君自身を見出すだろう。そして生きる勇気が湧いてくるだろう。

## 未来を拓く数理データサイエンス

### まずはやってみよう！

大学生活に役立つ

読んで楽しい♪

人生に役立つ



#### ゲームだけ、と誰が決めた

- Pythonプログラミングとともに、ゼロからいねいに解説。
- コードが公開されているから、すぐ実践できる。
- 実用でのネックとなる強化学習の弱点と、その克服方法まで紹介。

#### Pythonで学ぶ強化学習 入門から実践まで

久保隆宏 講談社, 2019.  
閲覧室 一般図書  
請求記号：007.13||Ku11  
資料番号：00001718084

#### 推薦者

情報処理センター センター長 升井 洋志

#### 担当授業

数理データサイエンス概論／プログラミング入門Ⅰ／物理Ⅲ／観光マネジメント工学Ⅰ／観光マネジメント工学Ⅱ／データベース



# 生活の基本は 食べることから

大学生活に役立つ

読んで楽しい♪



## 干し芋の丸かじり

東海林 さだお  
朝日新聞出版, 2021.  
配置場所: 閲覧室 一般図書  
請求記号: 914.6||Sh96  
資料番号: 00001718072

生活様式が一変してからもう二年が経ちました。そんな中これから大学生活が始まるにあたり、いろいろ不安もあるかと思います。

生活の基本は食から。ですが、一人暮らしを始めるとコンビニやインスタント食品に頼りがちで食がおろそかに。この本は漫画家でエッセイストの東海林さだおさんが雑誌に掲載しているエッセイ集です。食に関するあれこれを本人の主観たっぷりにとめてあり、シンプルな文体に食材への思いと食べた時の幸せをふんだんに盛り込んでいます。

また、食事に限らず日常のささいな出来事にいかにスポットを当て、それを膨らませていくのか、というプロセスはどこか大学における研究活動に繋がっているように思います。食べて、考えて、そして行動してください。

推薦者

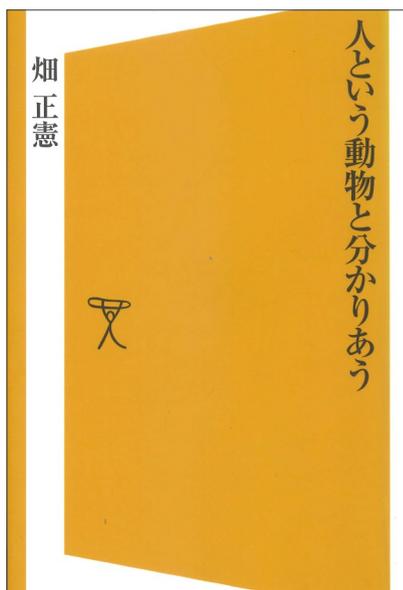
情報処理センター センター長 升井 洋志



# 色々なことを体験して

## 脳に刺激を与えよう！

人生に役立つ



### 人という動物と分かりあう

畑正憲 ソフトバンククリエイティブ、  
2006。（ソフトバンク新書）

閲覧室 新書

請求記号：914||H41

資料番号：00008145075

“ムツゴロウ”こと畑正憲氏の作品です。ムツゴロウさんと言えば、ムツゴロウ動物王国でテレビ出演をされていたことで有名ですが、ただの動物好きではなく、東大で動物学について学び、作家・動物研究家を本業とする方です。

この作品は動物の生体や成長に伴う行動変容について、脳科学の観点から解説を行ったものであり、その内容はすべて自身の実体験と調査結果に基づくものであるので説得力があります。

動物も人間も生まれ育った環境や経験が「脳」の発達、ひいては行動に強く影響することが分かりやすく書かれています。脳の成長が活発な皆さんの年頃に色々なことを実際に体験し、脳に良い刺激を与えることの大切さが分かると思います。

#### 推薦者

エネルギー総合工学コース 教授 林田 和宏

#### 担当授業

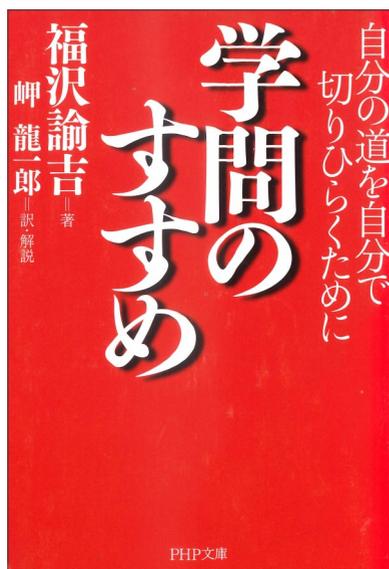
熱エネルギー基礎／熱エネルギー応用／エンジン工学



# 自分の道を

## 自分で切りひらくために

必読書



### 学問のすすめ

自分の道を自分で切りひらくために

福沢諭吉著；岬龍一郎訳・解説  
PHP研究所，2008。（PHP文庫）

閲覧室 文庫

請求記号：370||F85

資料番号：00008145087

福沢諭吉の「学問のすすめ」は知らない人はいない有名な作品ですが、実際に読んだことのある人は意外と多くはないのではないのでしょうか？

明治時代の著作であるので原作を読み解くのは難しいですが、現代語訳である本物はすらすらと読み進めることができます。

「天は人の上に人を造らず、人の下に人を造らず」の冒頭の一説はよく知られていますが、実際の社会において賢い人と愚かな人、貧富の格差や身分の高低があるのは、学問を身に付けているか否かにかかっていると、学問を身に付ける必要性を分かりやすく示しています。

大学で勉強する意義について、あらためて考えてみる良いきっかけを与えてくれる図書になるでしょう。

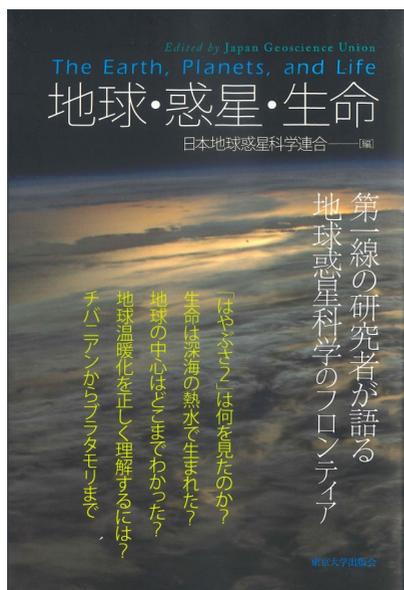
### 推薦者

エネルギー総合工学コース 教授 林田 和宏

# 第一線の研究者が語る

## 地球惑星科学のフロンティア

読んで楽しい♪



### 地球・惑星・生命

日本地球惑星科学連合編 東京大学出版会, 2020.5

閲覧室 一般図書

請求記号：450.4||N71

資料番号：00001718100

#### 推薦者

環境防災工学コース 准教授 堀 彰

#### 担当授業

物理Ⅰ／氷物性概論



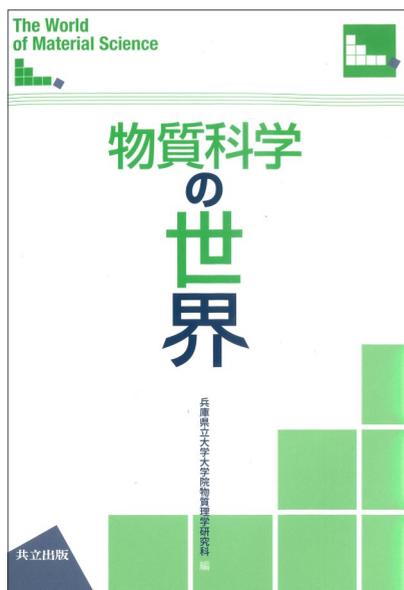
2020年に出版されたものではありませんが、地球惑星科学の最先端の研究を知ることができます。

内容は、地球環境問題をはじめ、自然災害、恐竜、宇宙天気など、多岐にわたっていますが、比較的分かりやすく解説されています。

初めのうちは、美しい図表を見るだけでも良いので、楽しく学習してもらえたら良いと思います。さらに興味があれば、本文もしっかり読んで理解を深めてほしいと思います。

# 物質科学の世界～物理・化学・生物の 各分野から境界分野へ～

読んで楽しい♪



## 物質科学の世界

兵庫県立大学大学院物質理学研究科編  
共立出版，2010。

閲覧室 一般図書

請求記号：431||H99

資料番号：00001718096

序文に「理工系の学部初年度の学生を対象として書かれた、現代物質科学のテキストである。」と書かれていますが、かなり専門的な内容も書かれていて、少し難しく感じるかもしれません。ですが、これから物理や化学、専門科目で学習する内容と関連するので、まずは雰囲気だけでも味わって、興味を持ってほしいと思います。

分からないことに対しても、何となく面白いなと思って関心を持ち続けることは大切です。後でその内容が理解できるようになったとき、自分自身が成長したことを実感できるはずです。

### 推薦者

環境防災工学コース 准教授 堀 彰

# 筋肉は 裏切らない

大学生活に役立つ

人生に役立つ



トレーニングのプロが本気で考えた  
効果絶大自重筋トレ

今川泰憲 コスミック出版, 2021.

(Cosmic mook)

閲覧室 一般図書

請求記号: 780.7||142

資料番号:

00001718059

推薦者



情報デザインコミュニケーション工学コース 准教授 酒井 大輔

担当授業

情報ネットワーク／プログラミング入門Ⅱ＆Ⅲ／情報デザインコミュニケーション工学実験Ⅰ など

本原稿執筆時、オミクロン株が今後拡大していかないか不安な状況です。せっかく大学に入学したのに、「思うように外に出られない」、「会話の機会が少なくて前向きになれない」、「学習する意欲がわからない」…そんな悩みはありますか？

この一冊は、多くの悩みを解決できる可能性を秘めています。室内で運動器具を用いずに実施できる「自重筋トレ」について、理論から実践方法までわかりやすく述べられています。

軽い筋トレを継続することで、体力が向上し、ストレスの解消ができ、自分への自信が付き、結果として前向きなやる気が出てくることが期待できます。テレビやYouTubeを見ながらでも実施できるので、すぐに始めてみませんか。

# 柔軟で多角的な考え方を 身につけよう！

読んで楽しい♪

人生に役立つ



## 謎検 対策問題集 2021秋

SCRAP  
SCRAP出版，2021.

閲覧室 一般図書  
請求記号：798.3||Sc9  
資料番号：00001718060

大学受験までの勉学では、教えてもらった教育内容に沿って正しい答えを導き出すことに注力してきたことと思います。しかし、大学以降は教えてもらっていないことを自分で考えて、答えを導き出す機会が出てきます。研究活動ではなおさらです。そんな時、どのようにして答えを導き出せばよいでしょう？

そんな時は、諦めず、多角的な視点でその課題に向き合い考察することで、答えにたどり着けることがあります。

謎検（正式名称：謎解き能力検定）では、一見意味がわからないような問題を、自分が考えた様々な思考により答えを導き出す体験ができます。遊び感覚で楽しみながら、忍耐力と柔軟で多角的な思考能力を身につけてみませんか。

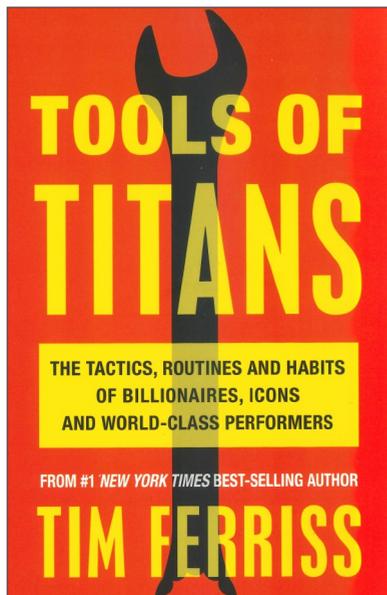
### 推薦者

情報デザインコミュニケーション工学コース 准教授 酒井 大輔

# 自分の夢に信念を持って生きる人々に 前向きな力を与えます

読んで楽しい♪

人生に役立つ



みんな知っている著名人や有名人の面白くて感動的な実話などが紹介されており、前向きな姿勢で生きるための積極的な考え方の力や、新しいことに挑戦できる勇気を与えます。

英語を勉強したいと思う学生には是非、読んでほしいです。アカデミックな英語の対策にも役に立ちます。

## Tools of titans

the tactics, routines, and habits of billionaires, icons, and world-class performers

Tim Ferriss Vermilion, 2016.

中2階書庫(洋書) 請求記号：159||F22 資料番号：00005484497

### 推薦者



先端材料物質工学コース 教授 金 敬鎬

### 担当授業

材料物性Ⅱ / 半導体工学 / 応用無機材料

# 理系学生にはぜひ読んでもらいたい一冊

## 固定観念に縛られず自由な発想を持ち続けよう

大学生活に役立つ

人生に役立つ



### 99・9%は仮説

思いこみで判断しないための考え方

竹内薫 光文社, 2006.

(光文社新書)

閲覧室 新書

請求記号: 404||Ta67

資料番号: 00008145099

ぜひ読んでもらいたい一冊です。常識、先入観や固定観念などで知らず知らずのうちに凝り固まってしまった思考や狭くなってしまった視野を広げてくれる内容です。

「99.9%は仮説」このタイトル通り世の中の物事の全ては仮説でしかなく確実に決定付けられる事は存在しない。

そして、物事は白か黒のどちらかではなく全てはグレーで、そのグラデーションの中にあり、定説となっているものでもより白に近いに過ぎないということをも具体的な科学的事例に基づいて書かれていて、文系理系問わず柔軟な思考を与えてくれます。

### 推薦者

先端材料物質工学コース 助教 小針 良仁

### 担当授業

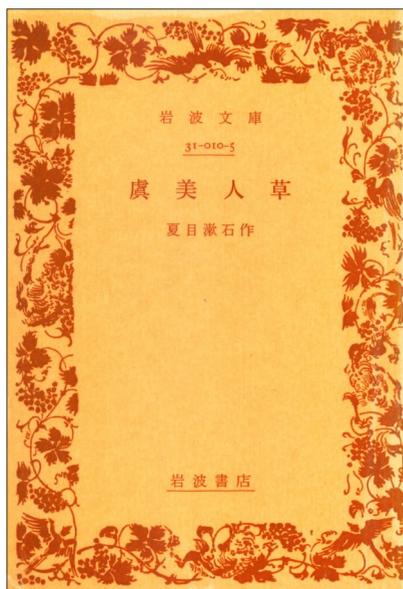
有機合成化学 / 有機構造解析 / 基礎工学実験 / 科学技術英語 / オホーツク地域と環境 / 安全工学概論



# 古典の美に 触れる

必読書

人生に役立つ



## 虞美人草

夏目漱石  
岩波書店，1972。（岩波文庫）

閲覧室 文庫  
請求記号：913||N58  
資料番号：00008005853



### 推薦者

基礎教育 准教授 鳴島 史之

### 担当授業

英語講読／実践英語／コミュニケーション・リテラシー I

夏目漱石が東大の職を辞した後、最初に書いた新聞小説である。内容は、クレオパトラの禁色（きんじき）を名に冠する「藤尾」の同様の恋愛の、壮絶な最期を描く。

「俳句をつなげたような文体」と、漱石自らが認めた難解さがあるが、シェイクスピア作品にも匹敵するほどの、日本語の美を備えている。

# 「声」によって映し出される 幻想と日常のコントラスト

読んで楽しい♪



## ダロウェイ夫人

ヴァージニア・ウルフ著；丹治愛訳  
集英社，2007。（集英社文庫）  
閲覧室 文庫  
請求記号：933||W87  
資料番号：00008145103

『ダロウェイ夫人』は私が大学生の頃に読んで衝撃を受けた小説の一つです。パーティーの準備をするクラリッサ・ダロウェイの一日が進んでいく中に過去が介入し、生と死や正気と狂気などの対比が描かれます。

この小説には「意識の流れ」という手法が用いられています。登場人物とは異なる語り手が存在していながら、語り手の声と登場人物の声が重なる言説や語り手を介さない言説が多用されることで、様々な登場人物の思考がリアルタイムに読者へ伝わり、読者は映像を観ているかのような感覚を体験できます。

語りの「声」について様々な解釈ができる箇所も多いので、翻訳版を読んでみて興味を持った人には原文でも読んでみてほしい小説です。

### 推薦者

基礎教育 准教授 青木 愛美

### 担当授業

英語講読ⅠA／英語講読ⅠB／英語講読Ⅱ／  
実践英語／世界の文学／文芸作品鑑賞

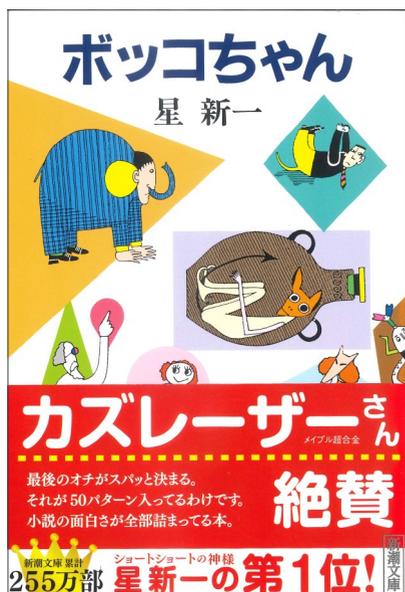


# 本を読む習慣がない人こそ！

## 元祖・5分で読める短編集

読んで楽しい♪

人生に役立つ



### ボッコちゃん

星新一 新潮社、2012。（新潮文庫）

閲覧室 文庫

請求記号：913||H92

資料番号：00008145026



推薦者

情報処理センター 助教 馬場 智之

担当授業

プログラミング入門 I

近年その読みやすさから、10代を中心に「5分後に〇〇〇な結末」や「意味が分かると〇〇〇な話」といった【ショートショート×どんでん返し】が人気です。

このジャンルの元祖として有名なのが星新一さんです。子供も読みやすいショートショートを1,000編以上も世に送り出したとされ、普段あまり本を読まない人こそ手に取ってみてほしく思います。

また、必ずしも子供向けという訳ではなく、大人でも考えさせられるようなお話もたくさんあります。是非、お気に入りの一編を見つけてみてください。ちなみに、私のお気に入りには『おーい でてこーい』『生活維持省』『暑さ』です。

# デマに惑わされない

## 実証力と論理力を身に付ける

大学生活に役立つ

人生に役立つ



### 世界でもっとも美しい10の科学実験

ロバート・P.クリース著；青木薫訳  
日経BP社，2006。

閲覧室 一般図書

請求記号：402.8||C92

資料番号：00001520127

世の中には天動説を「信じて」いる人がいまだに存在するようです。この大学に入学した皆さんなら地動説が正しいことを知っていると思います。しかし、どうして地動説が正しいと言えるのか、自分の口で説明できますか？もし説明できないなら、それは地動説を「信じて」いるだけで、天動説を信じている人たちと大差ありません。

大切なのは「どちらが正しいか」ではなく、「結論に至るプロセスを自分で理解しているか」ということです。

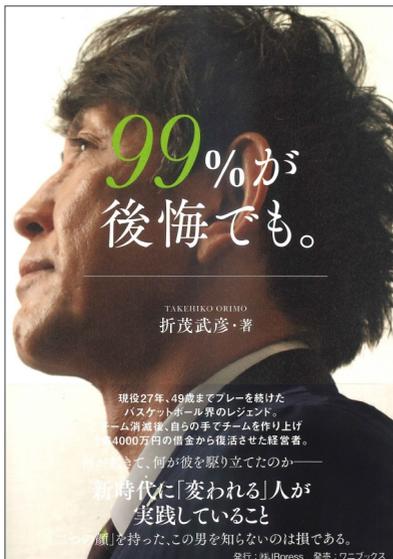
さて、地動説の正しさを説明できなかった人は、本書の第7章を読みましょう。本書の要でもある「実験の美しさ」を感じてもらえると尚よいです。個人的には、第10章もぜひ読んでみてほしく思います。

### 推薦者

情報処理センター 助教 馬場 智之

## 時は戻らないから 明日へ踏み出すために

人生に役立つ



### 99%が後悔でも。

折茂武彦  
JBpress, 2020.

閲覧室 一般図書  
請求記号：783.1||071  
資料番号：00001718047

「バスケットボール界のレジェンド」と呼ばれる著者を、ご存知ない方もいるでしょう。

選手として輝かしいキャリアの一方で、思いがけず経営者との二足の草鞋を履くことになり、どん底も見ながら現在に至る波乱万丈の日々が綴られています。

人生の99%が後悔だとしても、「いま」にフォーカスし続ける…。覚悟、情熱、そして人との出会い。縁もゆかりもなかった北海道への「想い」が心に染みます。

スポーツに興味のある方もない方も、少しの勇気と活力がもらえるかもしれません。

推薦者

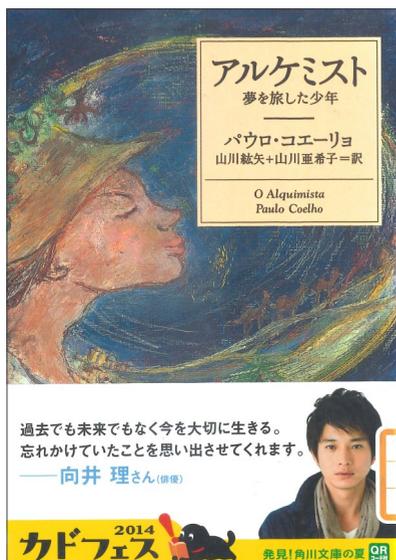
情報図書課 課長 田邊 千雪





# 希望と元気を 与えてくれる本

人生に役立つ



## アルケミスト 夢を旅した少年

パウロ・コエーリョ著；山川紘矢，  
山川亜希子訳  
角川書店，1997。（角川文庫）

閲覧室 文庫  
請求記号：969||C83  
資料番号：00008131886

忙しい日々の中で、夢や目標を追いつづけることが難しく感じる時もあるかと思えます。そんな時に読んでほしい一冊です。

半餓いの少年サンチャゴは、ピラミッドに宝物が隠されているという夢を見たことをきっかけに、ひとりエジプトに向かって旅にでます。その旅の中で、彼は様々な出会いと別れを通し、人生の知恵を学んでいきます。

小説としては比較的短めで、文章も読みやすいので、勉強の合間にサクッと読める作品です。たくさん名言が散りばめられているので、読む人にぴったりの気づきがあるかもしれません。サンチャゴと一緒に、夢を追う旅にでてみませんか？

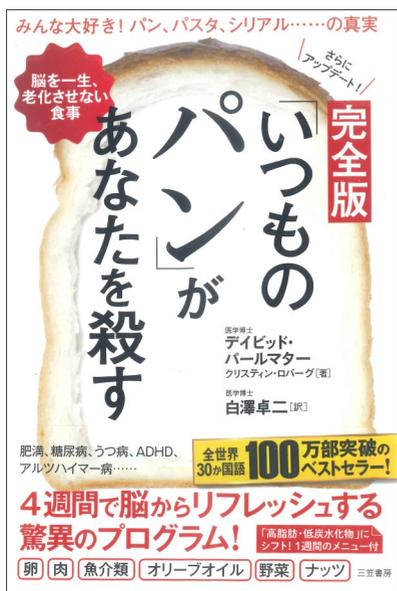
推薦者

情報図書課 職員 今野 由貴



# まだまだ若いみなさんですが 未来の自分へ、蓄えましょう

人生に役立つ



## 「いっものパン」があなたを殺す

デイビッド・パールマター，クリスティン・ロバーク著；白澤卓二訳。

三笠書房，2021。

閲覧室 一般図書

請求記号：498.583||P42

資料番号：00001708273



## 推薦者

情報図書課 係長 栗田 とも子

ご入学おめでとうございます。図書館はいつも新しい情報や本にタダで（！）触れられる場所です。そんな場所があるのは幸せだと思いますので、ぜひ遊びに来てください。

こちらの本はややショッキングなタイトルですが、脳の健康を取り戻すための方法がわかりやすく具体的に書かれています。たくさんの提案があるので、全てではなく1つ2つから取り入れてみるのも良いと思います。

実は私は学生時代は何も考えずパンを食べまくっていた人なのですが、今は“ピンピンコロリ”を目指しているのでとても参考になりました。みなさんはまだピンと来ないかもしれませんが、未来の自分のために早過ぎることは無いと思います。

関連本「『腸の力』であなたは変わる（00001708285）」と併せて読むのもおすすめです。

# 背中を押してくれる名言が ここにある！

大学生活に役立つ

人生に役立つ



この本は、時代を超えて残したい30個の名言を紹介しています。

誰もが知っている歴史上の人物やオリンピック選手等の名言と、その名言が生まれた物語も一緒に紹介されています。

テーマごとに紹介されているので、その時の気分によって読んだり、スキマ時間に数ページ読むだけでも心に響く名言に出会えます。

自分がいいなと思った言葉・今の自分を助けてくれる言葉、『マイ名言』をたくさん見つけ、充実した大学生活を送ってください！

## 100年後まで残したい 日本人のすごい名言

齋藤孝  
アスコム, 2019.

閲覧室 一般図書  
請求記号: 159.8||Sa25  
資料番号: 00001718035

推薦者

情報図書課 職員 小笠原 旬美



# 料理を美味しく作るコツ

## きっと試してみたくなる！

読んで楽しい♪

人生に役立つ



ごはんはどのサイズで冷凍すると美味しく食べられる？ハンバーグのたねは何回こねる？野菜炒めを作る時、油はどのくらい必要？等を、調理学の研究者が実験・検証した本です。

大学に入って料理をする機会が増える人も多いと思います。

料理が得意な人も、初心者の人でも、美味しく作るコツを知って、ぜひ料理を楽しんでください！

### 女子栄養大学 料理のなるほど実験室

研究室で検証しました！  
料理を美味しく作るコツ

小川久恵 [ほか] 女子栄養大学出版部，2019。

閲覧室 一般図書

請求記号：596|024

資料番号：00001679143



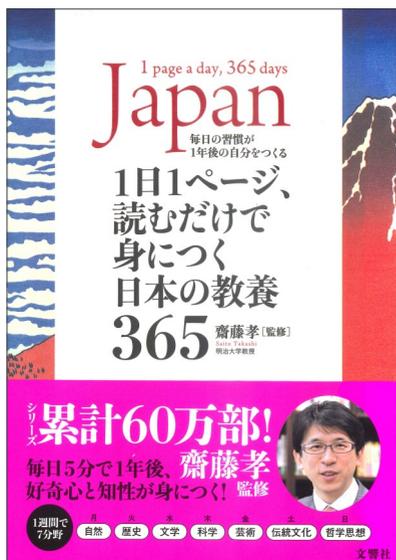
推薦者

情報図書課 主任 八田 この実

# 世の中広いよ

## いろんなことに目を向けよう

人生に役立つ



1日1ページ、読むだけで  
身につく日本の教養365  
毎日の習慣が1年後の自分をつくる

齋藤孝監修  
文響社，2020。

閲覧室 一般図書  
請求記号：002||116  
資料番号：00001717979

教養とは、生きるうえでの糧である。

自分を取り巻く世界に、こんなに素晴らしいものが沢山あるんだ、と気づくこと

手軽に日本を知ることが出来る一冊です。

こちらの世界編（1日1ページ、読むだけで身につく世界の教養 365/002||Ki12）もあります。

学生生活を有意義に過ごして下さい。

推薦者

情報図書課 職員 船木 敦子

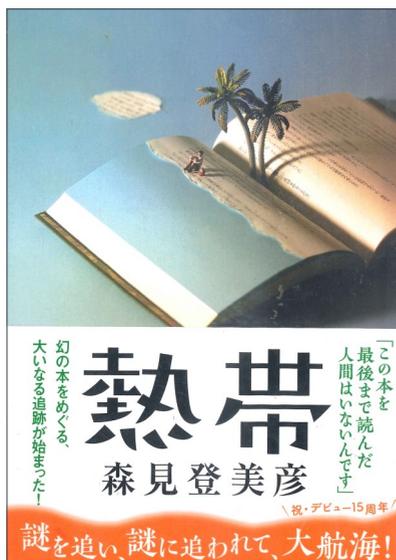


# 話の話は 冒険への話

大学生生活に役立つ

読んで楽しい♪

人生に役立つ



## 熱帯

森見登美彦  
文藝春秋，2018。

閲覧室 一般図書  
請求記号：913.6||Mo54  
資料番号：00001672847



### 推薦者

総務課 主任 遠藤 珠江

次回作を模索中の作家、森見登美彦氏は大学時代に出会った「熱帯」という本を思い出し…という序章から始まる、謎の本「熱帯」を巡る冒険小説です。

口承文芸の成立過程等の文学研究的要素と幾何学的構成がファンタジーに形を変えて炸裂します。

ところで、著者の森見氏は京都大学大学院農学研究科在学中に作家デビューし、修了後は国立国会図書館に勤務していたそうです。

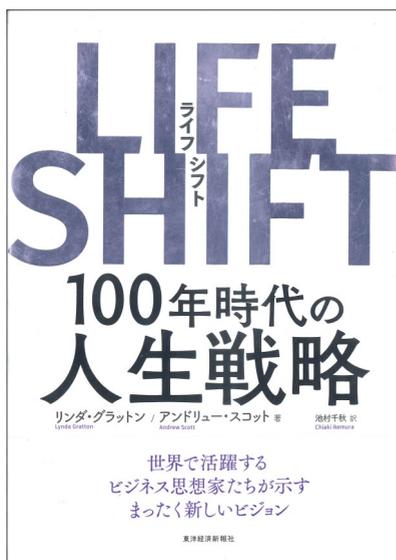
理系専攻から文系の図書館勤務、兼業作家から専業作家へ。著者の略歴には、新入生の皆さんの可能性が詰まっているようにも思われます。

こんな風に、「熱帯」の様に、物語の背景を紐解くと、人生のヒントや冒険があるかもしれません！

話の話の「熱帯」ぜひ読んでみて下さい。

# 人生100年時代の 生き方の参考になります

人生に役立つ



## Life shift (ライフシフト) 100年時代の人生戦略

リンダ・グラットン、アンドリュー・スコット著；池村千秋訳  
東洋経済新報社，2016。

閲覧室 一般図書  
請求記号：159||G78  
資料番号：00001650788

少子高齢化が話題となって久しいですが、平均寿命も毎年過去最高を更新し続けています。

現在の一般的なライフサイクルである「大学で学び、仕事に就き、老後を迎える」ということでは、老後を過ごす期間が長くなります。老後を過ごす期間が長くなるということは、その分お金も多くなかかります。

この本では現在の一般的なライフサイクルとは異なる人生プランを紹介していますので、これからの人生を過ごす際の参考にしてください。

推薦者

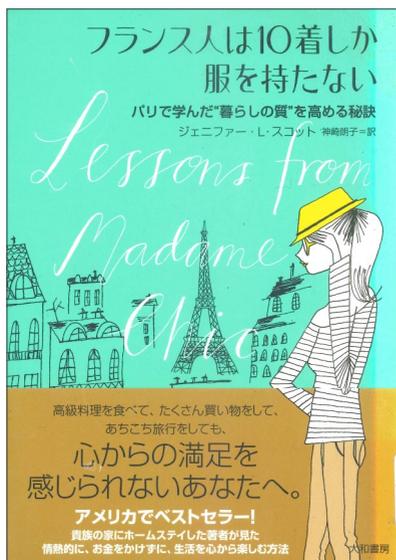
学務課 学生支援室 職員 影浦 隆之



# 個性を大事に

## 自分らしく生きるヒントを見つける

読んで楽しい♪



パリで学んだ"暮らしの質"を  
高める秘訣

フランス人は10着しか服を持たない

ジェニファー・L・スコット著；神崎朗子訳  
大和書房，2014.

閲覧室 一般図書

請求記号：590.4||Sc9

資料番号：00001622829



推薦者

技術部 高度専門職 信山 直紀

お金のない学生生活ならファッションにはそんなにお金は掛けられないけれど、自分らしい表現を探してほしい。

また、アルバイト等でフリーな時間が少ない人も自分らしい生き方を探し、将来に繋がる何かを見つけて下さい。

老人のつぶやき

学生からのおすすめ

# ちょっとした 読み物として おすすめです



## 名画の謎 ギリシャ神話篇

中野京子  
文藝春秋, 2015. (文春文庫)

閲覧室 文庫  
請求記号: 723||N39  
資料番号: 00008145063



ブックプロジェクトメンバー  
片岡圭介

推薦者

所属

環境防災工学コース

読んで役立つ本や必読書のような実用的な本は、恐らく先生方が紹介していただいてると思いますので僕は全く実用的ではなく時間の無駄遣いになるようなものを紹介したいと思います。

この名画の謎という本はギリシャ神話の絵がテーマとなっており、ヴィーナスの誕生などの有名な絵とその解説、その絵の場面に関する知識というものが必要な内容となっています。

この本を読んでも今すぐに役に立つ知識というものはあまり得られません。しかし、難しい専門知識も事前知識も要求されずそれでいてこの本を読む前は決して知らなかったであろう知識が詳しく解説されています。そのため、気が付いたら読み終わっている、そういう本です。

大学生になりたての時期というのは暇を持って余して手持ち無沙汰になることが多いと思います。そんなときになんかアイツがこんな本を紹介していたなあと思いついていただけると嬉しいです。

読んで楽しい♪



# 朝時間の生活意識を 変えることで あなたの人生が変わる

## 人生を変えるモーニングメソッド 朝時間が自分に革命をおこす

ハル・エルロッド著；鹿田昌美訳  
大和書房，2017.

閲覧室 一般図書

請求記号：159||E48

資料番号：00001651325



**推薦者** 図書館学生スタッフ 岩本 拓也  
**所属** 社会環境工学プログラム

この本を読んで知識を得て、書いてある朝のルーティーンを是非実行してみてください。

トライ&エラーを繰り返しながら自分なりのモーニングルーティーンを組み立て、それを4年間実行できればあなたの大学生活が意味のある4年間になることは間違いありません。

人生に役立つ



個性豊かな

お医者さん集団が活躍する

医療エンターテインメント

ミステリー

## 神酒クリニックで乾杯を

知念実希人

KADOKAWA, 2015. (角川文庫)

閲覧室 文庫

請求記号：913||C46

資料番号：00008145051



推薦者

図書館学生スタッフ 岡村 怜

所属

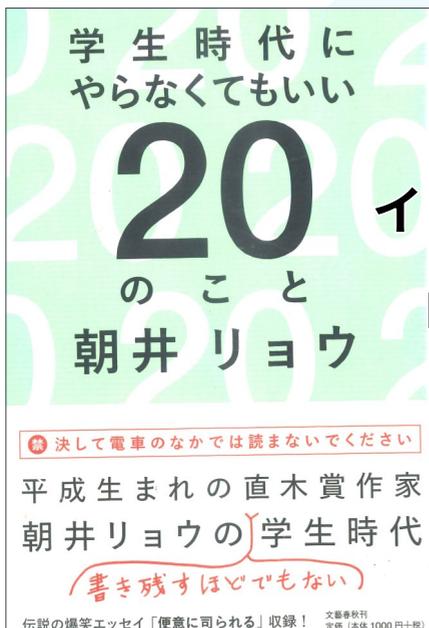
機械電気工学プログラム

個性豊かな能力を持った医師集団が登場し、各々の能力を生かして事件を解決していきます。

最初から謎が出てきますが、それがわかるのが最後です。

緻密なトリックが使われるようなお話ではないけれど、展開自体が楽しい小説です。コミカルな要素があり、重々しくなくスラスラ読める医療ミステリーなので気軽に読み始めてみてください。

読んで楽しい♪



# 楽しい大学生活を イメージできるような 明るく、読みやすい エッセイ

## 学生時代にやらなくても いい20のこと

朝井リョウ  
文藝春秋, 2012.

閲覧室 一般図書  
請求記号: 914.6||A83  
資料番号: 00001645005



推薦者 図書館学生スタッフ 小倉 慧  
所属 マテリアル工学専攻

タイトルを見るとネガティブなイメージを持つかもしれない本ですが、実は大学生で作家デビューした朝井リョウさんの学生時代に起こった面白いエピソードをまとめたエッセイになっています。

朝井リョウさんの学生時代の失敗談や様々なイベントに参加した時の話を面白く書いているため、本の苦手な方にもおすすめです。学生時代にやらなくていいこともあると思いますが、読んだ後は学生時代にしかできないことをきっとやりたくなると思います。

朝井リョウさんは大学生向けの小説を他にも書いているので、興味を持った方はぜひ読んでみてください。

大学生生活に役立つ

読んで楽しい♪



## 徹底カラー図解 自動車のしくみ

野崎博路監修  
マイナビ出版，2020。

閲覧室 一般図書  
請求記号：537||N98  
資料番号：00001708843



推薦者 図書館学生スタッフ 周 瑠  
所属 機械電気工学プログラム

最初の  
数十ページだけで  
クルマの基本がわかる

車の基本は走る、曲がる、止まるです。しかしそれを構成する部品の数は20,000から30,000ほどあります。

それに、車産業の規模が各業界の中でもトップレベルなので、将来の就職のためにもこの知識が絶対に役立ちます。

現在はまさに100年に1度の大変革期ですので、ぜひこの本を機に自動車に興味を持ってください。

大学生生活に役立つ

読んで楽しい♪



# 成長 マインドセット

Mindset for Explosive Growth

## 心のブレーキの外し方

創業4年で株式公開、  
設立10年で  
売上高1,000億円、  
5年間に500店舗を実現した、  
人材育成ストーリー

50枚の  
図でわかる、  
人を伸ばす  
原理原則

吉田行宏  
Yukihiko Yoshida  
CROSSMEDIA PUBLISHING

## 成長マインドセット 心のブレーキの外し方

吉田行宏  
クロスメディア・パブリッシング、  
2018.

閲覧室 一般図書  
請求記号：159||Y86  
資料番号：00001717980



推薦者 図書館学生スタッフ 谷口 空  
所属 機械電気工学プログラム

## Growing Together!

## 北見工大で友人と共に

## 爆速で成長しようぜ

北見工大に入学した時点では、年齢・能力等みんなバラバラです。でも、今後社会に出るまでの4年間、大学院まで行ったら6年間をどう過ごすかで、その差は埋まるどころか他の人を追い越すこともできます。

逆にいえば何もしなかったら、入学当初よりもダメになってるかもしれません。

この本は「成長とは何か」についてわかりやすく解説してくれています。ぜひ、この本を読むだけでなく、内容を実践することで成長に繋げてください。

大学生生活に役立つ

人生に役立つ



## 知的複眼思考法

誰でも持っている創造力のスイッチ

荻谷剛彦  
講談社, 2002. (講談社+アルファ文庫)

閲覧室 文庫  
請求記号: 141||KA67  
資料番号: 00008107682

推薦者 図書館学生スタッフ 谷口 空  
所属 機械電気工学プログラム

# モノの見方が ガラッと変わります

みなさん、大学に入ったらいきなり「自分で考えること」を代表に、今までやってこなかったことをたくさん求められます。でもそんなの、できないのが当たり前です。今まで習ってもいないし、求められてもこなかったんですから。

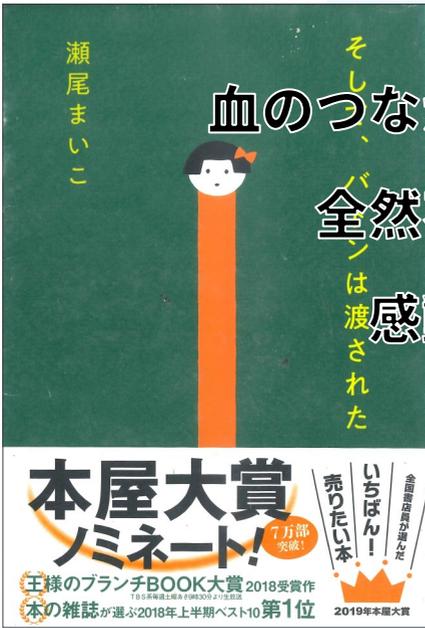
1年生の間に、この本を流し読みでも、つまみ食いでもいいです、読んでみてください。大学で求められるようなことが、わかりやすく、丁寧に書かれています。

内容が少しでも頭に残ったら、大学生活の勉強面の難易度は格段に下がると思います。

必読書

大学生生活に役立つ

人生に役立つ



# 血のつながらない家族だけど 全然不幸な家族ではない 感動と幸せのバトンを あなたに！

## そして、バトンは渡された

瀬尾まいこ  
文藝春秋，2018。

閲覧室 一般図書  
請求記号：913.6||Se76  
資料番号：00001674625



**推薦者** 図書館学生スタッフ 谷本 雄大  
**所属** 社会環境工学プログラム

この本の主人公の女の子には、父親が3人、母親が2人いて、苗字が4回も変わる不思議な家族のお話です。

なぜ苗字が4回も変わったのか、その家族には命をかけた嘘と知ってはいけない秘密がありました。この本を読み進めていくと、どんどん物語に引き込まれていき、終盤にはその命を懸けた嘘と秘密について明かされていきます。

大学生活で一人暮らしを始める人が多いと思いますが、一人暮らしを始めるからこそ、家族の大切さについて今一度考えてみてはどうでしょうか。

大学生活に役立つ



## 刑事と犯人の 駆け引き

### 嘘をもうひとつだけ

東野圭吾  
講談社，2003。（講談社文庫）

閲覧室 文庫  
請求記号：913||H55  
資料番号：00008115427



**推薦者** 図書館学生スタッフ 堂上 理子  
**所属** バイオ環境化学専攻

加賀刑事と嘘をついている犯人との駆け引きが、みどころです。どこまで嘘を突き通すことができるのか、ハラハラしながら楽しめます。

犯人はなぜ嘘を突き通すのか。読み終わった後には、なんとも切ない気持ちになる作品です。

読んで楽しい♪



## その出会いは 人生を変える

極度の潔癖症から孤独に生きる青年・高坂賢吾は、視線恐怖症で不登校の少女・佐雑ひじりの面倒を見ることになった。

露悪的な態度の佐雑に閉口する高坂だが、その言動や行動が自身の弱さを隠すためだと気づき、彼女に共感を抱くようになる。2人は社会復帰のリハビリをスタート、次第に惹かれあい、恋に落ちていくが…。

一見奇妙なタイトルの恋愛小説ですが、読み進めるうちに誰かに恋するって一体何だろう、と考えさせられます。

新たな環境で生活を始めるとき、例えば“工業大学”という環境にとらわれず、様々な場所へ赴き、多くの人と出会い、たくさん話してください。出会いのひとつひとつがあなたの人生に影響を与え、成長させてくれます。

そのいくつかの出会いは、あなたにとっての恋になるかもしれません。

## 恋する寄生虫

三秋 緋  
KADOKAWA, 2016. (メディアワークス文庫)

閲覧室 文庫  
請求記号：913||Mi11  
資料番号：00008145038



推薦者 図書館学生スタッフ 山本 健太郎

所属 機械電気工学プログラム

読んで楽しい♪

人生に役立つ

# 正しく知る 地球温暖化

誤った地球温暖化論に  
惑わされないために

赤祖父 俊一



IPCCのレポートには重大な誤りがある。  
いま進行している地球温暖化のほとんどは、  
**地球の自然変動である。**  
地球温暖化という都合のよいプロパガンダに  
踊らされてはいけない。(本文内容より)

誠文堂新光社

工学に携わるものとして、

一度は読むべき  
必読書である。

## 正しく知る地球温暖化

赤祖父 俊一  
誠文堂新光社, 2008.

閲覧室 一般図書  
請求記号：451.35||A32  
資料番号：00001542878

推薦者 図書館学生スタッフ 山本 健太郎

所属 機械電気工学プログラム

脱炭素社会に向けて様々な二酸化炭素排出低減の努力がなされていますが、目標を達成したとしてもどの程度の効果があるのか考えたことはありませんか。

大学で研究していると多くの文献を読む機会がありますが、かなりの文献の導入に“地球温暖化”という単語が存在します。しかし、地球温暖化とは本当に二酸化炭素による温室効果による効果が大きいのでしょうか。元来、地球は人間が観測を始めるはるか昔から気候変動を繰り返して、その中には今のような温かい時期と氷河気のような時期があったはず…。

かねてからの私の疑問に一つの見解を示してくれたのがこの本です。今一度地球温暖化の本当の原因とは何か、自身の偏見やメディアの情報を鵜呑みにするのではなく、多角的な視点を持つべきなのではないでしょうか。

必読書



# 自分で犯人を 推理していく ミステリー小説です

## どちらかが彼女を殺した

東野圭吾  
講談社, 1999. (講談社文庫)

閲覧室 文庫  
請求記号 : 913||H55  
資料番号 : 00008115399



**推薦者** 図書館学生スタッフ 吉田 晃大  
**所属** 機械工学専攻

東野圭吾の加賀恭一郎シリーズ三作目です。最後まで犯人が明かされないので、本文中の記述をヒントに読者が推理していく形式になっています。

インターネットで調べれば、すぐに答えが出てくると思いますが、ぜひ自力で犯人を特定してみてください。

読んで楽しい♪

# INDEX

## あ

- ◆ アルケミスト 夢を旅した少年 …19
- ◆ 「いつものパン」があなたを殺す…20
- ◆ 嘘をもうひとつだけ…35
- ◆ エリック・ホッファー自伝…2

## か

- ◆ 学生時代にやらなくてもいい20のこと…30
- ◆ 学問のすすめ…6
- ◆ 虞美人草…13
- ◆ 恋する寄生虫…36

## さ

- ◆ 女子栄養大学 料理のなるほど実験室…22
- ◆ 人生を変えるモーニングメソッド…28
- ◆ 成長マインドセット…32
- ◆ 世界でもっとも美しい10の科学実験…16
- ◆ そして、バトンは渡された…34

## た

- ◆ 正しく知る地球温暖化…37
- ◆ 多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。…18
- ◆ ダロウェイ夫人…14
- ◆ 地球・惑星・生命…7
- ◆ 知的複眼思考法…33
- ◆ 徹底カラー図解 自動車のしくみ…31
- ◆ どちらかが彼女を殺した…38
- ◆ トレーニングのプロが本気で考えた効果絶大自重筋トレ …9

## な

- ◆ 謎検 対策問題集 2021秋…10
- ◆ 熱帯…24

## は

- ◆ 人という動物と分かりあう…5
- ◆ 物質科学の世界…8
- ◆ フランス人は10着しか服を持たない…26
- ◆ 干し芋の丸かじり…4
- ◆ ポッコちゃん…15

## ま

- ◆ 神酒クリニックで乾杯を…29
- ◆ 名画の謎 ギリシャ神話篇…27

## ABC123

- ◆ Life shift 100年時代の人生戦略…25
- ◆ Pythonで学ぶ強化学習…3
- ◆ Tools of titans…11
- ◆ 100年後まで残したい日本人のすごい名言…21
- ◆ 1日1ページ、読むだけで身につく日本の教養365…23
- ◆ 99・9%は仮説…12
- ◆ 99%が後悔でも。…17

教職員と先輩がすすめる！

新入生へのブックガイド2022

令和4年4月発行

北見工業大学情報図書課 北見市公園町165番地

※教職員・学生の所属は令和4年1月現在です

