

第5回教員推薦図書（2023年11月）

スポーツ科学部准教授 本道 慎吾 先生

◆ 『科学の方法』

中谷宇吉郎著  
岩波書店（岩波新書）



刊行されてからすでに60年以上が経つ書籍ですが、私が大学4年生の時に出会い、いまだに読み返すことがあります。当時そもそも科学とはいったいなんなんだろうかと疑問に思い手に取りました。読んだことのある方もいるかと思いますが第5章の終わりにある言葉を胸に今も大学で「科学」を学び、研究しています。

◆ 『SKILL 一流の外科医が実践する修練の法則』

クリストファー・S・アーマッド著；宮田真訳  
メジカルビュー社

How To や自己啓発などの本は普段あまり手に取らないんですが、この著者はアスリートに対する手術を数多く行っており、心構えもさることながら医者として選手やチームの考えにどのようにフィットしていくのかの過程がありありと書かれていました。その中にある著者自身の葛藤など、スポーツがアスリートとコーチだけでなく多くの関係者を巻き込んで成立していることを改めて実感した一冊です。