

No.20151014-001

제목: 어제의 그림자 밟기

저자: 츠지무라 미츠키

페이지수: 266

장르: 소설

출간일: 2015년 09월 26일



<내용소개>

실제로 있을지도 모르는 무서운 이야기들을 모아놓은 단편집

공포영화를 좋아하는 심리는 무엇일까? 무섭다고 하면서도 많은 사람들이 그 무서움을 느끼기 위하여 공포영화를 본다. 왜 우리는 무서운 것에 끌리는 것일까. 우리가 악을 좋아하기 때문이라고 하는 사람도 있고, 우리가 불안하기 때문이라고도 한다. 정확하게 답을 낼 수는 없지만, 무엇이든 간에 우리는 이해할 수 없는 것들에 매혹된다. 알 수 없는 이형의 존재들, 해결되지 않은 끔찍한 사건들 등 미스터리 장르가 인기를 끄는 것도 이와 같은 이유라고 할 수 있다. 어쩌면 우리 속에 있는 검은 심연에 사는 괴물을 만나고 싶은 것 일지도 모른다. 사람들의 이런 욕망이 만들어 낸 것이 바로 도시괴담이다. 한국에서는 특히 일본의 도시괴담이 큰 인기를 얻고 있는데, 이 것은 한국과 일본의 문화코드가 비슷하고, 많은 일본 호러 영화가 한국 호러 영화에 영향을 끼쳤기 때문일 것이다. 도시괴담은 꼭 무서운 내용뿐만 아니라 신기하고 놀라운 것, 일상 속에서 비 일상적인 이야기도 해당된다. 친구의 친구가 겪었다는 식으로 퍼지는 이야기이지만 최소한의 근거 및 일상과의 밀접성은 담보되어 있는 그런 이야기들을 도시괴담이라고 한다. 사실은 아니지만 그렇다고 얼토당토않은 이야기로 치부하기에는 그럴 듯 해 소름이 더 돋는 것이다.

이 책은 괴담 전문 잡지에 연재했던 작품 외에 작가가 새로 쓴 13가지의 이야기를 한 권으로 엮은 책이다. 같은 단지에 사는 아이들 사이에서 유행하고 있는 주문은 싫어하는 사람, 없애버리고 싶은 사람의 이름을 적은 종이를 10엔 동전과 함께 10일간 계속 신사 앞에 있는 봉헌함에 계속 던지는 것이다. 어느 날 아이들과 함께 지냈을 터인 낯짱이 안보이게 되어 아이들은 두려움에 빠지게 된다. 무서워진 미사키와 마야는 봉헌함을 열어보게 되고, 소원이 성취되어 피와 같은 빨간 색으로 물든 종이를 열어 보게 되는데, 그 곳에는 미사키와 마야의 이름이 써있었다. 낯짱이 그 둘의 이름을 쓴 것이었다. 이 외에도 한밤중에 우는 아이를 달래러 간 엄마가 아이를 겨우 달래고 안아 들어 방으로 왔는데 방에는 자신의 아이가 남편과 함께 자고 있었다고 하는 짧은 이야기까지 작가 특유의 담담한 문체로 써내려 가고 있다. 정말 있을 것 같아서 소름이 돋고, 다 읽고 난 후에도 계속 생각나서 무서워 질 만한 이야기들이다.

<목차소개>

1. 10엔 참배 / 2. 편지의 주인 / 3. 언덕 위 / 4. 죽인 것
5. 스위치 / 6. 우리 마을 점쟁이 / 7. 어둠 속의 갓난아기
8. 다마다마 마크 / 9. O와 X / 10. 나마하게와 나
11. 소문 지도 / 12. 7개의 컵

<저자소개>

츠지무라 미츠키

1980 년 2 월 29 일에 태어나 치바 대학 교육학부를 졸업했다. 2004 년 "차가운 학교의 시간은 멈춘다"로 제 31 회 메피스트상을 수상하며 데뷔했다. 2011 년 "츠나구"로 제 32 회 요시카와 에이지 문학 신인상을 수상했다. 2012 년 "열쇠가 없는 꿈을 꾼다"로 제 147 회 나오키 주산고상을 수상했다.

No.20151014-002

제목: 총리가 된 남자

저자: 나카야마 시치리

페이지수: 344

장르: 소설

출간일: 2015년 08월 21일



<내용소개>

총리의 대역인 무명 연극배우를 통해 정치의 세계를 알기 쉽게, 감동적으로 그린 소설

주인공인 카노 신사쿠는 연극 배우이다. 작은 극장에서 본 연극이 시작하기 전 분위기를 띄우기 위해 무대로 나가 내각 총리 대신의 성대모사를 하는 배우이다. 카노의 성대모사가 끝나면 본 연극이 시작된다. 극단에 소속되어는 있지만 월급이 나오는 것이 아니다. 카노는 동거를 하고 있는 여자친구가 벌어오는 돈으로 살고 있었다.

그러던 어느 날, 산책을 나간 카노 앞에 검은 복장의 두 사람이 다가와 카노를 데리고 어디론가 가게 된다. 도착 한 곳은 수상관저였고, 그 곳에서는 내각 관방 장관이 기다리고 있었다. 국가의 중요한 일이라며 병에 걸린 총리를 대신해 총리의 대역을 해 달라는 부탁을 받게 된다. 총리가 계속 병에 걸린 상태가 되면 야당이 어떤 식으로 정권을 쥐어 잡을 지 모르기 때문에 부득이 하게 이런 부탁을 하게 되고, 부탁을 들어주면 배우로 데뷔를 시켜 주겠다는 말과 보수라는 말에 카노는 수락한다.

실제로 수락을 하고 카노가 직면한 것은 정치와 경제의 과제와는 다른 차원에 펼쳐진 국민의 절실한 소원을 내버려 둔 부조리한 현실뿐이었다. 파벌 항쟁과 야당과의 밀고 당기기, 관료들과의 갈등뿐인 상황에 카노는 충격을 받는다. 의분에 사로잡힌 카노는 그 만의 순수하고 올곧은 생각을 형식화 하기 위해 국민의 목소리를 대변해 연설에서 정치가들의 마음을 움직이려는 도전을 시작하게 된다. 그리고 거기에 덮쳐 오는 사상 최악의 테러의 사태까지 일어나게 된다. 알제리의 일본 대사관을 테러리스트가 검거하는 일이 벌어지고, 총리의 자리를 내던지려고 하면서까지 인질을 구출하기 위해 자위대 특수 부대를 파견해 무사히 테러를 해결하게 된다. 카노는 마지막으로 총리 선출을 국민들에게 맡기게 되고 디지털 TV 방송을 통한 투표를 하게 된다.

이야기는 현재 일본이 어떤 정치상태에 놓여있는가, 어떤 사건이 일어나고 있는가를 그대로 사용함으로써 독자들이 알기 쉽게 정치에 다가갈 수 있게 도움을 주고 있다. 특히 일반인을 주인공으로 채용함으로써 정치가가 아닌 일반 국민이 생각하는 정치, 그리고 그것을 실행해 나가는 주인공을 보면서 독자들도 함께 공감 할 수 있게 한 작품이다. 저자 특유의 스피드감과 김박감 넘치는 스토리에 자신도 모르게 빠져들어 한 권을 다 읽을 수 있을 것이다. 그리고 한국의 정치

에 대해서도 다시 생각해 볼 수 있는 계기가 될 수 있을 것이다.

<목차소개>

1. VS 각료
 2. VS 야당
 3. VS 관료
 4. VS 테러
 5. VS 국민
- 에필로그

<저자소개>

나카야마 시치리

1961년에 기후에서 태어났다. 2009년 “안녕, 드비쉬”로 제 8회 ‘이 미스테리가 굉장해!’ 에서
대상을 수상, 다음 해 데뷔했다.

No.20151014-003

제목: 어른의 직감vs 아이의 논리

저자: 츠지모토 사토시

페이지수: 128

장르: 과학 / 심리

출간일: 2015년 08월 26일



<내용소개>

행동심리학과 실험심리학의 연구를 바탕으로 인간이 하는 신기한 행동, 재미있는 행동들의 원리를 알기 쉽게 풀어 쓴 심리 과학서

인간은 많은 행동을 한다. 앉거나 서거나 눕거나 울거나 걷다가 멈추거나, 하나하나의 행동을 하고 있다. 가끔 아무 생각 없이 앉아 다른 사람의 행동을 보고 있으면 재미있고 신기한 행동을 하는 사람들이 많다. 저 사람은 왜 저런 쓸모 없어 보이는 물건을 산 걸까? 왜 저 사람은 저 아이에게 사랑에 빠진 걸까? 왜 스스로는 자각하고 있는데 이 버릇을 그만 둘 수 없을까? 등 많은 행동들이 왜 일어나는지에 대해서는 확률과 이론으로 설명 할 수 없다. 하지만 사실은 거기에는 그 나름대로의 이유가 있고, 그것이 결국에는 인생을 살아가는데 도움이 되고, 그 사람이 잘 되는 비결이었을지도 모른다. 그렇다면 그 방법을 알아 두고 활용을 하면 살아 가는데 많은 도움이 될 것이다. 그 것을 알기 위한 열쇠는 아마 뇌에 있을 것이다. 사람이 살아 가는 것은 모두 뇌에서 내리는 명령에 의해 행동을 하고, 숨을 쉬고, 살아가기 때문이다.

이 타이틀에서는 끊임없이 진화해 온 인간의 뇌와 마음의 구조, 발달에 관한 연구를 계속 해 온 저자가 지금까지 했던 실험과 연구들을 통해 우리가 그런 행동을 하는 것엔 이유가 있다는 것을 설명해 주고 있다. 인간은 논리적으로 생각하면 틀린 것임에도 불구하고 무의식 중에 그 행동을 해버리는 경향이 있다. 이를 우리 주위에서 볼 수 있는 예부터 학자들의 연구사례까지 폭 넓게 소개를 하면서 이 책은 시작한다. 그리고 그 무의식 중에 하는 행동이 사실은 좋은 방향으로 가는 경향이 많은데, 그 배후에 있는 심적 과정을 인지심리학, 진화 심리학 두 가지의 방면에서 해설 한다. 뇌는 인지심리학이 대상으로 하는 정보처리의 중추이며, 동시에 진화심리학의 근거로 하는 자연도태에 의한 적응 진화의 산물이라고 저자는 말한다. 그 뇌를 대상으로 인간의 의사결정과 행동의 배경을 명확하게 설명하고 있다. 또, 일반적으로 논리적이지 않다고 생각하기 쉬운 어린아이들과 논리적으로 생각하면서도 틀린 행동을 하는 어른의 뇌를 비교하며, 어른이 되면서 뇌의 어떤 부분이 발달하게 되는지를 설명해 준다. 진화와 발달이 만들어 내는 신비한 뇌의 세계를 알고, 많은 사람들과 지내는 매일매일을 좀 더 재미있게 만들어 줄 한 권이다.

<목차소개>

1. 틀린 것 투성인 우리들

(알고는 있지만 / 손해를 보고싶지 않다 / 이유까지 멋대로 만들어 낸다 등)

2. 즉흥적인 생각도 나쁘지 않다

(어느 쪽 발부터 내밀 것인가 / 기억의 분류 / 어쩔 수 없는 것인가, 그 편이 좋은 것인가 등)

3. 어찌되었든 이유는 뇌에 있다.

(첫 눈에 핀 사랑의 꽃 / 새로운 뇌? / 될수록 사용하지 않는 방향으로 등)

4. 아이가 더 논리적?

(아이에게도 주목하고 싶다 / 논리적인 아기 / 아기의 코어 지식과 진화 / 아이 나름대로의 시련 등)

5. 아이에게는 아이 나름의 뇌가 있다

(뇌의 변화와 지능의 발달 / 작은 세계의 독립 / 유전과 환경 등)

6. 시점이 변하면 실수도 도움이 된다

(침팬지의 아이와 승부한다? / 경험에 뒷 받침 된 직관 / 개성의 시점 등)

<저자소개>

츠지모토 사토시

1977 년 태어나 홋카이도 대학 문학부(심리학 전공)을 졸업 후, 홋카이도 대학 대학원 의학연구과 및 미국 국립 정신 위생연구소에서 뇌와 마음의 구조와 발달에 관한 기초 연구에 종사했다. 그 후 고베 대학 대학원 인간발달 환경학 연구과 준교수, 미국 조사회사 닐센의 뉴로사이언스 디렉터로써 교육과 비즈니스에 뇌 과학 응용을 결합, 2014 년 10 월부터 교토대학 대학원 정보학 연구과 준교수로 있다.

No.20151014-004

제목: 당신을 더 비싸게 팔 수 있는 퍼스널 브랜딩

저자: 야마모토 히데유키

페이지수: 200

장르: 비즈니스 실용

출간일: 2014년 12월 05일



<내용소개>

매력적인 자신만의 '검색 키워드'를 정하고 그것을 효과적으로 어필해 선택 받을 수 있는 사람이 되는 방법을 알기 쉽게 해설한 책

창업이나 영업을 할 때 사용되는 단어 중에 '퍼스널 브랜드'라는 단어가 있다. 퍼스널 브랜드란 쉽게 말해 자신 스스로를 브랜드화 시키는 것이다. 고객, 또는 주위에서 '나'라는 사람을 생각 했을 때, 자신에 대해서 떠올리는 이미지를 퍼스널 브랜드라고 한다. 물건과 마찬가지로 브랜드의 가치가 높으면 높을수록 그 브랜드를 찾는 사람은 많아지고, 그렇게 될수록 브랜드의 가치는 더욱 더 올라가게 된다. 사람들도 자신의 가치를 올리려고 많은 노력을 한다. 스펙을 쌓는 것은 물론이고 여러 교육을 들으러 가고, SNS를 이용한 마케팅 등으로 홍보도 한다. 자신을 기업 또는 상품, 브랜드로 생각을 하고 자신의 브랜드 가치를 높인다면 물건과 마찬가지로 사업, 또는 영업에서 다른 사람들에게 좋은 인식을 갖게 하고 많은 사람들이 거래를 하려고 할 것이다. 잘 나가는 연예인이 파는 상품과 인지도 없는 연예인이 파는 상품은 판매수익에서 크게 차이가 나는 것이 당연한 것처럼 말이다. 기술력과 재능, 지식, 인격을 보여주는 방법 중 한 가지 이므로 창업을 하려는 사람뿐 아니라 취직활동을 하는 취업 준비생에게도 필요 한 것이 퍼스널 브랜드 일 것이다. 퍼스널 브랜딩을 잘하는 사람은 채용 담당자의 눈길을 사로잡을 수 있고 이는 여러 취업 후보자 가운데서 자신을 돋보이게 할 것이다.

상품을 검토할 때 인터넷에 검색을 하는 것처럼 비즈니스 현장에서도 사람을 고를 때 컴퓨터를 이용해 인터넷으로 검색을 하는 것은 아니지만 이력서를 토대로 머리 속에서 검색이 이루어지고 있다. 검색에 걸리는 사람은 다른 사람들이 말을 쉽게 걸 수 있게 되고, 일을 할 수 있는 찬스도 확대 되고, 지금까지보다 더 비싸게 값이 매겨지게 된다. 이를 위해 필수적이지만 어려워 보이는 퍼스널 브랜딩을 본문에서 세세한 항목으로 나누어 쉽게 설명하고 있다. 퍼스널 브랜드를 구축하기 위한 스텝을 단계별로 제시하고, 마지막에는 많은 사람들이 궁금해 하는 퍼스널 브랜딩에 대해서 문답 형식으로 설명하고 있다. 이 책은 더욱 커리어 업을 지향하는 사람, 지금부터 자신의 브랜드를 구축하려는 신입사원, 젊은 사원, 회사에서 큰 기대를 받고 있는 젊은, 혹은 중견 리더, 충실한 세컨드 커리어를 실현 하려는 중년층, 부하의 성장을 응원 하는 관리직, 일에서도 사생활에서도 자신 있게 계속 빛나길 원하는 사람, 나만이 할 수 있는 비즈니스를 성공시

키고 싶은 기업가, 회사원 각각의 개성을 발휘해 매력적인 회사를 만드는데 공헌하고 싶은 사람들을 위한 것이다.

<목차소개>

제 1장: 모든 인선은 검색결과이다.

(비즈니스장에서는 매일매일 사람을 고르고 있다 / 인선에서는 '3S'가 중요하다 등)

제 2장: 퍼스널 브랜드와 퍼스널 브랜딩

(당신이라는 브랜드는 다른 사람의 평가에 의해 만들어진다 / 브랜드의 정체는 '약속'이다 / 퍼스널 브랜딩은 미래의 자신에게로의 여행이다 등)

제 3장: 검색 된 자신을 만든다

(미래의 자신의 검색워드를 찾자 / 당신의 비전을 검색워드로 한다 등)

제 4장: 검색 된 자신을 발신한다

(자기 어필은 상대를 위해 한다 / 두 가지 시점에서 획득목표의 이미지를 생각한다 / 1분 자기소개에서 검색 된 자기를 전한다 등)

제 5장: 퍼스널 브랜드 하우스를 세운다

(퍼스널 브랜드 하우스를 세우는 법 / 비전으로 3년 후에 되고 싶은 자신의 모습을 그린다 / 설계도가 완성되면 구체적 행동으로 옮겨라 등)

제 6장: 퍼스널 브랜딩에 대한 Q&A

(다른 사람과는 다른 자신의 강점을 발견하려면 어떻게 해야 할까요? / 비즈니스에서 처음 만나는 상대방에게 자신을 어필(자기소개)할 때, 어떤 포인트를 파악해 뒤야 할까요? 등)

<저자소개>

야마모토 히데유키

퍼스널 브랜드 컨설턴트이다. 소니 그룹, 닛산 자동차 그룹의 광고 대리점 등에서 크리에이티브 디렉터, 카피라이터로써 아사히 광고상, 아사히 광고 디자인상 등 많은 상을 수상했다. 2002 년에 독립해 유한회사 플런트 라이브를 설립했다. 현재, 퍼스널 브랜딩의 제 1 인자로서 강연, 컨설팅, 집필, 대기업의 연수강사로서 활약하고 있다.

No.20151014-005

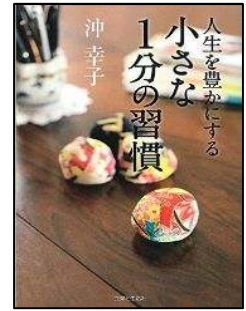
제목: 인생을 풍요롭게 하는 작은 1분 습관

저자: 오키 사치코

페이지수: 191

장르: 에세이

출간일: 2015년 05월 29일



<내용소개>

많은 노력을 하지 않고 아름답게 나이를 먹어갈 수 있는 힌트를 주는 에세이집

사람의 인생에는 한계가 있다. 긴 듯 짧고, 짧은 듯 길다. 생애 한번뿐인 인생을 사람들은 행복하고 충실하게 보내고 싶어한다. 인생을 풍요롭게 보내기 위해서 좋은 것을 보러 다니고, 좋은 것을 먹고, 좋은 사람을 만나며 좋은 마음을 가지고 살아가려고 노력한다. 마지못해 일을 하게 되면 그것은 사람을 힘들게 하고, 자신이 즐기며 자주적으로 하는 일은 생명을 건강하게 한다. 정신과 몸을 건강하게 보내는 것이 사람들이 바라는 삶이고, 그렇게 보내게 되는 것이 인생을 풍요롭게 보냈다고 할 수 있는 것이다.

저자는 하루 하루의 생활은 모두 작은 습관이 쌓아진 것에 의해 만들어진 것이라고 이야기한다. 그리고 그 한 가지 한가지의 습관은 평소에는 눈치 채지 못하고 살아 가고 있는데 “티끌 모아 태산”이라는 말이 있듯이 그 습관은 쌓여서 결국 인생을 바꿀 정도로 큰 영향력을 가지고 있다고 한다. 습관이란 무서운 것이라 한번 익숙해진 습관은 좀처럼 고치기 힘들다. 이 책을 통해 자신의 습관을 되돌아 보고 고쳐야 할 습관은 고치도록 노력을 해서 좀 더 풍요로운 삶을 살아가보자.

<목차소개>

프롤로그

제 1장: [젊디 젊게 건강하게 빛나는] 더 멋지게 나이를 들어가기 위한 습관

(바르게 맛있게 먹기 / 잘 씹기 / 아침 메모노트를 쓴다 / 바나나 효과 등)

제 2장: [마음을 풍요롭게 자상하게 보내는] 공손하고 상냥하게 사는 습관

(작은 감동을 발견하자! / 웃을 때는 큰 소리로 / 땡큐 카드 / 책을 가지고 걷자 등)

제 3장: [간소하게, 아름답게 사는] 주거를 청결하게, 잘, 아름답게 꾸미는 습관

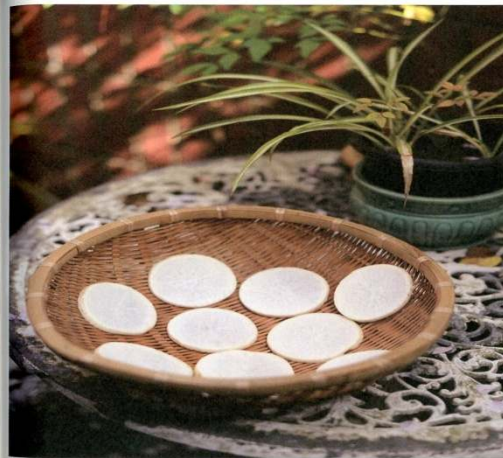
(아름다운 방에서 살아보고 싶다! / 시트와 베개의 주름을 핀다 / 매일 작은 가사습관 등)

에필로그

< 본문 이미지 >

とくに旬の野菜や果物は、
そこで、時間のかかる煮物や煮込み料理は週末や余裕のあるときにやり、ふだんはできるだけ短時間でできるもの、とメリハリをつけています。
このメリハリは、仕事でも家事でも大切なことだと思います。
なぜなら、こころが楽しくなるメリハリがあり、仕事も家事も両方に充実感が得られるのです。
そこで1分で準備ができるレシピの一部を紹介します。
【干し野菜】
旬の野菜を見つけたら、必ずそのまま切って干し野菜をつくりましょ。
みずみずしい大根も丸ごと買って、サクサク切って天日干し。
切るだけです。はんの数分足らず。
竹ざるにのせ、外で1昼夜干します。
大根は甘さが増して、まるでジュウをかけたように、煮物にしても、そのままサラダにしてもほったかほたそうになるくらい、甘く美味しくなります。

29 第1章 … もっと、素敵に歳を重ねるための習慣



晴天の日を選び、干し野菜を作ります。野菜がますます甘くなって...

28



気分転換に、お手玉をいつでも手にとれる場所に。

85 第2章 … ていねいに、やさしく生きる習慣

あるとき、スタッフのNさんから「果物のお地蔵さんに行きました」と、着
物で作った、わかしなつかしいお玉をもらいました。

お手玉で脳を鍛える！

「言YES」と言います。
「YES」
言いながら拳をつくれは、その気持ちから拳から身体に伝わりしめれる。
それが次の幸運や自信につながるような気がするのです。
最近、うまくいかないときでも、マイナスの気分になむことなく、力強い拳を
つくり、「YES」と言、自分を勇気づけるためにも使います。【5秒×1分】
すると、これまでに身体にしまったYESの最高の気分が思い出され「ま
だ大丈夫」と前向きになれるのです。

84

< 저자 소개 >

오키 사치코

생활평론가이자 가사 서포터 서비스 '플라우 그룹'의 대표이다. 대학 객원 교수(기업론)이나 경제산업성, 후생 노동성 등의 정부 심의회 의원으로도 활동하고 있다. 독일, 영국, 네덜란드에서 생활 마케팅을 배우고 글로벌한 시점을 갖고 생활하는 디자이너로써 TV, 잡지, 강연 등에서도 활약 중이다. '청소의 카리스마'로써도 알려져 있다.

No.20151014-006

제목: 라이카와 걷는 교토

저자: 코야마 쿤도, Alex Mouton

페이지수: 189

장르: 여행 / 사진

출간일: 2015년 09월 09일



<내용소개>

감성적인 카메라 라이카로 찍은 교토의 마을과 사람들과 함께 소개하는 저자만의 교토 산책법과 힐링법

해외 여행을 하는 것은 이제 일상적인 일이 되었다. 여행을 함으로써 힘들었던 일상생활을 잊고 쉬게 되고, 새로운 것과 만나면서 자신의 사고방식과 생활방식의 터닝포인트를 맞기도 한다. 멀리 유럽, 미국으로 가는 사람들도 많지만 한국에서 가장 가까운 나라 일본으로 떠나는 사람들도 여전히 많다. 한국에서 2시간도 채 안 되는 시간에 도착하기 때문에 비행시간이 짧아 나이가 많아 오래 앉아 있지 못하는 사람들도 가볍게 다녀올 수 있다. 일본은 화산지대로 아직도 화산 활동을 하고 있는 산이 많고, 온천이 발달 되어있다. 그래서 어른들도 젊은이들도 지친 몸을 온천에 담궈 따뜻한 물에서 힐링 할 수 있기 때문에 많은 사람들이 온천을 찾기도 한다. 또, 한국과 비슷한 것 같지만 조금은 다른 건물들, 사람들을 보며 또 다른 재미를 느낄 수도 있을 것이다.

한국인들이 많이 방문 하는 곳들 중 인기 있는 곳으로 '간사이 지방'을 들 수 있다. 간사이 지방 중에서도 특히 '교토'에는 전세계 관광객들이 모인다. 한국의 경주와도 같은 지방인 교토는 건물을 비롯해 많은 일본스러운 문화를 느낄 수 있어 외국인뿐 아니라 일본 국내에서도 많은 인기를 끌고 있는 관광지이다. 천 년 동안 일본의 수도로 있던 긴 역사만큼 아름다운 명소로 가득하다. 그리고 세계 문화유산으로 등록된 문화재들도 많이 있어 역사적으로도 큰 의미를 가지는 동네이기도 하다.

저자는 도쿄에서 일을 하다가 하던 일을 정리하고 교토에 내려와 살 만큼 교토의 매력에 푹 빠져있다. 천 년 동안의 수도에서 살고 있는 사람들의 생활, 사람과 사람의 연결, 그리고 변하지 않는 풍경과 물들어 가는 것들을 카메라를 들고 돌아다니며 하나하나 소개하고 있다. 저자는 카메라를 들고 교토를 걷다 보면 평소에는 그냥 지나치던 것들도 신기하게 자신을 끌어 들여 발견하게 해 준다고 한다. 이미 교토 여행을 해서 관광 명소를 다 봐서 이제 더 이상 교토에서 무엇을 봐야 할 지 모르는 사람들에게 교토의 또 다른 모습을 발견할 수 있게 도와 줄 한 권이다.

< 본문 이미지 >



くれる

京都ほどの都会よりも空が広い。視線を遠く高い建物がないから、きれいな夕焼けを見える機会も多い。晴れていても曇っていても、広い空には何か空雲の表情がよく見えて、ついつい眺めてしまう。雲の下に広がるよりの景に、思わずシャッターを切った。

71 第2章 小山薫堂とアレックス・モートンが撮った菅原氏の京都



であう

賀茂川と鴨川が合流する三角州「鴨川デルタ」で巨大な「ドーナツ」に似た見知った人たちがケイホの隣りでピクニックをするイベントらしい。学生や若者たちの自由な発想に京都の人たちは寛容だ。彼らが未来を担う財産だと知っているからだろう。

70

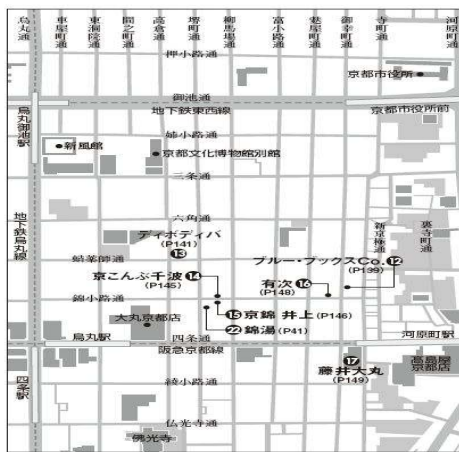


みたす

バケツを落とし、井戸から新鮮な水を汲み、大徳寺・真珠庵の山田京正和尚の毎朝の日課という。空のバケツを無色透明な水で満たすの姿は、人の空虚心に響きあふるものを注ぐ和向の使命と重なる。「有茶」の銅製のバケツが年月を経て青く光り、神々しい。

115 第2章 小山薫堂とアレックス・モートンが撮った菅原氏の京都

114



185



184

<목차소개>

제 1장: '걷는 마을, 교토'를 걷다

(카메라를 갖고 걸으면 보여 오는 교토 / 버스 이용으로 행동범위를 확대하자 / 축제를 좋아하는 교토... 연중 어딘가에서 축제가 등)

제 2장: 코야마 쿤도와 알렉스가 찍은 평상시의 교토

(카메라를 갖고 걸으면 교토 마을의 다른 얼굴이 보인다 / 라이카가 이어준 우연. 알렉스와 코야마가 찍은 교토 등)

제 3장: '교토관' 관장인 코야마 쿤도가 추천하는 마을 걷기 코스

(아침 헤이안 신궁 정원에서 하루를 스타트 / 카와라마치 산조에서 커피 휴식 / 교토의 부엌, 니시키시장에서 사야 하는 것은? 등)

제 4장: 라이카와 교토에 대한 동경을 말한다 코야마 쿤도 X 알렉스 무턴

(이론이 아니라 라이카는 본능을 굶는 카메라다 / 라이카로 교토를 찍을 때 보인 것이 있다 등)

MAP & 소개 점포 리스트

<저자소개>

코야마 쿤도

1964 년 쿠마모토에서 태어났다. 방송작가 겸 극본가이다. 극본을 담당한 '굿바이'는 제 81 회 미국 아카데미상 외국어 영화상을 수상했다. 최근에는 인기 캐릭터 '구마몬'을 탄생시킨 사람으로써 화제에 올랐다. 교토의 시모가모사료의 주인 겸 교토관 관장을 맡고 있다.

Alex Mouton

1964 년 프랑스에서 태어났다. 사진을 사랑하는 여행자이다. 2004 년 방송된 '도쿄 원더 호텔'의 CM 안에서 일본에서의 첫 개인전을 개최했다. 사진가이다.

No.20151014-007

제목: 습관을 조금 고치면 부하와의 관계는 극적으로 변한다

저자: 코구레 에리

페이지수: 224

장르: 비즈니스 실용

출간일: 2015년 07월 28일



<내용소개>

조금만 습관을 점검하면 부하와의 사이가 좋아지고, 좋은 팀을 만들 수 있다!

부하와의 좋은 커뮤니케이션을 잘 할 수 있게 도와주는 비즈니스 실용서.

사람이 모이는 곳엔 반드시 리더가 있다. 리더 밑에는 부하들이 있는데 그 부하들을 각각을 보면 한 사람 한 사람은 정말 멋진 사람이지만 팀이 되고 보니 자신의 능력을 발휘 못하는 사람도 많다. 직장 생활에서 하나를 가르쳐 주면 열을 알고 자세히 설명하지 않아도 일을 알아서 처리하는 유능한 부하와 함께 일한다는 것은 정말 신나는 일이다. 믿고 맡길 수 있는 부하를 둔 것은 좋은 상사를 모시는 것만큼 일의 성과에 좋은 영향을 준다. 하지만 실무자일 때는 유능한 부하였지만 팀장이 되고 나서 기대 만큼 활약을 못해주는 사람도 있다. 이런 경우는 관리자에게 필요한 부하를 통솔하는 능력과 넓어진 범위의 다양한 주변 이해관계자들을 이해하고 관리하는 능력을 제대로 키우지 못하고 자신의 역량보다 높은 책임을 맡았기 때문이다.

사람은 언젠간 어디서든 상사가 된다. 좋은 상사는 직원으로 하여금 현재의 업무가 할 만한 가치가 있다는 것과 스스로가 그 일을 잘 할 수 있다는 것을 인식시키는 '동기 부여자'로서 역할을 충실히 하는 게 중요하다. 아무리 잘하는 부하라도 위에서 계속 스트레스를 주면 결국 그 부하 직원은 일을 잘 해 낼 수 없을 것이다. 믿고 격려해주면 그 사람이 가진 능력의 100%이상을 발휘 할 수 있을 것이다.

저자는 경영 컨설턴트로서 많은 상사들을 만나왔다. 또 그 후 그 상사의 팀 메이트들과도 많은 이야기를 나누어 왔다. 그렇게 많은 사람을 만나오는 동안 상사와 부하와의 관계가 잘 풀려 가지 않을까, 왜 부하는 상사를 따르지 않고 할 마음을 내지 않을까? 하는 생각을 계속 해왔다고 한다. 그러던 중, 상사가 좋은 팀, 조직을 만들고 팀 멤버와의 관계를 좋게 하기 위해 세 가지 스텝이 필요하다는 것을 발견하게 된다. "제자리 걸음"에서 탈출을 해서 커뮤니케이션의 기초를 만드는 것, 신뢰관계를 쌓아 올려 일을 하는 사람으로서의 신뢰를 높이는 것, 두터운 인망을 얻어 충성심을 불러일으키는 둘도 없는 존재가 되는 것이다. 저자가 지금까지 접해온 실제 예를 통해 이 스텝을 어떻게 쌓아 올려야 하는지, 상사가 해야 하는 사고방식, 행동방식을 소개하고 있다. 그렇게 스텝을 쌓아 올려 감으로써 좋은 상사가 되고, 팀 안에서의 관계를 좋게 만들어 일의 레벨도 분명 높아 질 것이다.

<목차소개>

제 1장: '제자리 걸음'에서 탈출하자

(나부터 먼저 '인사'를 한다 / '정성을 담아' 부하의 이야기를 듣자 / 때로는 '약함'을 보이자 등)

제 2장: '신뢰관계'를 쌓자

(마지막까지 완수 하게 해 '자신감'을 갖게 하자 / '나쁜 것'은 바로 잊자 / 자신을 '최하위'에 두지 않는다 / 부하와의 '약속'을 지키자 등)

제 3장: '두터운 인망'을 얻자

(부하에게 '네 생각대로 해 보라'고 말하자 / '외톨이'를 싫어해라 / '상대의 시선'으로 물건을 보자 / 부하에게 너무 '기대' 하지 말자 등)

<저자소개>

코구레 에리

코구레 경영 기획 연구소의 대표이다. 도쿄에서 태어나 가쿠슈인 대학을 졸업 한 후, 수입 가구 판매 회사를 거쳐 1991 년에 경제산업 대신 인정, 중소기업 진단사 자격을 취득했다. 이듬해 사무소를 설립했다. 폭 넓은 분야에서의 기업, 점포의 컨설팅, 직원연수, 소비자 조사, 강연, 집필 등을 행하고 있다. 또 와세다 대학 대학원에서 '브랜드'에 관해 배우고 2003 년에 상학수사호를 취득했다. 상점가 활성화의 지원이나 산업능률 대학 겸임강사 등의 일을 통해 다수의 현역 대학생과도 이어져, '어른(사회)와 젊은이(미래)의 중간다리역'으로써 활동을 하고 있다.

No.20151014-008

제목: 기분 좋은 뼈 스트레칭

저자: 마츠무라 타카시

페이지수: 192

장르: 건강

출간일: 2015년 07월 10일



<내용소개>

남녀노소 누구나 간단하게 할 수 있는 뼈를 사용한 스트레칭!

최근 남녀노소 상관없이 건강에 관심을 많이 갖고 있다. 공기도 나빠지고 최근 생기는 바이러스 등에 의한 면역력의 저하로 생기는 질병 등 때문에 더 관심을 갖게 되는지도 모른다. 의학의 발달로 몸의 신진대사를 도와주는 약을 먹는 사람들도 있고, 몸에 좋은 음식을 찾아 먹는 사람들도 있고, 운동을 하는 사람들도 있다. 기구가 필요한 격한 운동이 아니라 집에서도 쉽게 할 수 있는 스트레칭이 많이 각광받고 있다. 스트레칭이란 신체 부위의 근육이나 건, 인대 등을 늘여주는 운동으로 관절의 가동범위의 증가, 유연성 유지 및 향상, 상해 예방에 도움이 되는 운동이다. 스트레칭의 일반적인 원리는 근육의 길이를 확장하여 자연 상태보다 근육을 늘여주는 것으로 유연성이 향상 되려면 근육을 정상 길이보다 10% 이상 늘려야 한다고 알려져 있다.

이 책의 저자는 일반적으로 알려져 있는 근육과 관절을 움직이는 스트레칭법이 아니라 뼈를 효과적으로 사용해 뼈의 움직임을 부드럽게 함으로써 근육의 부담을 덜어주는 방법을 소개 하고 있다. 이 스트레칭의 효과로는 근육이 부담을 덜 받음으로 피의 흐름이 개선되고 허리 통증과 어깨 결림에도 좋고 다이어트 효과도 기대 할 수 있다고 한다. 저자는 전 육상선수로 선수시절 근육 트레이닝을 중시 했었다고 한다. 하지만 근육 트레이닝을 하며 큰 상처를 많이 입게 되고, 과도한 스트레칭과 근육 트레이닝을 하게 되면 몸이 굳어 더 많이 다치게 된 다는 것을 실감하게 되고 몸을 다치게 하지 않는 뼈 스트레칭을 고안해 낸 것이다. 이 책에서는 저자가 고안한 뼈 스트레칭을 왜 해야 하는가와 실제 하는 방법을 사진과 함께 설명하고 있어 알기 쉽게 따라 할 수 있을 것 이다. 이 방법은 남녀노소 누구나 간단하게 할 수 있게 만들어 진 것으로 책을 보고 따라 하는 것만으로도 금방 익숙해져, 건강하게 될 수 있을 것이다.

일본에서는 한국에서도 유명한 '기무라 타쿠야'가 속해있는 일본 인기 아이돌 그룹 'SMAP'의 리더 나카이 마사히로가 진행하는 '킨스마'라는 프로그램에 출연해 출연자들과 함께 이 스트레칭을 해 더 많이 알려지게 되었다. 또, 그 방송에 나온 출연자들이 실제로 해보고 효과가 있다는 좋은 반응을 보고 더 많은 인기를 얻게 되었다.

< 본문 이미지 >



<목차소개>

제 1장: '빠'를 사용하면 좀 더 건강해진다!

(기본 포즈 / '빠 스트레칭'이란 무엇? 등)

제 2장: 부드럽고 아름답게 되는 기술

(더블 T로 서는 법 / '서는 법'으로 생활 방식이 변한다 등)

제 3장: 굳게하는 것 보다는 부드럽게 하는 것

(손바닥 뒤집기 / 손목 늘리기 / 부드럽게 하는 것이 더 몸을 움직인다 등)

제 4장: 쓰다듬는 것만으로도 몸의 피로는 풀린다

(쇄골 비틀기 버전 / 몸의 중심부터 부드럽게 한다 등)

제 5장: 몸도 마음도 '부드럽게 하는 힘'

(편한 단전 내리기 / 빠 스트레칭류 멘탈 정돈 법 등)

<저자소개>

마츠무라 타카시

1968년 효고에서 태어나 주쿄대학 체육학부 체육학과를 졸업했다. 육상 단거리의 스플린터로써 전국 일본 실업단 6위 등의 실적을 가지고 있다. 은퇴 후, 스포츠 트레이너로 전직, 많이 다쳤던 현역시절의 트레이닝을 근본부터 다시 살펴 근육이 아니라 뼈 활용에 중점을 둔 '빠 스트레칭', '마츠무라식 런닝'을 고안했다. 많은 운동선수들의 지도에도 힘쓰고 있고, 현재 스포츠케어 정체 연구소의 대표이다.

No.20151014-009

제목: 뽕침 머리 점

저자: 오오타니 미네코(글), 니시카와 오사무(그림)

페이지수: 68

장르: 아동 동화책

출간일: 2010년 08월 07일



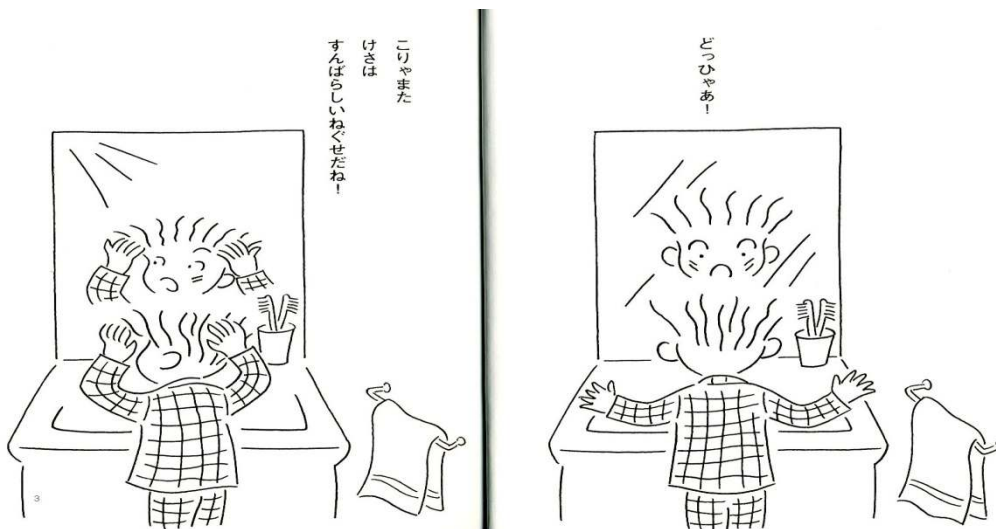
<내용소개>

뽕침 머리 모양으로 오늘 하루의 운세를 알아 볼 수 있는 동화책 입니다.

이 책은 아침마다 뽕치는 머리 모양에 따라 그 날의 운세를 알려주는 뽕침 머리 점쟁이의 이야기를 담은 책 입니다. 예를 들어 앞머리 뒷머리 모든 머리가 다 차분하게 내려와 있는데 정수리 부분의 머리만 위로 솟아있는 날은, 길을 잃게 되니 주의를 해야 합니다. 하지만 길을 잃어 헤매는 도중 친절한 우주인을 만나 집까지 잘 데려다 줄 것입니다. 운이 좋으면 우주선에 타서 집까지 올 수도 있겠지요. 혹은 머리 전체가 파도처럼 물결치는 날에는 갑자기 배가 아파 올 것입니다. 양호실에서 쉬는 동안 꿈을 꾸게 되는데, 마을의 온갖 먹을 거리가 다 자신의 것이 되어서 마구마구 먹게 됩니다. 그리고 눈을 뜨면 아픈 것이 사라지게 될 것입니다.

전 날, 머리를 감고 자게 되면 다음 날 아침 머리가 삐죽삐죽 여기 저기로 뽕어 있게 됩니다. 유치원, 학교에 가야 하는데 이대로 가는 것을 싫어하는 아이들은 많아, 바쁜 아침마다 머리를 예쁘게 정돈해 달라고 칭얼댈지도 모릅니다. 아침에 어떤 머리가 되었는지를 보고, 이 책에 나오는 운세를 함께 보게 되면 아이들도 칭얼거리지 않고 기분 좋게 외출을 할 수 있게 될 것입니다.

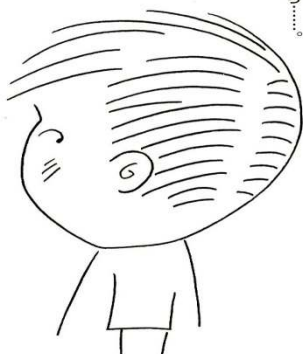
<본문 이미지>





きよはきみの強力な「まい「びより」
なのだ。

おや、おや！
こんなねぐさだったらう……。



おお！
そのあと、きみは
これまでのじぶんとは
まったくちがう
すてきな気持ちに
なっているだろう。

だれかにビビッと
ときめいてしまうかも！



<저자소개>

오오타니 미네코(글)

효고에서 태어났고 이야기 작가이다. 그림책으로 '사투리 어디?', '이야기로 듣는 명곡 그림책'이 있다. 어른을 위한 작품으로 '아빠에게 배운 것', '파시나시온- 살아 있었을 때, 좋아하던 것' 등이 있다.

니시카와 오사무(그림)

후쿠오카에서 태어났고 그림책 작가 겸 화가이다. 작품으로 '아빠와 산책', '츠토무와 마법 버스', '돼지와 쥐', '미이라와 놀자', '노크를 똑똑' 등이 있다. 삽화 작품으로는 '개구리의 부탁', '가나다 동물원' 시리즈 등이 있다.

No.20151014-010

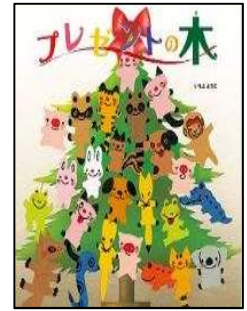
제목: 선물 나무

저자: 이모토 요우코

페이지수: 24

장르: 아동 그림책

출간일: 2014년 10월 21일



<내용소개>

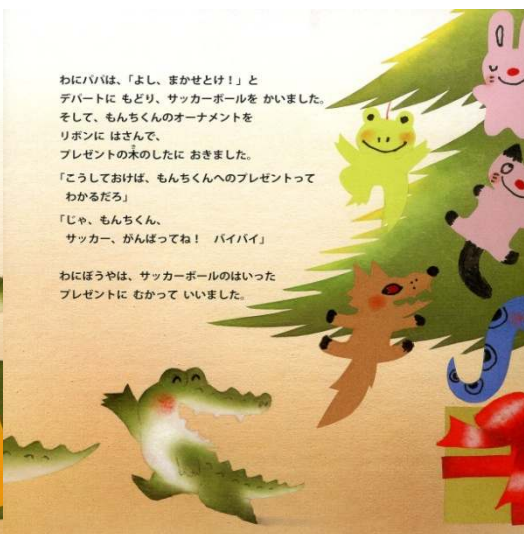
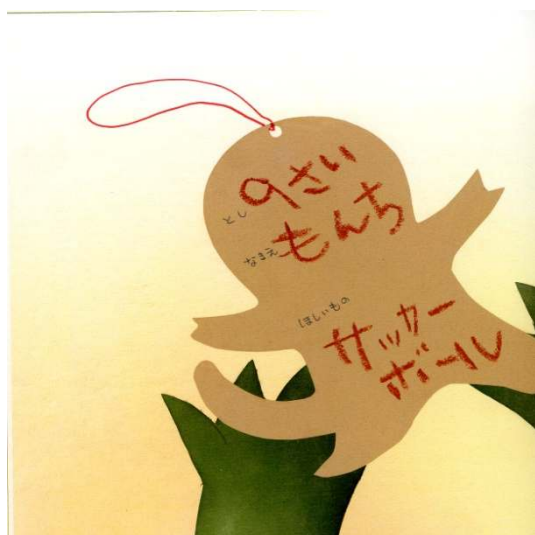
동물들의 선물 나무에 많은 장식이 생깁니다. 어떤 선물이 보내져 올까요?

미국에서는 크리스마스 시기가 되면 백화점이나 슈퍼마켓 등 여기저기에 “Giving Tree”라고 불리는 크리스마스 트리가 놓여집니다. 선물을 받지 못하는 아이들이 나이와 이름, 받고 싶은 선물을 적어 트리에 걸어 두면 선물을 보내고 싶은 사람이 그 아이에게 선물을 보내는 멋진 습관이 있습니다.

크리스마스가 가까워진 어느 날, 백화점에는 선물을 사러 온 가족들로 북적이고 있었습니다. 모두 백화점을 나가는 길에서 발견한 선물 나무에 있는 장식들을 보고 선물을 놓아주었습니다. 악어 가족은 원숭이에게 축구공을 주었고, 고양이 할머니는 너구리에게 인형을 주었습니다. 곰 가족이 백화점을 나설 때, 나무 맨 위에 토끼만이 남아있었습니다. 아기 곰은 토끼에게 선물을 주고 싶다고 하지만, 부모님은 어서 가라며 반대를 했습니다. 토끼가 가여운 아기 곰은 자신이 선물을 주겠다고 토끼의 카드를 뽑으려 하지만 선물을 살 돈이 없다는 것을 알고 어떻게 해야 하나 고민합니다. 그래도 토끼에게 선물을 주고 싶었던 아기 곰은 카드를 뽑아 들고, 거기에는 갖고 싶은 선물로 친구가 있었습니다. 이 선물이라면 나도 할 수 있다고 생각한 곰은 기뻐하며 자신이 선물이 되어 리본을 몸에 두르고 트리 앞에 서 있게 되었습니다.

아이들은 크리스마스가 되면 산타 할아버지에게 선물을 받는다고 믿고 있는 아이가 많을 것입니다. 왜 선물을 받지 못하는 아이가 있는지 이해 하지 못하는 아이도 있을 것입니다. 산타 할아버지의 존재를 믿는 것도 좋지만 세상에는 모두가 기쁜 크리스마스에도 기뻐하지 못하는 아이가 있다는 것을 알려 주어야 할 것입니다. 이 책을 통해 이런 멋진 습관을 통해 모두가 행복해 질 수 있는 크리스마스를 만드는 방법을 알려 줄 수 있을 것입니다. 따뜻한 그림체의 그림책으로 크리스마스 시즌에 보기 좋을 한 권입니다.

< 본문 이미지 >





<저자소개>

이모토 요우코

효고에서 태어나 카나자와 미술 공예 대학 유화과를 졸업했다. '고양이 그림책', '꽃이 피던 날'로 볼로냐 국제 아동 도서전 엘바상을 2 년 연속으로 수상했다. '이모토 요우코 노래 그림책 1'로 같은 도서전 그래픽상을 수상했다.