



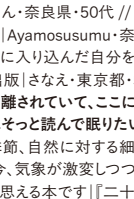
今年俳句を始めました。一日の終わりに開き、その日にであった事物や感情が過去の人も感じた季節特有のものだと知ると嬉しくなります。少し気合いのいい値段でしたが、一生物の一冊になりそうです。『基本季語五〇〇選』山本健吉・講談社学術文庫|うゑだ・千葉美・30代 // 同じマンションでも住んでいる人によって見違える部屋はこの世で1番の多様性を示している。眠る前は文章はなるべく見ずに部屋の写真を見て頭に浮かぶ物語を考えながら瞳を開けると快眠です。『ワンルームワンダーランド ひとり暮らし 100人の生活』小鳥書房|スコールイズリンク・大阪府・20代 // 私たちの明日の一喜一憂を猫がきっと面白おかしく文章にしてくれる。この本を読むと、そんな気持ちになります。人間なんかより、猫の方がいろんなことを考えているかもしれない。例えば何を考えているのか。この答えのない問いにまで思いを巡らせると、自分の悩みなどちっぽけなものに思えてきます。『吾輩は猫である』夏目漱石・新潮文庫|七草・香川県・10代 // 退屈で辛い仕事後ふとこの本を思い出す 世の中個人主義が日々強くなくていい現代 少年達には力を合わせ困難に立ち向かう 今我々に足りないものは力を合わせ生きていい 事ではないかと『十五少年漂流記』ジュール・ヴェルヌ・新潮文庫|グラッジさん・福島県・30代 // まだフレッシュな社会人だった頃、そう思う！と思いながら読みました。社会に擦れてしまった頃、再読しました。失敗ばかりでも、真っ直ぐに精一杯、そして楽しく仕事をしていた自分を思い出させてくれます。背筋が伸びるような、まさるな気持ちで眠りにつくことができます。『みちくさ道中』木内昇・平凡社|みき・兵庫県・30代 // 枕頭本は、もちろん面白すぎではいけない。血沸き肉踊り、謎が謎を呼んだりとか、つい二ヤリとする気の利いたエッセイとかでは、夜が明けてしまう。少し難しげで放漫風で、でも実際は謙虚で密かにユーモアを忍ばせるらしいの、つり映画評論第一人者の、何度読んでも厭きないこの本に辿りついた幸福。『日本映画のために』連實重彦・岩波書店|石井美暢・北海道・60代 // 言わばと知れた夏目漱石の短編集。漱石の巧みな言葉たが夢の世界へ誘う。眠りというものは今日の続きのようでもあるが、別の世界の始まりのようにも感じる。順々に読むのも良い、好きな章で選ぶのも良い。そして今日は、どんな夢が見られるのかしら。『夢十夜』夏目漱石・新潮文庫|あにか先生・東京都・30代 // 著者が娘を生徒とする学校の校長を名乗り、娘の身近な問題を題材に授業を通して、娘4人に自分の頭で考えることの大切さを説く本である。ちょうど良い長さの『授業』が、ユーモラスな語り口で進行するため、そのテーマについて考えているうちに無意識に睡眠に入ることができて睡眠前に最適である。『私の学校がこんなだ・ちくま文庫』たくばー・兵庫県・20代 // 雨月物語や今昔物語集などでも出てきさそうな怪談話でもあり、親子のハートフルなふれあいを描いた家族ものでもあり、ちょっと大人の恋愛小説でもあり、その日の気分によって味わう箇所を変えられる本。何よりちゃんと寝られないときでもサックと読み通せる薄さがい。『異人たちの夏』山田太一・新潮社|Df8514・埼玉県・40代 // 全てやってもいいけど、夜が越えられないように思えてしまった時、安吾の力強い文章に何度も救われました。太宰の死についての安吾の分析から、終盤の生きることについての安吾の強い覚悟に読むたび泣いてしまいます。『不良少年とキリスト』坂口安吾・新潮文庫|倭・岩手県・20代 // 持ち歩けない、混雑する通勤電車内では広げられないのページ数(しかもハードカバー)！『神曲＝ダンテ』、知ってはいても内容は知らないの代表格。寝る前にちよっとすずサラッと読んで寝る。なんとなく得られる満足感。睡眠前にオスメです。『神曲』ダンテ・河出書房新社|とちぼち・大阪府・50代 // AIの時代にこそ読んで欲しい、と深く深く深く考えた人の本。眠る前に読むと、深い思索から初め目く深い眠りに誘われるはずです。時代遅れでもいい！深く深く！『西田幾多郎の思想』小坂国典・講談社学術文庫|ピコさん・東京都・50代 // 最近、なんにも報われない 人、私だけじゃなかったと考える。明日は、私自身をすり減らすことなく、できる仕事を淡々とやろう。強火は無理だから放火の気配でやろう。と考える。『おっかね。今日の私』ジェーンズ・マガジンス・キリリン党・北海道・40代 // モノゴトは大団円で終わるとは限らない。けど、自分の脚で踏みしめていくと決めて歩き出したら、誰かが決めた何処までない場所に行ける。そういうことだと思っ『ギアをあげて、風を鳴らして』平石さなご・集英社|タキナン96in・香川県・60代 // 小学生の時に出会い、大人になった今でも繰り返して読んでいてほんとに今日までずっと読んだ。なんか悲しくなった時、この物語の主人公のよだかの気持ちと重なります。ささくれた心も、呼吸も落ち着く気がするので、眠る前に読みたくなる小説です。最後の一文が、ずっと心に残っています。『よだかの星』宮沢賢治・ちくま文庫|しゃら・京都府・30代 // 良いことや辛いことの重なる。最末で事ない日々を日記として書き起こしている本です。自分自身の毎日と重ね合ったり、時にはエンタメとしても楽しめます。『日記の練習』くどれいん・NHK出版|こんぶ・兵庫県・20代 // 『たてえこの身が泥の塊になりはてようと、なにひとつ嫌さるゑん』134歳で亡くなった哲学者、シモヌ・ヴェイユの断章集。毎日一つづつ読めば、清らかな眠りにつけられる。『重力和恩寵』シモヌ・ヴェイユ・岩波書店|読書一郎・埼玉県・50代 // 真の自己に近づいために読むが、難しいから簡単

なる。『善の研究』小坂国典・講談社|ピノさん・東京都・50代 // この世界を肯定する詩、神聖でかつ宇宙的規模の詩により安らかに眠りに誘われるだけでなく、寝覚めた朝を肯定的な気分で見送さずともえられます。『タゴール著作集 第一巻 詩集1』タゴール・第三文明社|Maze・埼玉県・40代 // さくらさんは、愉快に生きる術を教えたくれた人の師匠。読み終わるのが寂しくて、寝る前に少ずつ名残を惜みながら読むように読んでいます。しんどいことがあった日も、本の中で確かに生き続けるその暖かな筆致に元気をもらい、安心して眠れる気がします。『たびたび』さくらももこ・新潮社|か・ひ・兵庫県・30代 // 登場人物の台詞から釣括弧を排した静謐な文体は、俗世に融けずしなかった心を鎮めてくれる。都市とは正反対の、茫漠たる荒野を味わい、心を癒し眠りにつく。『すべての美しい花』コマ・マツカ・マカシー / 黒原敏行・早川書房|たっちゃん・東京都・20代 // 俯瞰して物事が考えられ、広い心になれば、気持ちが穏やかになれ、気がつくとか。『銀河鉄道之夜』宮沢賢治・新潮文庫|こん・福島県・50代 // 何回か読み返しています。キリスト教感はあるけど、自分を一つだけ直しよき人間であるだろうという気持ちを持てくれる本です。1日1章の構成になっており短く区切れるのもよいです。何章かまとめて読んでもいいし、読まない日があし続いてもまた戻れる本です。『眠られぬ夜のために』・岩波文庫|Itok・東京都・40代 // 文庫本という手軽さもあり、どのページでも、ぱっと開くと、ずっと文に入っていくて、心が落ち着くお気に入りの本です。眠れない人と問わる仕事の人にもプレゼントしたい。『眠れない』ことをマイナスにとらえてもいい、という思いたうになりました。『眠れないあなたに』松田太一・小舎館文庫|うまさみ・兵庫県・60代 // 一日ひとオジ『ラリ』のステキなおじさん。|ばんごん・奈良県・50代 // 愛情とは何かを深く考えさせられるので、寝る前に読むと、子どもに優しくなる。『八月目の蜉』・公文書庫|Ayamosusumu・奈良県・50代 // この本の世界観が大好きです。初めて読んだとき、久しぶりにワクワクしたときがあり、そんな時に自分達自分を感じ想像しながら眠ります。どうかこの夢をみることができますように……。『8月のソング水』コマツシヤ・太田出版|さなえ・東京都・50代 // 閉じたままだまておくために開く。読まない時間のために読む。賢治の世界は雑多な世の中からは隔離されていて、ここにはない色や温度がある。だからどうしてもどうしようもない夜にだけ、少しだけ隙間になっており短く区切られている。『注文の多い料理店』宮沢賢治・新潮社|H.F・神奈川県・20代 // 四季のある日本に住む私たちは、季節、自然に対する細やかな感受性によって独特のセンスを持つようになりました。そのことを改めて思い起こさせてくれる本です。今、気象が激変しつつあります。季節や気象についての言葉がくさくさあり、旬の食べ物や風習を持つ日本人の文化を愛おしく思える本です。『二十四節気と七十二候の季節手帖』山下景子・成美堂出版|あはぼうへら・大阪府・60代 // 伝えたい、伝わりたいをずっと思える一冊です。『会話を哲学する〜コミュニケーションとマニピュレーション〜』本三那由他・株式会社光文社|かざり・まさや・兵庫県・40代 // ほんっとに愛するライストで描かれる夜ふかしエピソードがわくわくして素敵。一気に読んでしまってもいいがけず夜ふかしすること。今度夜にこんなことしてみようかなと自分も特別なことがしてみたいな気がします！『ももしん、こちらは夜です』宮田ナノ・大和書房|may・愛知県・20代 // 買うのを幸い、売ってのを幸いしてを原則とし、関わる人全てを幸せにしようとする高い橋を架ける呉服屋の物語。これでもかと降りかかる難題辛苦を乗り越えて、その度に多くの関わりた方を幸せに導く物語は目が離せない。『あきない正傳 金と銀シリーズ』高田郁・ハルキ文庫|タピオカでんぶん・大阪府・40代 // 日本人とは何かを考えながら、気づいたら寝ています。一向に進みません。『陰翳礼讃』谷崎潤一郎・中央公論社|バシさん・新潟県・60代 // 未知がいつばいの宇宙、難解な科学の話が分りやすく、かつ読みたいくなるように解説されている。楽しい一時を過ごせます。満足感がある状態で眠りに入れます。『面白くて眠れなくなる宇宙』高水裕一・PHP文庫|よしい・兵庫県・40代 // 毎夜1枚の絵画に触れてから眠りにつけます。季節によって絵画の雰囲気が変わるのが心地よいです。ただし冬の暗い絵画を見続けると春の訪れが待ち遠しくなりました。『366日 風景画をめぐる旅』海野弘・バイン

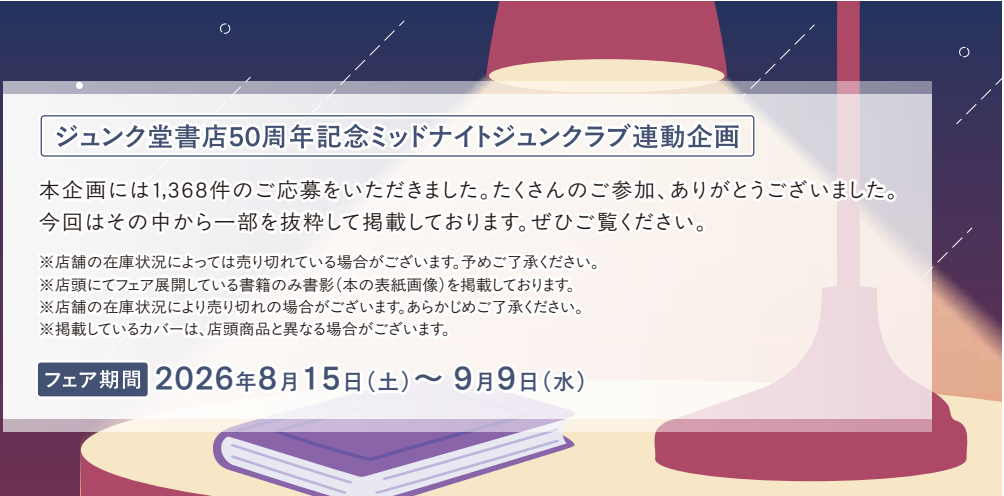


な気持ちで眠りにつくことができます。『みちくさ道中』木内昇・平凡社|みき・兵庫県・30代 // 枕頭本は、もちろん面白すぎではいけない。血沸き肉踊り、謎が謎を呼んだりとか、つい二ヤリとする気の利いたエッセイとかでは、夜が明けてしまう。少し難しげで放漫風で、でも実際は謙虚で密かにユーモアを忍ばせるらしいの、つり映画評論第一人者の、何度読んでも厭きないこの本に辿りついた幸福。『日本映画のために』連實重彦・岩波書店|石井美暢・北海道・60代 // 言わばと知れた夏目漱石の短編集。漱石の巧みな言葉たが夢の世界へ誘う。眠りというものは今日の続きのようでもあるが、別の世界の始まりのようにも感じる。順々に読むのも良い、好きな章で選ぶのも良い。そして今日は、どんな夢が見られるのかしら。『夢十夜』夏目漱石・新潮文庫|あにか先生・東京都・30代 // 著者が娘を生徒とする学校の校長を名乗り、娘の身近な問題を題材に授業を通して、娘4人に自分の頭で考えることの大切さを説く本である。ちょうど良い長さの『授業』が、ユーモラスな語り口で進行するため、そのテーマについて考えているうちに無意識に睡眠に入ることができて睡眠前に最適である。『私の学校がこんなだ・ちくま文庫』たくばー・兵庫県・20代 // 雨月物語や今昔物語集などでも出てきさそうな怪談話でもあり、親子のハートフルなふれあいを描いた家族ものでもあり、ちょっと大人の恋愛小説でもあり、その日の気分によって味わう箇所を変えられる本。何よりちゃんと寝られないときでもサックと読み通せる薄さがい。『異人たちの夏』山田太一・新潮社|Df8514・埼玉県・40代 // 全てやってもいいけど、夜が越えられないように思えてしまった時、安吾の力強い文章に何度も救われました。太宰の死についての安吾の分析から、終盤の生きることについての安吾の強い覚悟に読むたび泣いてしまいます。『不良少年とキリスト』坂口安吾・新潮文庫|倭・岩手県・20代 // 持ち歩けない、混雑する通勤電車内では広げられないのページ数(しかもハードカバー)！『神曲＝ダンテ』、知ってはいても内容は知らないの代表格。寝る前にちよっとすずサラッと読んで寝る。なんとなく得られる満足感。睡眠前にオスメです。『神曲』ダンテ・河出書房新社|とちぼち・大阪府・50代 // AIの時代にこそ読んで欲しい、と深く深く深く考えた人の本。眠る前に読むと、深い思索から初め目く深い眠りに誘われるはずです。時代遅れでもいい！深く深く！『西田幾多郎の思想』小坂国典・講談社学術文庫|ピコさん・東京都・50代 // 最近、なんにも報われない 人、私だけじゃなかったと考える。明日は、私自身をすり減らすことなく、できる仕事を淡々とやろう。強火は無理だから放火の気配でやろう。と考える。『おっかね。今日の私』ジェーンズ・マガジンス・キリリン党・北海道・40代 // モノゴトは大団円で終わるとは限らない。けど、自分の脚で踏みしめていくと決めて歩き出したら、誰かが決めた何処までない場所に行ける。そういうことだと思っ『ギアをあげて、風を鳴らして』平石さなご・集英社|タキナン96in・香川県・60代 // 小学生の時に出会い、大人になった今でも繰り返して読んでいてほんとに今日までずっと読んだ。なんか悲しくなった時、この物語の主人公のよだかの気持ちと重なります。ささくれた心も、呼吸も落ち着く気がするので、眠る前に読みたくなる小説です。最後の一文が、ずっと心に残っています。『よだかの星』宮沢賢治・ちくま文庫|しゃら・京都府・30代 // 良いことや辛いことの重なる。最末で事ない日々を日記として書き起こしている本です。自分自身の毎日と重ね合ったり、時にはエンタメとしても楽しめます。『日記の練習』くどれいん・NHK出版|こんぶ・兵庫県・20代 // 『たてえこの身が泥の塊になりはてようと、なにひとつ嫌さるゑん』134歳で亡くなった哲学者、シモヌ・ヴェイユの断章集。毎日一つづつ読めば、清らかな眠りにつけられる。『重力和恩寵』シモヌ・ヴェイユ・岩波書店|読書一郎・埼玉県・50代 // 真の自己に近づいために読むが、難しいから簡単

なる。『善の研究』小坂国典・講談社|ピノさん・東京都・50代 // この世界を肯定する詩、神聖でかつ宇宙的規模の詩により安らかに眠りに誘われるだけでなく、寝覚めた朝を肯定的な気分で見送さずともえられます。『タゴール著作集 第一巻 詩集1』タゴール・第三文明社|Maze・埼玉県・40代 // さくらさんは、愉快に生きる術を教えたくれた人の師匠。読み終わるのが寂しくて、寝る前に少ずつ名残を惜みながら読むように読んでいます。しんどいことがあった日も、本の中で確かに生き続けるその暖かな筆致に元気をもらい、安心して眠れる気がします。『たびたび』さくらももこ・新潮社|か・ひ・兵庫県・30代 // 登場人物の台詞から釣括弧を排した静謐な文体は、俗世に融けずしなかった心を鎮めてくれる。都市とは正反対の、茫漠たる荒野を味わい、心を癒し眠りにつく。『すべての美しい花』コマ・マツカ・マカシー / 黒原敏行・早川書房|たっちゃん・東京都・20代 // 俯瞰して物事が考えられ、広い心になれば、気持ちが穏やかになれ、気がつくとか。『銀河鉄道之夜』宮沢賢治・新潮文庫|こん・福島県・50代 // 何回か読み返しています。キリスト教感はあるけど、自分を一つだけ直しよき人間であるだろうという気持ちを持てくれる本です。1日1章の構成になっており短く区切れるのもよいです。何章かまとめて読んでもいいし、読まない日があし続いてもまた戻れる本です。『眠られぬ夜のために』・岩波文庫|Itok・東京都・40代 // 文庫本という手軽さもあり、どのページでも、ぱっと開くと、ずっと文に入っていくて、心が落ち着くお気に入りの本です。眠れない人と問わる仕事の人にもプレゼントしたい。『眠れない』ことをマイナスにとらえてもいい、という思いたうになりました。『眠れないあなたに』松田太一・小舎館文庫|うまさみ・兵庫県・60代 // 一日ひとオジ『ラリ』のステキなおじさん。|ばんごん・奈良県・50代 // 愛情とは何かを深く考えさせられるので、寝る前に読むと、子どもに優しくなる。『八月目の蜉』・公文書庫|Ayamosusumu・奈良県・50代 // この本の世界観が大好きです。初めて読んだとき、久しぶりにワクワクしたときがあり、そんな時に自分達自分を感じ想像しながら眠ります。どうかこの夢をみることができますように……。『8月のソング水』コマツシヤ・太田出版|さなえ・東京都・50代 // 閉じたままだまておくために開く。読まない時間のために読む。賢治の世界は雑多な世の中からは隔離されていて、ここにはない色や温度がある。だからどうしてもどうしようもない夜にだけ、少しだけ隙間になっており短く区切られている。『注文の多い料理店』宮沢賢治・新潮社|H.F・神奈川県・20代 // 四季のある日本に住む私たちは、季節、自然に対する細やかな感受性によって独特のセンスを持つようになりました。そのことを改めて思い起こさせてくれる本です。今、気象が激変しつつあります。季節や気象についての言葉がくさくさあり、旬の食べ物や風習を持つ日本人の文化を愛おしく思える本です。『二十四節気と七十二候の季節手帖』山下景子・成美堂出版|あはぼうへら・大阪府・60代 // 伝えたい、伝わりたいをずっと思える一冊です。『会話を哲学する〜コミュニケーションとマニピュレーション〜』本三那由他・株式会社光文社|かざり・まさや・兵庫県・40代 // ほんっとに愛するライストで描かれる夜ふかしエピソードがわくわくして素敵。一気に読んでしまってもいいがけず夜ふかしすること。今度夜にこんなことしてみようかなと自分も特別なことがしてみたいな気がします！『ももしん、こちらは夜です』宮田ナノ・大和書房|may・愛知県・20代 // 買うのを幸い、売ってのを幸いしてを原則とし、関わる人全てを幸せにしようとする高い橋を架ける呉服屋の物語。これでもかと降りかかる難題辛苦を乗り越えて、その度に多くの関わりた方を幸せに導く物語は目が離せない。『あきない正傳 金と銀シリーズ』高田郁・ハルキ文庫|タピオカでんぶん・大阪府・40代 // 日本人とは何かを考えながら、気づいたら寝ています。一向に進みません。『陰翳礼讃』谷崎潤一郎・中央公論社|バシさん・新潟県・60代 // 未知がいつばいの宇宙、難解な科学の話が分りやすく、かつ読みたいくなるように解説されている。楽しい一時を過ごせます。満足感がある状態で眠りに入れます。『面白くて眠れなくなる宇宙』高水裕一・PHP文庫|よしい・兵庫県・40代 // 毎夜1枚の絵画に触れてから眠りにつけます。季節によって絵画の雰囲気が変わるのが心地よいです。ただし冬の暗い絵画を見続けると春の訪れが待ち遠しくなりました。『366日 風景画をめぐる旅』海野弘・バイン



な気持ちで眠りにつくことができます。『みちくさ道中』木内昇・平凡社|みき・兵庫県・30代 // 枕頭本は、もちろん面白すぎではいけない。血沸き肉踊り、謎が謎を呼んだりとか、つい二ヤリとする気の利いたエッセイとかでは、夜が明けてしまう。少し難しげで放漫風で、でも実際は謙虚で密かにユーモアを忍ばせるらしいの、つり映画評論第一人者の、何度読んでも厭きないこの本に辿りついた幸福。『日本映画のために』連實重彦・岩波書店|石井美暢・北海道・60代 // 言わばと知れた夏目漱石の短編集。漱石の巧みな言葉たが夢の世界へ誘う。眠りというものは今日の続きのようでもあるが、別の世界の始まりのようにも感じる。順々に読むのも良い、好きな章で選ぶのも良い。そして今日は、どんな夢が見られるのかしら。『夢十夜』夏目漱石・新潮文庫|あにか先生・東京都・30代 // 著者が娘を生徒とする学校の校長を名乗り、娘の身近な問題を題材に授業を通して、娘4人に自分の頭で考えることの大切さを説く本である。ちょうど良い長さの『授業』が、ユーモラスな語り口で進行するため、そのテーマについて考えているうちに無意識に睡眠に入ることができて睡眠前に最適である。『私の学校がこんなだ・ちくま文庫』たくばー・兵庫県・20代 // 雨月物語や今昔物語集などでも出てきさそうな怪談話でもあり、親子のハートフルなふれあいを描いた家族ものでもあり、ちょっと大人の恋愛小説でもあり、その日の気分によって味わう箇所を変えられる本。何よりちゃんと寝られないときでもサックと読み通せる薄さがい。『異人たちの夏』山田太一・新潮社|Df8514・埼玉県・40代 // 全てやってもいいけど、夜が越えられないように思えてしまった時、安吾の力強い文章に何度も救われました。太宰の死についての安吾の分析から、終盤の生きることについての安吾の強い覚悟に読むたび泣いてしまいます。『不良少年とキリスト』坂口安吾・新潮文庫|倭・岩手県・20代 // 持ち歩けない、混雑する通勤電車内では広げられないのページ数(しかもハードカバー)！『神曲＝ダンテ』、知ってはいても内容は知らないの代表格。寝る前にちよっとすずサラッと読んで寝る。なんとなく得られる満足感。睡眠前にオスメです。『神曲』ダンテ・河出書房新社|とちぼち・大阪府・50代 // AIの時代にこそ読んで欲しい、と深く深く深く考えた人の本。眠る前に読むと、深い思索から初め目く深い眠りに誘われるはずです。時代遅れでもいい！深く深く！『西田幾多郎の思想』小坂国典・講談社学術文庫|ピコさん・東京都・50代 // 最近、なんにも報われない 人、私だけじゃなかったと考える。明日は、私自身をすり減らすことなく、できる仕事を淡々とやろう。強火は無理だから放火の気配でやろう。と考える。『おっかね。今日の私』ジェーンズ・マガジンス・キリリン党・北海道・40代 // モノゴトは大団円で終わるとは限らない。けど、自分の脚で踏みしめていくと決めて歩き出したら、誰かが決めた何処までない場所に行ける。そういうことだと思っ『ギアをあげて、風を鳴らして』平石さなご・集英社|タキナン96in・香川県・60代 // 小学生の時に出会い、大人になった今でも繰り返して読んでいてほんとに今日までずっと読んだ。なんか悲しくなった時、この物語の主人公のよだかの気持ちと重なります。ささくれた心も、呼吸も落ち着く気がするので、眠る前に読みたくなる小説です。最後の一文が、ずっと心に残っています。『よだかの星』宮沢賢治・ちくま文庫|しゃら・京都府・30代 // 良いことや辛いことの重なる。最末で事ない日々を日記として書き起こしている本です。自分自身の毎日と重ね合ったり、時にはエンタメとしても楽しめます。『日記の練習』くどれいん・NHK出版|こんぶ・兵庫県・20代 // 『たてえこの身が泥の塊になりはてようと、なにひとつ嫌さるゑん』134歳で亡くなった哲学者、シモヌ・ヴェイユの断章集。毎日一つづつ読めば、清らかな眠りにつけられる。『重力和恩寵』シモヌ・ヴェイユ・岩波書店|読書一郎・埼玉県・50代 // 真の自己に近づいために読むが、難しいから簡単



ターナショナル|くま・静岡県・30代 // 明日、美味しいものを食べようって気持ちになります。これにしようかあれにしようか美味しいものを思い浮かべながら眠りにつけます！『湯気を食べる』くどれいん・オレンジページ|よもぎ・東京都・20代 // 伊与原文さんの作品は、ド文系な私にとって小説という形で科学に触れられる素敵な機会を与えてくれている。私の知識不足ゆえ、スマホで分らないことは調べつつ、噛み砕きながら読むのは忙しい電車の中ではあんまりではないこと。私にとって夜更け、落ち着いた本にベドで読むのにぴったりな一冊。『藍を継ぐ海』伊与原 新・新潮社|晴田ハルヒト・兵庫県・20代 // これほどよく眠れるの頃に他に知りません。他の追隨を許さぬ奇書ぶりに読んでいてたちまち意識が遠のくこと間違いない。平易な文で書かれた遊澤龍彦の解説がオアシスのように思えたとしても、絶対に本編読了後まで読まないでください。とんでもないトラップが仕掛けられています。『黒死館殺人事件』小栗忠太郎・河出書房新社|絨毯売り・大阪府・20代 // 誰もが出逢う拭きたい暗闇や不安を垣間見えて、その世界を夢想しながら少年少女の気持ちに戻って眠りにつく。ぐっすり眠れます。タイトルに反して寝る前に最適な短編集です。『ねむれなくなる本』岩本俊男・中央公論社|しんあき・兵庫県・60代 // 寝る前に読むには少し重く、暗い内容ではあるかもしれないが、どうすれば戦争の経験を伝えられるのかという問題の一種の答えが描かれている良い作品です。寝る前に読む理由は内容が内容なので少し悲しくなったりしたら布団に潜り込んで感情を今日は置いて行けばいいから『歌われなかった海賊へ』逢坂冬馬・早川書房|マルシユ浪・大阪府・10代 // ただの旅の短編集で、されど旅の短編集。どこか不思議で、見知らぬ異国の地に誘ってくれるそれは、夢の浅瀬のようで、仄かな灯りの下で読みたい本です。『旅の短編集 春夏・原田典典・角川文庫|実あき・兵庫県・30代 // 庄野千寿子さんから娘の夏子さんに送られた130通の手紙。楽しい、嬉しい、ありがとう…そんな言葉や感情がぎゅっと詰め込まれていて、まるで幸せのおすそ分けをしてもらっているみたい。明日、私も誰かにありがとうって沢山伝えたい。そんなときびきり幸せな気分が新しい一日を迎える事ができる一冊！『誕生日のアップルパイ』庄野千寿子・夏実社|こしあん・兵庫県・30代 // 疲れた日でも読むだけで心が整ってきます。目の前のことをひとつひとつ片付けて、美味しいご飯を食べる。それだけで、どんなに辛いことがあっても少しずつ光が差してくると思える作品です。『キッチン』吉本ばなな・新潮文庫|ゆめ・大阪府・40代 // 勉勵的な本はどこに自分が一歩踏み出せるきっかけが落ちているかわからないことです。主人公は辛かったけど、その時に一歩踏み出す勇気を母から強くなくれた

たし、かけがいのない友達もできました。辛いと思った時があってもそれをチャンスと思って、明日からも頑張るぞって思える一冊です。『かがみの狐城』辻村深月・ポプラ社|きのこばす・大阪府・10代 // こんな世界で生きたくない。日頃のストレスを忘れて心が穏やかになる究極の癒し本です。『午後のあくじ』コマツシヤ・垂記書房|FKD・東京都・30代 // 連続する夜を渡り歩くような読み味が、就寝前の微睡みながらの読書にぴったり。妙に怖いのにホラととはまた達達。深夜に一人で出かけた時の様にな細さと、一方でその夜への憧れを感じる。どこか幻想的な読書体験ができる一冊です。1章70ページ程で構成され、入眠の区切りがつけやすい点も良い。『夜行』森見登喜彦・小学館|ビーのほう・大阪府・30代 // 眠る前に読む本としては、ラスト20ページの内容、主人公と友達の関係がいっしょに大文字山を見に行きシーンです。遠藤くんの謎、山下くんの謎、そして御所グラウンドの謎が解ける時、完全に現実から離れた感じました。これは静かな夜こそ体験だと思えます。世界中の夜にこの万城目ワールドを届けたい！『八月の御所グラウンド』万城目 学・文藝春秋|ツムテンマウテン・秋田県・10代 // 生きていることのかげえのなさにあらためて気づかされる。今まで出会ったすべての人に感謝できます。少し前向きになれる。『ツクシクナツコ』の一生|益田ミリ・新潮文庫|ツムツム・兵庫県・50代 // 死後の低い、少し不安や憂鬱な描写の物語が、お布団まぶスクランプの灯りというロケーションにぴったり。短編集が読む量を夜ごとに調整できることも寝る前に重宝する。情景が浮かぶようで、でも掴めない、夢と現の間の世界観が描かれた1冊で寝る前にオス

スメ。『悪い森の中村文代』文春文庫|ゆ・ひ・大阪府・30代 // 調香師、小川翔に会ってみたい。そして自分でも買いたいという部分を感じて欲しい…。千早茜先生との出逢いはこの透明な夜香りに。しうりと温度を感じず千早先生の心が好き。温度や空気感にミストの様な湿度。誰かに自分の何かを暴かれてみたい…。そう感じる空気の冷たい夜にぴったり。『透明な夜の香り』千早茜先生・集英社|つばき223・兵庫県・40代 // 眠る前に読むと、心のノイズが静かに消えたい一冊。西の魔女の丁寧な暮らしと言葉が、疲れた一日をやさしくほどき、明日を少しだけ前向きにしてくれる。深呼吸したくなる夜に。『西の魔女が死んだ』梨木香歩・新潮社|アン・大阪府・20代 // 季節毎に変わる清明の庭の描写がどれも美しく、実際にみたことも無いはずなのに目を閉じてもその情景が浮かび、風を感じます。自分も明博、博雅と一緒にその庭を見ながら酒を飲んでいる気分になり、ころが落ちて着き、幸福で満たされます。その気分のまま寝るのが大好きです。『陰陽師』夢枕龍文・文春文庫|ななな・東京都・20代 // 自分の体の治したい部分と同じところを触ると回復する『リカバリー・カバヒコ』。何かに悩んだ人の身体と心をリカバリーしてくれる優しい物語で、温かい気持ちになり明日も頑張ろうと思える本です。第5話までなので、寝る前に1話ずつ読んだら平日仕事終わりの癒しに。『リカバリー・カバヒコ』青山美智子・光文社|はおちゃん・大阪府・20代 // 今日一日のめくりぐにビリアリマシーはいかがだろうかとこちらは全ページが安裕であること。バラツとランダムにページをめくり、書かれた箴言を読んでみよう。思い当たる言葉、てんで見当違いの言葉、どんな言葉に出会い、何を感ぜ取るか、今日のまめか明日への備えか、お休み前のお楽しみ！『ラ・ロシュフー・朗言集』ラ・ロシュフー・岩波書店|ときき・兵庫県・40代 // 積ん読の本がいっつもあるのに寝る前には、この本を読んだらいい寝られたいから寝るべきです。旅行の時も必ず持っていていお守りのような存在です。『きらきらひかる』江國香織・新潮社|田山玲子・兵庫県・10代 // 『東京』がテーマなのに関西弁で書かれているので、大阪に住む私には文章がスツと入ってきます。一つの章がページ〜長くても5ページくらいなので読むにやさしいです。虚実が入り混じった東京に思いを馳せながら読むと、いつのまにか眠ってしまいます。『東京百景』又吉直樹・KADOKAWA|Masao・大阪府・40代 // 臨床心理士・公認心理師である東畑氏による週刊誌連載のエッセイ、クッスと笑えて、少し考えさせられる、あ〜自分だけじゃないんだなあ、とほんの少し心が軽くなる、眠りにつくことができます。ほっこりする表紙は枕元にピッタリ！『心はどこへ消えた？』東畑潤一・文藝春秋|おほしおき・沖縄県・50代 // アノアルという言葉だけで片付けられない、温かく優しい世界。80年口の歩行祭が一冊の本で語られているため、時間の流れをゆっくり楽しめるのが良い。『夜のビクビク』恩田陸・新潮文庫|そら・兵庫県・40代 // 『祝婚歌』を含む吉野弘氏の詩集です。何度でも何度でも、何度も読み返しています。現在還暦過ぎ〜一年半の同い年の熟年夫婦ですが、今だからお互いの言動にカチンと来るところがあり、そんな時に『祝婚歌』に頼って気持ちを落ち着かせています。『二人が睦まじっているためには』吉野 弘・株式会社 童話屋|矢寺幸男・大阪府・60代 // この世界の美しさを再認識して、きれいな目で眠ることができる。文庫に触れると心の窓が開いて、澄んだものが出ていて、広く美しい世界が明日も待っていることを思い出して、ちょっと安心して眠れる。文章がサラサラ流れる感覚が好き。『スティル・ライフ』池澤夏樹・中央公論新社|チャーはん・大阪府・40代 // 本の中に飛び込める本です。『はてしない物語』ミハヤエル・エンヂ・岩波書店|炭火・兵庫県・30代 // 自分だけの方の日々読んでいる本日記。何もしらない、ただ毎日毎日読書を進めています。その記録を読んでいるだけじゃないんだけど、自分にはないひまきや感性に触れられるのが心地良い。『読書の日記』阿久津隆之

NUMBABOOKS|mercio・大阪府・40代 // 適当なページを開くと、いつの間にか富士山麓での暮らしが始まる。そのうちに寝落ちしたて構わない。日記なんだから、明日はまた好きなページを開けばいい。『富士日記』武田百合子・公文書庫|ちよこ・兵庫県・40代 // 眠る前、こんな1日で良かったのかーんと思いだす事もあるでしょう。たぶん満足した日等少ない、もしくは無いでしょう。それでも1日に感謝です。そんな気持ちに寄り添ってくれる本です。ありがたいです。『ひさかた胸にやどる悔いあり上原隆・双葉文庫|こころん・兵庫県・50代 // 夜働いてランチとお酒をいただく生活を送る主人公が、同じように夜勤をする自分と重なる部分があり、夜勤前の夜寝る前に読んでいます。不規則な勤務で疲れていても、おもしろくないほど、とじんわりしみる話に癒されて明日の夜勤頑張ろうという力になります。『ランチ酒』原田ひ香・祥伝社文庫|ダーウィン・北海道・40代 // 電子書籍で購入し、お風呂上りに髪に乾かしながらちびちび読んでます。現実離れしてるけど体験したことある感覚を呼び起こしてくれ、心が落ち着くシートの物語がいっつもおもしろい。ゆったりした気持ちで眠りにつくことができます。『月とこびり』吉田篤弘・徳間書店|pi・兵庫県・30代 // 病と健康の間で震えていた香子がSと出逢い、健康に生きることを決意する最後の場面を読むと、明日も他人と生きていこうと思えます。癒を愛してみたいと思います。『香子』古井由吉・新潮社|生ハム・埼玉県・20代 // 壮大な時間の流れと夢と現実の狭間に誘ってくら。

『百年の孤狐』G・ガルシア＝マルケス・新潮文庫|bacillud.s・東京都・70代 // 私は不眠症気味で寝る前に色々と考えてしまう癖があるのですが、月と散文は出しからくすぐと笑えて入ってこんなもんだよなと弱い自分を認められる気がします。明日の自分に期待をもって安心して眠れるとおきの素晴らしい本です。『月と散文』又吉直樹・KADOKAWA|モエカ・東京都・20代 // お腹さ減ってなければゆるやかに穏やかな時間を感じられます。お腹が減ってたら一旦夜食を挟んだほうがいいかもしれません。『それから』はスーパークのことが好きで暮らした』吉田篤弘・公文書庫|It・埼玉県・20代 // バツと開いたページの短歌が、その時の自分に刺さるものだったりする。寝る前に2つ3つ気になった短歌を見るのが丁度よい。『あなたのための短歌集』木下龍也・ナナロク社|もも・東京都・50代 // 言葉を楽しむわ。ゆっくりと、でも確かに寄り添う文字が重なり、気付けば夢の中でも言葉の大龍穴。ああ、私たちが、生きてるんだ!!『生きる言葉』俣万智・新潮新書|カレークラブ・東京都・20代 // すぐ眠くなますよ。しかし、いろいろ夢想できるところがよいです。『精神の生態学へ』グレゴリー・ペイトン・岩波書店|ゆきぽん・東京都・50代 // 日々の緊張を緩めればますます55編のお話です。『まあ、いいか』と気持ちを緩めてくれる言葉がいつばいで、毎晩、寝る前に一つずつ読んでいくとホッとして眠りにつくことができます。一日の終わりに心をリセットできる本です。『こころの処方箋』河合雄雄・新潮社|双葉葵・兵庫県・60代 // 寝つきの悪い夜でもこれを読めばすく眠れます。大抵2ページ保ちます。一生読み終われない気がします。『イザベラ・バードの日本紀行』イザベラ・バード・講談社|まひる・広島県・40代 // 1日2ページゆっくり読む『広辞苑』・岩波書店|しけ・兵庫県・70代 // 生きるなかで享受している『かけがえなさ』を実感できる本です。ありふれた日々のなかで刹那的に輝く一瞬を切り取る描写は、あまりの鮮烈さにいらっときてしまうほど。寝る前に読むと、自分が過ごした何気ない一日と、じくり向き合いたくなります。読み終える頃には、満ち満ちた気持ちになれるはず。『人質の朗読会』小川洋子・公文書庫|しろいうるハス・大阪府・20代 // 私は日々仕事ををして緊張したり稼ぎを気にしたりしているが、この作品は金銭至上主義の世界ではなく精神的な世界の作品であるため、非日常を感じられて落ち着いて読める。『Q84』村上春樹・新潮文庫|ミズキ・兵庫県・20代 // 夜は恐ろしい。毎日来るのに・新鮮に怯えらる。でも星が見える事、星に意味を託した人がいる事が、眠りへの一助になる。気がして。『星がすべて』最果たし・文藝春秋|しわた・秋田県・20代 // ノーベル文学賞を受賞したポーランドの女性詩人の詩集です。日々の暮らしの中にある美しい言葉たち。ニュートラルで静かで簡潔、戦争を語る言葉やまたシンプルでじんわりと響く。併録されたノーベル文学賞記念講演も素晴らしいです。『終わりと始まり』グスワヴァ・シンボルスカ 沼野善義訳・解説・未知谷・ハルミン・東京都・50代 // 歌の現代語訳がほぼ無いので、購入したての頃は意味を調べて書き込んでいたりした…。…が、読み込んでいくと、そのような行為は無料だと分かった。現代語訳がない分、作者の思い、歌の響きやリズムを存分に楽しむことができる。歌について、作者と対話し、物語を空想できる。15年経つてのまだ40首。『私の百人一首』白州正子・新潮文庫|こばや・埼玉県・30代 // 『楽しい夏だった』が響いた。これまでに人生憂鬱でしかなかった夏が少し楽しくなる。人生って本当に突然思いもよらぬことが起きることを知り、ただ仕事に行くだけの『明日』にワクワクを持てたことで。『神様の暇つぶし』千早茜・文藝春秋|カニちゃん・兵庫県・20代 // かんしゃドーム大好きな息子(2歳)が、寝る前によく選ぶ本です。1日3話までの約束で読み聞かせています。一つ一つの話がコンパクトで、私が疲れていても感情込めて読み通せるのが良いです。『さかんしゃトーマスおやすみまえの10のおはなし』・ポプラ社|トビー・東京都・50代 // もう我慢しなくていいんだ誰かに認められようががんばらなくていいんだと思うとぐっすり眠れて朝の気分が全く違いました。『50代は気分がいい人がうまくいく』越智孝紀・三笠書房| blueleaf・東京都・50代 // 詩的表現により展開される敘事詩的物語に心地よい眠りに誘われる。『抱擁』アン・マイクルズ・早川書房|massymessy・東京都・70代 // 読み始めるとすぐに眠くなります。眠る前に読む本は夢中になりすぎないもののがいい。途



中で挫折してしまいがちだが古典の名作は、眠りへのいざないにぴったりです。私は『読んですぐ寝る』を繰り返して、3年でこの本を読了しました。『カラムーゾの兄弟』ストエフスキー・公文書庫|ベリリーナ・東京都・50代 // 6人の娘が紡ぐ恋物語。寂しい夜、静かな夜にそっと寄り添ってくれる。忘れられなかった恋を過去にできた本。過去の恋も未来の恋も愛おしく思えるような本。誰かを愛し恋する時、1人眠る夜に背中を押してくれる。明日も素直に、自分と正直に向き合おうと思われてくれる、そんな一冊。|『ホワイタカメリア』MIYAMU・講談社|ノ・ノ・静岡県・20代 // サン＝テグジュペールが偵察機といひ危険と隣り合わせの孤狐の中で至った境地を、小説という形で直に感じることができる。夜、睡眠という孤独を前にし、彼の言葉が体に染み入ってくる。仮初の平和の下でイデオロギー対立が盛る昨今の情勢を考えさせられる一冊。『戦う操縦士』サン＝テグジュペール・光文社古典新訳文庫|ロドデンドン・埼玉県・20代 // かなりの前編だけだ、内容がまるで古びてく、山藤尊二さんのイラストとともに、いっ読んでも大いに笑えてしまいます。明日の活力源になると請け合います。痛快過ぎて覚醒剤判り方になるかもしれませんがね。『狂気の沙汰も金次第』筒井康隆・新潮文庫|井星荒井丹橙・埼玉県・60代 // 『生きる』ことについて考える機会になりました。『一日一生』酒井雄哉・朝日新書|ヤスちゃん・兵庫県・50代 // たまには夜の空の事に思いを飛ばして見たらと思います『宇宙の話』野田祥代・草思社文庫|みけあん・東京都・50代 // あす戦う覚悟するための一冊|木水しげるのラバウル戦記|木水しげる・筑摩書房|シタタシタシ・兵庫県・40代 // 人への思いは回り回るんだ。自分の日頃の行いも自分に返ってくるんだ。そう感じるから、私の思いは誰に届けよう、と。思いたい。『運転者』喜多木泰・ディスカヴァー・トゥエンティン|日花里・東京都・50代 // 明日から本を片手に生きていることを楽しみに、今日も活字とともに過ごすごことに安心して眠れる。『毎日は読みます』フアン・ボルム・集英社|yuri・大阪府・30代 // ベッドの上で背中に犬のたたかたを感じながらこの本をべらべらとめくこと。一日の締めくくりとしてでありながらも幸せな時間です。たまに大に読書間かされてやると、フンと鼻を鳴らします。きつと犬にもこの本の良さが伝わっているはず。『犬たちの詩』のい・KADOKAWA|うに・大阪府・30代 // 一度人生がどん底に達した主人公が探偵事務所を開くストーリーなのですが、あまりやる気の無いスタートが読ませて共感できる。役々使命感が出てくる最後の方りは打算でいう最初のほうが読んでいて魅力を感じる。『犬はどこと』米澤穂信・創元社推理文庫|祝アセナル優勝・奈良県・40代 // どうでも良い事をこれだけの熱量を持って本にまめてしまうが文章は脱力な極端な名人芸、ひとネタが短いので寝る前に最適。『有名人の愛読書、読んでみました』ブルボン・小林・中央公論新社|赤猿・兵庫県・60代 // 夜の大海原に乗り出された小舟たち。方向もわからず、航海を続けていること、つまり生きているというこ。小舟は私



たちひとりひとりです。私はひとり、あなたもひとり、海に放り出されている。そんな『生きづらさ』の、補助船になってくれる本です。夜の航海へようご航航。『なんでも見つかる夜に、ここからだけが見つかる夜』・東畑潤一・新潮文庫|ゆか・広島県・30代 // 読むともうけど丁寧な線に絡められたことが伝わって来ます。読者はこの本を読んだ時間、自分が大切にされた

わな言葉、ちくちく言葉、何を言ったか読みながら反省したり良かったかな!?と考えています。『ふわふわとちくちく』齋藤孝・日本図書センター|こだい・福島県・40代 // 疲れて眠くなります。眠る前に読むと寝て思考が整理され、冷静に投資できます。『会社四季報』東洋経済新報社・東洋経済新報社|さっかー・兵庫県・50代 // 俳句と短歌の区別も怪しい人間ですが、不安からも孤独からも逃れることはできない。それでも誰かの小さな優しさや氣にかけているというメッセージのような優しい感覚がのど好きです。著者の世界平和への折れ目もあるようなこの本が広く知られると良いと思います!『砂丘屋1丁権創一・ちくま文庫』ナカハ・東京都・20代 // 存在論的安心を獲ることができなかった方に、日本語でのアプローチではありますが、なんとか辿って頂きたいと思います。ブグダとの対話形式による瞑想の言葉46節により、大日本に触れ、そして呼吸まで。ただ立ち尽くすしかできない方への処方箋です様に。『大地に触れる瞑想』ティク・ナット・バン・新泉社|kinaya・兵庫県・60代 // 読む年齢によって、気づくポイントが変わっていったため、何度も読み直して自分のパブルにしています。『人を動かす』デール・カーネー・創元社|koel・兵庫県・50代 // 星座を描くかのように短編が綺麗に並んでいる。何かを失って何かに手を入れる話、何も持っていないにある出来事によって喪失感を抱く話、全てが指の隙間からこぼれ落ちていくような話、あらゆる喪失感。星のように輝きを残していくのは、形を変えても大切であることに変わりがない存在だから。『夜に星を放つ』窪美澄・文藝春秋|ゆうな・奈良県・20代 // 1〜12月までの順章に短いエッセイ話3〜ページ位なので、眠りに着く前に読ませてます。興味のある目次を読んでも、今日現在の目の日にちから、日記を読む様子にも構われない気楽さがあります。『犬とペンギンと私』小川糸・幻冬舎|みつよこ・神奈川県・70代 // どこから読んでも短歌とコラムの組み合わせだから読みやすくして、眠くなったらすぐに閉じられるから、眠れないときにも何度も読み返して本です。5首以内は眠気がやってくるので、155首以内にはおやすみします。(30代 会社員 男性)※効果には個人差があります。『おやすみ短歌』棚野浩一、pha、佐藤文香・実生社|歌た寝・大阪府・30代 // “こんな夢を見た。”このフレーズを使いたくて、夢を見たくなる。『夢十夜』夏目漱石・新潮文庫|あまお・東京都・50代 // 景気は悪く、嫌な事の多い世の中の中で眠、眠れぬのも夢も珍しありません。この本に出くする人びとは、優しい人が多くて読むとホッとするのです。大変なときにもホッとする。時代が変わっても変わらないものもある。この本を読むとそう思います。『よろずや平四郎活人剣』藤沢 周平・文春文庫|やすのり・大阪府・50代 // 生きていて、良いことも悪いこととあってもそうした日々も全て生きているから起こりえていただきているだけですが、その毎日を愛おしいと思えるそんな本です『水車小川の本』津村記久子・毎日文庫|ばとしあ・大阪府・50代 // 歩き続ける中で、自分にとって大切なものをみつけていくところから、静かな共感と心の安定や感動を与えてくれる。『星の巡礼』パウロ コエリョ・KADOKAWA|ジュン・北海道・60代 // 小学生ならあるあるの大ピンチ満載だから読んでいて楽しい。|ピンチ1ページなので読むのも読まなくても、眠くなくても途中に読んでも、次読む時に続きがわかるやすい!『丹ピンチずかん〜3』鈴木みのり・小学館|はくりゅう・滋賀県・〜 9才 // 風を感じて、音を感じる。文章でここまで情景にのめり込める本はなかなかないと思った。ゆっくりと過ぎていく旅の時間が、眠る前に感じるまどろみと同じくとても心地よいのは是非枕元に置いてもらいたい一冊。『旅する夜』野田道夫・文藝春秋|たぬき・東京都・30代 // 本をのどきによりワクワクしながら読んでいるのを感じる。大人になっても読むまじが、今度は優しい気持ちで読むことができた。漫画とは違い、綺麗な挿絵から想像力を膨らませることができ、眠る前に読むと良い夢を見ることができそうな本です。『大どろぼうボウツンロツツ 三たびあらわる!』プロイスマン・信成社文庫|てんぷら・静岡県・50代 // 謎が謎を呼ぶ。眠くなる。『星を継ぐもの』J.P.ボアール・創元社|タケッシー・福岡県・60代 // コミックに分類はされてますが、絵本です。のんびりやタヌキとツンデレのキツネ。すごく仲良しな2匹が過ごす日常。寝る前に読むことでほっこりし、嫌なことがあったり、忙しくて疲れていても2匹が織りなす日常がカチカチに凍った心をほぐしてくれます。(*´ω`*)今夜もゆるりゆるめそう!『タヌキとキツネ』アタモト・フロンティアワークス|toysan・大阪府・60代 // 勉強のためにと買いましたが、読んで見るとある不思議、スーッと頭のかなには単語の代わりには睡魔が迷い込んでくれます。ベッドや布団の上で読むのを開けばどんな市販の睡眠薬よりも効果絶大!百問は一睡にしかず、お試しあれ!!『日本一問一答【完全版】3rd Edition』金谷俊一・東都ブックス|Moffy・大阪府・10代 // 嬉しかったこと、辛かったこと、モヤっとしたこと、など、さまざまな想いを眠る前に昇華させてくれる本です。あれは何のためにあったのだろう。なぜこんな目に遭ったのだろう。そんな一日の問いを哲学の領域で優しく受け止めてくれます。眠りにつく時には思えるはずです。『これがどうだったのか』。』『これがどうなのか』永井玲衣・集英社|ダニエル・兵庫県・30代 // 知らないのに知っているような、日本の昔話とは違う不思議な世界へ誘われます。|『聊斎志異』蒲松齡、訳・柴田天馬・ちくま学芸文庫|珀子・東京都・30代 // 夜をイメージさせる小説といえればいい。ただ眠る前に読むなら表題作はちょっと苦い。ベッドに持ち込むなら、ラストに収録された三度目で最後の大陸が優しくて良い。『停電の夜』に

ジュン・バラヒリ・新潮社|墨田・東京都・30代 // 物語の冒頭、季節の移ろいを受信晴明と源博雅が酒を楽しむながら、語うりでもなく語らう様子と思え浮かべながら読み進むのが、寝る前の楽しみです。ひとりの物語が読まてにきょうと長い長きなのです。『陰陽師』夢枕獏・文春文庫|Keico・福岡県・50代 // 平日も思いは山を駆けめぐる。一晩一晩毎夜訪ねて気分をリセットして眠りにつきます。『山登り365日』山と溪谷社|コイイチ・神奈川県・30代 // その他、無回答 // その名の如く。でも、『眠られぬ夜のために』カール・ヒルティ・岩波文庫|なるほど・鹿児島県・60代 // その名の如く、どこから読んでもどこで読んでも良いものから心に入りです。でも中身は深く、考えさせられるところがたくさん文章です。ローマ皇帝でありながら、多くの苦難に直面しつつ、しかも自らを省みることできた人間性に心惹かれます。『|自省録』マルクス・アウレリウス・岩波文庫|本のひめ・東京都・60代 // どの章を読んでも懐かしさを超えた切ないような秘密の宝物に触れたようなイノセントな気持ちになるので、幸せに眠りに導かれます。『冒の練習生』多和田葉子・新潮社|ハーボ&ヨナさん・北海道・60代 // 私を新しい世界へ連れて行くために、『|リパビ』の夜。|医学書院|アイ・新潟県・40代 // 事実関係が淡々と羅列しているのみであるが、脚色がなく、自分の信念をもって読み進める必要がありそう。ほかの本では味わうことができなかった。不思議なまよもや感が続くこと。『死め瞬間』エリザベス・キューパー・ロス・公文庫|小桜ハルム・G線上のアリア・北海道・60代 // 不安な夜に良く読みます。彼女の詩は「辛いくないよ」で締めるといふくらい、『|リヤ』辛いよ』と一緒に寄り添ってきます。豊かな感受性から生まれる。鋭く時にあったかい言葉たち。私も不安を否定せず、隣でその心と腕を組んで歩けるようなたいで凄く心強いです。『茨木のり子詩集』選者 谷川俊太郎・岩波書店|すずき・大阪府・20代 // 10の事件が詰まった短編集。毎回解決に困った奇怪な事件がホームズとドソンの元へ舞い込んてくる。2人は度々バカー街を飛び出してあちこちらに向くところ。事件と旅、そしてホームズは必ず約束される一解決。1晩1事件解決は、11日後あなはきつてホームズ達が悲しむるはです。『シャーロック・ホームズの冒険』コナン・ドイル・新潮文庫|さくらこ・東京都・30代 // 不安な『自由の目眩』と捉え、人が不安になる理由を自由の存在から説いた一冊。迷いや不安さえ自由の証だと気づかせる。何度も読み返した。10代の頃から寄り添ってくれる本の参考書である。『不安の概念』キェルケゴール(著)・斎藤信治(訳)・岩波書店|うふ・ちゅん・兵庫県・20代 // 言語化の魔術師―ウルフの心地よい感覚の海に浸りながら眠りおちる至福。私たちは灯台を読みながら、遠きあの日を夢みて明日を迎えることができるのです。『|灯台へ』ヴーゲン・アムル・新潮文庫|lyuria・東京都・30代 // 深すぎてなかなか理解できないのに、実生活に利用がもたっている、できる限り理解したい。けれど、読むうちに眠くなってしまった。そして就寝後に『|量子とつれなき何か』・ブルーバックス|トトム・福岡県・70代 // 眠る前のほんのひと時だけ、自由に旅行をしています。『|花と雑貨でめぐるヨーロッパ』・バイインターナショナル|ひめ・兵庫県・40代 // こを聞いて、どこから読んでも面白い。何度も繰り返し読んでも飽きない。何かな暗喩したいくらい。ドストエフスキーと斎藤孝先生の魅力満載。『ドストエフスキーの人間力』斎藤孝・新潮文庫|潮々ママ・愛知県・60代 // 読むほどに眠くなります。より正確に言うと、眠れない理由がなくなっていく。そんな気がします。『|文語訳 旧約聖書』・岩波書店|k2k・東京都・40代 // 何回読んでも『|ロマネク様は九れい』のくだりで笑っています!『|象は世界最大の昆虫である』池内紀・白水社|レリーフ・大阪府・50代 // 眠れぬ夜に開くと、人生を急ぎすぎないでいいと思われない本。静かな言葉なのに、不思議なくらい心の奥まで届きます。また、一日一話のエッセイ風なので寝る前にぴったりです!『|眠られぬ夜のために』|ヒルティ・岩波文庫|眠れぬ読書家・神奈川県・20代 // 本屋大賞を取ったのは知っていた。表紙は好きだった。だけどぱら手に取らなかった。青春小説は入り込めない、好きじゃない。後援した。成瀬あかりの吸引力!読み進める手が止まらぬ。侮っていない。嫌なことが方がある毎日、じくじく考えてしまふ眠る前の時間を、少しだけ持ち直させてくれる1冊。『|成瀬は天下を取りにいく』シリーズ|宮島未奈・新潮社|蛍光灯・千葉県・50代 // 眠る前には短い文章を読みます。バンス、自省録などは枕元に置いています。1番聞くのがこれかと思います。『|幸福論』アラン・岩波文庫|あや役・神奈川県・60代 // ジョイスは夜の本を書こうとしたら、『|フネガズ・ウェイク』になった。夜を読むのが適切だろう。『|フネガズ・ウェイク』|ジェームズ・ジョイス・河出書房新社|T=K・Fletcher・埼玉県・30代 // 芸人である阿佐ヶ谷姉妹の同居生活が描かれたエッセイになります。ストレスが多いこの現代社会に、ホッと一息つける、そしてクスンと笑えるような、笑ひながら泣きながら読むことができます。嫌なことがあった日でも、寝る前にこの本を読むと、浄化されるような気がするそんな一冊です。『|阿佐ヶ谷姉妹のほほんふたり暮らし』|阿佐ヶ谷姉妹・幻冬社|さゆちゃん・東京都・20代 // 『|若きワルテルの悩み』『|ファウス』』等で知られる知の巨人でテラレ解のゲテ。主要な著作から魅力的な言葉の数々を抜粋。15の目次に分類され、悩める現代人の不安をゲートの假智でさらりと解決。読まねば必ず不安眠達しない。『|ゲート哲学』|ゲート(高橋健二訳)・新潮文庫|新左衛門・神奈川県・20代 // こどもが小さい時(毎日)読んでいた絵本!リズム感が良く、でてる動物、語呂、絵、全て好き。こどもが大きくなっても、寝る前にこれを読むとホッとする。また明日からここのために頑張って生きようと思う。『|でんでん電車がやってくる』・岩崎書店|凡人・東京都・40代 // 世間の価値観に、惑わされるなら、自由に生きる為には、けちゃんねる!。『|けちのそり』ひろやま・朝日新聞出版|ZENさん・大阪府・60代 // ホッとする本です。るきさんのほんわかした日常が、今日一日のあれこれを知らぬ間に忘れ去られてくれます。『るきさん』高野文子・筑摩書房|もふもふ・埼玉県・50代 // よくわからないので、よく寝る!『|論理哲学論考』|ヴィトゲンシュタイン|筑摩書房|ガン・兵庫県・50代 // 眠るまでの短い時間で読める短編集です。特に好きなのは、明日への活力、自分の生き方を貫く!が楽しめます!『|きざりす』|太宰治・新潮社|ならて・東京都・20代 // 怖い夢を必ず見ます。『|ダクダダ』|餅屋登・KADOKAWA|えいこ・北海道・60代 // 心だけで何処か行ったことのない場所へ行ける!いかにかん風!に自分自身の思いとは裏腹な場所に行ってしまう!思いがけない体験が出来たら良いなと思う!『|さいはての彼女』原田まハ・角川文庫|Isaaya・大阪府・50代 // 文系と理系の知の巨人による対談です。一見すると難しそうですが、とてもやさしく読みやすい。寝る前に読めば、不思議と心が温まり自己肯定感が高まります。私にとっては折に触れて読みたいパブルのような本です。『|人間の建設』小林秀雄 岡澤・新潮文庫|リリリ・大阪府・30代 // 開くとこころっと発見がある!『|ゆっくり歩く』小川公代・医学書院|にゃんち・東京都・50代 // タオ〜老子莊子の説道からなる自然の流れに逆らわずありのままがあるがまま、安らかな生き方。落ち着きますよ。『|老子・莊子|野村茂夫・角川ソフィア文庫|ライフピース・奈良県・50代 // 一晩のうちに80キロの距離を歩く高校最後のイベントで、主人公たちの成長が見えました。学校行事だった

としても、自分だったらこんなイベントサボリそうだなー、と思いながらも高校生たちの青春を傍から見せてもらっている気がしました。『|夜のピクニック』恩田 陸・新潮文庫|読書好き・兵庫県・30代 // ゆっくり雄大な話にのまれるような感覚が、夜寝る前の深夜にピッタリです。『|ピルスのなかの永遠』イレyna・作品社|mimmo・大阪府・40代 // 寝酒のような本。薄紫色の神の酒を、わたしも味わいた。夢の中で。『|今夜すべてのパーで』中島より・詩話社|きたこ・大阪府・40代 // 気楽に生きている気持になります。頑張張りや努力が善!という価値観から解放されます。そして、適度に難いので眠ります。『|眠と退屈の倫理学』園分功一・新潮社|モモの木・埼玉県・70代 // 絵本ですが、静かに夜が明けていく情景が美しく、心癒やかに眠りにつきます。『|よあけ』|福音館書店|トシちゃん・静岡県・40代 // 自分を知る、自分を取り戻す。繋がりすぎる不安から逃げる『|スモア時代の哲学』|谷川嘉浩・ディスカヴァー・携書|野良豚・鹿児島県・60代 // 遙かなる深淵の宇宙と未来へ想いを馳せて…壮大な夢が見れそうな気がします。『|銀河国興の興亡』|アイザック・アシモフ・創元SF文庫|山口・東京都・40代 // 1800年代の半ば、アメリカのマサチューセッツ州が舞台。若くて森に隠れ住む青年が主人公。森での日々、彼の考えたことが綴られています。静謐で清らかな主人公の生活に思いを馳せて眠ると、安らかに美しい夢が見られる気がします。『|ウォーレン 森の生活 上』H.D.ソロー・小学館文庫|かんちゃん・東京都・50代 // 人によって見ているものの違うように、様々な異なる情景が詠まれ、それぞれの想いが交錯し、豊かな気持ちになります。古の気配を纏うものもあれば、SF っぽいものやダークな感情を詠みしたものもあり、寝る前の楽しみです。『|月のうた』|左右社|れみ・兵庫県・40代 // 情報が溢れる現代、夜中にふと訪れる孤独や不安にそっと寄り添ってくれる一冊です。臨床心理士である著者の温かみも鋭い言葉が、迷子になった心をやさしく紐解き、明日を生きるための静かな安心感を与えてくれます。眠る前に、自分の心と対話したい言葉の人へおすすめます。『|なんでもやってみよう夜に、ころどこが見つけられない』東畑 開人・新潮文庫|Yuki・新潟県・20代 // 主人公は楽しい学校生活を夢見ていたけど、現実はあるに甘くない。『もしあの時、違うサークルを選んでいたら?』と思うと何回でもタイムリープする。やり直してらけのタイムリープ物語です!|前回どい何うかを考えながら読むとわくわくして夜も寝られませんか!ぜひこの本を手にとりてみて下さい!『|四畳半神話大系』森見登美彦・角川文庫|あんこ・福岡県・10代 // 今日一日の反省点を考えて眠れないところ、こちらを読むと気持ちが楽になってスーッと眠れます。『|ストレスフリー超大全』|樺沢紫苑・ダイヤモンド社|さくさく・東京都・40代 // 自分の気持ち(周りの物全て)におやすみなさい!|おやすみしたいおつきさま|グレートワイズブラウン・評論社|ていた・大阪府・40代 // この本を読むものに引っ越ししました。『大伽藍』J.K.ユイスマス・平凡社|月餅児・大阪府・60代 // 11やな時代をしっかりと見つめて誠実に生き抜いた女性の生き方を学びたく、少しずつ眠る前に読んでいます。『|シモーヌ・ヴェイユ』|雷原真一・岩波書店|HideoB・和歌山県・70代 // 嫌なことがあった日、励ましてもいいけど、自分を否定しないという気持ちになります。ニュートラルになれるエッセイです。『|僕を愛する人』宮地尚子・ちくま文庫|のらさき・広島県・60代 // 寝る前にこの本を読んで宇宙に想いを馳せる時間はとても豊かで、心が穏やかになる。日常がいつもと少し違う角度で見えてくる面白さがある。優しい文体で語られる内容に心が軽くなり、明日も頑張らうと思える。ショートエッセイかつ文字がすてきで、寝る前に読みやすい。今この瞬間を大切にした一冊。『|この星で生きる理由は過去には新しく、未来はなつかしく!』佐佐晴夫・アノマ・スタジオ|tekkamakii・静岡県・30代 // 臨床心理学の大家と名作家の対話集。お二人の話はどこまでも優しく温かく、読んでいる間は心が温泉に浸かっているようです。『|生きていると、自分の物語をつくること』|川洋子・河合雄雄・新潮社|みびよん・兵庫県・40代 // 『|秘すれば花』|有名な世阿弥が著した芸術論。今、何か芸術に限らず人生をしている人にも、また、指導的立場の人にもお勧めの本です。読みやすい新訳で、寝る前に少しずつ読めるだけでなく、読み返す度に新たな発見があります。『|現代語訳 風姿花信』世阿弥著 水野野訳|世阿弥著 水野野訳・PHP研

究所|永倉毅彦・北海道・60代 // 英語の勉強をしなけりばならなくなり、読み始めました。凄腕!努力家の人で挫折も味わいながら山を登ろうとしてる山にモチベーションが上がります!『|英語の山を登るとは』アルク|ひろる2nd・福岡県・60代 // 『|夜、寝る前に読みたい 宇宙の話』というタイトルに、宇宙好きには読まなければいけない!と思った次第。夢中になって眠れなくなりはしないかと案じながら読みますと、あら不思議、適当なところで脳が眠る事を指示してくれます。本を閉じてリラックスして深い眠りに誘われる。学術的な部分も嬉しい。『|夜、寝る前に読みたい宇宙の話』野田道夫・草思社|ルカのマ・埼玉県・70代 // 童話でもファンタジーでもなく1つの話が1〜4頁しかないのに、何度読んでも得体的な知らないワクワク感がある。文章に安心感と清潔感があり安心サブリのよう。『|東京近郊』又吉直樹・ヨシモトブックス|まぐこ・北海道・50代 // 時代小説の王道、短編で巻数も多く、長〜長〜長。『|剣客商売|池田正太郎・新潮文庫|歳三・東京都・60代 // 蒙の破局、思いがけず転がり込んだ道産で崩壊する日常、ポロ切れのようなギャンブル青年との出会いとその終わり、そして壁、終わりが終わりへと向かう間の希望を味わう虚しさは是非。『|偶然の音楽|ボニー・オースター・新潮社|むすかり・兵庫県・20代 // 津村記久さんのボースケは梨泰園での集まりで弾き語りや朗読をする物語です。私もボースケが開催されたたび『|百年〜2〜』を朗読したものです。とても長い題がつけられた短編が集められた本書は朗読にぴったりだと思ひ每晚どの作品を読むかと考えながら眠るほどとても幸せな気持ちになります。『|百年と一日|岸崎友香・筑摩書房|Springplain・大阪府・60代 // 漫画だと思て侮るなあれ。じわじわとくる共感と深い余韻が心地よく残る作品。寝る前に一話ずつ大人に読むのがおすすめです。『|ツクササツの一生』益山ミヅ・新潮社|デコボコ・東京都・50代 // 明日に楽しみながら寝たい。そんな時にこの本を読みます。名前をつけようともなかった事に對しての固有な名詞が深山書いてあって、世界が広がる気がします。その明日は今まで気にしなかったこの事を考えてみよう、使ってみようって思うんです。それが明日の楽しみになります。『|翻訳できない世界のこゝろ』|エラ・フランス・サンダー・創元社|絵本大好きな大ハ・千葉県・20代 // 『|眠り』という別世界へ行く(前に体験する準備運動的なものページを開く)など(異なる世界が広がっていく。その世界へ入り込み、眠りと落ちていく。続きはまた明日の夜。|刺青の男|レイブランド・ペリ・ヤカワ文庫|ACO・東京都・50代 // 重て厚くて、ペイントブックには不向きな本。でもページを捲るごとに、暗い屋根裏であかがね色の本に没頭する主人公のバスマンになる。私にとって今日と明日を曖昧にしてくれる本です。小学生のときに初めて自分で買ったハードカバーは、何度引越してもいいと枕元にあります。『|はてな!物語』|ヒヤエルエンヂ・岩波書店|いぬし・埼玉県・30代 // 著者ご本人とご家族のどのような暮らしを記録した本書、あまり良い日でなかった夜に読むと笑えるので、眠れます。『|もうあかん日記|岸田美奈・株式会社 小学館|あいさ・福岡県・50代 // 不安な気持ちで眠れなくなった時にこそこの本を読んで欲しいです。愛らし動物たちの絵と共に心に寄り添ってくれるメッセージが不安な気持ちを落ち着かせてくれます。『|考えることがだいじなさいえこ・パンタターナツル』|なおこ・神奈川県・30代 // 生きることを過ぎていく日々について考えさせられます。一緒に読んでいく仲間との別れはこどもも寂しそうに聞いている、感じることも多いようです。読むたびにいろんなことが気になり、どういこと?と聞いているので、繰り返し読んでいきます。『|葉っぱのフレディ|レオ、パスカル・|童話屋|あきもん・大阪府・40代 // 忙しい一日を終えるとき、季節と自然のことや思いながらゆったりした気持ちを取り戻し、しみじみした気持ちで眠りにつくことができます。音読するのも心地よいです。『|名句の所以|小澤寛・毎日新聞出版|とすもあ・東京都・10代 // 神よ、わたしを憐れんでください。御慈しみをもて!』|聖書|旧約編補記』|日本聖書協会|久沢・静岡県・20代 // 穏やか、よくないし、広い気持ち、前向きになれる『|運命を拓く』|村中天真・講談社|くちち・神奈川県・60代 // 日付に合せて1ページ。その日が誕生日だったり誕生日だったりする著名人の、有名ならしめた一文や意外性を帯びた一文に触れられます。『|一日一文 英知のこぼれ (岩波文庫)|』木田 元・岩波書店|Hirran・愛知県・30代 // FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方ない。』|FIRE清みの50代指身男性には刺激されてます。読み返すたびに明日こそは積極的に思いつく資産を換金して生きたいという思い。こそ消費にあたり金銭価値を考えることをやめようになりました。『|THE WITH ZERO|ビブル・パキンス・ダイヤモンド社|FIS・北海道・50代 // 每晚読むわけではないのですが、時々主人公のトムと一緒に真夜中の冒険をしたくなり読みます。このお話を読んでいると、幼い頃、実家の柱時計が夜中でもゴーンと鳴っていた音を思い出します。物語の舞台とおなじ。美しい庭は、原作者フリリ・ピアスの実家へ育った庭がモデルだそうです。『|トムは真夜中の庭で|フリリ・ピアス・岩波書店』|としよつのおばさん・東京都・60代 // 一人一人に違う人生があるように一人一人に異なるおさんぼの楽しみ方がある。私自身、旅行や仕事で知らない土地に行く時は必ずそれなを儀式かのように行う。そこには、普段生活にも留めない様々ことが起きる。気分転換以外に、人はそれらを求めて散策するのではないかと。明日への期待を込めて。『|もうおかけアソビ|おさんぼ』|阿川佐和子 他著・だいわ文庫|南乃宏ム・沖縄県・20代 // 季節のうつろいをぼんやりと眠る前に感じると日々の忙しさを少し忘れられます。『|和漢朗詠集』三木雅博・KADOKAWA|きこ・北海道・30代 // 天才たうでさえも日常はダグマダで自分、自分のような凡人がダグマダでも仕方