

# 立川女子高等学校 教員推薦図書 2024



※この冊子に掲載した図書は、学校の図書館で所蔵しています。

も く じ

校長・教頭・副教頭先生	・・・ p.3～5
国語科の先生	・・・ p.5～8
英語科の先生	・・・ p.9～13
数学の先生	・・・ p.14～15
地歴公民科の先生	・・・ p.16～23
理科の先生	・・・ p.23～25
保健体育の先生	・・・ p.25～26
家庭科の先生	・・・ p.26～28
芸術科の先生	・・・ p.28～29
司書の先生	・・・ p.29～31

今年も、たくさんの先生方にオススメの本を紹介していただきました。

普段は自分の好きな本を読んでいる皆さんに、いつもとは違ったジャンルの本を読んで欲しいという思いで毎年作成しています。

立川女子高校の皆さんなら読めると思う本を選んでいきますので、ぜひいろいろな本を手にとってみてください。



### 【K.T校長先生（地歴公民科）推薦】

#### 『ふしぎなキリスト教』

橋爪大三郎、大澤真幸 著

講談社 刊

普段なかなか宗教についてなんか考える機会はないと思いますが、キリスト教を知らない人はいませんよね。でも、キリスト教の神様が誰なのかとか十字架とキリスト教の関係とか、言われてみると知らないことだらけです。世界史や公共で勉強したはずなのにね。。そんなキリスト教についてわかりやすく対話形式で楽しく学べる内容になっています。キリスト教と日本文化の違いや共通点を理解する手助けをしてくれる一冊です。



### 【Y.T教頭先生（地歴公民科）推薦】

#### 『手紙屋 蛍雪篇』

喜多川泰著

ディスカヴァー・トゥエンティワン 刊

### 「何のために勉強するのか？」

そう思っているあなたに、ぜひ読んでもらいたい。



### 【T.S副教頭先生（国語科）推薦】

#### 『〈共働き・共育て〉世代の本音 新しいキャリア観が社会を変える』

本道敦子、山谷真名、和田みゆき 著

光文社 刊

保育園の送迎と聞いて思い浮かぶのは？ 仕事中に子どもが熱を出したらお迎えに行くのは？ 学校の保護者会に参加するのは？ さあ皆さんの頭に浮かんだのはお父さんですか？ お母さんですか？ 「共働き」が当たり前と言われる今の時代。どうしたら、私たち女性は仕事もプライベートも両立できるのか。JKの皆さんも今から考えないといけない問題です。この本から少しでも将来の自分について想像してもらえたらと思い推薦します。

働かないニッポン  
河合薫

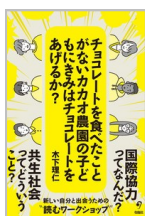
### 【T.S副教頭先生（国語科）推薦】

#### 『働かないニッポン』

河合薫 著

日本経済新聞出版 刊

「日本の20歳はスウェーデンの65歳」なんですって。どういう意味かって？「可能性を試す」より「平穩無事」を求める若者が急増中！みなさんはどうですか？自分の可能性より平穩無事を求めますか？これから社会に羽ばたく皆さんは、今後納得できないことがたくさんあるかもしれません。でもこの本を最後まで読むと、自分の社会での存在意義がわかるような気がします。高校生のうちから「働く」ということについて考えてみましょう！



### 【T.S副教頭先生（国語科）推薦】

#### 『チョコレートを食べたことがないカカオ農園の子どもにきみはチョコレートあげるか？』

木下理仁 著

旬報社 刊

皆さんならどうしますか？この本の中にも様々な考えが書いてありました。他にも幾つかの問いがあり、一つ一つ考えさせられます。本校のSDGGirlsの生徒たちは国際理解・国際協力に興味を持っています。「私たちに何ができるか」を一緒に考えています。“やってみたいこと”もありますが、調べていく上での課題や問題に直面。“共に生きる”ためにはどうしたらいいだろう。よかったら一緒に考えていきませんか。



### 【T.S副教頭先生（国語科）推薦】

#### 『何のために「学ぶ」のか』

桐光学園+ちくまプリマー新書編集部 編

筑摩書房 刊

「学ぶ」といってもその中身は勉強だけではないですよ。毎日の生活の中で「学ぶ」場面はたくさんあると思います。ではなぜ、私たちは「学ぶ」のか。色々な立場の人が「学ぶ」ことについて主張しているのがこの本です。国語の授業では筆者の主張を読み取る練習をしてきた皆さん。この本の筆者達の主張を読み取り、自分なりの考えを持ってください。そして、「学ぶ」理由がわかった時、きっと毎日が楽しくなるはず！



## 【T.S副教頭先生（国語科）推薦】

### 『大谷翔平 勇気をくれるメッセー80』

児玉光雄 著

三笠書房 刊

世界の**大谷翔平**。WBC決勝戦で「憧れるのはやめましょう」と言ったのは有名です（ちなみにあの試合を見て、長男が野球を始めました。泥のついたズボンがお風呂場に来るとは1ミリも想像していませんでした）。二刀流大谷翔平に憧れて野球を始めたい子どもも多いと思いますが、皆さんこそ大谷翔平に憧れるのはやめましょう！けれど、大谷翔平の考え方はとても勉強になります。皆さんもこの本を読んで、未来の自分にワクワクしよう！



## 【O.M先生（国語科）推薦】

### 『ゴリラ裁判の日』

須藤古都離 著

講談社 刊

ゴリラが裁判？どういうこと？と思ったことでしょう。「人間と動物の違いは複雑な言語体系を持つか否か」にあるようです。つまり野生のゴリラが、アメリカ式手話を教わり、扱えるようになったならば、姿はゴリラだけれど、人間です。この世界には色々な人種の方がいます。人権って何なんだろう？様々な事を考えながら読める本です。



## 【O.M先生（国語科）推薦】

### 『家族だから愛したんじゃなくて、愛したのが家族だった+かきたし』

岸田奈美 著

小学館 刊

とても長いタイトルで、驚いたかもしれないけど、岸田さんの家族は、母と弟との3人。中学生の頃に父は、心筋梗塞で急逝し、4歳下の弟は、生まれつきのダウン症で知的障害。さらに高校1年生の時、突然母が倒れ、緊急手術で一命はとりとめたが、車椅子生活へ。もし自分がこの著者の奈美さんだったら、絶望して、前向きになんかなれないと思うけど、とても前向き。人生楽しくやならないと損！と思わせるとても素敵な本です。



### 【0.M先生（国語科）推薦】

#### 『ちいさい言語学者の冒険 子どもに学ぶことばの秘密』

広瀬友紀 著

岩波書店 刊

小さい子が「とうもろこし」を「とうもころし」と言ったりして、かわいいなあと思っていたのですが、実は、言語学者から見たら、これは当然のことらしい。1年生の現代の国語の教科書に載っていた「知識のシステムをつくる」今井むつみさんと同業者の本。教科書より少し、言語学的立場から語っていますが、内容は子どもあるあるが掲載され、クスッと笑える一冊。



### 【0.M先生（国語科）推薦】

#### 『女性不況サバイバル』

竹信三恵子 著

岩波書店 刊

コロナ禍で一番の影響を受けたのが、非正規雇用の状態で家族を支えていた女性達。育児や介護の合間に、家族のために働いていた女性達は、対人サービス業界で働く比率が高かった。その人達がコロナ禍で影響を受け、解雇や雇い止めによる貧困リスクにさらされた。同じ女性として、考えさせられる一冊。



### 【0.M先生（国語科）推薦】

#### 『世はすべて美しい織物』

成田名璃子 著

新潮社 刊

何かに夢中になれるものがあつたとしたら、それはとても幸せなこと。ADHDの人は生き辛さを抱えていることが多いが、その集中力は誰にも負けない。その一族の血というのは、受け継がれることがある。本は、昭和と平成を行き来しながら展開する。桐生の養蚕農家に生まれ、絹糸を紡ぎ、染め、織ることによって自身を表現していた女性と、平成生まれの女性が自然と織物に魅せられる話。群馬という土地柄にも興味がわく一冊。



### 【O.M先生（国語科）推薦】

#### 『宙ごはん』

町田そのこ 著

小学館 刊

タイトルは「そらごはん」と読みます。「宙」は主人公の女の子の名前です。宙ちゃんには生みのお母さんと育てのママが居ます。本を読みながら、世の中には色々な家族の形があるんだなあ、生まれてきたからには、生きなければいけない、その為には、周りに助けってもらうことも大事なんだなあと思ったりしました。読む人ごと印象に残るエピソードが違うかもしれない本です。



### 【K.N先生（国語科）推薦】

#### 『きりこについて』

西加奈子 著

KADOKAWA 刊

きりこは、両親の深い愛情に包まれてすくすく育ちます。しかし5年生のある日、好きな男の子に「ぶす」と言われて以来世界は一変、引きこもりの生活へ。きりこは自分が「ぶす」なのだと自覚しますが、何度鏡を見ても自分のどこが「ぶす」なのかわかりません。人間の言葉を操ることができる、きりこの飼い猫ラムセス2世は、どれほどきりこが賢く素晴らしいかを毎日諭して聞かせます。ラムセス2世の励ましを受け、勇気を出して外に出たきりこは、「容れ物」と「中身」について考えた末、ある真実にたどりつきます。「うちは『ぶす』で、良かったんや！」おもしろいので読んでみてください。



### 【O.S先生（国語科）推薦】

#### 『2050年の地球を予測する 科学でわかる環境の未来』

伊勢武史 著

筑摩書房 刊

2050年、みなさんは何歳ですか？何をしていますか？「環境破壊が進んでいる」と連日テレビやネットニュースで言われていても、わたしたちは今日明日の生活に変化がないと、自分とは関係のない未来のように感じてしまいます。ですが少しずつむしばまれていてこのままだと、タイトルにある「2050年」は今よりも確実に暮らしにくい地球になっていることがわかります。皆さんがきっと生きている2050年を、少しでも住みやすくするためにこの本を読んでみてください。



### 【F.K先生（国語科）推薦】

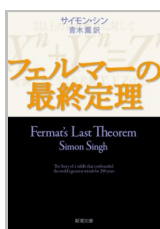
#### 『暇と退屈の倫理学』

國分功一郎 著

新潮社 刊

現代の国語で『浪費を妨げる社会』という評論文を勉強しましたね（1年生はこれからだと思います）。その筆者の作品です。

「暇」という言葉が口癖になっている人や「退屈」が日常的に続いてしまっている人は、それらを打破するきっかけになるかもしれません。



### 【F.K先生（国語科）推薦】

#### 『フェルマーの最終定理』

サイモン・シン 著

新潮社 刊

国語と数学どちらが好きですか？文系理系どちらですか？という質問に対して皆さんはどちらを選びますか。この質問に対して私は高校生の頃から一貫して「数学が好きだけど文系」と答えるようにしています。そのきっかけとなったのがこの本です。フェルマーの最終定理とはワイルズによって証明された定理のことですが、フェルマーの死後330年間証明されませんでした。天才数学者たちの栄光と挫折を覗いてみてください。



### 【F.K先生（国語科）推薦】

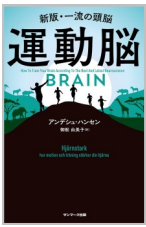
#### 『博士の愛した数式』

小川洋子 著

新潮社 刊

交通事故によって80分しか記憶の続かない元数学者と主人公の家政婦とその息子ルートとの物語です。常にはじめましてを繰り返す博士とルートとの数式を介したコミュニケーションが見どころかなと思います。あたたかさや切なさが隣接している一冊なので手に取ってみてください。





### 【K.K先生（英語科）推薦】

#### 『運動脳』

アンデシュ・ハンセン 著

サンマーク出版 刊

「〇〇脳」とタイトルにある本、書店に行くとよく見かけます。今回、その中で目を引かれて手に取ったのが「運動脳」。なんと！身体を動かすことほど脳に影響するものはない！らしく……脳は頭を働かせようとするより、身体を動かすことでこそ威力を発揮する器官らしいのだ。運動すると、どんないいことがあるのかというと、「ストレス」を取り払うことも、「集中力」を取り戻すことも、「記憶力」を高めることも、「学力」を伸ばすこともできるんですって！では、どんな運動をどのくらいやればいいのか？それもこの本の中で教えてくれます。では、本を閉じたら運動を、熱中症対策は万全に。



### 【K.K先生（英語科）推薦】

#### 『シャーロック・ホームズの凱旋』

森見登美彦 著

中央公論新社 刊

「真実はいつもひとつ！」名探偵コナンでお馴染みのコナン・ドイルが生みの親、あのシャーロック・ホームズが京都にやって来たら？原作とは全く違うホームズ譚。ワトソン博士も健在です。読後はどうだろう、京都に旅行に行きたくなるかもしれません。夏休みの旅のお供にぜひ。



### 【K.K先生（英語科）推薦】

#### 『この夏の星を見る』

辻村深月 著

KADOKAWA 刊

当時担任だった頃、クラスの図書委員さんに辻村深月の作品を薦められ、推薦図書にしたこともあります。今年も久しぶりに辻村作品を推すことにしました。今私たちはアフターコロナの生活を送っています。コロナ禍前と全く同じというわけではないけれど、それでもできなかったことができるようになりましたよね。本作ではコロナ禍での学校生活・部活動の様子が描かれています。できない中でできることをする。独りではできないからつながって力を合わせる。今を生き活きと生きること、大切だなと思いました。ところで、「星を眺める」を英語にするとしたら、みなさんは単語をいくつ使いますか？さあ、この夏は星を見ましょう！



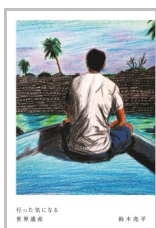
### 【K.K先生（英語科）推薦】

#### 『半沢直樹 アルルカンと道化師』

池井戸潤 著

講談社 刊

銀行に勤めている半沢直樹が同じ銀行の他部署が進める企業買収案件と戦う話です。欲や保身や行内の理屈に支配された銀行の世界を舞台に、誰に対しても誠心誠意向き合う姿に、とても魅力を感じ、自分もそのような人間になりたいと思わせてくれる一冊です。正義感の強い人は共感しやすい内容ですので、とてもお勧めします。



### 【O.Y先生（英語科）推薦】

#### 『行った気になる世界遺産』

鈴木亮平 著

ワニブックス 刊

俳優の鈴木亮平さんが書いた旅行記ですが、実際には行っていません。想像なのにリアルな旅の光景が目には浮かんでくるのは、鈴木さんが世界遺産検定1級を取得していて、その知識があったからだと思います。私も世界中の世界遺産を見たいなと思っていますがなかなか行けないので、想像で旅してみたいと思います。みなさんも想像で世界を旅してみませんか。



### 【T.Y先生（英語科）推薦】

#### 『この世にたやすい仕事はない』

津村記久子 著

新潮社 刊

長く勤めてきた仕事に疲れ、退職した女性が、「え？こんな仕事が存在するの？」と思わず目を見張るようなお仕事を転々とするお話。どんな仕事にもそれなりに一生懸命に取り組んでしまう主人公が、「自分」と「仕事」について悩み、奮闘する姿に勇気づけられます。少し背筋がゾクッとするミステリー？要素も。個人的に、バスのアナウンスを作る仕事とおかきの小袋の豆知識を作る仕事のお話がツボです。



### 【T.Y先生（英語科）推薦】

#### 『できない相談』

森絵都 著

筑摩書房 刊

「あるあるネタ」につい笑ってしまうのは、人生の哀愁やおかしみを他人と共感し合えるからなんだろうと思います。同じ経験をしているわけでもないのに、この本に出てくる38個のお話は、どれも「なんかわかる……」と思わずクスツと笑ってしまうんです。人間ってくだらないことにこだわっていて、日々何かに密かに抵抗しているんですね。短編なので、テンポもよく、オチまでサクツと読める。爆笑はしないけれど、人間のおかしみに思わずニヤリとしてしまう。ショートショートが好きな人はぜひ手に取ってみてください。



### 【T.Y先生（英語科）推薦】

#### 『もりあがれ！タイダーン ヨシタケシンスケ対談集』

ヨシタケシンスケ 著

白泉社 刊

絵本作家のヨシタケシンスケさんによる、11名の作家の方との対談集。ヨシタケさんも好きですが、系井重里さん、ブレイディみかこさん、柴田元幸さんなど、個人的に大好きな方々との対談に惹かれて読んでみました。ヨシタケさんは何冊もの素敵な絵本を世の中に送り出している絵本作家ですが、自分のダメなところも惜しみなく描かれていて、思わず親近感が湧いてしまいます。作家の方々が紡ぐ言葉は、心を軽くしてくれたり、視野を広げてくれたり。面白くイラストでまとめられているのでとても読みやすいと思います。



### 【O.D先生（英語科）推薦】

#### 『いま、会いにゆきます』

市川拓司 著

小学館 刊

妻が病でこの世を去ってから日常生活を送る上で支障となる“病”を抱えながら、一人息子と2人、懸命に生きてきた主人公。「おはよう」や「愛してる」など言葉にすることで、何気ない日常の中にあるささやかな幸せを感じられる作品。



### 【H.S先生（英語科）推薦】

#### 『一人称単数』

村上春樹 著

文藝春秋 刊

「村上春樹さんの本」というと、かたい印象の作品だと思うかもしれませんが、短編集なので読みやすい本です。

私は「ヤクルト・スワローズ詩集」と「品川猿の告白」が個人的に好きなお話です。



### 【H.S先生（英語科）推薦】

#### 『ヒトの壁』

養老孟司 著

新潮社 刊

養老孟司さんは『〇〇の壁』としていくつか本を出されています。『バカの壁』と迷ったのですが、今回はこちらを推薦図書に選びました。内容は少々かたい印象ですが、どの章から読み始めてもおもしろいですし、思い出したときに読み返すことができる内容の本です。（Ⅱ・Ⅲ年生向）



### 【Y.M先生（英語科）推薦】

#### 『おばちゃんたちのいるところ』

松田青子 著

中央公論新社 刊

怪談なのになぜが気持ちがスッキリ、そして温かい気持ちになる短編集です。どの物語にもおばちゃん(幽霊)が登場し、現代社会のモヤモヤを成仏してくれます。英語のタイトルは “Where The Wild Ladies Are” となっています。読み進めるとタイトルの「おばちゃん」が “wild lady” と訳される理由がわかってきますよ。ぜひ読んでみてください。



## 【N.N先生（英語科）推薦】

### 『おもかげ復元師』

笹原留似子 著

ポプラ社 刊

東日本大震災で亡くなられた方々にエンゼルケア、死化粧を施すことを職業にしている方の体験談です。突然の天災で家族を失ったご遺族の方々が、作者のおかげでどうにか家族の死を受け入れ、前を向いて歩いていくことができる、悲しくも希望を感じる本です。涙なしには読めません。電車では読まないように！



面白そうな本がたくさん！

まだまだあるみたいだよ



## 【E.Y先生（数学科）推薦】

### 『メンタル脳』

アンデシュ・ハンセン 著

新潮社 刊

数年前に推薦した「スマホ脳」の作者アンデシュ・ハンセンの著書です。数十年でスマホやパソコン、IT技術が発展しました。この数十年の技術進歩に人間の脳が対応できないのは至極当然です。スマホやSNSの利用でストレスを感じ続け不調を起こす前に、是非一読してみてください。

また、ストレスを感じさせる原因やなぜストレスがあるのかなど純粋に脳科学に興味を持てる本です。



## 【E.Y先生（数学科）推薦】

### 『勉強ができる子は何が違うのか』

榎本博明 著

筑摩書房 刊

もっと勉強できるようになりたいと思ったことは誰しもあるはずです。私自身も学生時代そう思って勉強をしていました。どのように学習に取り組み勉強ができるようになるのか、この本を読んでなんとなく分かった気がします。

勉強ができなかった理由を「私は頭が悪いからだ」「勉強は向いていない」と思っている人へおすすめします。おとなになっても学びは続きます。そのために学びのコツを知っておいて損はないはずです。



## 【N.H先生（数学科）推薦】

### 『AIは人類を駆逐するのか？ 自律世界の到来』

太田裕朗 著

幻冬舎 刊

数十年前まではSFとして扱われていた自律的なAIですが、その実現が現実味を帯びてきました。共存に向けて人間はどうAIと向き合うべきか、今一度人間としての在り方を考える一助となる本書ですが、実は某大学の昨年度入試において課題図書として取り上げられていました。専門書のように感じるかもしれませんが、日常生活に関連する例示も多く、著者の主張も多用されている為、非常に読みやすくなっています。



### 【N.H先生（数学科）推薦】

#### 『AIに心は宿るのか』

松原仁 著  
集英社 刊

ひとつ前の紹介文に書いたように、少し遡ると一瞬にしてSFという扱いになってしまうAI分野ですが、果たして数年前の本ではどのように“現在”を予見していたのか。気になったので、2018年刊行の本書を手に取りました。AIに小説を書かせるプロジェクトやコンピュータ棋士を巡る羽生善治氏との対談を中心に、AIと創造について魅力的な話が展開されています。読み進めていくうちに、2024年現在からするとまさに「答え合わせ」という感覚になりました。こういう読み方も新鮮で、とても楽しかったです。



### 【N.H先生（数学科）推薦】

#### 『AIとSF』

日本SF作家クラブ 編  
早川書房 刊

普段SFを敬遠している人でも気軽に読める、AIを主題とした全22篇のSF短編集です。一つのテーマの多面的解釈本という位置付けとしても面白かったのですが、画像生成やChatGPTなど今話題のものが発展した近未来を舞台にした作品も多く、SFというより”妙にリアルな未来予測”という印象を受けました。勿論、現実的なものにとどまらず、歴史改変やファンタジー世界など設定の幅も広いため、各人が好きだと思える作品に必ず出会える一冊となっています。



### 【E.K先生（数学科）推薦】

#### 『暇と退屈の倫理学』

國分功一郎 著  
新潮社 刊

皆さんは暇や退屈を感じたことはありますか？

この本は、「暇のなかでいかに生きるべきか、退屈とどう向き合うべきか」その答えを、多くの先人たちの言葉を手がかりに考えていくものです。

この本を読んだら、より豊かな人生を送るためのヒントが得られるかもしれません。是非読んでみてください。





### 【T.Y先生（地歴公民科）推薦】

#### 『10代のうちで考えておきたいジェンダーの話』

堀内かおる 著

岩波書店 刊

女子校に勤務する一教員として、ジェンダーに関することに意識的に目を向けてきたつもりでしたが、まだまだ足りなかったようです（涙）。ジェンダーの問題はなかなか解決できないことも多いですが、私たち一人一人が意識を向けることで少しずつでも社会が変化したら、どんな性をもって生まれても、みんなもっとラクに生きていけるような気がします。



### 【T.Y先生（地歴公民科）推薦】

#### 『裁判官 三淵嘉子の生涯』

伊多波碧 著

潮出版社 刊

2024年度春のNHK朝ドラ「虎に翼」のモデルとなった、日本で初の女性弁護士・裁判官のお話です。女性は女学校を卒業したら結婚し「良妻賢母」となることが当たり前と言われた時代に、女性差別と闘いながら法曹界で活躍しました。戦前、戦時中、戦後と女性がどのような立場にあり、そして現代に続いているのかを考える一冊になると思います。



### 【S.J先生（地歴公民科）推薦】

#### 『やりたいことが見つからない君へ』

坪田信貴 著

小学館 刊

やりたいことがわからないからと、進路に悩む生徒はたくさんいると思います。この本を読めばやりたいことが具体的に見つかるというわけではありませんが、進路についての考え方や、自身について考え直してみたり、これからどう行動していくかのヒントが見つかるかもしれません。

塾の経営者で、『ビリギャル』を書いた著者でもある坪田氏の前向きな考えが、悩む高校生の背中を押す、そんな1冊です。





### 【N.N先生（地歴公民科）推薦】

#### 『SDGsの大嘘』

池田清彦 著

宝島社 刊

地方へ赴き電車に乗り、車窓を眺めていると、よくソーラーパネルを設置して太陽光発電をしている光景を目にします。この太陽光発電、SDGsの目標の「エネルギーをみんなに、そしてクリーンに」を達成しているものだと言えます。一方、ソーラーパネルの下に目を移すと、そこにもともとあった緑は死滅しています。これでは、「緑の豊かさを守ろう」という目標が達成できません。さて、このSDGsで一番得しているのは誰なのでしょう？



### 【N.N先生（地歴公民科）推薦】

#### 『カーテンコール！』

加納朋子 著

新潮社 刊

ここ最近、女子大が閉校するというニュースを毎年のように聞きます。私立「萌木女学園」という女子大もまた、世の中の波に抗えず閉校となることに。そんな中、大学のあらゆる救済措置を突破して（！？）とうとう卒業できなかった学生たちが、本当のラストチャンスに臨みます。「詰んだ」と思った人生のその先が、きっと「素晴らしい」ものになる。いつも明るく、暖かい方向へ歩みを進めていきたいものです。



### 【N.N先生（地歴公民科）推薦】

#### 『ミチクサ先生』

伊集院静 著

講談社 刊

地方へ旅に出て、東京駅に帰ってくると、人の歩く速さに驚きます。何をそんなに急いでいるのか、考えてしまうほどです。人生もまた、同じかもしれません。江戸から明治へ時代が移ろう中、鬼の速度で執筆し続けた夏目漱石もまた、のちの時代を生きる私たちの視点では、生き急いでいるように見えます。しかし、そんな彼自身は大のミチクサ好き。いつの時代も、「寄り道」ってわくわくするものなんだなあ。



### 【N.N先生（地歴公民科）推薦】

#### 『古本食堂』

原田ひ香 著

角川春樹事務所 刊

街中の古本屋って、ちょっと覗きたくなりますよね。きっと、その街に住む人たちの読み終えた本を、また新たな持ち主へ渡す「知識の架け橋」となる役割があるからかもしれません。神保町にある「廣島古書店」もそんなお店の一つ。カレーや中華やお寿司など、この本に出てくるお店の食べ物は、ぜんぶおいしそう！読み終えた後には、「お腹と心がいっしょに満たされる」そんな不思議な感覚に陥りました。



### 【N.N先生（地歴公民科）推薦】

#### 『呪術講座 入門編』

加門七海 著

KADOKAWA 刊

今年の大河ドラマ「光る君へ」では、陰陽師の安倍晴明が吉凶を占うために、かなりの頻度で登場しています。中には、憎い相手の「呪詛」を依頼されることも。この呪術、実は身近な風習にもしっくり残っています。普段、自分がやっている何気ないしぐさにも、呪術の要素があるって考えると、面白くないですか？？私は、とりあえず判子を傾けずに真っすぐ押そうと思います。日本の夏は呪術の夏。みなさんも、ぜひとも入門されたし。



### 【N.N先生（地歴公民科）推薦】

#### 『総理の夫』

原田マハ 著

実業之日本社 刊

「女性の活躍を促進しよう」という割に、国会議員における女性の比率は諸外国に比べて低い日本。そんな中、初の女性総理となった相馬凜子は「すべての国民が明日に希望を持てる社会づくり」をめざして政権運営をすることに。一方、その夫相馬日和は、鳥類学者として穏やかな生活を送っていた人生が激変！自分自身が「公人」の扱いになっても、黙って妻を支え、寄り添い続けます。この小説が事実になると、日本は大きく変わるはず。



【N.N先生（地歴公民科）推薦】

『風のマジム』

原田マハ 著

講談社 刊

「沖縄県産のサトウキビを使ったラム酒を作る！」

仕事を進める中で、目標を口にすることって大切だなと思う場面が多々あります。派遣社員として社内ベンチャー制度を利用し、この夢の実現を目指した伊波まじむ。持ち前の明るさと行動力で、実現不可能だと言われたラム酒作りを成功させるため、挫けず、前向きに立ち向かいます。「まじむ」込めれば、人の心は動く。ちなみにこのラム酒、実在するとのこと。一度、飲んでみたい！



【N.N先生（地歴公民科）推薦】

『野良犬の値段』

百田尚樹 著

幻冬舎 刊

火のない所に煙は立たぬとよく言いますが、メディアやインターネットが発達した今、本当に火がないのに煙が立つケースが増えています。特に、週刊誌やテレビ局、インフルエンサーの影響はかなり大きいと言えるでしょう。ひょんなことから日常が失われ、幸せが崩れたら、再び立ち上がることができるのか。「命の価値」を考えるきっかけになる、そんな一冊です。ぜひ、とあるテレビ局の夏の24時間特番を見て、読んでみてください。



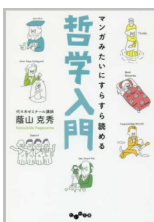
【K.Y先生（地歴公民科）推薦】

『ガラスの地球を救え 21世紀の君たちへ』

手塚治虫 著

光文社 刊

鉄腕アトムやブラックジャックなど、手塚治虫さんの漫画・アニメは皆さんも一度は見たことがあると思います。30年ほど前の本ですが、手塚さんは未来が見えていたかのように現代社会の問題を言い当てています。自然破壊や急速な科学・医療の発展…これは果たして人類にとって幸せなことなのでしょうか。現代社会に生きる私たち、そして未来ある皆さんに問いかけます。



### 【K.Y先生（地歴公民科）推薦】

#### 『マンガみたいにならなすらすら読める哲学入門』

蔭山克秀 著

大和書房 刊

「哲学」とは、存在について考える学問です。例えば、古代ギリシャの哲学者ソクラテスの「知らないということを知っている」＝「無知の知」は有名ですよ。この本は難しそうだとつぎにくい哲学を優しい言葉で教えてくれます。2、3年生の皆さんは公共の授業で習ったプラトンやアリストテレスも登場しますので、授業を聞いて興味を持った人はぜひ読んでみてください。



### 【K.Y先生（地歴公民科）推薦】

#### 『百年法』

山田宗樹 著

KADOKAWA 刊

1945年、太平洋戦争中に6発の原子爆弾が投下された日本。人口が半減してしまった日本ではヒト不老化技術が導入され、それと同時に生存制限法である「百年法」が成立した。つまり不老不死手術を受けた者は、百年後に死ななければならない……。

物語はフィクションですが、人工知能の発達、クローン技術、マイナンバーカード、食糧危機など、現代社会の問題と似たような内容があげられています。



### 【K.H先生（地歴公民科）推薦】

#### 『スタジオジブリ物語』

鈴木敏夫 著

集英社 刊

映画「風の谷のナウシカ」がきっかけとなって誕生したスタジオジブリ。その後40年間にわたって27作品がスタジオジブリから生まれました。ほぼすべての作品の制作の裏側が描かれている本書は、ジブリ好きにも、アニメ業界で働きたい人にも読んでもらいたい1冊です。「4歳と14歳で生きようと思った」「生きる力を呼び醒ませ!」「父さえいなければ、生きられると思った」これらの宣伝コピーは、どの作品のものかわかりますか?答えは本書の中で!



### 【K.H先生（地歴公民科）推薦】

『きみのお金は誰のため ポスが教えてくれた「お金の謎」と「社会のしくみ」』

田内学 著

東洋経済新報社 刊

「お金」ってなんですか？そう問われたら何と答えますか。難しいですよ。お金は現代社会を生きる私たちとは、切っても切り離せない道具です。学校では教えてくれない「お金と社会の仕組み」について書かれた本です。ぜひ、主人公の男子中学生とともにお金の本質を確かめてみてください。抽象的な内容も多いですが、お金が万能ではないことがわかるはずです。



### 【T.Y先生（地歴公民科）推薦】

『あのこは貴族』

山内マリコ 著

集英社 刊

自分自身が生まれた家庭環境を変えることはできません。もしかしたら、皆さんの中にも自分自身の境遇に苦しんでいる人がいるかもしれません。「何が自分にとって幸せなのか」悩みながら奮闘する2人の女性の物語から、ぜひヒントを探してみてください。



### 【T.Y先生（地歴公民科）推薦】

『山女日記』

湊かなえ 著

幻冬舎 刊

山登り、山歩きをする女性達が、微妙に、絡み合う短編集です。それぞれの女性が抱える悩みが、自然の力によって咀嚼されていきます。山登りに興味がある人もない人も、読んだ後にあたたかい気持ちになることができるはずです。



### 【T.Y先生（地歴公民科）推薦】

『2020年6月30日にまたここで会おう 瀧本哲史伝説の東大講義』

瀧本哲史 著

講談社 刊

「生きることワクワクしたい」と思う中でこの本に出会いました。この本は2019年8月に、病のため夭逝した瀧本哲史さんの”伝説の東大講義”が収録されています。まるでその場にいるかのような臨場感ある瀧本さんの言葉からは、自分の未来に光を与えてくれます。特に、「君たちは、自分の力で、世の中を変えていけ!」という言葉がお気に入りです。



### 【T.I先生（地歴公民科）推薦】

『勝ち続ける組織の作り方』

黒田剛 著

キノブックス 刊

サッカーの名門校「青森山田高校」の元監督であり、2023年からはJリーグに所属している町田ゼルビアの監督を務めている黒田剛監督。そんな黒田監督がどのようにチームを作り上げてきたのかがよくわかる一冊となっています。また、チーム作りだけではなく、『人は、変わろうとも思えば、いくらでも変わることができるのだ。』という言葉にある通り、これから生きていくうえで大切な何かが見つかる一冊にもなっています。



### 【H.M先生（地歴公民科）推薦】

『小学五年生』

重松清 著

文藝春秋 刊

17のショートストーリーで構成されている短編集です。いずれも主人公は小学5年生で、転校やいじめ、死別など様々な出来事と絡めながら、この年頃の揺れ動く感情がそれぞれ繊細に表現されています。気持ちをうまく表現できないもどかしさ、子どもから大人へと成長していく中での少年の葛藤など、どこか懐かしい気持ちにさせてくれる一冊です。





### 【T.K先生（地歴公民科）推薦】

#### 『赤毛のアン』

モンゴメリ 著

講談社 刊

『赤毛のアン』の翻訳者である村岡花子さんの人生を辿った朝ドラをきっかけにこの本と出会いました。アンは、明るく無邪気で想像力が豊かな女の子なので、様々な騒動を起こしてしまっていますが、周囲の人からはとても愛され、少しずつ人として成長していく物語です。読んでいてワクワクするような本なので、ぜひ皆さんに読んでほしいです。また物語の中にでてくる食べ物が（アップルパイ、さくらんぼパイ、レヤーケーキ）とても美味しそうなので、こちらに注目して読んでみるのもいいかも……!!



### 【M.S先生（理科）推薦】

#### 『昆虫はすごい』

丸山宗利 著

光文社 刊

みなさんは「昆虫」と聞いて何を思い浮かべますか？昆虫が好きな人・苦手な人それぞれあるかと思いますが、実は昆虫はすごいんです！種の繁栄に向け衣食住を確保したり、繁殖するためにあの手この手を使ったり……とにかく一生懸命生きています。我々人類が発展してきただけでなく、昆虫界もまた時代の経過とともに大きく発展してきました。そんな昆虫の魅力を紹介した一冊です。



### 【M.T先生（理科）推薦】

#### 『リカバリー・カバヒコ』

青山美智子 著

光文社 刊

公園の古びたカバの遊具、カバヒコ。自分の治したいところと同じ場所に触れると回復するとか……カバを信じて、日常の中で起こる悩みや葛藤について自分をみつめ直し、一步を踏み出すことで乗り越えていく主人公たち。きっとカバヒコは、みなさんの悩みにも寄り添ってくれ、癒してくれることでしょう。



### 【O.R先生（理科）推薦】

#### 『カラスの教科書』

松原始 著

講談社 刊

最近、「カラス」を見ましたか？皆さんは、彼らにどのようなイメージを持っていますか？——都会に住んでいる、黒い鳥。——不吉な鳥。色々な印象があると思いますが、彼らの生態を見てみると、面白いことだらけ。何でも食べるし、走る車にくるみの殻を割らせるなど、頭もいい。そんな彼らに迫る動物行動学者が、ユーモアたっぷりにお送りする本書、是非ご一読ください。



### 【K.S先生（理科）推薦】

#### 『あまからカルテット』

柚木麻子 著

文藝春秋 刊

女子校出身の仲の良い4人の、友情物語です。大人になった4人の話ですが、思春期の頃に築いた友情がいかに将来、1人ひとりの支えとなるか考えるきっかけとなります。「誰かが辛い時には、他の人が助けようとする」それが余計なお世話と感じられることもあるかもしれませんが、いずれ心の支えになっていることに気づきます。推理小説の要素や家族の在り方についても考えさせられる、素敵な作品です。



### 【K.S先生（理科）推薦】

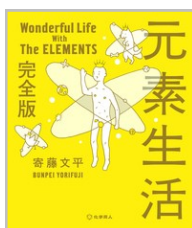
#### 『このプリン、いま食べるか？ガマンするか？』

柿内尚文 著

飛鳥新社 刊

プリンをいま食べることによって、また逆にガマンすることでどんなメリットがあるのでしょうか？この問いは、「時間」をどう使いたいかを考えるきっかけとなります。私たちは生きていの中で、たくさんの選択をしています。その一回一回の選択を、後悔しないようにするには、どのような時間が自分にとって必要なのか、知ることが重要です。自分にとって豊かな生活を送るためのヒントを、この本をから探してみてください。





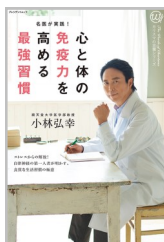
### 【K. S先生（理科）推薦】

#### 『元素生活』

寄藤文平 著

化学同人 刊

化学の授業で学んだ元素記号ですが、普段の生活の中で意識することはないと思います。この本では元素をキャラクター化し、一目で特徴が分かるように紹介されています。イラストもあり、どのような場面でその元素が存在するのか、よく分かります。人間を構成する元素から、人間の原価はいくらになるのか、元素が不足したら人間はどうなるのか、どのような食べ物に多く含まれるか、などの様々な項目から、知見を広げることができます。



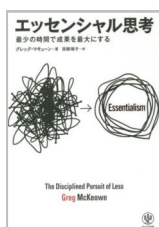
### 【G. S先生（保健体育科）推薦】

#### 『心と体の免疫力を高める最強習慣』

小林弘幸 著

プレジデント社 刊

この本の著者小林弘幸氏は、自律神経研究の第一人者として数多くのプロスポーツ選手等の指導に関わっています。自律神経が整うと、前向きな気持ちになります。そして、心と体の健康を保つためには免疫力を高めることが必要です。是非、この本に書かれている内容をひとつでもふたつでもよいので実践してみてください。



### 【S. M先生（保健体育科）推薦】

#### 『エッセンシャル思考 最少の時間で成果を最大にする』

グレッグ・マキューン 著

かんき出版 刊

本当に重要なことを見極めて、それを確実に実行することでより少なく、より良く生きることができます。ですが、優先したい重要事項がたくさんあり選択に困った時はどうすればよいのか。そんな時に最小の時間で最大のものを得る方法を教えてくれる本です。



### 【H.Y先生（保健体育科）推薦】

#### 『風が強く吹いている』

三浦しをん 著

新潮社 刊

ほとんど陸上素人のメンバーが箱根駅伝出場を目指し、時には喧嘩したり、励ましあったりしながら仲間と切磋琢磨する、そんな青春が詰まったお話です。何か挑戦しようとしている時、行き詰まった時、苦しくてもがいている時、そんな時にぜひ読んでみてください。

読み進めていくと、なんだか目標に向かって走り出したくなるようなそんな素敵な作品です。



### 【I.Y先生（家庭科）推薦】

#### 『できたてごはんを君に。』

行成薫 著

集英社 刊

私は妊婦ということもあり、最近一食一食を大切にしています。この本、素敵なタイトルですよね。表紙に描かれているお料理も美味しそうだったので、読んでみました。食べ物屋さん短編集ですが、最後には一つにまとまるお話です。

「美味しい」と感じることのありがたさ、誰かを思って料理することの大切さを再確認出来る内容でした。食べるのが好きな人はぜひ読んでみてください。



### 【W.Y先生（家庭科）推薦】

#### 『ココロと身体の心理学』

山口真美 著

岩波書店 刊

身体について科学的に研究をされたことがわかりやすく書いてある本です。困難に立ち向かったとしても前進できる勇気がわく内容の本です。



### 【W.Y先生（家庭科）推薦】

#### 『スヌーピーのこんな生き方探してみよう』

ほしのゆうこ 著

朝日新聞出版 刊

私たちが心の中で大切にしたいことが宝物が満載。学校の成績のことやクラスメイトのこと、いろいろな日常の出来事をスヌーピーと仲間たちが笑える会話をしています。そこにたくさんの大切な宝物が潜んでいる素敵な本です。肩に力が入ってしまう人はぜひ読んでみてください。



### 【W.Y先生（家庭科）推薦】

#### 『よみがえった奇跡の紅型』

中山なをみ 著

あすなろ書房 刊

沖縄で生まれた紅型（琉球紅型）、沖縄＝紅型というくらい特徴のあるデザイン。戦争で衰亡しましたが、紅型に魅せられた芸術家らが復活させていくストーリーです。よいものに共通する「不変」という言葉がぴったり。沖縄の歴史の中で、戦争で衰亡し、復活する紅型に焦点を当てた素晴らしい内容の本です。



### 【W.Y先生（家庭科）推薦】

#### 『首里の馬』

高山羽根子 著

新潮社 刊

本好きの人なら、吸い込まれるような文章の構成に驚くのではないでしょう。沖縄の歴史が小説化し、美しい文章で現されている本です。



### 【W.Y先生（家庭科）推薦】

『本当の「頭のよさ」ってなんだろう？ 勉強と人生に役立つ、一生使えるものの考え方』

齋藤孝 著

誠文堂新光社 刊

頭のはたらきの良い状態を知り、その状態を増やし、本当の頭のよさを身につけるための解説本です。頭の良し悪しをほかの人と比較せず、自分自身の頭脳を磨くアドバイスが満載。先日、1年生の授業では、「勉強するのはなんのため？」と問いました。この本からも良い情報が見つかりますよ。本を読むことがあまり得意ではない人にも読みやすい本です。



### 【M.C先生（家庭科）推薦】

『若者の法則』

香山リカ 著

岩波書店 刊

若者の行動や発言を、大まかに六つの法則に従いながら説明している本です。少し前に出版されている本なので、少し違和感があるかもしれませんが、現在若者の皆さんは自分が当てはまるのか、ぜひ読んでみてください。



### 【N.N先生（芸術科音楽）推薦】

『おいしいアンソロジー おやつ』

阿川佐和子ほか 著

大和書房 刊

たまたまお腹が空いている時に書店に入ることが多いのですが（いつもかな）、食欲を満たすように本を眺めていたら「おやつ」に纏わる短編集に出会いました。古今東西43名の作家たちがおやつへの偏愛を綴った作品です。皆さんが無性に食べたくなるおやつは何ですか。いま頭に思い浮かべたおやつは「美味しい」だけでなく、何か心に残るエピソードもあるはず。 「美味しい」の表現力を高めたい人にもぜひ読んで欲しい一冊。



### 【N.N先生（芸術科音楽）推薦】

『最後の秘境 東京藝大 天才たちのカオスな日常』

二宮敦人 著

新潮社 刊

私は壊滅的に絵が描けません、芸術作品を見るのは大好きです。入試倍率は東大のおよそ3倍と言われている東京藝術大学。毎年藝祭や卒展へ足を運び、風変わりな作品を見て思うことは「この天才たちの日常と、頭の中を覗いてみたい！」……ただそれだけ。覗いてみたところで「やっぱり変」という感想しか持つことができませんでしたが、職が見つかる保証がなくても、やりたいことをとことん追求している彼らはカッコイイ。



### 【A.A先生（司書）推薦】

『インフルエンサーのママを告発します』

ジェ・ソンウン 著

晶文社 刊

「SNSに許可なく友だちが写っている写真をあげないように」と言われていますね。なぜかがよくわかる本です。これは韓国の児童書として出版された本の日本版です。インフルエンサーの母親に、幼いころから自分の写真を当たり前のようにアップされていた少女ダルムが、勝手にアップされるのはおかしいと気づき母親に伝えるのですが、母は反抗期？と真剣に聞いてくれません。そして、ついにある事件が起こります。



### 【A.A先生（司書）推薦】

『清く楽しく美しい推し活』

河西邦剛、松下真由美 著

東京法令出版 刊

皆さんは推し活していますか？私は好きなバンドのライブに行ったり、SNSでファンの人たちの投稿を見て楽しんだりしています。そのSNSでは、出待ちして写真をアップ、推しの写真を自分のアイコンにする、自作の推しグッズを配るなどをしている人を見かけます。皆さん、これ全部法的に問題があるって知っていますか？知らなかったでは済まされず、訴えられる事例も出てきています。推しがいる人はみんな知っておいてほしい知識が書かれています。この本の言葉を皆さんへ「推しに恥じないファンであれ！」



【A.A先生（司書）推薦】

『さよなら、田中さん』

鈴木るりか 著

小学館 刊

7年前に出版されたこの本、書いたのは当時中学2年生だった鈴木るりかさん。その後、高校生になっても作品を出版し続け、今は大学生兼小説家として活躍しています。このお話の主人公は小6の田中花実、母子家庭で裕福ではないけれど、いつも明るい母と楽しく暮らしています。そんな花実のささやかな日常の出来事が面白く描かれています。いつも、前向きに生きる花実に元気をもらえます。



【A.A先生（司書）推薦】

『真実の口』

いとうみく 著

講談社 刊

中3の冬、名前しか教えてくれない迷子の女の子を交番に連れて行った律希、湊、七海の3人は、警察から感謝状を贈られます。その後、別々の高校に進学した3人は、児童虐待のニュースを見て、それぞれあの女の子を思い出します。交番に連れていく時激しく抵抗し、母親が迎えに来てても無表情だった女の子。もしかして、あの女の子も？3人はある行動を起こします。時には無謀なことも、高校生だからできることってあるんですよね。大人は反省しなければと思わされます。



【A.A先生（司書）推薦】

『カラフル』

阿部暁子 著

集英社 刊

高校の入学式の日、ひったくり犯を捕まえて、同じ制服を着た車いすユーザーの女の子・六花と出会った伊澄。ケガが原因で陸上競技の夢を諦め、高校ではひっそりと過ごしたい伊澄は、自分の主張をはっきりする六花とは関りを持ちたくありません。しかし、同じクラスで過ごし、障がいのある彼女を気遣ううちに、気になる存在になり始めます。障がい者に優しくしましょうなんていう説教くさい話ではありません。胸キュンもある青春小説としておススメです。





### 【A.A先生（司書）推薦】

#### 『八月の御所グラウンド』

万城目学 著

文藝春秋 刊

今年発表された第170回直木賞作品です。直木賞と聞くと、難しそうと思うかもしれませんが、そんなことはありません。京都が舞台のちょっと不思議な2つのお話が入っています。1つは、先輩に代わり急きょ全国高校駅伝を走ることになった方向音痴の女子高生・坂東が、都大路を駆け抜けながら沿道でなぜか新撰組のコスプレをしている人たちを見つける物語。もう1つは、大学の夏休みに早朝から駆り出された草野球大会に、伝説の大投手を思わせる謎の選手が現れる話です。



### 【A.A先生（司書）推薦】

#### 『ドイツの女性はヒールを履かない 無理しない、ストレスから自由になる生き方』

サンドラ・ヘフェリン 著

自由国民社 刊

大学の就活講座で、スーツにはヒールの靴を履くようマナー指導され、当時は足が痛くても我慢して履いていました。でも、教員はいざという時に走りやすいほうが良いというので、今はもっぱらローヒールの靴を履いています。そこで、この本のタイトルが気になり、読んでみました。靴の話だけではなく、ドイツの風習や生き方についても書かれたエッセイです。ドイツの楽な生き方にちょっと憧れます。外国に興味がある人もぜひ。



面白そうな本から選ぶもよし！  
好きな先生の本を選ぶもよし！  
たくさん読んでくださいね



発行：立川女子高等学校図書館

2024年7月