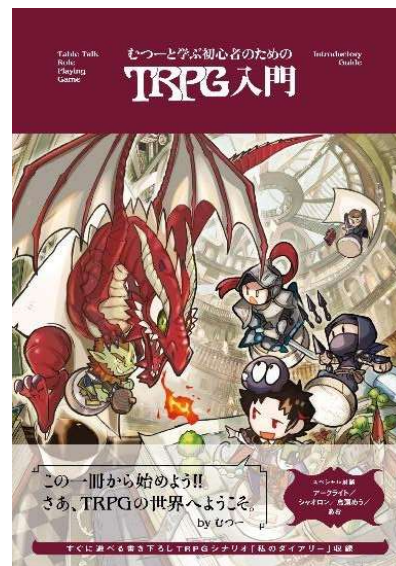


八王子市図書館員が選んだ！

イチオシBON

Vol.1

図書館員が選んだ
10代に読んでほしい本



むつーと学ぶ 初心者のための TRPG 入門



むつー / 著 TwoGate 978-4-910315-35-5

TRPG とは、参加者が紙と鉛筆とサイコロとおしゃべりで物語を作っていく遊びです。電源不要なのでどこでもできて、お金も(ほとんど)かかりません。最近は一人遊びも可能になりました。ファンタジー・ホラー・時代劇と、ジャンルも多彩できっと気に入るものが見つかるはずです。

出来事と文化が同時にわかる平安時代

伊藤賀一/著 朝日新聞出版

978-4-02-334149-4

平安時代の約400年もの歴史を政治、外交、社会、宗教、周縁、文化、武士、戦乱の8つのテーマで一冊にまとめたものです。謎が多い平安時代を深掘りしてみませんか。





カムイの大地 北海道と松浦武四郎

泉田もと/作 岩崎書店 978-4-265-84039-7

坂本龍馬らが活躍した幕末に「自分がこの世界の何を知らないのか、それが知りたい。」と目指した先は、最北端の地。旅の途中でアイヌの村に会い、温かいもてなしをうけた。アイヌの言葉をはじめあらゆるものを記録に残し、広く世に伝えようとした。北海道の名づけ親・松浦武四郎の物語。



ネット情報におぼれない学び方

梅澤貴典/著 岩波書店 978-4-00-500964-0

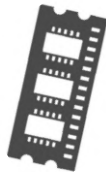
あなたは1日にどれくらいスマホを見ていますか？
自分では「使っている」つもりが知らぬ間に「使わされている」なんてことも…。
情報との関係を大人の入口に立っている今だからこそ「確かめ」「考え」そして「選ぶ」ことを楽しむあなたのための1冊です。



海をわたった母子手帳 かけがえのない命をまもるパスポート

中村安秀/著 旬報社 978-4-8451-1708-6

戦後、まだ貧しかった日本で、お母さんと子どもたちの健康を守りたいと母子手帳が誕生しました。現在では世界50か国以上で使用されています。この母子手帳を世界に普及させようと活動した医師の記録です。



友だちがしんどいなくなる本

石田光規/著 講談社 978-4-06-534018-9

友だちと良い関係を維持するために頑張りすぎていませんか？
相手に良く思われたいから無理に合わせたり、争いや対立を回避しようと行動したり…。
あなたとのつながりを友だちかどうかで振り分けるのではなく、自分を見失わずに「友だちがしんどい」を解消する方法を本書で探してみませんか？





ひき石と24丁のとうふ

大西暢夫/著 アリス館 978-4-7520-1100-2

岩手県二戸市、人里離れた山の中に、90歳を超えた女性が一人で営む一軒の手作り豆腐店があります。一晩水にふやかした大豆を、「ひき石」と呼ぶ石うすで6時間かけて引き、一日に24丁の豆腐を作ります。ていねいに、時間をかけて。こんな生き方もあるのです。



世にもあいまいなことばの秘密

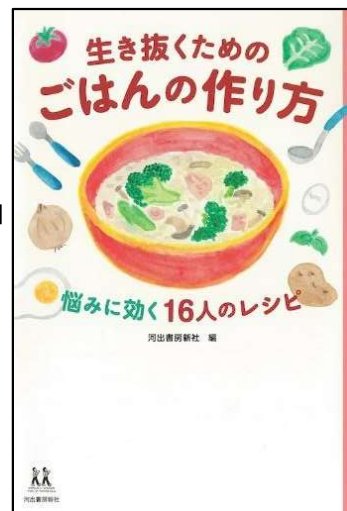
川添愛/著 筑摩書房 978-4-480-68468-4

読み方次第で意味が変わったり、誤解を生んだりする言葉。その曖昧さの不思議と特徴を知り、様々な角度から楽しめる内容を紹介しています。

生き抜くためのごはんの作り方 悩みに効く16人のレシピ

河出書房新社/編 河出書房新社 978-4-309-61738-1

忙しいを理由に、食べる事をおろそかにしていませんか？
実は、体も心も食べたもので出来上がっているのです。
これまで日々の食事作りを家族に任せていたのなら、ここで心機一転、生き抜く力を養う為に自分で料理をしてみませんか？この本の中で、料理のプロ16人が、様々な悩みを解決するにはうってつけのレシピを紹介しています。



なんで英語、勉強すんの？

鳥飼玖美子/著 岩波書店 978-4-00-027241-4

自動音声翻訳機が簡単に手に入る時代、なぜ英語を学ぶのか不思議に思ったことはありませんか？
異文化コミュニケーション学の専門家である著者は「外国語は異文化への窓」だと言います。外国語を学ぶことは異質な世界を知り自分とは違う文化や人々を知る。あなたも英語の窓を開けてみませんか！





繊細すぎてしんどいあなたへ HSP 相談室

串崎真志/著 岩波書店 978-4-00-500919-0

繊細な人は過度に熱中しやすく、やりすぎてしまいがち。それで余計に疲れてしまうことも。繊細な自分の強みを知り、生きづらさや傷つきやすさを最小限に抑え、生きる力として活かす方法を考えましょう。

グレタ・トゥーンベリ

ヴィヴィアナ・マツツア/著 金の星社

978-4-323-07459-7

動物の絶滅や森林伐採、海洋の汚染と酸性化などが地球の未来にどのような影響をもたらすのか、また子供たちに何をもたらすのか。

目を背けてきた環境問題をスウェーデンの一人の少女が地球環境保護の活動家として声を上げました。



3年間ホケツだった僕がドイツで サッカー指導者になった話



中野吉之伴/著 理論社 978-4-652-20581-5

高校3年間はサッカー部のホケツだった僕。

しかし、雑誌で見つけたドイツのサッカースクールで転機が訪れた！

「サッカーを続けたい」僕の奮闘記。自分の「好き」を続けていくために何ができるのか。そのヒントがわかるかも。



ビジュアル顔の大研究

原島博 馬場悠男 興水大和/監修/日本顔学会/協力

こどもくらぶ/編 丸善出版

978-4-621-30557-7

動物学、人類学、医学、心理学、社会学、芸術学、美容学、情報学、印象学の9つの学問分野から顔について考える。顔のはじまりから人の顔への進化、顔のしくみや表情、文化、平均顔、肖像画、マンガ、化粧、コンピュータの顔認識、似顔絵、あなたはどんな





かわいい子ランキング

ブリジット・ヤング/作 三辺律子/訳

ほるぷ出版 978-4-593-10189-4

学校で、『かわいい子ランキング』がみんなに送られてきた。一位は目立たなく生きたいイヴで、二位がみんなの憧れのソフィーだったことから、騒動に。いったい誰が作った物なのか。

「見た目」という、たった一つの基準で並んだ順番が、そんなに大事だろうか？

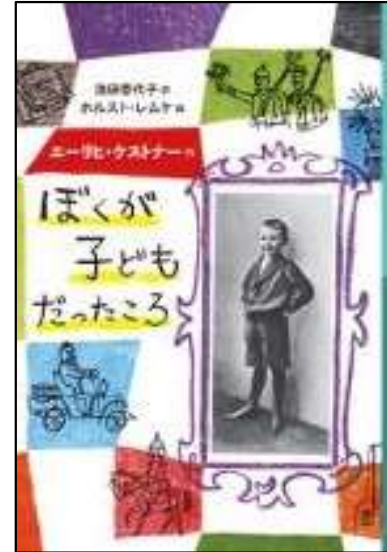
あした、弁当を作る。

ひこ・田中/著 講談社 978-4-06-530595-9

ある日、中学生の龍樹は母親の作った弁当に嫌悪感を覚え始める。

自分で弁当を作ると宣言するが、弁当作りは母親の領分、稼ぐのは父親の領分、勉強するのが龍樹の領分だと言われ反対される。

龍樹の弁当作りを通して、家族に対するもやもやした気持ちが淡々と描かれる。



ぼくが子どもだったころ

エーリヒ・ケストナー/作 ホルスト・レムケ/絵

池田香代子/訳 岩波書店 978-4-00-114628-8

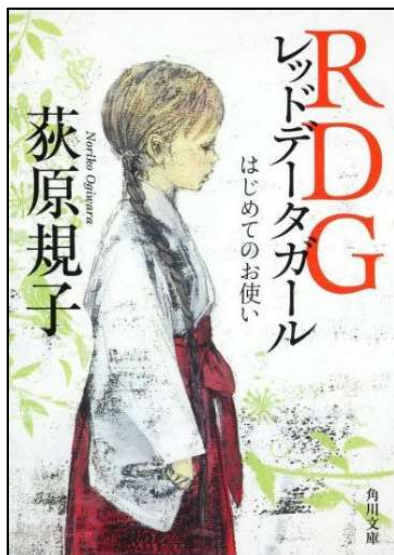
「動物会議」「飛ぶ教室」など、子どものためのおはなしの数々を残したケストナーの少年時代を振り返り書いた自伝。貧しいながらも両親の愛情をたっぷりうけて育ったケストナー。ナチスの迫害にも屈することなく自身の作品の出版を続けた強さの原点が垣間見える1冊です。

ルリユールおじさん

いせひでこ/作 講談社 978-4-06-132465-7

何度も何度も読み返している大事な本がこわれてしまいそうになったら……。フランスでは、ルリユールと呼ばれる製本職人が直してくれます。小さな女の子の大切な図鑑がよみがえっていく工程が、詳細に繊細に描かれます。手職人(アルチザン)のこだわりも知ることができるでしょう。





RDG レッドデータガール

萩原規子/著 角川書店 978-4-04-873849-1

山奥の神社で育った泉水子(いずみこ)は、極端な引っ込み思案、体育は大の苦手、パソコンに触れれば壊してしまう…。高校入学を前に、泉水子の周りで次々に不思議なことが起こります。第2巻からは、高尾山ふもとの学校で寮生活を送ることになる泉水子。4巻には八王子城の亡霊が大挙して登場します！ゆっくり成長する泉水子を、ぜひ6巻まで見守ってください。



きみの話を聞かせてくれよ

村上雅郁/作 カシワイ/絵 フレーベル館

978-4-577-05186-3

友人関係や自分に関する悩みについて、話したいけれど話せない、という悩みを抱えた中学生たちの友情の物語です。主人公たちが相手の話に耳を傾け、理解を深めていく様子を、楽しく読むことができました。

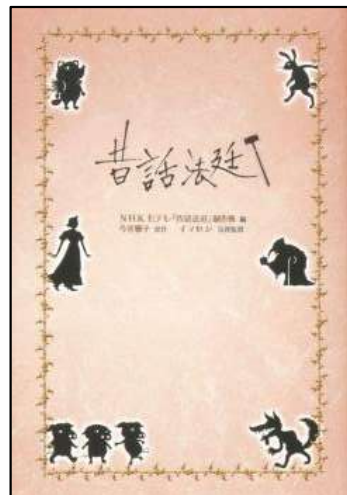
昔話法廷[Season1]

NHK E テレ「昔話法廷」制作班/編/今井雅子/原作

イマセン/法律監修/伊野孝行/挿画 金の星社

978-4-323-07365-1

『三匹のこぶた』、『カチカチ山』、『白雪姫』の登場人物が現代の法律で裁かれる。視点を変えてみたら、自分達が捉えている物事が実は違うかもしれない。自分だったらどういう判決にするだろうと考えながら読んでみてください。



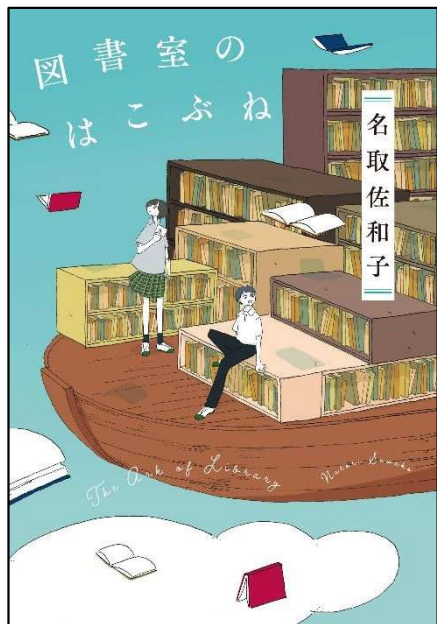
恋愛相談

「好き」だけじゃやっていけません

森川成美/作 静山社 978-4-86389-768-7

文化祭をきっかけに恋愛相談室を始めたアイ、ゆき、美鳩の3人。それぞれも正解のないモヤモヤを抱えながら、持ち込まれるいろいろな相談に向き合い、できることを考え、奮闘します。悩みを話したり聞いたりすることの難しさに向き合うひとへ、そっと寄りそってくれるお話です。





図書室のはこぶね

名取佐和子/著

実業之日本社 978-4-408-53799-3

1週間限定で図書委員になった花音が偶然見つけたのは、10年ぶりに返却された1冊の本。なぜ今戻ってきたのか？謎解きと学校の様々な問題に奮闘する主人公達の姿に心が熱くなる青春小説です。



ルール！ Rules

工藤純子/著 講談社 978-4-06-533243-6

校則は何のためにあるのか。理不尽な校則に疑問を抱いた文化部の学生らが校則を変えようとする。中学生の手で校則を見直すことはできるのか。中学生の主張をあなたはどのように考えますか。



キオクがない！

いとうみく/作 平沢下戸/画

文研出版 978-4-580-82603-8

事故でこれまでの記憶が無くなったらどうする？自分はこれまでどう生きてきて、どんな人間だったのかわからない！なんてことになったらどうする？主人公がこれまでの自分を知って、これからの自分を考えていく様子にぐいぐい引き込まれます。

君はどう生きるか

鴻上尚史/著

講談社 978-4-06-536286-0

大勢の”君たち”ではなく”君”へ向けて、筆者が送る本音のアドバイス。「人間関係がうまくいかない」「自信が持てない」「何のために生きるのか」誰もが考える心の中のモヤモヤとした問いに正解はなく、だからこそ誰かのヒントが欲しくなります。そんな時に手に取ってほしい一冊です。



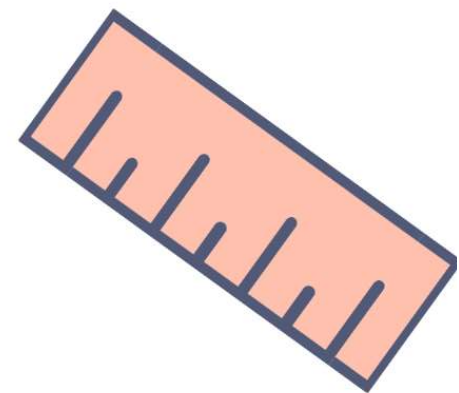
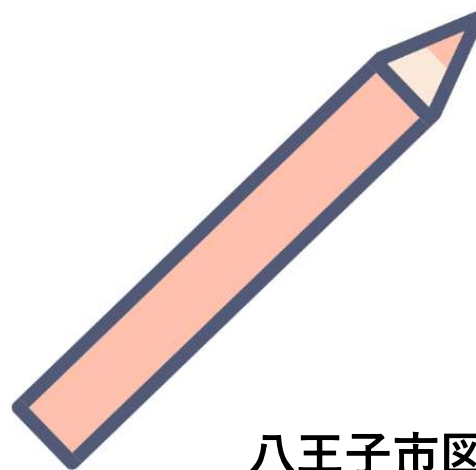


ある日、戦争がはじまった
12歳のウクライナ人少女イエバの日記

イエバ・スカリエツカ/著 神原里枝/訳

小学館クリエイティブ 978-4-7780-3600-3

2022年から続くウクライナの戦争。当時ウクライナに暮らし、12歳の誕生日を迎えたばかりだった少女イエバは、どんな生活をするようになったのでしょうか。外国に逃げるまでの67日間の日記です。



八王子市図書館員が選んだ！
イチオシ BON Vol.1

図書館のホームページから
本を探せます。



発行・編集：八王子市中央図書館

電話：042-664-4321

発行年：令和6年（2024年）10月

