

八王子市図書館が選んだ！

イチオシ BON



図書館員が選んだ 10代に読んでほしい本

Vol. 2



「サイバーセキュリティ、マジわからん」と思ったときに読む本

大久保隆夫／著 オーム社

978-4-274-23103-2



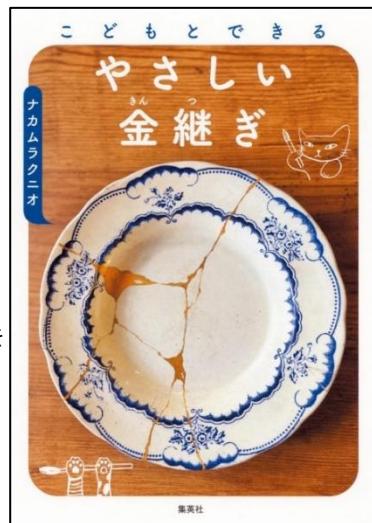
スマホやパソコンで、生活がインターネットと切り離せない現代。多くの人がサイバー攻撃にさらされるリスクを抱えています。この本では、見開き2ページにひとつの話題が取り上げられており、初心者にもわかりやすい内容です。

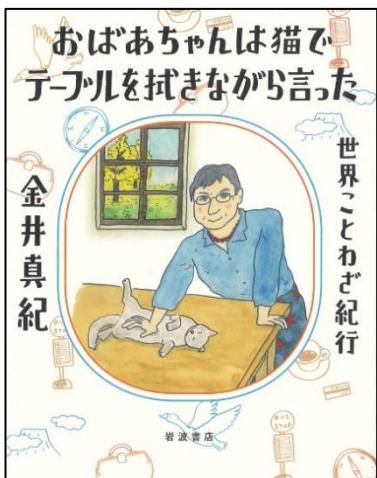
こどもとできるやさしい金継ぎ

ナカムラクニオ／著 ホーム社

978-4-8342-5385-6

日本の伝統的な修理技法、金継ぎ。この本では、「新うるし」を使って手軽に楽しく修復する方法を解説します。木や石、ガラスに金継ぎをしたり、蒔絵を描いたりした作品も紹介されています。





おばあちゃんは猫で テーブルを拭きながら言った

金井真紀／著 岩波書店

978-4-00-061573-0

世界 36 の言語のことわざをカラフルなイラストと共に紹介した一冊。ことわざの意味だけではなく、その国の文化や歴史にも触れられ、ページをめくりながら世界を旅した気分に！言語の文字をみているだけでも楽しめますよ。

目で見ることばで話をさせて

アン・クレア・レゾット／作 横山和江／訳

岩波書店 978-4-00-116032-1

住民の誰もが手話で会話をするマーサズ・ヴィンヤード島に暮らすメアリー。ある日、島に来た若い科学者に、ろう者の「生きた標本」としてボストンに誘拐され、差別や偏見の目にさらされてしまします。厳しい環境の中で見つけたメアリーの生きかたとは。





12 音のブックトーク

こまつあやこ／作 あかね書房

978-4-251-07319-8

中学デビューに失敗した初奈が学校の朝読の時間に柚菜と入れ替わる。本とブックトークをめぐって不思議なことが起こる……。

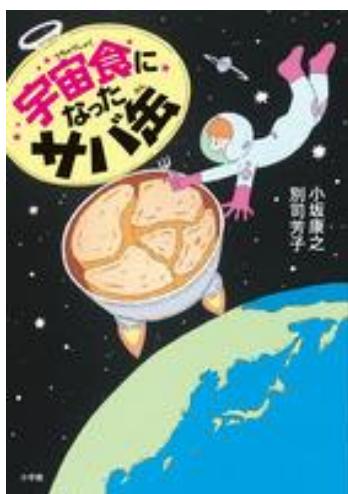
作中ブックトークで紹介された本の情報が載っていて思わず読んでみたくなる。本の世界が広がってゆく物語。

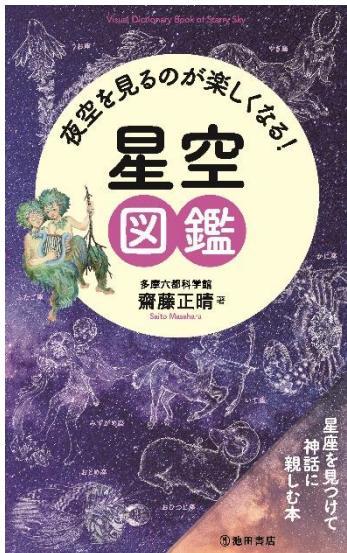
宇宙食になったサバ缶

小坂康之／著 別司芳子／著 小学館

978-4-09-227258-3

JAXA認証の宇宙食「サバ醤油味付け缶詰」を作ったのは、福岡県の高校生たち。宇宙食に認定されるのはとっても大変な事。あきらめないで 14 年かけて、後輩に研究を引き継いで行きました。





夜空を見るのが楽しくなる！星空図鑑

斎藤正晴／著 池田書店

978-4-262-16759-6

多摩六都科学館の職員でもある著者が、
プラネタリウムを案内する感覚で季節ご
との星空を解説しています。この本を片手
に、夜空を見上げてみましょう。あなたは
いくつ星座を見つけられますか？

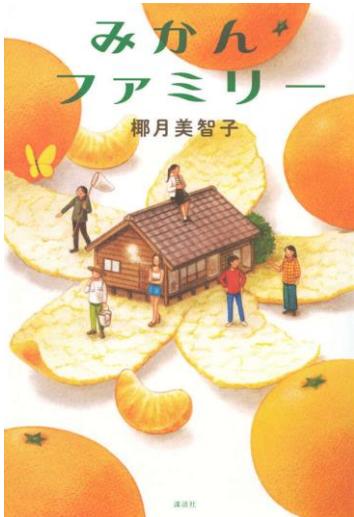
図解で学ぶ 14歳から 身につける国際マナー

社会応援ネットワーク／著 岩下宣子／監修

太田出版 978-4-7783-1940-3

マナーは生活をより豊かなものにし、「おもいや
り」を表現したもの。国や地域によっても意味合
いが違ってきたり変化する。本書は中高生の皆さん
にヒアリングを行ったものをもとに編集。マナーに
ついて学べる一冊。





みかんファミリー

椰月美智子／著 講談社

978-4-06-536492-5

母と祖母と3人で暮らす中学生の美琴。そこへ突然、

母の友人家族三人と一緒に住むことに。

突然の他人との同居に戸惑う中、祖母が体調をくず

し、母と母の考えに戸惑う美琴。

いろいろな形の家族を考える1冊。

カンフー＆チキン

小嶋陽太郎／著 ポプラ社 978-4-591-17241-4

塾帰り、不良グループに襲われ財布を取られた竹人。

クラスメイトで気功術とカンフーの使い手、クラゲとチームを組むことに…。不良たちに立ち向かい、さらには地域でのさばる悪を倒せ！





スポーツを支える仕事

元永知宏／著

岩波書店(岩波ジュニア新書)

978-4-00-500992-3



通訳・栄養・広報・代理人などアスリートを支える仕事をしている方々からどうやってその職に就いたのかなどをまとめた一冊。

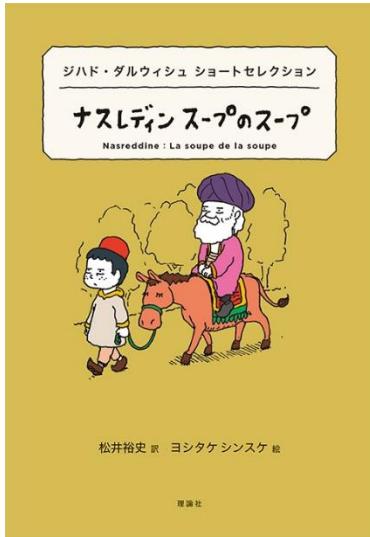
赤と青とエスキース

青山美智子／著 PHP 研究所

978-4-569-85064-1

メルボルンに留学中のレイは期間限定でブーと付き合い、帰国直前に絵描きのモデルとなり、エスキース(下絵)が描かれた。美しい青と赤の水彩画のエスキースをめぐる連作で”人生は何度でも新しく始められる”という心強さと優しさが伝わってくる。





ナスレディン スープのスープ

ジハド・ダルウィッシュ／著 松井裕史／訳

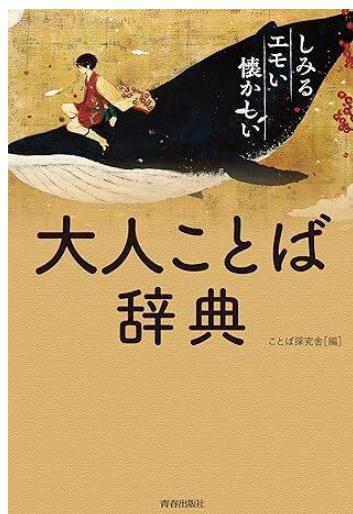
ヨシタケシンスケ／絵 理論社

978-4-652-20573-0

賢者であり愚者、ときにケチで嘘つきで皮肉屋。それはナスレディン。アラビア語の口承文芸に出てくる人物です。ナスレディンのお話は短くて、面白い！笑い話やとんち話など、1~2ページで読める話が63篇詰まっています。

大人ことば辞典
しみる・エモい・懐かしい
ことば探究舎／編 青春出版社
978-4-413-23297-5

辞典を手にする機会の減っている今日この頃。聞いたことはあるけれど、意味はなんとなくしか分からない。そんな言葉の意味を読んで、語彙力を増やしてみませんか。



目で見る方言



岡部敬史／文 山出高士／写真

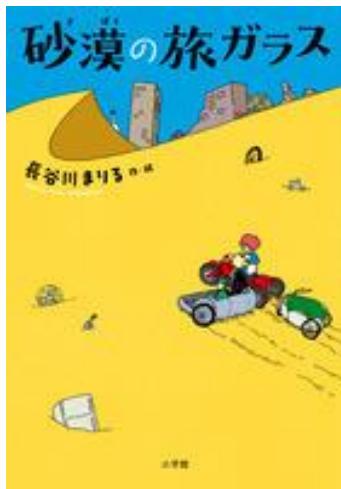
東京書籍 978-4-487-81629-3

日本各地の方言が紹介されている本です。著者は「今でも使われていることば」で、使っている人が「方言とは思っていなかったことば」を意識して選んだそうです。言葉のギャップや表現の違いが、写真付きで分かり易く楽しめます。

大人になる前に知ってほしい
生きるために必要な「法律」のはなし
木村真実／監修 高橋麻理／監修
志賀野歩人／監修 青木美佳／監修
ナツメ社 978-4-8163-7180-6

インターネット、学校、家庭、大人になるとそれぞれ起こりうるトラブルについて、悩みや不安にどう向き合えばいいのか法律の視点から 4 人の弁護士が回答しています。ひとりで悩まず相談し助け合えるような本。





砂漠の旅ガラス

長谷川まりる／作・絵 小学館

978-4-09-289332-0

一度滅びた世界にできた物が腐らない砂漠から、古代人が残した物を掘り当てて暮らすことになったツバメ。はじめは皆仲良く暮らしていたが価値観の変換が起こる。自然の中で生きることについての大切さを教えてくれる本。

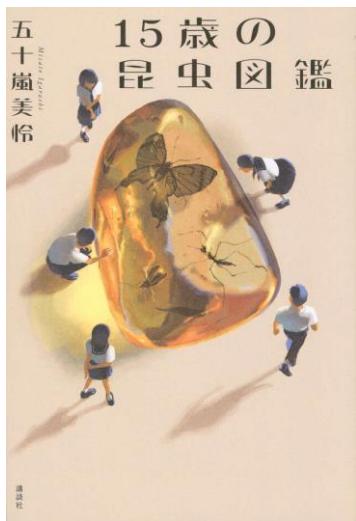
旅するモヤモヤ相談室

木谷百花／編 世界思想社

978-4-7907-1781-2

考えても答えの出ないモヤモヤした悩みには、異文化に学ぶ「フィールドワーク」が効果的かもしれません。世界各国で研究や支援をしてきた先生方が、現地で出会った驚きの価値観や生き抜く知恵を紹介。先生がおすすめする本の処方箋はきっと世界を広げてくれます。





15歳の昆虫図鑑

五十嵐美怜／著

講談社 978-4-06-537413-9

中学校3年生という心も体も大きく揺れ動く時期に、悩める4人のクラスメイトを昆虫にたとえた不思議な転校生。その虫オタクの姿勢に、4人は期せずして自身の魅力を発見！開眼します。

「死んだふり」で生きのびる

宮竹貴久／著 岩波書店

978-4-00-029714-1

外部から刺激を受けたとき不動のポーズをとる、つまり死んだふりをする動物は多い。では、それは実際に生きのびる役に立っているのか、という研究の経緯が楽しい文章でつづられていて、研究者はこんな風に研究を組み立てていくんだ、ということがわかります。「研究者って実際何正在するの？」という疑問を抱いたことのある人にお勧めです！

岩波科学ライブラリー 314

「死んだふり」で生きのびる

生き物たちの奇妙な戦略

SCIENCE
EDITION



宮竹貴久

〈動かない〉は、
奥深い——。



岩波書店

本当に意味あるのか？
する・しないはどう決まる？
死んだふりのデメリットとは？
謎多き行動の裏側を、昆蟲学者が解き明かす



きまぐれ未来寄席

江坂遊／著 はしゃ/絵 Gakken

978-4-05-205944-5

未来世界の嘶家が、現代を懐かしんで語るショートショート 24 編。各話に未来視点の小嘶とイラストがあり、笑えたり、驚いたり。現代の落語に八つあん、熊さんがいるように玲子さんや機長の高野さんが登場しますが、なぜか勇士ゼータや魔女もいます。

放課後の文章教室

小手鞠るい／著 偕成社

978-4-03-808270-2

「文章を書く」ということについてのあらゆるお悩みを丁寧に掘り下げ、多角的な視点でその解決方法を具体的に示しながら、自分の「生き方」や「あり方」についてのヒントもくれる 1 冊です。





24 のひらめき！と僕らの季節

田丸雅智／著 河出書房新社

978-4-309-61768-8

ショートショートの名手といえば阿刀田高、星新一らの作家が思い浮かびます。短い話でオチを付けるのが特徴ですが、作家によってその印象も様々。こちらは四季を題材に爽やかなストーリー展開をショートショートという手法で表現しています。

友だち関係で悩んだときに役立つ本を紹介します。

河出書房新社／編集 金原ひとみ／[ほか]著

河出書房新社 978-4-309-61763-3

人間関係に悩んだり疲れたりした時、今の状況が未来永劫続くわけじゃないって気づくことが救いになる。いろいろな分野で活躍する先輩たちが、"気づき"を得た本を紹介してくれます。





やなやつ改造計画

吉野万理子／著 あすなろ書房

978-4-7515-3226-3

中学2年生の光也は学校で一目置かれる生徒会長に立候補することを決意、はじめて打ち明けたヤナギには「やなやつ偏差値 60 のおまえが？」と驚かれるが…

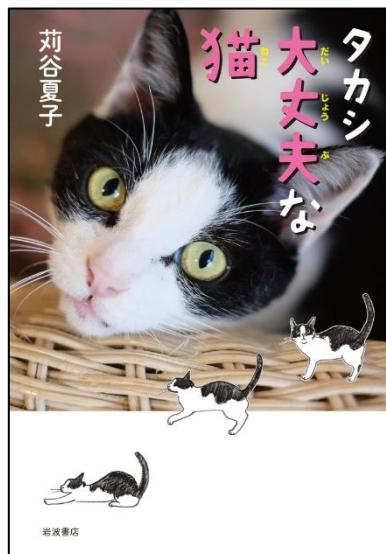
「いいやつ」とは何なのか？自分と向き合い最後に手にした結果は如何に！

タカシ大丈夫な猫

苅谷夏子／著 岩波書店

978-4-00-116043-7

猫の名前は「タカシ」。生後三か月で交通事故にあい、左側の2本の足しかありません。でもそんなタカシが走る、木に登る、恋もする。たくましく自分の力で精一杯生き抜いていくタカシの姿が、勇気と愛を教えてくれる物語です。



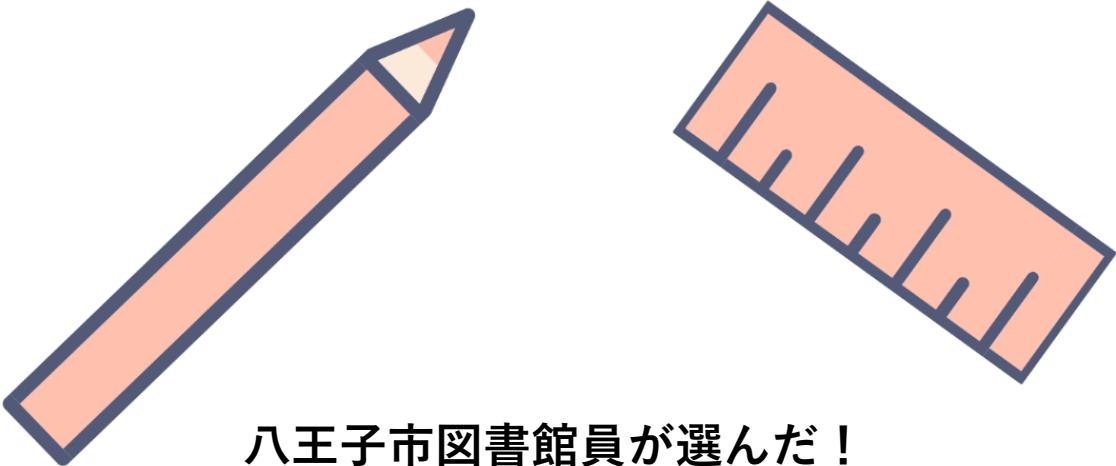


タブレット・チルドレン

村上しいこ／作 かわいちひろ／絵

さ・え・ら書房 978-4-378-01559-0

クラスメイトの男女がペアになり、タブレットのアプリの中で子ども(AI)を育てる課題が与えられた。心夏(ここな)の子どもは、超毒舌の小学生マミ。マミとの関わりの中で、家族との関係を見つめ直していく心夏。そして、この課題の意図とは?子育てに奮闘する心夏の成長物語。



八王子市図書館員が選んだ！ イチオシ BON Vol.2

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 7 年（2025 年）11 月

※表紙のイラストは、ヤングパートナーズの
方が作成してくださいました。

