



# 図書館員の おすすめする一冊

令和 8 年 3 月

松戸市立図書館

# 目次



知る・読む	P.1
人生を考える	P.3
世界を見る	P.5
社会を見る	P.7
生きるということ	P.11
技術と暮らし	P.14
産業と暮らし	P.17
芸と娯(たの)しみ	P.19
言語	P.21
文学	P.23

# 知る・読む

## 不器用だって楽しんでいい!



『不器用のかたち』

藤原 麻里菜／著 小学館 2024.12

978-4-09-389176-9

「無駄づくり」で知られる発明家の著者は、自他ともに認める不器用。そんな著者が、色々なものを楽しく作った記録です。不格好でも、最後までできなくても、作っている時間は楽しいし、作品は愛らしい、と著者はいいます。

美しくない、上手でないと、完成させないと…気が付くと色々な制約をかけて萎縮してしましますが、誰だって楽しくものを作っていいし、作品に愛着を持っていい。読んでいると、肩の力がゆっくり抜けていく感じがします。カラー写真満載。

## 戦国時代に図書館?

戦国時代にも「図書館」はあった!

「戦国時代」と「図書館」の一見関わりのなさそうな二つ。

この二つをつなげるのは、和歌や連歌のおかげ!  
歴史に沿って、戦国時代の図書館についての役割を解き明かしています。

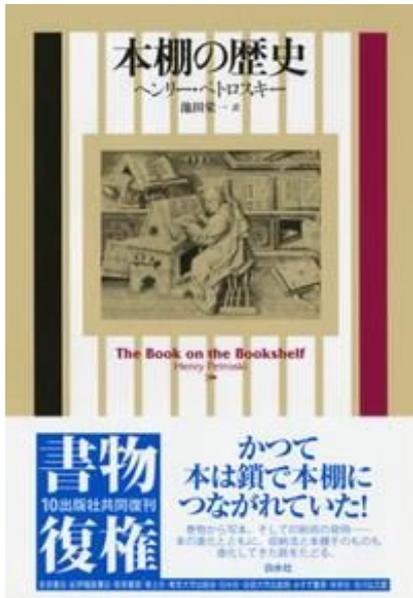
No image

『戦国の図書館』

新藤 透／著 東京堂出版 2020.9

978-4-490-21037-8

## 鎖につながれていた本



本棚は本とともに変わっていく。

本棚と収納法について本の歴史とともに

その変化を知ることが出来ます。

『本棚の歴史』

ヘンリー ペトロスキー／著、池田 栄一／訳 白水社 2017.5

978-4-560-09549-2

## 読書が苦手な人にこそおすすめの一冊

皆さんは読書が好きですか？

私はここ数年、読書が苦手でした。

読書は退屈で堅苦しいものだ、そんなイメージすら抱いていました。

では、初めて本を読んだ時もそうだったのでしょか。

さて、本書では本を読んだことがない男、みくのしん(本名:高杉未来之進)が友人の力を借りながら、自由奔放かつダイナミックに読書を楽しむ様子を綴った一冊です。

そしてそんな彼と一緒に本を読み進めるうちに、読書を「退屈で堅苦しい」ものにしてきたのは、自分自身であったと気付かされました。

読み終えた後、もっと本を読みたくなる一冊です。

読書が苦手な方も、そうでない方も是非お手に取ってご覧ください。

『本を読んだことがない 32 歳がはじめて本を読む 走れメロス・一房の葡萄・杜子春・本棚』

かまど／著、みくのしん／著 大和書房刊 2024.8

978-4-479-39435-8



※書影は出版社等より許諾を得ています。

# 人生を考える

## あの哲学者に、自分の悩みをぶついたら？



哲学と聞くと難しいイメージを持たれるかもしれませんが。しかし本書は、現代人の疑問やモヤモヤをテーマに、歴史上の哲学者たちと議論していく新しい形の哲学入門です。

「人生に目的は必要か?」「AIは人類を超えられるのか?」といった、誰もが一度は抱く問いや現代ならではの考え方について、ディベート(対話)形式で展開されますので、まるで隣で聞いているような感覚で読み進められるはずです。

正解のない時代を生き抜くため昔の哲学者に笑って学べる、幅広い世代に手に取っていただきたい一冊です。

『21世紀を生きる現代人のための哲学入門2.0 哲学×ディベート』

富増 章成 / 著 Gakken 2024.1

978-4-05-406960-2

## 休みこそが成果を出す秘訣

平日は午後4時に帰宅。スケジュールは休みからデザイン。  
なのに、国際競争力ランキングでは上位にランクイン。  
そんなデンマーク人の休み方の「秘訣」に迫った一冊。  
日本人とデンマーク人の休みに対する考え方の違いに驚かされる  
かもしれません。



### デンマーク人の 休む哲学

人口600万の小国なのに 幸福度も国際競争力は世界トップクラス  
その秘密は「休みへの異常な情熱」にあった!  
在住15年の研究者が徹底調査!  
あなたの「生活と仕事の質」が爆上がりする北歐流の休み方。

『デンマーク人の休む哲学 幸福度も生産性も「いいとこどり」する習慣』

針貝 有佳 / 著 大和書房刊 2025.12

978-4-479-79837-8

---

---

## 心に染みる名言と世界の絶景100

---

---



世界の絶景とともに、心が癒されるたくさんのことばを伝えてくれる本です!

自分の身近にある幸せを感じられることば、勇気を与えてくれることば、普段は忘れがちな感謝の気持ちを思い出させてくれることば達がたくさん詰まっています。忙しい日常生活を送る中で見えなくなってしまう自分の心に目を向けてみませんか?

文字数がとっても少ないので、本を読むのが苦手な方や忙しくて本を読む時間が取れない方でも読みやすい本です。ぜひ、癒しの時間のおともにどうぞ!

『わたしに響くうつくしい風景と希望のことば』

ホビージャパン 2025.4

978-4-7986-3805-8

---

---

## 身近に感じる“禅語”

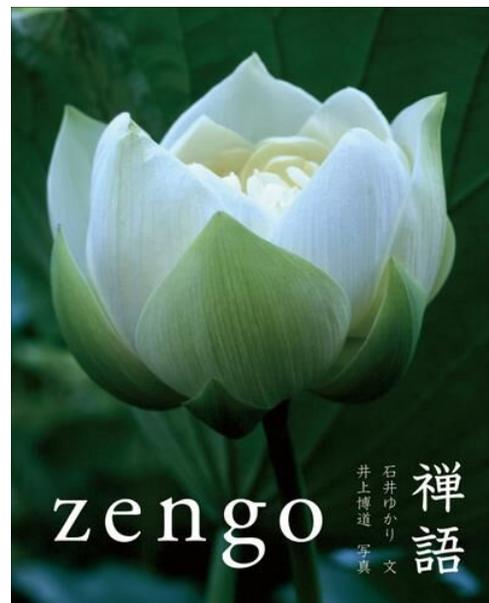
---

---

ふと心を動かされた文章の作者が星読みをされる方であることを知りました。エッセイ的な文章にも星読みのエッセンスや本人の世界観があるようで手に取ることが多いですが、既刊の中ではこちらの本は異色かもしれません。

本人はこの本を、門外漢による「とんでもない所行」かもしれないと書いているけれども、“素直”な語り口に共感し、難しいと思う禅語が、ふと、沁みてきます。

初めて禅語に触れる人、石井ゆかりさんに関心はあるけど星占いに興味がない人に特におすすめします。



『禅語』

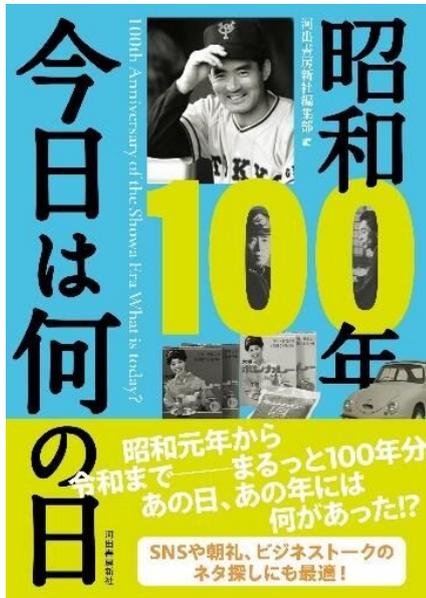
石井 ゆかり / 文, 井上 博道 / 写真

ピエ・ブックス 2009.11

978-4-89444-820-9

# 世界を見る

## あの日、あの年には何があった・・・!?



昭和100年と言われた2025年。昭和、平成、令和と時代を超えて現在に至るまでの出来事を、1年366日の「今日」という日付で区切ってまとめたものが紹介されています。自由に好きな日付をめくって読んでみてください。知らなかった「今日」を知ることができるかもしれません。あわせて、地図でみる『昭和100年地図帳』も面白い発見があるかもしれません。

こちらどうぞ



『昭和100年今日は何の日』

河出書房新社編集部／編 河出書房新社 2025.7  
978-4-309-22968-3

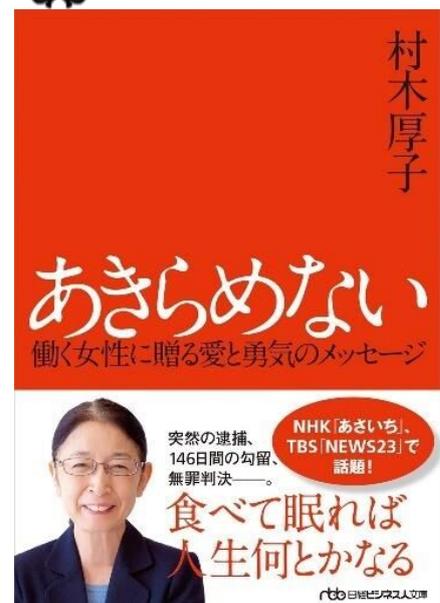
『昭和100年地図帳 地図とデータ、年表で見る昭和と令和』

平凡社／編 平凡社 2025.2  
978-4-582-41820-0

## あの事件の裏側と149冊のブックリスト

無実の罪で逮捕された著者の164日の拘留生活や、それまでの半生はいま読んで読みごたえがあります。拘留中に読んだ149冊の本は、著者があきらめずに気持ちを保てたりストで、こちらも読んでみたくなる本ばかりです。

『あきらめない 働く女性に贈る愛と勇気のメッセージ』  
村木 厚子／著 日本経済新聞出版社 2014.12  
978-4-532-19749-0



※書影は出版社等より許諾を得ています。

## 「映(ば)え」



各地の神社・お寺にある花と桜の絶景ポイントが分かります。

カラフルな写真が満載で見ただけで癒されます。観光目的に、あるいは探索に、この本をお供に是非。

『にっぽんの花地図 神社・お寺の花と桜の絶景, 春夏秋冬の花をめぐる』

はなまっぷ／著 KADOKAWA 2024.3

978-4-04-897742-5



# 社会を見る

## 前市長、19年間の市長生活を振り返る

No image

松戸市のお隣、鎌ヶ谷市前市長の清水聖士さんが執筆された一冊です。

伊藤忠商事から外務省に転職、在インド日本国大使館の書記官から鎌ヶ谷市長選に挑戦し、見事当選された著者の19年にわたる市長生活の悲喜こもごも。笑いあり涙あり、市長のお仕事って…激務ですね。

『市長たじたじ日記 落下傘候補から、5期19年、市長務めました』

清水 聖士／著 三五館シンシャ、フォレスト出版(発売) 2025.7

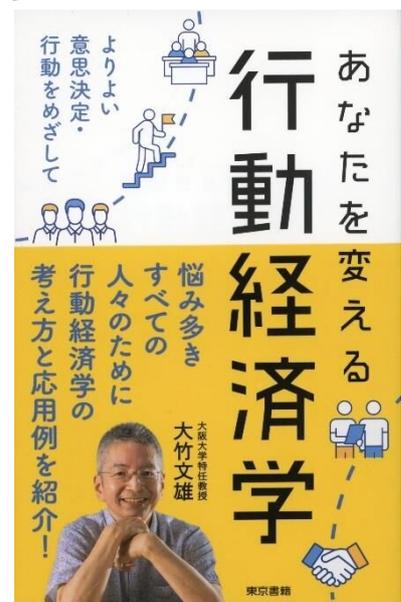
978-4-86680-947-2

## 夏休みの宿題を後回しにしてしまうあなたへ

私たちは意識的にも無意識的にも常に選択して行動しています。選択し、行動しているのは自分ですから、よりよい行動をしたいと思いませんか？

この本では、行動経済学の専門家である著者が、なぜ私たちが間違った選択をしてしまうのか、どうすればよりよい行動ができるようになるのかを解説しています。

変わりたいけど変われないあなたへ、まずはこの本を手にとってみることから始めませんか？



『あなたを変える行動経済学 よりよい意思決定・行動をめざして』

大竹 文雄／著 東京書籍 2022.1

978-4-487-81543-2

---

---

## 日本と日本人が失った幸せというのを、彼らは持っている。

---

---

中村 哲

Nakamura Tetsu

わたしは  
「セロ弾きのゴーシュ」



アフガニスタンで  
65万人の命をつなぎ、  
凶弾に倒れた医師は、  
何を語ったのか。

「人が生きて、  
死ぬことの意味を、  
日本人は忘れて  
いるんじゃないか  
という気がする  
んですね」

中村哲が本当に  
伝えたかったこと

2019年12月、アフガニスタンで凶弾に倒れてから6年。1600本もの井戸を掘り、25キロに及ぶ用水路を拓いた中村哲医師は、自らをゴーシュに重ねていた。「頑張れば何とかできそうだなということが、次々と起きてきて。気づいたら二十年が経っていた」「まず健康で命があること、三度三度ご飯が食べられること、家族が一緒におれること」まさに「ヒデリノトキハナミダヲナガシ サムサノナツハオロオロアルキ ミンナニデクノボートヨバレ」の賢治だ。

幸せとは？豊かさとは？深く問いかけてくる一冊。

『わたしは「セロ弾きのゴーシュ」中村哲が本当に伝えたかったこと』

中村 哲／著 NHK出版 2021.10

978-4-14-081879-4

---

---

## あなたのコミュニケーションの掟は？

---

---

アフリカの森の中でゴリラの群れの一員のようにして研究を続けてきた人類学者、京都大学名誉教授の山極壽一氏、「あらしのよるに」を書かれた絵本作家きむらゆういち氏、落語家の林家木久扇氏の三人による「コミュニケーションの掟」をテーマにした鼎談集。3人のキーとなる動物のコミュニケーションと人間との差異、人間のコミュニケーションの特異性をおもしろおかしく教えてくれる本です。

No image

『ゴリラとオオカミ・ヤギとゾウのお話 山極壽一・きむらゆういち・林家木久扇の異色鼎談集、僕のコミュニケーションの掟』

山極 壽一／著、きむら ゆういち／著、林家 木久扇／著 今人舎 2024.8  
978-4-910658-14-8

## あなたは「ひと」ですか？

No image

冒頭ゲーテ「人と接するときは、その人のあるべき姿を見て接しなさい。」の言葉から始まる、コミュニケーションの参考になる本です。人間の脳はワニ脳、サル脳、ヒト脳がありストレスや疲れが溜まると剥がれていきます。それぞれの脳にあった対処法が書かれていました。

- ワニ脳：最も古い脳層で、恐怖やストレスに対する反応を司る。
- サル脳：感情や直感を処理し、他者との感情的なつながりを重視する。
- ヒト脳：論理的思考や分析を行い、筋の通った話し合いを可能にする。

...ワニの人と思って話すと苦手な人ともお友達になれるかも？

『あいては人か話が通じないときワニかもしれません』

レーナ・スコグホルム／著，御船 由美子／訳 サンマーク出版 2025.1

978-4-7631-4148-4

## 令和型 音楽授業

令和の教育における4つのキーワード「ウェルビーイング」「個別最適な学び」「協働的な学び」「学習の自己調整」を中学校音楽科授業にあてはめた実践的サポートブックになっています。

ICTの具体的活用法や歌唱、器楽、創作の表現授業をモデル化し、学年ごとに展開。鑑賞の授業においても詳しく説明しており、わかりやすい内容となっています。

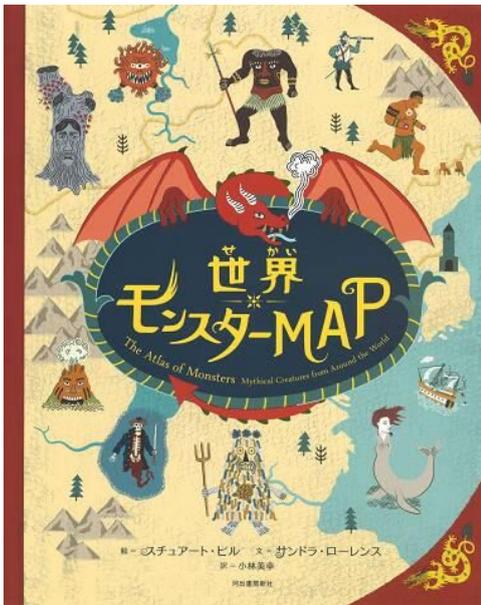


『中学校音楽をイノベーションするシン授業モデル』

内田 有一／編著 明治図書出版 2025.6

978-4-18-240926-4

## ゾクゾク!わくわく!モンスター探しの旅に出よう!



ハーデカ家の館で図書館司書をつとめるブリッグスは、亡くなった主の収集品を整理するなかで偶然かくし部屋を見つけました。そこで世界中の不思議な生き物について記された絵地図を見つけます。そこに書かれているのは信じられないような内容ばかりですが、どうやらこれは本物の冒険の記録のようで…。

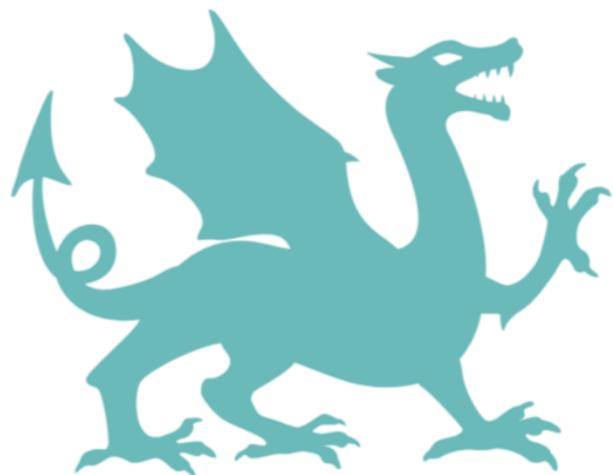
あなたもウォルターズの遺した地図をたどって、モンスター探しの旅に出てみませんか？

### 『世界モンスターMAP』

スチュアート ヒル／絵, サンドラ ローレンス／文, 小林 美幸／訳

河出書房新社 2018.6

978-4-309-27925-1



# 生きるということ

## 気づけば、社会の見え方まで考えてしまう本



正直、カラスに興味も愛着もない。でも専門的な視点で書かれているのに驚くほど読みやすい。しかもつまみ読みできる。道を歩きながら、思わずカラスの行動を観察してしまう。そしてカラスの話のはずなのに、身近な人間関係や社会の見え方まで考えさせられる。カラスには興味がないはずなのに…気になっている自分がいる。

『カラスの教科書』

松原 始／著 雷鳥社 2013.1

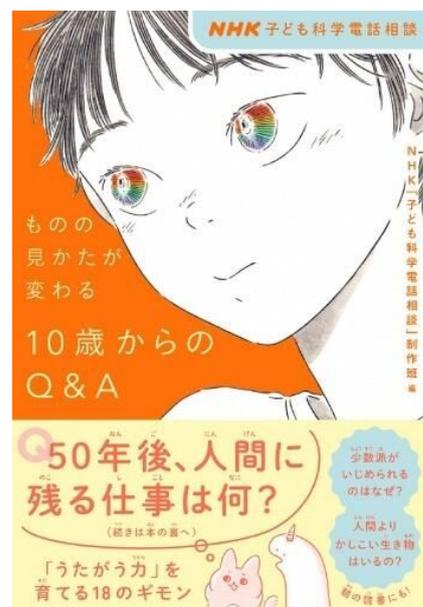
978-4-8441-3634-7

## 日々浮かんでくる「ふしぎ」を考える

NHK ラジオ「子ども科学電話相談」の放送内容を再構成し書籍化した本書は、子どもたちの疑問へ、専門家の先生たちがどのように答え、子どもたちと一緒にどのように考えたのかが書かれます。

私が読んでいて一番印象に残ったのは「宇宙は何色ですか?」という質問でした。この質問に天文学が専門の先生は、「銀河の光の色を調べて、コンピュータで平均を割り出したら、宇宙の色はベージュ、という結果が出た」と回答します。ただ、これは平均値の話であり、先生のロマンチックでスケールの大きい素敵な回答はまだまだ続きます。

この本は児童書ですが、子どもたちの質問と、それに対する専門家の先生たちの回答は、大人が読んでも、感心し驚くものばかりです。大人の方も、親子でも、もちろんお子さんにも読んでみてほしい一冊です。

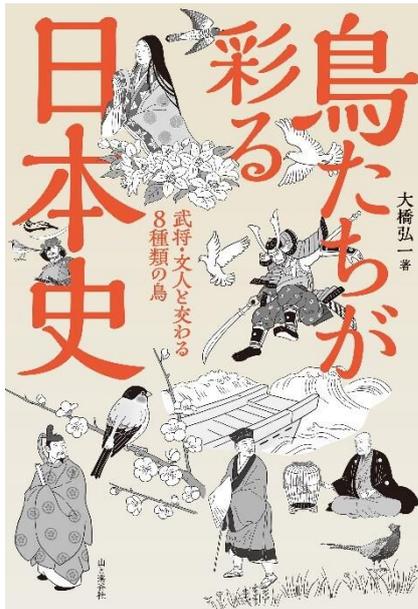


『もの見かたが変わる 10歳からの Q&A NHK 子ども科学電話相談』

NHK「子ども科学電話相談」制作班／編 NHK 出版 2022.11

978-4-14-081920-3

## 歴史上の人物と鳥のエピソード



野鳥の専門家による、歴史上の人物と鳥との関係が紹介された本です。

ホトトギス、ハト、ウグイスなど、身近な鳥が歴史上どのように記録に残っているか、登場人物のエピソードと共に知ることができる本となっています。

鳥と歴史との関わりを読んでみて、鳥の魅力に迫ってみませんか。

『鳥たちが彩る日本史 武将・文人と交わる 8種類の鳥』

大橋 弘一／著 山と溪谷社 2025.10

978-4-635-23030-8

## くだらない(かもしれない)疑問を、本気で考えた

ネコはなぜ、落ちながら体をひねって着地できるのか。その一見当たり前現象を、超一流の科学者たちが全力で追いかけた一冊。仮説がひっくり返り、また考え直し、ひらめきと迷走の積み重ね。それでも前に進んでいくのがおもしろい。「考えすぎ」も悪くない、きっと。



『「ネコひねり問題」を超一流の科学者たちが全力で考えてみた

「ネコの空中立ち直り反射」という驚くべき謎に迫る』

グレゴリー・J.グバー／著、水谷 淳／訳 ダイヤモンド社 2022.5

978-4-478-10937-3

## 身体の不調そのままにいませんか



皆さんは“薬膳”って聞いたことがありますか。

聞いたことあるけど「面倒くさそう、難しい」といったイメージがあると思います。この本には、顔で身体の不調が診断できるイラストがついていて、スーパーで購入できる食材を使った簡単レシピで不調を改善できる効果が期待できます。

最近では“薬膳”を題材にした漫画やドラマがヒットするなど注目されるようになりました。日々の生活の中でムリなく取り入れることができる“薬膳”今日から始めてみませんか。

『初心者もプロも使えるキレイ薬膳事典』

霜崎 ひろみ／著, 于 爾康／監修

星野書房, サンクチュアリ出版(発売) 2025.6

978-4-8014-8263-0



# 技術と暮らし

## 建築×ミステリ

No image

建築好きの小説家である著者が、雑誌『建築知識』に連載していたエッセイをまとめたものです。

第一部では「鹿鳴館」「水晶宮」などの実在する近代建築に潜むミステリを読み解き、第二部では「Yの悲劇」「ねじれた家」などの名作ミステリに登場する建築について語られています。

建築の平面図を見るのが好きなので手に取ったのですが、詳しい建築知識がなくても、分かりやすい文章と、魅力的なイラストのおかげで楽しく読むことができました。平面図を見るのが好きな方、「館もの」「館ミステリ」を読むのが好きな方におすすめです。

『ミステリな建築 建築なミステリ』

篠田 真由美／文、長沖 充／イラスト エクスナレッジ 2024.3

978-4-7678-3261-6

## バルセロナが生んだ時代の寵児アントニ・ガウディ

ガウディ建築といえば、サグラダ・ファミリアを思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。この本は、サグラダ・ファミリアはもちろんガウディの生い立ちや、ガウディ建築写真をあわせて紹介しています。ガウディ建築をめぐる旅を試してみませんか。

他にも、『ガウディ完全ガイド』は、カラー写真が見応えありますので一緒にご覧ください。

こちらどうぞ

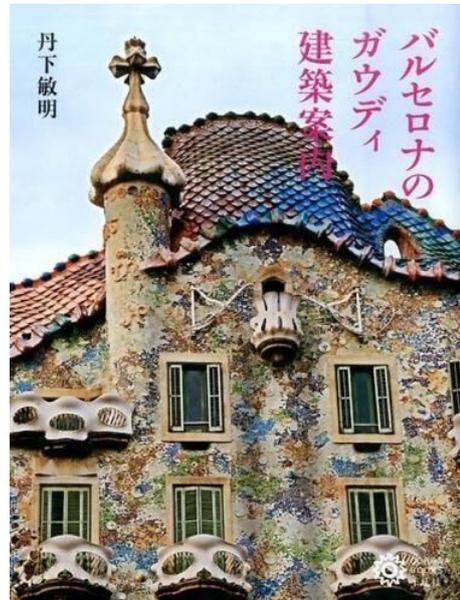
『ガウディ完全ガイド』

ガウディ／[作]、オーローラ クイート／編、クリスティーナ モンテス／編、西森 陸雄／訳 監修、安藤 宗一郎／訳、根本 玲子／訳

エクスナレッジ 2017.12

978-4-7678-2409-3

※書影は出版社等より許諾を得ています。



『バルセロナのガウディ建築案内』

丹下 敏明／著 平凡社 2014.11

978-4-582-63495-2

## カワイイ、であふれています！



ハローキティ、キキララ、マイメロディ、ポムポムプリン、ぐでたま・・・

サンリオのキャラクター、いくつ知っていますか？

サンリオが誕生したのは、今から 60 年ほど前。

山梨の物産品を扱う「山梨シルクセンター」としてスタートしたそうです。

60 年もの間、サンリオにはたくさんのキャラクターが誕生しました。

こちらの本には、歴史からキャラクター紹介、歴代のグッズなどサンリオのことが詳しくわかります。

表紙もカワイイので、ながめているだけでも楽しいですよ♪

『'90s～2010s サンリオのデザイン』

グラフィック社編集部／編 グラフィック社 2020.12

978-4-7661-3448-3

## おしゃれの冒険心が沸き上がっています

前作『柏木由紀子 ファッションクローゼット』に続いて 2 冊目のスタイルブック。

いくつになってもおしゃれをしたいという思いから「シニアのおしゃれ番長」と呼ばれる事が増えた著者。何年もかけて集めた大切なお洋服、こだわりの自宅、おもてなしのお料理などを紹介しています。年齢を重ねた女性に参考にして頂きたい一冊。

こちらどうぞ



『柏木由紀子ライフクローゼット YUKIKO's STYLE BOOK』

柏木 由紀子／著 扶桑社 2023.12

978-4-594-62066-0

『柏木由紀子ファッションクローゼット』

柏木 由紀子／著 扶桑社 2023.5

978-4-594-62033-2



## 食のパワーワードが満載



食べるのが好きな人には特に読んでほしいこの一冊。  
人気ポッドキャスト&ラジオ番組を書籍化したこの本は、チェーン店など親しみのあるお店からなかなか手に入らないご褒美グルメ・スイーツまで幅広く触れられており、平野さんやゲストの方々の食に対しての愛や魅力が伝わってきます。読後、「食べたい!」と思うものが増えてしまうので、ダイエット中の人には少し注意かもしれません。

『おいしくってありがとう 味な副音声の本』  
平野 紗季子／著 河出書房新社 2025.4  
978-4-309-03952-7

## 英国菓子文化とレシピが学べる 1冊



イギリスのお菓子の作り方や文化が紹介された本です。  
ショートブレッド、キャロットケーキ、スコーンなど、お菓子のエピソードとレシピを読むことができます。  
アフタヌーンティーや、ハイティー、社交などお菓子にまつわる文化についても載っているのが興味深いです。

『英国菓子事典 知っておきたいレシピと歴史』  
牟田 彩乃／著 産業編集センター 2025.10  
978-4-86311-463-0

# 産業と暮らし

## 新時代の土壌のバイブルです



「真に生きた土」  
をつくる野心的な  
土壌のバイブル

生態系を回復させ、温暖化まで止める  
カーボン・ファームの  
エッセンスが凝縮!

森田真生  
東京大学農学博士

福岡伸一  
「土を育て、土が人間を育てる」  
土をケアする営みは、  
こんなにも奥深く切実で面白い!

「土は生命現象の産物、  
そして生命のゆりかご」  
土から始まる環境革命の実践書

サステナブル(持続可能)の先を目指した、リジェネラティブ(再生型)農業について書かれた革新的な本です。

「はじめに」で掲げられる「土の健康に欠かせない5つの原則」は、いわゆる普通の農業でやっている事と正反対なものばかり。本編では今まで使い尽くされ、消耗させられた「土」が如何に危機的な状況にあるのかを突き付けられますが、自身や他の農家が土の健康を取り戻していく事例をみると希望が湧いてきます。読んでみると自分でも土を育ててみたいくなってくるはず。皆さんも家庭菜園やガーデニングなど、身近なところから取り入れてみてはいかがでしょうか。

『土を育てる 自然をよみがえらせる土壌革命』

ゲイブ・ブラウン／著, 服部 雄一郎／訳 NHK 出版 2022.5

978-4-14-081900-5

## ダチョウの見方が変わる

ダチョウの生態や研究者のエピソードがイラスト付きでわかりやすく綴ってあります。ダチョウの残念な部分に思わずクスッと笑ってしまう、読んでいて楽しくなる本です。

読み終わった後、ダチョウのことが好きになっているかも?

動物好きな人はもちろん、軽く何かを読みたい人にもおすすめです。



『ダチョウはアホだが役に立つ』

塚本 康浩／著 幻冬舎 2021.3

978-4-344-03766-3

## 読んでいるだけでお腹が空く一冊



ロイヤルホストで  
夜まで語りたい

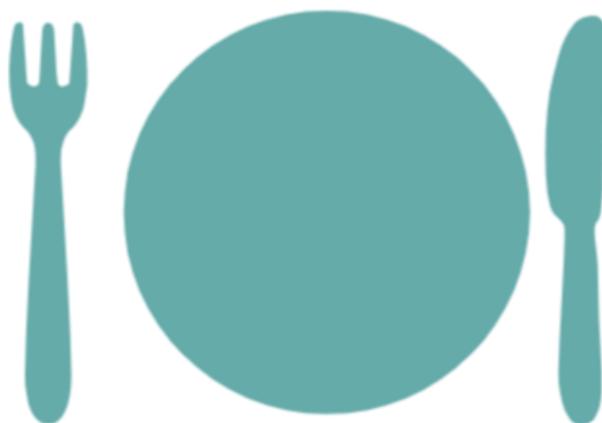
朝井リョウさん、柚木麻子さんなど豪華執筆者によるエッセイアンソロジー。多様な視点から、それぞれのお店との思い出が綴られています。

執筆者それぞれのお店に対しての愛が描かれており、読んでいるとお腹が空いてしまいます。食べるのが好きな方におすすめしたい一冊です。

『ロイヤルホストで夜まで語りたい』

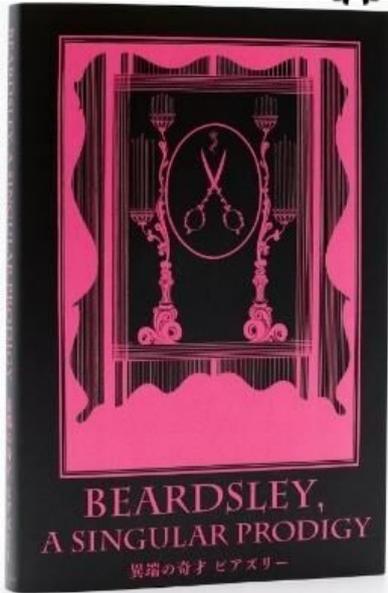
朝日新聞出版／編 朝日新聞出版 2025.1

978-4-02-252023-4



# 芸と娯(たの)しみ

## しまい込んだ場所は「押し入れ」でした



高校生のとき生まれて初めて買った画集はピアズリーのものでした。

当時「過激」と思い、買ってすぐ押し入れにしまったのを覚えています。

2025年発売のこの本と同時くらいに三菱一号美術館で展覧会が催されたためご存じの方も多いかもかもしれません。

日本の漫画家等に影響を与えたとされていますが、買った頃からずっと変わらない個人的な感想は、「線がきれいで色っぽい」。

『異端の奇才ピアズリー』

ピアズリー／画, 河村 錠一郎／学術監修 青幻舎 2025.2

978-4-86152-974-0

## 尊厳、それは今この瞬間を全力で生きるということ。

2023年、阪神タイガースは18年ぶりのリーグ優勝を飾ると、その勢いのままに38年ぶりに日本一の栄冠を獲得する。

リーグ優勝を決めた瞬間、サンテレビの湯浅アナウンサーは絶叫した。

「横田さん、今どこで見えますか？先輩たちが、同期生たちが、そしてあなたの愛した後輩たちが、優勝という最高の結果を残してくれましたよ。あなたのことは一生忘れません。」

この年、7月に他界した横田慎太郎選手に向けたアナウンスとともに、画面に映る背番号24の胴上げシーンがそこにはあった。

2025年11月に公開された映画の原作の一つでもあり、短くも濃密に駆け抜けた若き野球選手の生涯を母の視点からとらえた作品です。



『栄光のバックホーム 横田慎太郎、永遠の背番号24』

中井 由梨子／著 幻冬舎 2023.11

978-4-344-04209-4

---

## そのバックホームは奇跡ではない

---



No image

『奇跡のバックホーム』

横田 慎太郎／著 幻冬舎 2021.5

978-4-344-03784-7

元プロ野球選手を父に持ち、将来を嘱望された青年が歩んだ栄光への階段が突如として消えた。

周囲の期待に応えるかの如く順調に成長を続けていた若きプロ野球選手を襲った突然の病魔。

視力のほとんどを失った状態で出場した引退試合で見せた「奇跡」と称されるバックホームは、決して奇跡でも神様がくれたものでもない。

何千何万回と反復し、全身が記憶した鳴尾浜の土、芝、風、音、匂いに自然と反応した結果であり、その美しい捕殺は彼の短くも濃密な野球人生の全てを表現した必然である。

2025年11月に公開された映画の原作の一つでもある作品です。

---

## スケールの大きさに元気が出ます!

---

漫画家で画家、文筆家でもあるヤマザキマリさんが、息子さんと歩まれた日々を綴った一冊。

母親に14歳で単独欧州旅に送り出されたヤマザキさん。その後イタリアに留学して、息子さんを出産。世界を駆け巡るヤマザキさんと、ともに移動し成長していく息子さんの決して平坦ではない道のり。

推薦文を書いておられた養老孟司さんの言う通り、一編一編が短編小説のようです。地球規模で物事を捉えられるヤマザキさんと息子さん。お二人のスケールの大きさとあふれる優しさに触れると、自分の悩みが小さくなっていくように思え、折に触れ読み返しています。



No image

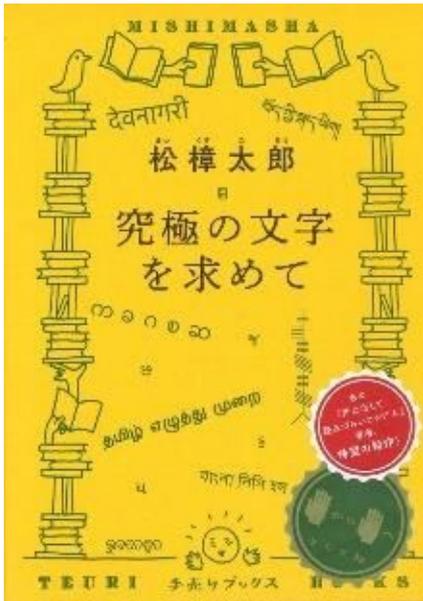
『ムスコ物語』

ヤマザキ マリ／著 幻冬舎 2021.8

978-4-344-03819-6

# 言語

古今東西の文字の「いいところ」を組み合わせて、  
究極の文字を作れ!



『究極の文字を求めて』

松 樟太郎／著 ミシマ社 2018.6

978-4-909394-07-1

著者オリジナルの究極文字を作ることがこの本の最終的な目的なのですが、本書のメインは、古今東西のあらゆるユニークな文字をユニークに紹介するパートです。

例えば、ミャンマー文字の形を見て、「こんなにコロコロしているので、上から降ってきても比較的安全。ただし床に転がっているものを踏むと転ぶから注意」と紹介してくれます。

クスツと笑える紹介文をおともに、ユニークな文字の世界へ踏み出してみませんか。

日本語は意外と難しい。

日常的に無意識のうちから使用している、擬音語、擬態語(オノマトペ)を辞典としてまとめた一冊。日本語に慣れ親しんだ人にとっては感覚的に理解している意味も、子どもや外国人などの日本語を勉強している方にとっては難しいと感じることもあるようです。非常に多様なオノマトペが収録されているので、普段使わないようなものもあるかも…?是非お手に取ってご覧ください。

No image

『「言いたいこと」から引けるオノマトペ辞典』

西谷 裕子／著 東京堂出版 2024.7

978-4-490-10946-7

## 気持ちを伝える



うれしい・たのしい・こまる…など7つのジャンルの気持ちの言葉

154種類が紹介されています。

言葉の意味と使い方が、かわいいイラストで見るだけでイメージできますよ。

『きもちのことばえほん 伝える力が身につく!』

金田一 秀穂/監修 日本図書センター 2024.5

978-4-284-00141-0

## 推しへの情熱を誰かに伝えたくてたまらないあなたへ

きっかけは趣味で通うレッスン後のアンケートでした。

初めの頃のアンケート回答は「楽しく参加しました」の一行で終わった文面がこの本のヒントのおかげで、今では自分目線での気付きや良かった面をスラスラ記入する事が出来るようになりました。ちょっとしたコツをつかみ言葉にすることで自己肯定感や幸福感が得られる感覚です。推し活をこれからという方におススメです。

### 「好き」を 言語化する技術

推しの素晴らしさを語りたいのに  
「やばい!」しかでてこない

三宅  
香帆

すごく感動したのに  
おもしろかったしか  
言葉がでてこない  
……!!

16万部突破!なぜ働いていると  
本が読めなくなるのか!でバズり中の著者  
が教える文章術の本、待望のハンディ版!

ディスカヴァー  
携書  
251

『「好き」を言語化する技術 推しの素晴らしさを語りたいのに「やばい!」しかでてこない』

三宅 香帆/著 ディスカヴァー・トゥエンティワン 2024.7

978-4-7993-3083-8

# 文学

## 物語に登場する動物たちはなぜこんなにも



物語に登場する動物たちが担っている重要な役割や魅力について、著者の読書体験を交えながら紐解きつつ、物語が人の心にもたらすものとは何かを掘り下げていくエッセイです。各章の最後に文中に登場した作品がまとめて紹介されており、ファンタジーや児童書、神話、古典の読書案内としてもおすすめです。

『グリフィンとお茶を ファンタジーに見る動物たち』  
荻原 規子／著, 中川 千尋／挿絵 徳間書店 2012.2  
978-4-19-863355-4

## 高等支援学校が舞台のミステリー

著者の雨井湖音さんは高等支援学校の職員です。舞台も高等支援学校なので、知らなかった日常を垣間見た感じで臨場感があります。登場人物も味わい深く、楽しい学校生活が続編を望んでしまう読後感を味わえるおすすめの一冊です。

『僕たちの青春はちょっとだけ特別  
Aosaki Kazuki's special first semester』  
雨井 湖音／著 東京創元社 2024.12  
978-4-488-02918-0

No image

## 食べることは生きること



児童文学とは思えないほど、いろいろな要素の入った作品。食に対する探究、格差社会、奇病の拡散。これらが2人の少年のかかわりによって繰り広げられる物語。

最後に希望が見えてくる!

『ぼくのシェフ』

長谷川 まりる／作, 西村 ツチカ／絵 くもん出版 2025.7  
978-4-7743-3894-1

## 考え方次第でこんなに???

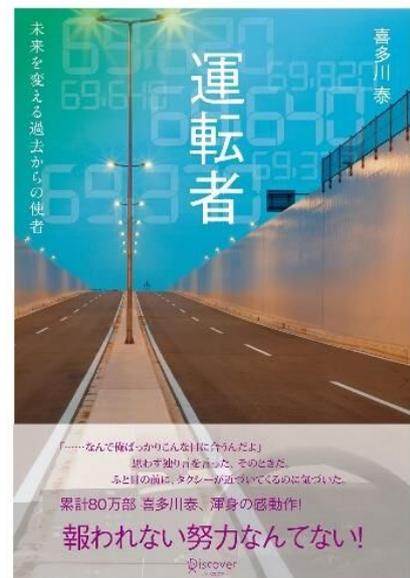
最近運が悪いなあ、頑張ったのについてないなあ、なんて思っている人に、こちらの本をお勧めします。

よく耳にする「プラス思考でいきましょう!」というのは簡単そうで結構難しいものです。

それを小説という形で、穏やかに自己啓発させてもらえます。

ひとつネタばらしをすると、「上機嫌」。

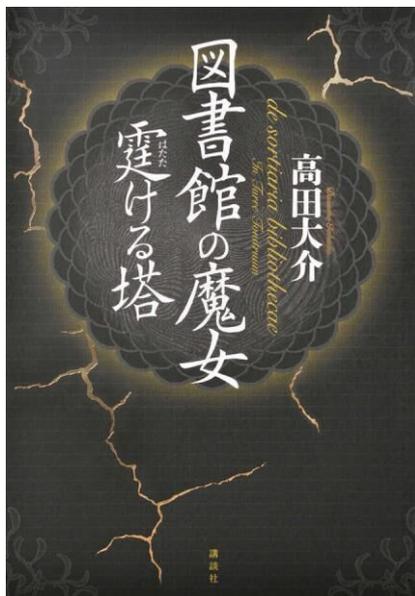
もうひとつはこの本を読んで、取得してみてくださいね。



『運転者 未来を変える過去からの使者』

喜多川 泰／著 ディスカヴァー・トゥエンティワン 2019.3  
978-4-7993-2450-9

## いざ、マツリカ救出



『図書館の魔女 上・下』『鳥の伝言』『高い塔の童心』そして、今回の『震ける塔』

幽閉されたマツリカを救出するキリヒト達の活躍。

2013年出版の『図書館の魔女』最初から読み返してみた。

つれあいにも薦めたが・・・?! 人それぞれである。

しかし、面白い!

間を空けず、今までの本をすぐ読めるので、今からがオススメ!

『図書館の魔女 震ける塔』

高田 大介／著 講談社 2025.10

978-4-06-541045-5

こちらどうぞ

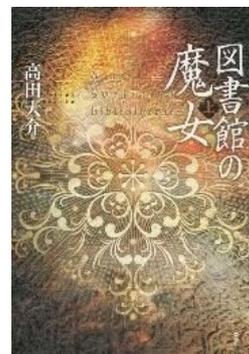
『図書館の魔女 上』

『図書館の魔女 下』

『図書館の魔女 鳥の伝言(つてこと)』

『図書館の魔女 高い塔の童心』

高田 大介／著 講談社



## 泣けてきます



離婚した男女の間で交わされる往復書簡(手紙)の形式で、物語は進みます。手紙に記された内容から、二人の関係、別れた理由、当時の気持ちなどが、順々にわかってきます。読む側も、相手からの「手紙」が待ち遠しくなる、ついつい感情移入してしまう小説です。

著者宮本輝氏の作品の多くはドラマや映画など映像化されており、この本も舞台化されています。しかし、この「錦繡」は本を読むことをお勧めします。ただ、電車で読むと、意図せず泣けてきて、周りの乗客から不信がられるので、注意が必要です。

『錦繡』

宮本 輝／著 (新潮社刊) 1982.3

4-10-332502-X

## 大人にこそ読んで欲しい!

### あなたにとって本当に大切な時間とは何ですか?

ミヒヤエル・エンデのこの素晴らしい物語は、多くの人を知る児童文学の名作ですが、子どもの頃はよく理解できませんでした。再読して驚きました。まるで現代の私たちへ向けて書かれたような内容だからです。

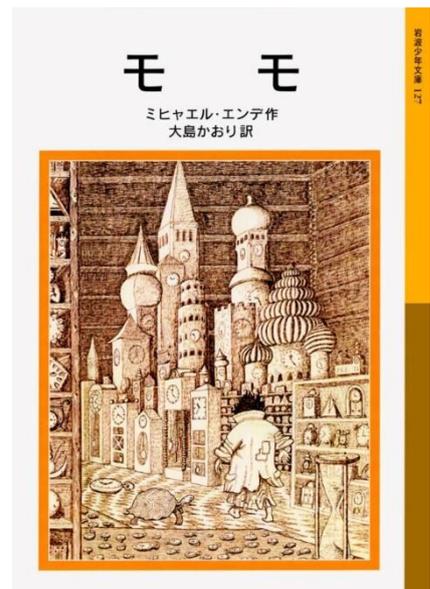
「タイパ」「コスパ」と、合理性や利便性、収益ばかりが求められる現代。慌ただしい生活の中で、いつの間にか私たちは貴重な時間を「時間どろぼう」に与えてしまっているのではないのでしょうか。

本当に大切なもの・大切な時間は、金銭や名声に代えられないものであるということを、モモは多くを語らずに教えてくれます。

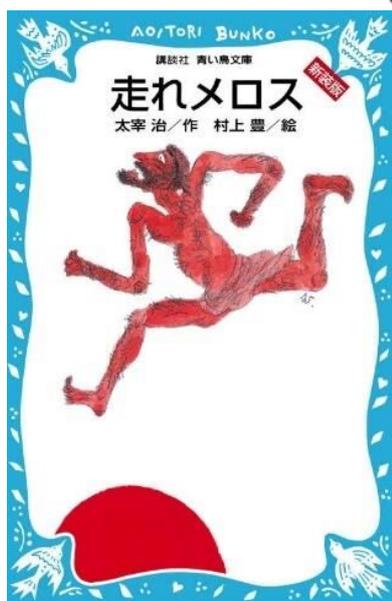
『モモ』

ミヒヤエル エンデ／作, 大島 かおり／訳 岩波書店 2005.6

4-00-114127-2



## 『走れ、メロス』は友情・信頼の尊さを謳うだけ？



50年以上、教科書に掲載されてきた太宰治の名作『走れメロス』ですので、知らない人は少ないのではないかと思います。この作品のテーマは「極限状況における友情と信頼の美しい形を描いた」とされることが多いですが、別の視点で読みなおしてみるのも面白いかもしれません。

例えば、単純な正義感に燃え、「自己愛」に満ちた青年が、どのように自分のエゴイズムを克服していったか？最後の方に出てくる「(命よりも)もっと恐ろしく大きいもの」とはいったい何なのか？なぜ、最後に全裸にならなくてはいけなかったのか、全裸の姿が象徴するものは何なのか？というように。その結果、「友情や信頼の美しさ」以外のものも発見できそうです。

作品の解釈は一人ひとり異なります。そしてそれを味わいましょう。

『走れメロス』

太宰 治／作, 村上 豊／絵 講談社 2007.10

978-4-06-148792-5

## 迷い、立ち止まり、それでも歩き続ける——

答えを探す私たちの心に、そっと寄り添う物語です。

確かなものが見えなくなった時、耳を澄ませば風の中に微かな気配がある。それは誰かの言葉であり、過去の記憶であり、未来の予感。

答えは与えられるものではなく、感じとるものだと、この作品は静かに語りかけてくれます。



『答えは風のなか』

重松 清／著(新潮文庫刊) 2025.7

978-4-10-134943-5

---

## 大人たちの不器用で切ない恋心を感じて下さい。

---



『平場の月』

朝倉 かすみ／著 光文社 2018.12

978-4-334-91256-7

中学の同級生でお互い初恋の人。

50 歳になった 2 人の再会の場所は病院の売店。

お互い様々な過去を抱えて現在を生きている。ドキドキしたり、華やかではない 50 代の大人の恋愛小説です。

50 代だからとか 60 代でも人を恋しくなる気持ちはある。その人のことを考えると胸がアツくなることもある。

やるせなくて、もどかしくて、悲しくて美しく、切ない

本を読んだ後、映画も観ました。次はどうなると、分かっているながらも、どうしても涙はとまらなかった。

---

## 亡くなった後、何の体を借りて、現世に行きたいですか？

---

「冥土レンタルサービス」、それは死後に好きな生物の体を借りて少しか現世に戻れるサービス。生前に積んだ徳によってサービスで使えるポイントが決まります。魂たちが付与されたポイントを使って生物の体をレンタルし、家族を救ったり夢を叶えたり復讐したり。死を扱う話ですが、ユーモアあふれるストーリーとなっており、楽しく読むことができます。短篇集ですが、それぞれに繋がりがああるため、伏線回収も楽しめます。読書で、笑いと少しの涙が欲しい人におすすめします。



No image

『冥土レンタルサービス』

藤崎 翔／著 祥伝社 2025.8

978-4-396-35137-3

# 絶世の美女いや超美形壬氏さま♡



現在 1～16 まで出版されている。

17 巻が待たれる。

主人公 猫猫がひよんなことから後宮に入り、  
様々なナゾを解いていく。肩の凝らない痛快ミステリー。

そして壬氏との軽妙なやりとり。

二人の恋の行方は、はてさて... (挿絵が美しく魅力的)

『薬屋のひとりごと 16』

日向 夏／著 イマジカインフォス, 主婦の友社(発売) 2025.6

©日向夏／イマジカインフォス イラスト:しのとうこ

978-4-07-461876-7

シリーズもあります

シリーズ 1 巻～15 巻

©日向夏／イマジカインフォス イラスト:しのとうこ



## 日常を見つめる



『月と菓子パン』

石田 千／著 晶文社 2004.4  
4-7949-6618-0

石田千さんは観察の人だ。  
その視線が捉えた何気ない日常は静謐な文章として読者に届き、それぞれ豊かに再現される。読後には町を見つめる視点が少しだけ変化して、散歩に出かけたくなるそんな一冊です。

## ああ、まにあわない!

残念ながら、日々の生活の中で、締め切りと縁のないことはありえない。子供のころは宿題の期日に追われ、大学生のころの卒業論文の締め切りは、10年以上たったころでも夢にみるほど。現在は日々の生活におけるちょっとした締め切りに追われるくらいだが、期日が近づくとあせり、自己嫌悪に陥る。この本はそんな私の心を軽くしてくれる本です。古今東西のお偉い先生や売れっ子作家も締め切りにはおおいに悩まされていて、間に合わないときの心情や言い訳は興味深いです。なお、「メ切本2」もあります。ご興味のある方は、こちらも是非。

どうしても書けぬ。

遅れそうです  
メ切本  
拜啓  
切本

左右社

あやまりに文芸春秋社

行く。へ

『メ切本』

左右社編集部／編 左右社 2016.9  
978-4-86528-153-8

## M・W・クレイヴンは おもしろい!



〈ワシントン・ポー〉シリーズの6作目である。  
今回はその構成にビックリ!  
刑事物で海外の推理小説。  
刑事ワシントン・ポーと数学の天才ティリー分析官のコンビの活躍、  
いつもの事ながら、重いテーマにもかかわらず笑ってしまうやり取り。  
できる事なら、1作目から全作制覇してほしい。  
〈ワシントン・ポー〉シリーズはこちら!

『デスチェアの殺人 上』

『デスチェアの殺人 下』

M.W.クレイヴン／著、東野 さやか／訳 早川書房 2025.9

978-4-15-184257-3(上)

978-4-15-184258-0(下)

〈ワシントン・ポー〉シリーズはこちら!

『ストーンサークルの殺人』

『ブラックサマーの殺人』

『キュレーターの殺人』

『グレイラットの殺人』

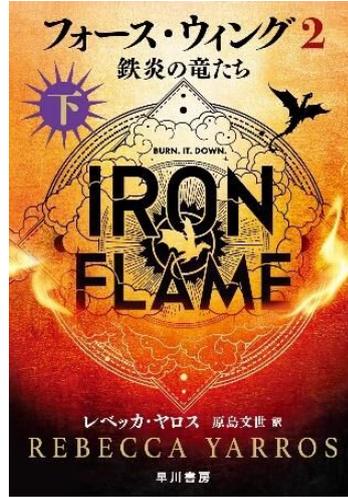
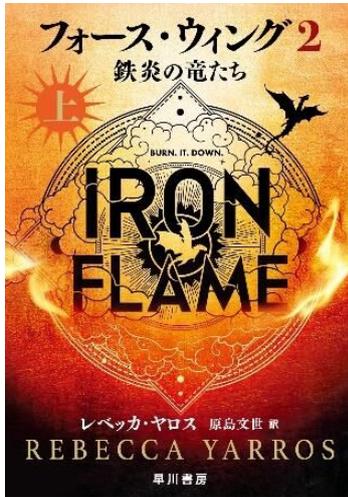
『ボタニストの殺人 上』

『ボタニストの殺人 下』

M.W.クレイヴン／著、東野 さやか／訳  
早川書房



## ロマンス+ファンタジーでロマンタジーと言うそうだ



ヴァール王国の竜騎士候補生ヴァイオレットとその仲間たちが繰り広げる熾烈な戦い。死と隣り合わせの生、因縁あるゼイデンとのロマンス。

闇に落ちたゼイデンを救う方法はあるのか!

『フォース・ウイング 2上 鉄炎の竜たち』

『フォース・ウイング 2下 鉄炎の竜たち』

レベッカ・ヤロス／著, 原島 文世／訳 早川書房 2025.4

978-4-15-210420-5(上)

978-4-15-210421-2(下)

シリーズはこちら

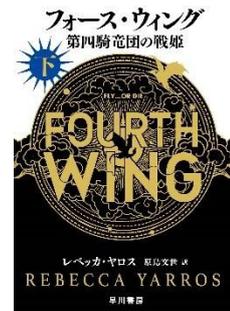
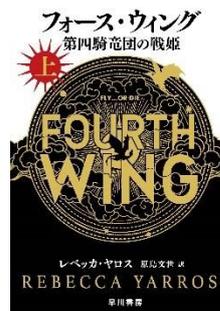
『フォース・ウイング 1上 第四騎竜団の戦姫』

『フォース・ウイング 1下 第四騎竜団の戦姫』

レベッカ・ヤロス／著, 原島 文世／訳 早川書房

978-4-15-210349-9(上)

978-4-15-210350-5(下)



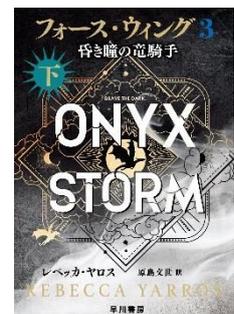
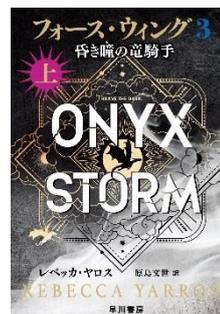
『フォース・ウイング 3上 昏き瞳の竜騎士』

『フォース・ウイング 3下 昏き瞳の竜騎士』

レベッカ・ヤロス／著, 原島 文世／訳 早川書房

978-4-15-210493-9(上)

978-4-15-210494-6(下)



## 全人類の運命は、記憶喪失の男に託された!?



目を覚ますと、そこは宇宙船。自分の名前すら思い出せない。

わかっているのは、隣で仲間が死んでいること——そして、自分こそが地球を救う“最後の希望”だということだけ。

絶望的な状況の中、主人公は科学の知識と機転、ユーモアを武器に、次々と襲いかかるトラブルに挑みます。映画化も話題の本作。理系の知識がなくても大丈夫。驚きと感動、そして「ある出会い」が火をつける熱い展開が待っています。

映画の前に、ぜひ原作でこの興奮を味わってください!

『プロジェクト・ヘイル・メアリー 上』

『プロジェクト・ヘイル・メアリー 下』

アンディ・ウィアー／著、小野田 和子／訳 早川書房 2021.12

978-4-15-210070-2(上)

978-4-15-210071-9(下)

## がんばりすぎるあなたへ

心がつかれているときには  
にげることに気づかない、にげてもいいと思えない  
まじめな人ほどそう  
でもひろい世の中には、あなたをわかってくれる人がきつとい  
る  
じぶんの足でさがしにいこう

生きづらさをかかえているすべての人に読んでほしい本



にげるために、さがすために、  
きみのあしは、ついている。

生きづらさの中の  
すべての人へ。  
ラストは、あなただけの  
物語に続きます。

ヨシタケ シンスケ

『にげてさがして』

ヨシタケ シンスケ／著 赤ちゃんとママ社 2021.3

978-4-87014-153-7

---

---

## 自分にとって大切なもの

---

---



『いちばんしあわせなおくりもの』

宮野 聡子／作 絵 教育画劇 2016.4

978-4-7746-2061-9

宮野聡子さんの柔らかい絵に惹かれて手に取りました。読み進めていくうちに、こりすくんとくまくんの関係に自分を重ねてしまいます。くまくんの「きみがそばにいてくれたら、それがいちばんしあわせなおくりものだよ」ということばに胸がじーんとなり、自分の大切な人にもものすごく会いたくなります。

大人のかたにもおすすめの一冊です。

---

---

## 思いを伝える

---

---

東日本大震災の後、岩手県大槌町に設置された風の電話ボックスをもとに、この絵本は制作されたそうです。

山の上に置かれた 1 台の電話。線が繋がっていませんが会えなくなった全ての存在に届けと動物達は電話で話します。

涙でいっぱいになりましたが私もこの電話を使って感謝を伝えたいと思いました。

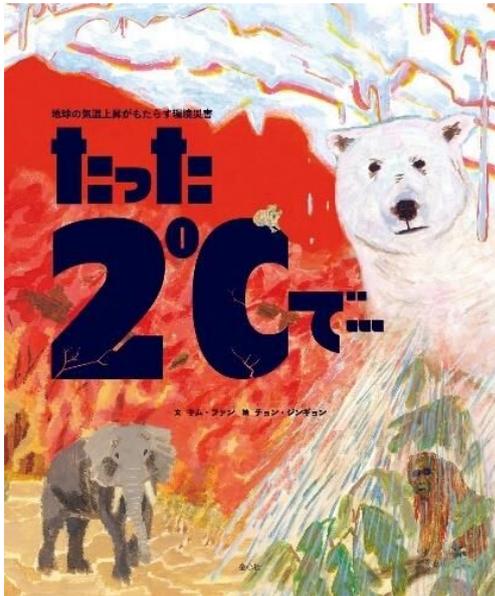


『かぜのでんわ』

いもと ようこ／作 絵 金の星社刊 2014.2

978-4-323-02451-6

## 地球が病気に



『たった2°Cで… 地球の気温上昇がもたらす環境災害』  
キム ファン／文, チョン ジンギョン／絵 童心社 2024.5  
978-4-494-01256-5

え~!!! たった2°Cで?

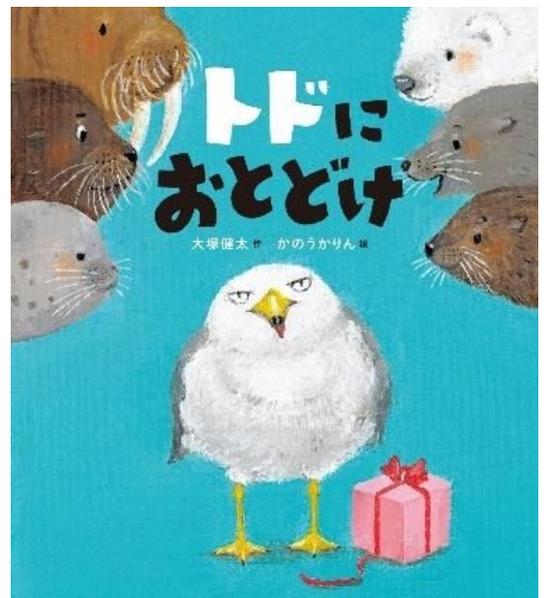
体温が2°C上がった。冷房・暖房で2°C調節、なんだかピンときませんが…

地球が熱すぎて病気に。魚やアザラシ、ホッキョクグマは温度がとても重要だと絵でもわかります。

地球でくらす植物・動物・人間にとっても深刻な問題と伝わってきました。

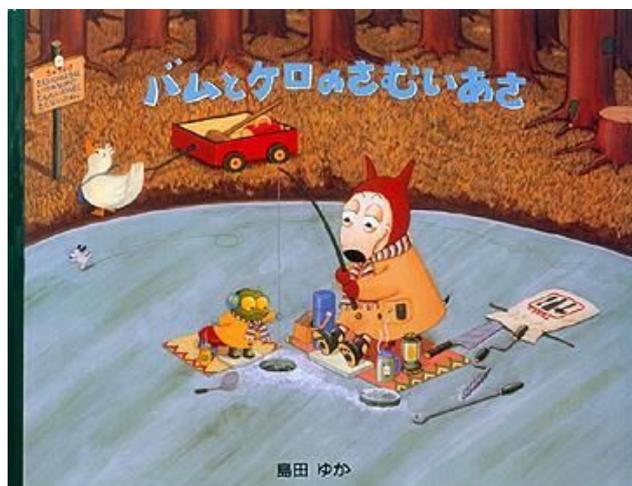
## おおらかな心を持つ あなたに届けたい

こちらは2024年に出版された絵本です。  
「いちにちパンダ」を手掛けられた大塚健太氏によるお話と「どろぼうねこのおやぶんさん」を描かれた、かのうかりん氏による絵で、第1回 NIC 書店絵本大賞入賞、第6回 TSUTAYA えほん大賞第4位を受賞されています。  
トドってあの動物ですよ。海にいる、ぼてっとした、茶色だったかな。なんてあいまいな認識しか持っていない私には、なかなか有意義な絵本でした。果たして無事、トドに届くのでしょうか。



『トドにおとどけ』  
大塚 健太／作, かのう かりん／絵  
パイインターナショナル 2024.7  
978-4-7562-5856-4

## かいちゃんはどこへ？



『バムとケロのさむいあさ』

島田 ゆか／作 絵 文溪堂 1996.12

978-4-89423-158-0

寒い火曜日の朝、犬のバムが目を覚ますと裏の池が凍っていました。

バムとかえるのケロがスケート靴と釣り道具をもって池に行くと池と一緒に凍りついたあひるのかいちゃんを発見！

バムとケロは慌ててかいちゃんを氷ごと家へ運び、お風呂で温めてあげるとかいちゃんは元気を取り戻し、3人はおもちゃで遊んだりおやつを食べたり。遊び疲れた3人はソファで寝てしまい朝起きるとかいちゃんの姿がありません。かいちゃんはどこにいったの？

## 大人も子どもも、読む人の心に残る一冊

時に絵本は

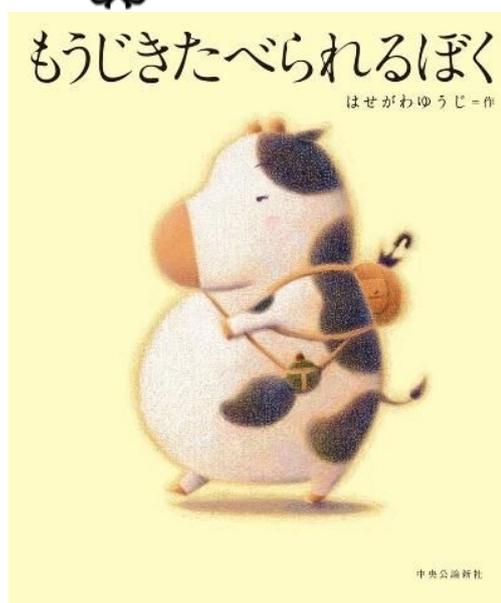
子どもに大人が読み聞かせ、また大人も読むことで心の奥深くを

懐かしく、切なくさせることがある。

もうじきたべられるぼくという子牛が読み手に与える

ものは、母を想う気持ちと、その子を想う母の気持ち。

食育というテーマにとどまらない、あたたかく、心に寄り添うおすすめ絵本です。



『もうじきたべられるぼく』

はせがわ ゆうじ／作 中央公論新社 2022.8

978-4-12-005559-1

## 図書館員のおすすめする一冊

令和8年3月発行

編集・発行 松戸市立図書館

〒271-0092 千葉県松戸市松戸 2060

TEL 047-365-5115

