

はと時計

2022 年全校読書運動「変化」

新型コロナウイルスが出現して3年目となり、依然制限はあるものの、ワクチンの普及により徐々に日常生活を取り戻すことができるようになってきました。しかしその一方、ロシアによるウクライナ侵攻、北朝鮮によるミサイル発射の報道などから、遠くの昔の出来事のように考えていた戦争の脅威が、いまや私たちにも身近なものになってきています。さらに40年ぶりの民法改正による18歳成人は、まさに中高生の皆さんに直接関わってくる事柄です。松蔭創立130周年を迎える2022年は歴史的に見ても大きな「変化」が私たちの生活に生じています。読書を通して、そのような人類の歩みの中で「変化」を捉え、自分なりに考えられる本との出会いをしてもらいたいと、「変化」をテーマにしました。

全学年でPOPを作成します。昨年と違い、5ミリ以内の厚さでできる「仕掛け」を作ってください。

7/8月合併号
松蔭中高図書館
(真鍋)
2022.07.15

中高生向け4pから 高校
生向け 14pから

中学生向き

著 ポプラ社 2022 『海ヤカラ』 照屋年之

今年、沖縄がアメリカから返還されて50年になります。NHKの朝の連続テレビ小説でも沖縄が舞台のドラマが放送され、中学3年生の修学旅行で訪れる場所でもあります。この本は、そんな当時の沖縄のことや子どもたちの友情などいろいろ楽しめる物語です。ちなみに、著者の「照屋年之」は、お笑いコンビ・ガレッジセールのゴリさんです。 H.K

『きまぐれロボット』 星新一 著
フォア文庫 2005 ほか

我が家では絵本の読み聞かせから始まり、わりと長い間読み聞かせをしていました。小学生だったある日、星新一さんのこの作品を与えたところから、一気に息子自身があらゆる「星新一作品」を読みたがるようになった。



り、大の本好きに「変化」していきました。読書が苦手だと思っても、ショートショートの新やかな話の展開、「オチ」の面白さに魅了されること間違いありません。この作品以外にも多くの名作がありますので、ぜひ読まれることをおすすめします。

Y.K

『聞く力』 阿川佐和子 著 文春新書 2012

私が今、読みたいと思っている本です。20年間で取材した各界著名人は1000人近い阿川さん。その阿川さんでもインタビューに苦手意識があるという。どうすれば相手の本音を引き出すことができるのか？ 阿川さんの体験からくる、その秘訣を手に入れたらと思います。そして、自分自身の人と話をする時の姿勢を変えていければ…と思います。

T.A

『ぱんつさん』 たなかひかる 著
ポプラ社 2019

『ねこいる！』 たなかひかる 著
ポプラ社 2022

『おぼけのかわをむいたら』
たなかひかる 著 文響社 2022

〈注意！この本で頭はよくなりません〉のキャッチコピーが新鮮な、「サラリーマン山崎シゲル」の作者、田中光さんの

絵本です。シユールです。しかし子供がわらうのは、こういう何それ！的な変化かもしれないと感覚を揺さぶられます。『ばんつさん』で2020年「日本絵本賞」を受賞しています。

H・M

『ものだま探偵団 ふしぎな声のする町で』 ほしおさなえ著

徳間文庫 2022

ものに宿った魂「ものだま」。5年生の七子は、坂木町に引越してきて以来、「ものだま」の声が聞こえるようには。「ものだま」は何にでも宿るわけではない。人間によく話しかけられていくもの、例えばお気に入りの人形とか、郵便ポストとか。「ものだま」の声を聞き取ることが出来る同級生の鳥羽と共に、町の怪事件を解決していく七子。「ものだま」との対話の中で七子にも「成長」という名の「変化」が……。読んでいるうちに心がじんわりあつたまる物語です。

M・T

『アンの青春』 ルーシー・モード・

モンゴメリ著 新潮文庫 2008ほか

10冊以上ある赤毛のアン・シリーズの2作目。師範学校を卒業し、教師として働きはじめるアンが大人へと成長していく物語です。

K・S

『カゼヲキル(1) 助走(2) 激走(3) 疾走』 全3巻 増田明美著 講談社 2007-10
「もうだめだ、前へ進めない、苦しくて苦しくて……と思っている人がいたら、何も考えずに外へ出て歩いてみてくださーい」

オリンピックにも出場した元マラソン選手で、現在はスポーツライター・解説者として活躍している作者。中学入学後、陸上競技を始めたが、決して平坦な競技人生ではなかったという。持病の貧血に苦しみ、体調を崩した時期もあった。精神

が限界を超え、自分がボロボロになったように感じた時もあった。作者の人生に主人公の姿が重なる。一度でも「もう前へ進めない」と思い、落ち込んだ経験があるなら、家ではなく、公園のベンチにでも腰掛けてこの本を開こう。読後は、すっかり変わった自分がいるかも知れない。

N・A



今年の全校読書運動のテーマは「変化」です。ふだん読書をしていない人にとって、「どんな本を選ぶか」がいちばんの

ポイントです。では、あなたに「変化」をもたらす本を紹介します。

『あんなに あんなに』(絵本です) ヨシタケシンスケ著 ポプラ社 2021

すべての人が自分と重ねて読むことができる絵本です。読んだ後、温かい気持ちになること間違いなし！自分の中にある「温かい気持ち」を見つけられたいなら、それはもう「変化」。

『看取り犬・文福の奇跡』

若山三千彦著 東邦出版 2019

人と犬にまつわるドキュメンタリーです。限りある命を大切に思う気持ちをあなたに呼び起こします。頭の中に数々の情景が思い浮かびます。今、あなたにとって必要な「想像力」を働かせてください。あなたに「変化」が。

K・Y

『最強脳』 アンデッシュ・ハンセン著 久山葉子訳 新潮新書 2021

昨年、中学生高校生向きとして、アンデッシュ・ハンセン著『一流の頭脳』と『スマホ脳』をお薦めしましたが、これらの本の読者の要望に応え、親子で読めるようにとハンセンさんは『最強脳』を書きました。「人類はデジタル社会とどう付き合っていくのか」「脳にいちばんいいことはなにか」ということについて、大きな字で、わかりやすく書いてあります。読み物としておもしろく、

これからを生きる私たちみんなの役に立つ知見が満載です。M・U

『図書室のはじぶね』 名取佐和子著 実業之日本社 2022

野亜高校の図書室で10年前に貸し出されたままの『飛ぶ教室』が返却された。なぜ今なのか、持ってきたのは誰なのか、体育祭の伝統行事「土ダン」との関係は？読みながら松蔭の体育祭のソーラン節を思い出しました。伝統の守り方はその時そこにいる人が考えることが大事だなと思います。クールな司書の伊吹さんをはじめ、図書室に集まるメンバーの個性もいろいろとケーストナーの『飛ぶ教室』も読みたくありませんよ！

『空をこえて七星のかなた』 加納朋子著 集英社 2022

7つのミステリーからなる連作小説集。読みすすめていくうちに、あれ、これはもしかして？とページをめくる手がとまらなくなりました。家族、学校生活、宇宙……ちよつとずつ謎が明らかになる快感！読み終わる頃には目の前がパツとひらかれたような気分になれるかも。ちなみにこの本にも司書が出てきます。



A・T

『よるのばけもの』 住野よる著 双葉文庫 2019

理由はわからないけれど、夜になるとばけものになる僕は、ある夜、ばけもの姿で学校に忍び込んだ。するとそこには、クラスでいじめられている生徒がいて……。他人や、起きていいる物事のすべての面を知ることが難しいです。新しい一面を知ること、自分の考え方や感じ方が変わった、今まで知らなかった自分に気がついたりすること。とまどいながら、今何を思いどう考えているのか、自分自身と向き合う「僕」の心情から目が離せません。

『おとなになるってどんなこと？』 吉本ばなな著 ちくまプリマ新書 2015

これから自分はどんなふうに変わっていくのか、それともこのまま変わらないのか。「変化」と聞いて、最も関心があるのは「自分の変化」ではないでしょうか。この本では作家の吉本ばななさんが、勉強や友だちのこと、生と死、年をとることなど……おとなになることについて、自分の人生を振り返って答えてくれます。変わることは楽しみでもあり、怖くもある。自分より先に人生を生きる人の考えが、あなたの「変化」を生きやすくしてくれるかもしれません。

K・K

『ザ・ギバー』 記憶を伝える者』 ロイス・ローリー著 掛川恭子訳 講談社 1995

進路や職業、結婚や家族など自分の人生のほぼ全てが決まっていたら……あなたは幸せだと思いますか？ジョーナスは、なにもかも決められた秩序のある平和なコミュニティに家族と住んでいます。12歳になると子ども時代が終わります。将来の職業のトレーニングが始まりますが、ジョーナスと与えられた仕事はただ一人しか選ばれない「記憶を伝える者」でした。記憶を知ることと考える方も行動も変わっていくジョーナスと、読み進めるとわかっていくコミュニティの怖さに、自由や命の重さを考えさせられます。

K・M

『未来をつくるあなたへ』 中満泉著 岩波ジュニアスタートブックス 2021

国際連合の事務次長として軍縮問題を担当している著者。どうしたら核兵器をなくせるか、不平等や格差をなくせるか、気候変動やジェンダーの問題など、一緒に考えるコラム集です。ほんの70年前まで女性は選挙権すら持つていなかった。それが今では当たり前のこと。奴隷解放も、公民権運動も「こんなのおかしい」と思った人が声をあげたのがはじまりです。毎週金曜日に学校を休んでスウェーデンの国会議事堂の前に座り込みをしたグレタさんの

運動は世界を巻き込む大きなムーブメントになりました。あなたたちは世界を変えられる。今は不可能に見えていても。もう一歩前に進むためのブックリストが巻末に載っています。ジャンパナレツジで読めます。

『小学館版学習まんが少年』第6巻 源

『小学館版学習まんが少年』第7巻 鎌

『倉庫本成り立ち』 見玉幸多監修

『学年ビリーのギヤルが一年で偏差値40上げて慶應大学に現役合格した話』で

『学年ビリーのギヤルが愛読していたのがこのマンガシリーズです。特に今年は大河ドラマ

『鎌倉殿の13人』でおなじみのこの時代を読んでみましょう。源平合戦は素晴らしいアニメ『平家物語』でも描かれて

いきましたが、同じ登場人物が違う描かれ方をしているのが楽しみです。鎌倉時代に生まれた「一所懸命」という

言葉がでてきます。自分の土地を守るためにいのちがけて戦う御家人たち。

亡びる側か、亡ぼす側か。ジャンパナレツジで読めます(電車の中、携帯で

も)。歴史は亡ぼした側かあとで作った記録なので、亡ぼされた側からみると

違う可能性があることも頭に入れて読みましょう。「変化」していく日本をこの夏、一気読みしませんか?

Y・M

『5秒後に意外な結末』 ミノ
『タウロスの青い迷宮』 桃戸ハル
編 学研プラス 2017

私がおすすめる本は5分後に意外な結末シリーズの一つ、ミノタウロスの青い迷宮です。この本では短い話が何編か入っています。その話ではページの表と裏で一つの話になっています。私がこの本を読んだときに、表に書いてあることが裏ではこういう結末になるのかなって思ったものはすべてはずれてしまいました。惨敗です。こんな風に乗しみながら読めたりもします。まだ読んでない人はぜひ読んでみてください。

『ミッキーマウスの憂鬱』 松岡圭祐著 新潮文庫 2008

(トライやるウィーク参加E・Z)
主人公は東京、デイズニールランド(ED)でアルバイトをすることになった17歳の後藤。あこがれの場所で働くことができ、ミッキーマウスたちに会える、と期待していた後藤の仕事は、雑用やモブキャラの着付け。ミッキーマウスも遠目に見るだけ。理想と現実とのギャップに戸惑い、自分の仕事の価値を見出せずにいた。しかし、とある重大な事件を通して裏方の意義を見出し、自分の仕事に誇りを持てるようになっていく。※ウィークションです。(トライやるウィーク参加E・Z)

中高生どちらも

『そして、バトンは渡された』 瀬尾まいこ著 文春文庫 2020

主人公の優子と、彼女をとりまく家族の物語です。優子は17年という人生の中で7回も家族の形態が変わる大変な状況を経験しながらも、その時の家族からの愛情を受け、それをどこか自然と受け入れながら穏やかに自分の日々を過ごしています。

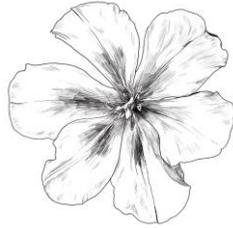
優子とその家族たちが紡ぐ日常の日々と、その中で受け渡されていく家族愛のバトンが描かれているのですが、私的には、優子と3番目の父親である森宮さんの愛情に満ちた言葉のキャッチボール、森宮さんが彼女のためにせつせつと作る食事のシーンに心がとても温まる思いがしました。



『置かれた場所で咲きなさい』
2017 渡辺和子著 幻冬舎文庫

自分が望まない環境、困難な状況に
圧倒され、心が乱されるときが人間に
はあります。ですが、自分が置かれた
ところで自分らしく生きていくこと、
その姿を「必ず見守っていてくださる
方がいる」と信じていることが大切である
と、修道者である著者は語りかけてく
れます。

「なぜ自分が…」と否定的な考えに
陥りそうな
時にこそ、こ
の本の中に
出てくる温
かい言葉を
かみしめ、根
を下へ降ろ
しつつ花を
咲かすため
にじつところ
える植物の
ように生き
ていけたらと思います。



『希望の一滴』中村哲、アフ
ガン最期の言葉』中村哲著 西
日本新聞社 2020

福岡県福岡市生まれの中村哲医師
は、バキスタンでのハンセン病や結核治
療、干ばつや戦乱で荒廃したアフガニ
スタンにおいて、医療や灌漑事業によ
る復興支援に長年力を尽くしてこら

れました。しかしながら、2019年
12月4日、彼は武装集団に銃撃され、
志半ば73歳で他界されました。
この本は彼が凶弾に倒れる1年程前か
ら執筆されたもので、彼の崇高な志を
表すことばと、復興支援に取り組むた
くましい姿や現地の人々に向ける温か
い眼差しが感じられる写真、そしてこ
れまでの中村医師の復興支援の歩みが
記されています。

政情不安や干ばつ、気候変動などア
フガニスタンが抱える困難な状況の中
で、彼が現地の人々に寄り添い、復興へ
と一つ一つ積み重ねて歩みを進めてい
く姿に深い感銘を受けました。

R・B

『なぜ世界を知るべきなの
か』池上彰著

小学館 YouthBooks 2021

「世界に目を向けて知ること、私達
の生き方も変化する。」

世界各地を取材し、知り尽くした池
上彰さんが、私達の「常識」を覆すよう
な各国の状況や文化、思考を、わかり
やすく興味深い事例をあげながら解
説してくれています。いかに自分自身
の視野が狭く、世界が広いかを理解さ
せられると共に、ぜひ今度は「自分の
目で見てみたい。」と思わせられます。
コロナ禍が収束した暁の夢が膨らむ一
冊です。

Y・K

“Sabriel [サブリエル]”

By Garth Nix [ガース・ニクス]

Harper Teen(1995)主婦の友社(2002)

Sabriel is a young woman attending a girls' university. Her father tells her she must become the Abhorsen and use magic against dead creatures who do not stay dead. Throughout the book she changes from a student into a fighter and a young woman into an adult. The book also questions whether change is something we can control, or whether there is destiny at work.

A・H

1995年オーストラリア・ファンタジー大賞受賞、1997年度米国図書館協会ベストブック選定。

『はじめに考えるべきこと』

文庫 2004

野矢茂樹著 植田真絵 PH.D

「変化」って何だ。どうやって対応したらいいんだ。そうだ。「考える」ってことが必要なんじゃないかな。というわけで、この本をあげてみた。僕のことを知っている人は、この文章の雰囲気とキヤラが合っていないと思ったはず。そう。少し、本の文体をまねてみた。こんな感じなので、わりと読みやすい。「絵」もいい。じーつとながめて、ボーっとするのもいいかも。でも、注意点が一つ。「考える」ということの答えは教えてくれない。「考える」を考えさせてくれる本だ。

H.W

『あなただけの、咲き方で』

八千草薫著 幻冬舎文庫 2021

著者の八千草薫さんは大阪出身、元宝塚歌劇団出身の女優さんです。

日々生活の中で自分らしさを大切にするため大切にしていたこと、また仕事に向きあうときに意識していたことなどが書かれています。自分の中に「宝物」を持ち、普段の生活を少しずつ「変化」させるきっかけにしてみたいと思います。

A.K

『新版 ウイルスと人間』『ウイルスと地球生命』

山内一也

著 岩波科学ライブラリー 2020,

2012

コロナウイルスが出現し、様々な変異株に姿を変化させ、我々人類を悩ませ続けている。突然現れて人類に迷惑をかけている厄介者という捉え方をしている人も多いかと思うが、「彼ら」も必死に生き残ろうとしている生命体であることを正しく認識すると、見方も変わると思う。少なくとも、感情を持たない彼らの挙動に、感情的に反応することは意味をなさないということは理解しなければならぬ。現在の状況は、彼らが人類の中で生き残っていくためにはどのような姿に変化するのが良いか、答えにたどり着きつつあるように思える。ウイルスという存在を正しく理解し、彼らが結論を出すのにもう少しだけ付き合ってみよう。

T.H

『蘇我の娘の古事記』

ハルキ文庫 2019

周防柳著

乙巳の変から壬申の乱までを描いた奈良時代の話です。古事記がどうやって成立したのか蘇我氏や大王のことを、渡来の一族の視点から描かれています。育ての親、兄であり夫など周りの人々に大切に守られ愛された女性の数奇な生涯を描いた作品です。是非、読んでみてください。

M.T

“Who Was Leonardo da Vinci?”

By Roberta Edwards, True Kelley
Penguin Workshop 2005

Leonardo Da Vinci has changed the world. His ideas, innovations and inventions were a real breakthrough and we still use his works today. What is special about Leonardo's background? What kind of person was Leonardo?

What did he do to invent so many things?

What is your favorite Leonardo's invention or idea?

You will find a lot of interesting stories in this book!

K.V



“Little Tree”
by Loren Long
Philomel Books 2015

This book is about growing up, letting go and becoming yourself. In the middle of the forest there is a tree who loves life and his leaves just the way they are. And then the seasons start to change and we follow the story of the little tree. The pictures are beautiful and the story is very simple but also very moving. I hope you enjoy reading it.

M・B

『思春期の心とからだ図鑑』
ロバート・ウインストン 監修 名越康文
日本語版監修 林啓恵・蒔田和子訳
三省堂 2019
心身ともに大人へと変化する過程は、とても素敵で大切なものです。で

『子どもが伸びる50の技術』
カリスママ保育士 先生の大
育ての図鑑
てい先生著 ダイヤモンド社 2021

『マンガでわかる私って、ADHD脳』 司馬理英子著
大和出版 2017
「しなくてはいけないことを先延ばしにしがち」「片付けや整理整頓が苦手」「確認したつもりがうっかりミスが多い」…そんな経験はありませんか？もしかしたらそれは「脳のクセ」かもしれません。「クセを知って向き合う」ためのヒントがたくさん詰まっています。仕事をしている人に向けて書かれている章もありますが、中学生・高校生の皆さんでも読みやすい内容です。自分に当てはまる項目だけ読んでみるのもありだと思います。自分に対する見方や生活が「変化」し、前向きに過ごせるきっかけになれば幸いです。 A・K

も、自分の心と体に起こる大きな変化に戸惑い、悩むこともあると思います。この本は、思春期を前向きに楽しく過ごすための情報源として役立つようにつくられています。皆さんの今、そしてこれからをよりよくするためのヒントが見つかるはずです。 A・B

『鴨川ホルモー』 『ホルモー六景』
万城目学著 角川文庫 2009、2010
京都を訪れる人は、そこに昔から変わらない古都の風景を求めるとい

H・S

最近よくテレビでみてい先生。コメントする内容は、いつも「確かに」と思わせてくれる。この本は「確かに」という方法がたくさん書かれており、なおかつその根拠となる科学的な視点も入っている。実はこの本を読んだ後、松蔭の中で伝え方をい先生風に変えていく。確かにちよつと生徒たちの様子も変わったような気がする。この本は所謂ハウツー本だが、後輩を持つ松蔭生には読んで欲しいなと思う。部活などでもとめる立場にある生徒は是非読んで欲しい。人は、声かけの方法で伝わり方が変わり、その行動も変わる。部活の指示がなかなか通らない、上手く後輩たちをまとめあげられない、そんな風に思う人は、是非、読んでみて、声のかけ方を考えて欲しい。子どもが伸びるといいうタイトルだけど、子どもに言うのも大人に何かを伝えるのも本質は同じです。



う。しかし京都らしい風景のある祇園の街並みや東西南北に散らばる寺社仏閣、流れる鴨川と並行して、河原町通りには車が渋滞し、学生たちは三条四条のカラオケや居酒屋で騒ぐのです。

そんな京都でキャンパスライフを送る青春小説「鴨川ホルモー」。変わりゆく流れの水面下で、ずっと変わらずに受け継がれてきたものが、確かにあるのかもしれないと思わせてくれる作品です。というとなし難いのですが、謎のサークル活動と恋愛と葛藤のエンタメ作品です。張り巡らされた伏線を最大限に楽しむには、「ホルモー六景」とセツトで読むことを強くお勧めします。学生時代を京都で過ごした大人の皆さんにもぜひ。

H.M

『サラバ!』(上・中・下) 西加奈子 著 小学館文庫 2017

「左足から」生まれたと母から聞かされた主人公が語る、自分自身についての物語である。主人公、坏歩はイラシで生まれ、大阪、エジプトを経て再び日本へと戻る。母親になりきれない母と、奇行に走る姉の間でよい子であろうとする歩は、エジプトでヤコブと出会い、友情を育む。主人公の視点で進む物語はとても読みやすく、すると内容が入ってくる。上・中・下と三冊あり、なかなかのボリュームだが、阪神淡路大震災や新興宗教、地下アイドル

“Little Tree”

By Loren Long
Philomel Books 2015

This is a story about a tree that is heartwarming and positive. Little Tree is happy as he stands with the other little trees in the forest. Autumn arrives and the leaves of the little tree change color like the other little trees. The leaves begin to fall, except for those on Little Tree. Little Tree will have to figure out how to let go and allow change to happen. Why not give this English book a try?

David Hartless

ル、ネットの炎上など、エピソードも多く飽きずに読み進められる。生まれて三十数年の主人公の半生を共に歩みながら、彼の変化を見届けてほしい。

T.M

『スメル男』

原田宗典著 講談社文庫 2021

大学生の主人公が友人の遺品に触れたことから体に異変が起き、非日常的な状況に巻き込まれていきます。テンプがよくお話が展開していくので、意外とさつと読めちゃうのではないのでしょうか。

R.N



『女性の品格』 坂東眞理子著 PHP新書 2006

それその年代にに応じて、女性としての生き方を少し考えていってほしいと思います。強く、優しく、美しい女性になるために、一度振り返ってみませんか。マナー・言葉・装い・行動・人間関係など、ちょっとした参考がたくさんあります。できることは、しっかりとやってみましょう。

F.T

『机の前に貼る一行』 ひきたよしあき著 朝日学生新聞社 2017

「机の前にこの言葉を貼りましょう」毎回このひと言ではじまる朝日小学生新聞のコラムをまとめた本です。みなさんは自分の支えになることばを持っていますか。他の人にとっては何でもないことばだけど、自分を応援してくれることばがあるといいものです。この本には何でもないことばがたくさん登

場し、とても温かい気持ちになる解説があります。もともと小学生向きですが、中学生でも、高校生でも、大人でもいろんなことを考えさせてくれます。

H・K

『わいたくら。』 新庄剛志著 学研プラス 2018

いつも奇想天外な言動で注目を浴びている「BIG BOSS」と日本ハムファイターズ監督の新庄剛志さん。彼の言動の裏にはいろいろな苦労があり、計算があります。読むとポジティブになれるのではと思います。是非、手にとってみてください。

K・N

『汁一菜でよいという提案』 土井善晴著 新潮文庫 2021

日常生活がどれだけ大切かということとはここ数年で私たちは痛感することができたと思います。食生活においても日常の食事こそが大切です。この本は読んですぐに実践できることばかりです。何気ない変化が私たちの心身を優しく包んでくれることと思っています。

M・S

『「切なりゆき」樹木希林のことば』 樹木希林著 文春新書 2018

「しっかりとしたいのにしっかりとできない。考え方も堅苦しく、柔軟性に欠ける。これは自分にかけた呪縛のような

ものだ、と最近思うようになりまし
た。もっと楽に、もっとゆったり考
えられた方が、生きるのが楽になるだろ
うな、自分を少し変えたいな。そんな
気持ちで手に取りました。優しい表現
があつという間に読めますが、どうぞ
あつと読み込んでください。ほん
の少しやわらかな自分になれる気が
します。もつとゆったり生きていきま
しょう。

S・M

『置かれた場所で咲きなさい』 渡辺和子著 幻冬舎文庫 2017

変化していくライフステージの中で、「こんなはずじゃなかったのに」と思うことは、誰でもあることです。進学しても、就職しても、子育てをしても、自分が望んだことにはずすなのに、楽しい日ばかりではありません。でも、どんな時にもその状況の中で「咲く」努力をする。現実が変わらないなら、悩みに対する心の持ちようを変えてみる。この本には、心に留めておきたい言葉がたくさんでてきます。ただ強く生きなさいと説くのではなく、生きることにしんどさや、人の弱さも認めた上でエールを送ってくれる、人生の道しるべのような本です。今まで気づけなかつたことや、日々の忙しさの中で忘れてしまっていた大切なことがたくさん詰まっています。少し心が疲れているな

と感じた人は、ぜひ読んでみてください。元気が湧いてきますよ！

『あんなにあんなに』 ヨシタケ シンスケ著 ポプラ社 2021

「いつか大人になるきみへ、むかし子どもだったあなたへ」というこの絵本のメッセージを見て、思わず手にとりました。家庭の中で起こる日常のどの場面を切り取っても、胸があつくなるような宝物のようなひと時だったことを教えてくれる、すべての家族に寄り添う絵本です。変化していく日々の中で、日常のかけがえのない時間をあらためて感じさせてくれます。今この時をもっと大切にしたい！と思う絵本です。皆さんもぜひ、この本を読んで、家族との時間を大事にしてください。

Y・K

『種をまく人』 ポール・フライシュマン著 あすなろ書房 1998

世界的なベストセラーなので、今さらなのですが、この本も「変化」というテーマから思い浮かんだので。舞台はアメリカ北西部。きっかけは一人の少女がゴミだらけの空き地に蒔いたマメの種。荒地は徐々に菜園へと変わり、そこに年齢・人種に関わらずさまざまな人が関わっていき……。種をまく「そんな小さなことから起こるおおきな変化」をぜひ読み味わってほしい。

M・T

『隠居すゝめく』 西條奈加著
角川文庫 2022

代々続く嶋屋を守るためにひたすら商売第一の生活をしてきた主人公 徳兵衛。孫の千代太が、情に深い本来の徳兵衛を引っ張り出して、隠居生活は予想外に賑やかで、今まで培った商才を活かして沢山の人たちを助けることになり、充実した余生を過ごすこととなります。徳兵衛さんがどんどん変わっていく様子をお楽しみに。

『国盗り物語 第1巻』

司馬遼太郎著 新潮文庫 2004
貧しい油売りから美濃のママシとなった斎藤道三、天才的な知略で天下統一を計った織田信長。戦国時代を生きた武将たちのロマン一杯の作品。
H.S

『すぎすぎると天気図鑑空のふしぎがすべてわかる。』 (2021)

『もつとすぎすぎると天気図鑑空のふしぎがすべてわかる。』 (2022)

荒木健太郎著 KADOKAWA
近年、異常気象といわれ世界各地で様々な気象現象が発生しています。その気象現象を読み取るためには、変化の根源を知る必要性があります。

そこで、今回の本を紹介します。この本は、面白くてためになる天気に関する知識を図解や可愛いイラスト、写真を多く使用し、詳しく紹介してくれています。少し、文章が多く感じますが漢字にはすべてルビも振られており、小学生でも読むことができるようになっていきます。
ぜひ、この本を読んで一刻と変化する空を見上げることが楽しくなってもらえたらと思います。 I.F

『WE HAVE A DREAM 201 万国 2021 の夢 X SDGs』 WORLD DREAM PROJECT 編 いろは出版 2021

世界中のいろんな地域の、いわゆるN世代と呼ばれる若者たちの「夢」を集めた本です。2021人の夢を通して、この世には様々な価値観や生き方があることを実感します。

自身が貧しい家庭に生まれ、周囲の支援を受けながら大学を卒業したルワンダの青年は、貧困地域でも質の高い教育を受けられるようにと複合的教育機関を作り、若き才能の育成に努めています。また、ナウル(太平洋南西部に位置する島国)というおそらくみなさんがあまり聞いたことのない国には、世界で最も肥満率が高いという問題を改善し生活状態を向上させようと頑張っている若者がいます。ウクライナの若者は何を望んでいるのかと気になる



なってみてみましょう。た。 (ロシア)によるウクライナへの侵略以前からの寄稿ですが、「侵略ではなく共創しよう」と、工業化で荒れた国土の自然を回復し人間とすべての生き物との共生を目指して活動している女性の姿がありました。

彼らと同じ時代、同じ地球という場所に住むみなさん。あなたたちの夢はなんですか。自分の夢がみんなの夢に変わるとき、世界は1つになるのだと思います。争っている場合ではありません。無関心でもいけません。あなたが描く夢が楽しい未来の「コマ」に変わるように、心から願っています。(ちなみに、この本は英語版もあります。英語の得意な人は英語版で読んでみてください。) 『今日のハチミツ、あしたの私』 寺地はるな著 ハルキ文庫 2019
生きることを諦めかけていた中学生の時に、偶然出会った女性からもらっ

た蜂蜜の味が忘れられず、なんとか前を向いて生きてきた主人公の碧。大人になって、恋人の故郷で養蜂業に携わることになり、見知らぬ土地で徐々にたくましく人生を切り開いていきます。

どんなにどん底だと思えるような時でも、周りには素敵な人たちがいて、自分は愛されていると実感することができれば、人は変われると思います。さらに、「都会のビルの屋上でも養蜂は可能なように、人間もどんな状況でも生きなければならぬ。そして、生きていく限り状況は常に変化していくから、順応していかなければならぬ。」と碧に助言する黒江の言葉から、周りの人たちに自分を変えてもらうのをただ待つのではなく、状況と共に変わっていく(成長していく)自分自身を愛せるようになりたいと心から思いました。ぜひ皆さんに読んでもらいたいと思います。

『新版：十六歳のオリエントの冒険』
上巻 尾行の冒険をする
下巻 車旅行の冒険をする
平田オリザ著 晩聲社 1996
高2の英語の時間に扱った平田オリザさんの旅行記です。著者はなんと中学生でこの旅行を計画し、16〜17歳

の約1年半をかけて各国をまわり、帰国後の18歳の時にこの本を著しています。

英語の教科書にもあったように、1年半の旅行でオリザ少年が大きく変わった(成長した)ことが感じられます。また、誰もがスマホを持つ現代と違い、1970年代はエアメールが主な通信手段で、オリザ少年は新しい国に入る度に大使館へ出向き、家族や友人からの手紙を受け取るのが楽しみだったようです。通信手段もこの半世紀で大きく変わりましたね。

旅行記だけでなく、そうした親しい人との手紙のやり取りも載っています。授業では、カッコつけたような長いタイトルに「厨二病かよ」というような感想もありましたが(笑)、皆さんと同じような年齢でこのような偉業を成し遂げたオリザ少年の熱い思いを、ぜひ感じてもらいたいと思います。(中学生の人もぜひどうぞ!!) K・Y

『中高生のための憲法教室』
伊藤真著 岩波ジュニア新書 612
2006
昨今、憲法を「変えよう」との議論をよく聞きます。ウクライナの状況も関係しているのか、政治家の中には、「敵基地先制攻撃」はもちろんのこと「核兵器」を使えるようにしようとする主張をする人も出始めました。

憲法が変わるといふことは、国の形、私たちが暮らし方が大きく変わるといふこと。法律はその時の勢い、多数決で決められますが、その時の勢いではなく、もっと大きな視点で枠組みを作っているのが憲法。その時たまたま多数決だった人が決めた「法律」は、少数の人や立場の弱い人を守らないことがあります。そして政治家や公務員は本来その人たちを守る義務があるはず。安易に多数決で決めてはいけないことがあるよ！と

いうのが憲法でしょう。だからでしよ、政治家の中には、「国全体のことを考えれば、少数の人のことは考えることができない」「大国のように武器を持って戦争できるのが普通の国だ」とばかりに、憲法を変えたい傾向があるのです。なので憲法99条で「この憲法を守らない可能性のある人たち」を名指して要注意人物に指定しています。『憲法第九十九条 天皇又は摂政及び国務大臣、国会議員、裁判官その他の公務員は、この憲法を尊重し擁護する義務を負ふ。』



緊急事態がどうの、他国が攻めてきたらどうの：現在の憲法では本当に対処できないのかを真剣に議論もせずに変更しようとする動き。この本をよく読んで、皆さん自身が、本当に変えるべきかどうか、変えろとすれば何をどう変えるか：いや、何より今の憲法をそれほどちゃんと知っているのか？そうどうす、まず現在の憲法が何を大切にしようとしているのか、よく知ってからじゃないかな。

『正体』梁井為人著 光文社文庫 2022

自分の「正体」を絶えず「変化」させながら、逃げ続ける男。さて、この男は本当に犯人なのか？そして最後、彼はどうなるのか？読み終えるまでハラハラドキドキです。

ただし、この小説の背景は、なかなかの問題提起となっているように思いますが、すなわち：どんな理由があっても、人が人を殺すことは許されない。では死刑は許されるのか？法律という「理由があれば人を殺していい」のか？「国家が殺す」とは言え、具体的に誰かが絞首刑のスイッチを押す。恐らく法務省の職員のうち、最後にその人の死刑スイッチを押す。すなわち、その職員に殺させているわけです。また冤罪（無実の罪）で死刑を宣告される人も、今までに何人もいました。人が人を裁くことにミスがないとは言えない。死刑制度も色々考えることがあるよな

：。そんなこんなを極上のミステリー仕立てにすれば、この本になります。

A・N

『先生、巨大コウモリが廊下を飛んでいきます！』人間動物行動学 小林朋道著 築地書館 2001

コロナ感染症による変化で、一番印象深いのは「街に人がいなくなつた」とではないでしょうか。その時に話題となつた1つが野生生物の市街地への進出。イノシシやクマなどをはじめとする野生生物が、こんなにも人の生活の近くで活動していたのか！と初めて知ると同時に、人と野生生物の共存の在り方について考えさせられるものでした。この本では、自然に囲まれた鳥取環境大学に次々と起こる、人と野生生物をめぐる「ほのぼのドタバタ事件」を親しみやすい文章で紹介しながら、最後には野生生物との共存についてのヒントを与えてくれます。動物好きなら、動物の生態に興味のある人におススメです。



『容疑者Xの献身』東野圭吾著 文春文庫 2008

「変化」にも色々あります。形の変化、状態の変化などなど。その中に「視点の変化」というのもあるのではないのでしょうか。本書はご存知ガリレオシリーズの有名な作品。映画を観たという人も多いと思います。この作品の中で、登場する数学教師の「たとえば、幾何の問題にみせかけて、じつは関数の問題であるとか」や、主人公である湯川博士の「あの試験の本質は素粒子論にある。物性論の試験だからといって、ほかの理論は無用と決めつけるな。」というセリフが出てきます。まさに、視点の変化で、本作品の重要な力ギになります。これ以上詳しく書くことネタバレになつてしまうので、あとは是非読んでみてください。最近よく「コロナで社会が変化した」といって、何でもかんでも「コロナのせいにしていきますが、見方を変えろ」と実はコロナが原因ではない変化もあるのでは？と、ふと思えます。

N・N

『コーヒーが冷めないうちに』川口俊和著 サンマーク出版 2015
もし過去に戻ることができたら、皆さんはいつの時代に戻りたいと思いますか。「その席に座ると、自分の望んだ過去に戻ることができる」という不思議な噂のある喫茶店を舞台に物語は進んでいきます。ただし、そこには非常にめんどくさいルールがあります。映画化もされていますので、見たこ

とがある人もいると思いますが、家族、愛など時代が変化しても、大切にしたいことを再確認させてくれる作品だと思います。

H.H

『クマにあつたらどうするか』

姉崎等ほか著 ちくま文庫 2014
「アイヌ民族最後の狩人」が、クマにあつたときにどうすればいいか、自身の狩りの記憶などをもとに語る。人とクマ・動物との距離感や生息環境が変わる中で、私たちは昔の人が当たり前のように持っていた「知恵」を失ってしまつた。いつどこでクマに会うかわからなない。その時のための知識を得るだけでなく、先人の「知恵」の1つを取り戻す1冊にもなっている。ただし、ここに出てくる「クマ」はヒグマ。本土に出るのは基本的に小柄なツキノワグマのはず。まあ、ヒグマのほうが大きすぎて凶暴だと言われているから、いいか……。純粋に読み物としても面白い。

『戦争は女の顔をしていない』

スウェーデン・アレクシエーヴィイチ著 岩波現代文庫 2016
漫画版 KADOKAWA 2020-
とありえず、漫画版で軽く押さえて、原作？に移行すると読みやすい。オムニバス形式の「体験記」なので、いきなり原作を読んでも十分に読めるはず。第2次世界大戦下の独ソ戦で、ソ連の女性たちの体験記をまとめたも

の。変わるもの、変わらなものの、色々あるけれど、これが、戦争なんですすよね



S.M

『本当の戦争の話をしよう世界の対立を仕切る』

伊勢崎賢治著 朝日出版社、2015
ロシアのウクライナ侵攻を受けて、国際政治・国際秩序について疑問を持つたり、考えを始めた人は多いのではないだろうか。この本の著者は国連PKO幹部や日本政府代表として、東ティモール、シエラレオネ、アフガニスタンで武装解除などに従事した方。「キレイゴト」だけでは解決できない紛争の現実を知ると、世界の戦争・紛争・内戦に対する見方・考え方が大きく「変化」すると思えます。

『シン・ニホン』

安宅和人著 ニュースピックス 2020
「AI」の登場・進化は、世界を大きく「変化」させています。既に「変化」しているし、これから更に「変化」させるでしょう。そもそも、よくいう「AI」と

は何であるか、それによってこの先にどういう世界が待っているのか、自分は何を準備するべきなのか、そんな疑問に著者は幅広い視点で答えてくれています。中学生には少し難しいかもしれませんが、読むなら早い方が良いでしょう。

T.S

『桐島、部活やめるってよ』

朝井リョウ著 集英社文庫 2012
田舎の県立高校の頼れるキャプテンの「桐島」が、理由も告げずに突然部活をやめてしまった。彼が部活をやめてしまったことがきっかけとなり、周囲の人たちに大きな「変化」が起きていく。部活のチームメイトはもちろん、学年や性別の壁を越えその「変化」は広がっていく。彼の周りにはいる人物に起きた「変化」とはどんなものなのか？そして、登場人物を通して見える「桐島」の人物像とは？高校生たちの心境の変化をリアルに、そして美しく描いた青春群像劇：是非読んでみてください！

M.N

『自分の顔が好きですか？顔の心理学』

波シユニア新書 2016
山口真美著 岩波
脳科学や心理学などの見地から「顔」の認識について書かれたこの本。第一印象を良くするためには？視線が怖く感じるのなぜか？黒目(瞳孔)が大きくになると魅力的にみえるのは本当

か？などきつと生徒のみなさんも一旦読み始めたら興味深く読み進められる内容だと思えます。

私はこの本を読んで改めて表情の大切さを感じました。人の第一印象やコミュニケーションの中で表情から読み取る情報が相手に対して抱く感情に繋がります。今はマスクに覆われて表情も読み取りづらい状況ですが、マスクを外した時には友達のものな表情に目を向けてみてほしいなと思えます。
M i

Japan Knowledge で検索できる、豊島ミホさん著『大きらいなやつがいる君のためのリベンジマニエール』岩波ジュニア新書 2015 をおすすめします。

このなかで、作者は自分の高校時代の体験から、理不尽な仕打ちを受けた相手やそうだった環境のなかで、自分はどう対処すればよかったんだらうと、時が経つてから振り返っています。大人になってからも、すべつてが思いどおりになるわけではなく、失敗しつつもそれを分析し、



「自分なりのリベンジ」の方法を見つけだしています。

いま友人との関係に悩んでいる人、なんとなく教室にいたくない人、原因や理由はそのれぞれ異なるでしょうし、これを読んだからといって答えが見つかるわけではないかもしれません。ですが、なにか気持ちに楽になるヒントをみつけてもらえたら、そして少しでも前向きに過ごせるように、何かに挑戦することで、学校生活に変化を及ぼすことができたらいいな、という期待をこめて紹介させていただきました。

ほかに、『思春期ってなんだらう』『性について語ろう』なども、Japan Knowledge から読むことができます。本としてオススメです。

目次をクリックすると、その内容のページまでジャンプできるので、忙しくて時間がない人は興味のある部分のみ読むこともできます。

また Japan Knowledge には、それぞれ別の教科に特化した本もたくさんそろえてあります。得意な教科がある人はもちろん、苦手な教科もマンガや、わかりやすい解説から入ること、で、すきになるかもしれないかもしれません。ぜひ使ってみてくださいね。M・T

高校生向け

『死にたいけどトッポッキは食べたい』ペク・セヒ著 光文社 2020

この本は題名も面白いし、絵もかわいかったので手に取ってみました。読みはじめると日頃の不安や憂鬱な気持ちを精神科の先生とともに改善していくという内容です。本当に少しずつ気持ちが楽になったり、考え方が変わっていきます。この本には劇的な変化はありません。自分の考え方を変えることはこんなにも時間が必要なのだと考えさせられる本でした。

H・T

『ルース・バイダー・ギンズバールグ』ジェフ・ブラックウェル&ルース・ホブダイ編 あすなろ書房 2020

彼女は女性弁護士が全米にまだ3%しか存在しない時代に法曹界を志し、自分の信念を貫き社会を変えていきました。インタビュ形式でもとても読みやすく、彼女の生き様・考え方を知ることができます。どんな女性か一度読んでみては、いかがでしょうか。

M・S

『もののははれ 短篇傑作集』 ケン・リュウ

ケン・リュウ著

ケン・リュウは、中国系アメリカ人で、ネビュラ賞・ヒューゴー賞・世界幻想文学大賞の三冠を受賞するなど新進気鋭の作家です。また弁護士、プロ

グラマー、翻訳家と多彩な顔を持っています。彼の短編集の中で「円弧(アーク)」という作品は、不老不死を扱ったもので、いつまでも老いず死なないという変化しない事が逆に変化を考えさせるものです。また「波」という作品は、おとめ座61番星を目指し400年という長い旅路に就いていた海の泡号が舞台です。旅の途中で、地球から「人類は死を克服した」という一報が届きました。世代交代をしつとも旅を続ける彼らにとって、自然な死を選ぶか、不老不死の身体を手に入れるかの選択が生まれます。しかし話はそれで済みませんでした。おとめ座61番星に到着した彼らを迎えたのは？

『幼年期の終り』 アーサー・C・クラーク

2001年宇宙の旅等有名なアーサー・C・クラークの代表作です。ある日

世界各地に巨大なCFOOが飛来、異星人は、カレルレンと称し、地球を管理下に置くことなどを宣言します。と言っても彼らは地球を支配・侵略するよ

ゆる苦悩から解放され、楽園のような世界が実現しました。果たして彼らの目的は？そして地球の運命は？変化し進化する地球人と、既に進化が止まったカレルレンの対比の中で壮大な物語が展開します。 S・T

『神様のカルテ3』 夏川草介

映画化、ドラマ化された作品でもあり、特に第1巻である「神様のカルテ」

を読んだ人は多いと思います。この物語は「神様のカルテ2」、「神様のカルテ3」、「神様のカルテ0」、「新章 神様のカルテ」と続きます。主人公の一止が医師として、一人の人間として成長していく姿や物語に登場する様々な人々の生きる姿は強く心に訴えるものがあります。長い夏休みです。じっくりと全巻読破してみたいかがでしようか。特に「神様のカルテ3」のあるシーンで、「医者にとつて大事なことは続けることだ。」というセリフが出てきます。このシーンに至るまでのストーリーがあつ



てこそですが、医者に限らずだと深く心に響きました。他にも、強く心に響くたくさんの言葉があります。どのよ

うな言葉が自分の心に響くかも楽しみ

にできると思います。読後に自分の心

に訪れる変化が何かしらあると思いま

す。 Y・Y

火を熾(おこ)したことはあるでしょ

うか。マッチは使いません。ライターも

使いません(チャッカマン、ファイアスタ

ーター、その他装置も使いません)。そ

の辺に生えて枯れている草や木を拾っ

てきてナイフで加工し、摩擦熱で熾し

ます。力いっぱい擦り合わせた木屑の

中に小さな火種が生まれたら、丁寧に

息を吹きかけて育てます。細い煙が太

くなり、濃密さに限界を迎えた瞬間、

手の中に炎が出現します。自然素材か

ら自らの手で引き起こした科学的変

化です。

炎にまつわる本を2冊紹介します。

『焚き火の作法』 寒川一著 学研

プラス2021は 焚火の達人による

「火道」とも言うべきガイド本。小さく

美しい火を焚き続けるための心得と

ともに、焚き火の楽しさを教えてくれま

す。美味しい焚火料理を目標に出かけ

たくなる一冊。

『火を焚きなさい』 山尾三省著

野草社 2018は、私たちが忘れてし

まっている原始の感覚を呼び戻す詩集

です。

山に夕闇がせまる、子供たちよ、ほらもう夜が背中までできている、火を焚きなさい、お前たちの心残りの遊びをやめて大昔の心にかえり、火を焚きなさい（一部抜粋）
心の中に情景が浮かんだ人は、ぜひこの続きを。

（※右記2冊の発火方法は、摩擦式ではありません。摩擦発火の方法は Youtube がわかりやすいです）

H・M

『空の中』 有川浩著 角川文庫

2008

20XX年、上空での飛行機事故が相次いで起こり、原因を探ると、知性を持った未知の生物がいた！というやや奇想天外な設定から始まる物語です。巨大で、真っ白な円盤のような姿でのちに「白鯨」と呼ばれ世間を騒がせることになるが、その対応をめぐって様々な人が登場しドラマを繰り広げていきます。読み進めるうちに、人間とはどういふ生き物なのかというのを深く考えさせられます。時代や設定は今の世界とは違いますが、あらゆる闘争が繰り返されている現代に即した部分があり、大変「刺さる」内容になっています。謎の生命体の運命やいかに。また、何かを間違ったとき人間はどうするべきなのでしょう。か。気になる人はぜひ、読んで一緒に悩み、結末を見届けましょう。

M・K

『食べる』 頭木弘樹著 医学書院 2020

「ひきこもりが

悪い」とどうにか

部屋(家)から出そ

うとする世の中だ

ったのに、SARS-

CoV-2により「外

に出ることは悪”

とこぞって叩く世

の中に様変わりし

ました。価値観と

いうのはあつという

間が変わるもので

すね。そして病気を

することで気づく

多くのこと、幸福

なのか幸福でない

か一概には言えませ

んが、私たちにと

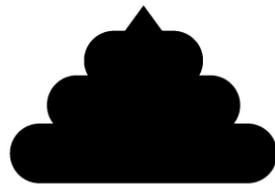
ってほんの少しの想

像力が絶対的に必

要だと気付かされる

一冊です。

S・M



『昨夜のカレー、明日のパン』 木皿泉著 河出文庫 2016

きっかけは実力考査だった。本作品の一部が話題されてきた。生徒に解説できるように何度も読み返しているうちに、再び読みたくなくなって手に取った。すると、1回目はずらとしか感じられなかったテツコのころの「変化」が、2回読むと、じゅわっつと感じられたのだ。7年前25歳で死んでしまった夫、一樹。いまも一緒に暮らすギフ、

恋人の岩井さん。嫁テツコがどのように「変化」していくかは……。

M・T

『数学ガールの秘密ノート 微分を追いかけて』 結城浩 著 2015

クリエイトタイプ 2015
ユリー、テトラちゃん、ミルカさん、そして「僕」の4人の中、高生が繰り広げる数学トーク。内容的には高校2年生の内容が多く含まれています。数式の意味がよくわからなくても4人のトークの雰囲気を楽しむだけでもいいかもしれません。変化の様子を調べる「微分」がテーマの本です。K・S

『三十の反撃』 ソン・ウオンピョン 著 矢島暁子訳 祥伝社 2021

主人公のキムジハはソウルオリンピックの年(1988年)生まれの平凡な女性。30歳になっても非正規雇用で、日常に閉塞感や生きづらさを感じながら半ばあきらめモードですが、ギョオクをはじめとする個性的な人たちと出会い、次第に社会に対して声を上げようともがき始めます。

自分が動いても社会が急激に大きく変わることはないかもしれません。でも、黙っていても状況は変わりません。勇気を出して一歩踏み出すことにより、少なくとも自分の中で何かが変わ

り、自分らしく生きるきつかけにな
る、そんな勇気をもたらせる一冊です。

『六人の嘘つきな大学生』 浅
倉秋成著 角川書店 2021

就活をテーマにしたミステリー。と
にかく伏線回収が見事です。まるでパ
ズルの一つ一つのピースが次々にはま
っていきかのような展開はとて爽快
で、就活を経験してなくても一気に読
めます。最初は登場人物たちは皆一癖
ある嘘つきな若者たちだと思っていま
したが、読後にはそのイメージもガラ
リと変わります。

一つだけ違う観点から意見を言うな
らば……この本の時代設定は2011年、
十年以上経つ現在でも就活の形態は
何一つ変わっていません。日本のこの異
常な就活のスタイルをなんとか変えな
ければと思います。これは私たち大人
の責任、私たち大人が変わらなければ
なりません。 K・Y

『不良少年の夢』 義家弘介著
知恵の森文庫 2005

複雑な家庭環境で育った一人の「不
良少年」が、ある学校の教師との出会
いにより、「教師になる」という夢を持
つ。どうしようもない不良が劇的に変
化していく様子、また、壮絶な著者の
半生がリアルに描かれている。夢を持
つこと、一つの目標に向かって突き進
むこと、熱い気持ちを忘れないこと、
人と人との出会いや縁を大切にするこ

と……読めば感じる、熱い男のストーリ
。

『退化の進化の足跡ーヒトの
こころの進化の足跡ー』 犬塚則久
著 講談社ブルーバックス 2006

生物における大きな変化といえは
「進化」。ヒトは原核生物から単細胞生
物、多細胞生物、無脊椎動物、脊椎動
物、哺乳類、霊長類、人類と変化して
きました。そして、その変化の証拠は
「退化器官」や「痕跡器官」として私た
ちの体に残っています。本書は、そんな
ヒトの体に残る痕跡器官などを他の生
物と比較しながら解説してくれます。
「耳の中にサメのあご」「頭のてっぺんに
トカゲの眼」など、各章のタイトルは面
白く、でも、読めばなるほど……と思
えます。生物の進化(変化)が生活環境
の変化への適応であることを考える
と、現在のコロナウイルスへの適応もい
ずれヒトのどこかの器官の退化を引き
起こすのかも!? ヒトの体のつくり
や、生物の進化に興味のある人におス
スメです! N・N

『クラバート』 プロイスラー作 中
村浩三訳 偕成社 1966

少年クラバートは、荒れ地の水車場
の見習いになり、親方から魔法をなら
います。ところが三年後、自由と一人
の少女の愛を勝ち得るため、生死をか
けて親方と対決する日がやってきます
……。ドイツの一地方に伝わる「クラバ

ート伝説をもとに、プロイスラーが十
一年の歳月をかけてえがきあげた壮
大な長編小説です。

この作品は私が大学で児童文学を
専攻していた頃に出会ったものです。
胸をどきどきさせながら読み進めてい
く、読書
の楽しさ
を実感
した作
品の一つ
でした。



古い作
品です
が、外国
の不思議
な物語
語が好き
な人は、
ぜひ読み
てくださ
い。 N・O

『花神』 (上・中・下) 司馬遼太郎著
新潮文庫 2002

みなさんが生まれる前(1971年)に
NHKの大河ドラマにもなった小説で
す。周防の村医から一転して討幕軍の
総司令官となり、維新の渦中で非業の
死を遂げたわが国近代兵制の創始者
大村益次郎の波瀾の生涯を描く長編
小説。上・中・下と3冊にもわたる物語
ですが、幕末という時代の変化の中
で、大村益次郎という人物がどのよう
に生きたか、是非一読してみてください。
Y・T

『アルジャーノンに花束を』
ダニエル・キイス著 ハヤカワ文庫
2015

25年くらい前に一世を風靡した作品です。皆さんのご両親世代は、タイトルを聞いたことがある人も多いはず。一人の青年の知能指数の変化と、心の有り様の変化と、とあるネズミへの気持ちの変化が描かれていきます。科学の発展がもたらした切ない「現実」に涙せずにはいられません。近年、どうやら本当に「現実の技術」として世の中のできてきているとかいないとか：最初は少ししんどいですが、波に乗ったら一気に読めますので、是非高校生のうちに読んでほしい一作です。

著 講談社文庫 2022
『歴史とは靴である』 磯田道史
歴史学者の著者が2019年に鎌倉女学院高等学校で行った特別公演を起したものにビリギヤルなどを行った対談を加えたものである。

天邪鬼な私は流行物があまり好きではなく、この学者も「胡散臭いもの」として見ていた。しかし、テレビ番組で、「普通見れないところまでテレビなら見せてくれるからテレビの仕事をとっている」「これがあるからやめられない」と趣味全開で語り、仲の良い城郭系の学者と（呼ばれていないのにお互いの取材に参加して）女子高生張りのテンションできやっきやきやきやとはし

やぎ倒す姿を見て、学者の本筋を見た気になった。彼の出る番組は民放からNHKへと格？があがり、まじめな番組もいくつも持たれるようになっても城郭系の学者といちゃいちゃ：

そんな先生が高校で講義をされたものだとこの中で興味深く手に取ってみました。普段一生懸命に覚えてくる歴史のあれこれを事例にあげたりしながら、「歴史とは何か」「なぜ（歴史の）勉強をするのか」と言った事を彼なりに考え、話してくれています。話言葉なので、中学生もちよつと頑張れば読めると思います。普段の学校の勉強に嫌気がさしている人ほど、読んでほしい一冊です。

S・M

『読書力』 斎藤孝著 岩波新書
2002

「リケジョ」に「歴女（れきじょ）」、「鉄女（てつじょ）」と来れば、本好きの「読女（どくじょ）」があってもよからう。中高生ならば「山ガール」ならぬ「本ガール」の方が可愛らしいかも。自称大いに結構、この夏は「本ガール」に「変化」を遂げて、ひたすら精読、熟読、玩味の生活をしてみてはいかが。スマホの検索履歴を見れば、その人が考えていることが分かるというが、ひと昔前なら、家の書棚をじっくり眺めれば、その人の思考回路が理解できると言っていたものだ。貴女の本棚に加えておいて

ほしい基本の一冊がこの新書。巻末には、おすすめ文庫本100冊がピックアップされているから、先々の「スマホブックシエルフ」作りにも苦勞しない。

N・A

『私とは何か——「個人」から「分人」へ』 平野啓一郎著
講談社現代新書 2012

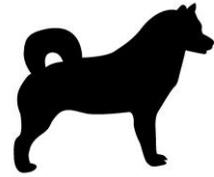
この本を読めば、「自分探し」が不要であることが分かるはず。小説家平野啓一郎が分かりやすく「私」を説いてくれます。読めば、自分に自信を持てるかも。これも「変化」。

『はじめの』 島本理生・辻村深月
宮部みゆき・森絵都著 水鈴社
2022

大ブレイクの YOASOBI が直木賞作家とコラボした短編4作品。テーマは「はじめの」。日常にありそうな作品と非日常的な作品を両方味わえます。さすが、直木賞作家。さすが、YOASOBI。読後感もさまざま。「すっきり。じーん。わく。…」小説があなたの日常に「変化」をもたらします。

『犬がいた季節』 伊吹有喜著
双葉社 2020

青春小説です。掌編が重なって、最後に全てがつながります。間違いなく清々しい気分になります。高校生のあなた、大人になったあなたに読んでいただきたい小説です。



最後に「変化」の対義語が「不変」だとすれば、そんなものはありません。「変化」を求めずとも、私たちが変わることを余儀なくされていきます。

大切なことは書物を手取る一步を踏み出せるか否かということだと思えます。どうぞ図書館に足をお運びください。

K・Y

①『夜と霧』 ヴィクトール・E・ランクル(旧訳:霜山徳爾,新訳:池田香代子) みすず書房 2002

②『フランクル』夜と霧』への旅 河原理子著 朝日文庫 2017

今年度のテーマが「変化」だ何って、私はいつものように連想していきました。人間について。変化するもの・しないもの、変化できるもの・できないもの・してはいけないもの、いずれにしても引き継ぐべきもの・わかつたうえで引き継がないもの・引き継ぎたいけれどそれが困難なもの・引き継ぎではすまされないもの、というふう。そのうえで生徒の

皆さんに読んでほしい本は何かなとつらつら考えてみました。

①は心理学者フランクルの強制収容所体験の記録です。人間とは何かと考えたくなる時、まず読みたいくなる本です。私が最初に読んだのは、霜山徳爾さんの格調高い訳でしたが、恐ろしい写真等もたくさん入っていました。二〇〇二年の新訳の本では、フランクルの本文だけがわかりやすく訳されています。②は①の解説ともいえる本。とても好きです。本のカバーに書いてある文章を転記します。―強制収容所体験の記録『夜と霧』をはじめ、精神科医フランクルの著作が、日本中で静かに読み継がれている。越えがたい苦しみを抱えながら、フランクルの言葉を生きる支えとする人々と、彼の人生をたどり、「それでも人生にイエスと言う」思想の深奥を追う。―

『バルリンは晴れているか』 深緑野分著 ちくま文庫 2022

帯にあるとおり、まさに「第二次大戦直後のドイツを舞台に迫真の臨場感で描かれた歴史ミステリの傑作」!一九四五年七月、ナチス・ドイツの敗戦で、米ソ英仏四か国の統治下におかれたバルリンが舞台です。世界史の教科書に書かれている史実を踏まえ、うえで読んでほしい。

ドイツ人少女アウグステの恩人にあたる男が米国製の歯磨き粉に含まれた毒による不審死を遂げる。米国の兵

員食堂で働くアウグステは疑いの目を向けられつつ、なぜか陽気な泥棒を道連れに彼(死んだ男)の甥に訃報を伝えに旅立つ。

―これはカバーに書かれたあらすじの一部。ナチスが悪いとか、ソ連の内務人民委員部が悪いとか、アメリカ軍の憲兵隊に野蠻で悪い人間がいたとかどうか?、そういうことではなくて、「至この」人間が持つ醜さと美しさが描かれているなあと思います。映画絡みの話がたくさん出てくるところも好ましく、一九八三年生まれの若い方がこの物語を書き上げたということにも感動。ぜひ!

M・U

『保健室のアン・ウニョン先生』 チョン・セラン著 亜紀書房 2020

養護教諭アン・ウニョンが新しく赴任した高校には、目に見えない邪悪な「何か」がいた。BB弾の銃(1日22発)とレインボーカラーのおもちゃの剣(1日15分)で戦う先生。悪態をつきながらも奮闘する彼女につられ、まわりの人々もなんと



く変わっていくような…？ポップだけ
どシリアスで、軽くも深くも読める1
冊です。 A・T

『わたしは「ゼロ弾きのゴースト」
中村哲が本当に伝えた
かったこと』

中村哲著 NHK出版 2021
アフガンスタンで、病院の設立や水
源確保のための水路建設を行うなど
活躍された医師の中村哲さんは、
2016年に凶弾に倒れました。「ゴツコ
ツやれば可能だと思えます」「頑張れば
何とかできそうだな」、そんなふうにい
つも答えている中村さん。本気で変え
たいと思いつく行動すること変えられる
ということ、何かを変えるために必要
な姿勢とはどのようなものなのかを、
見せられた気がしました。読み終えて
からもう一度、表紙(帯)の写真を見て
ほしいです。 K・K

『なげのなげ、宇宙へいく
鯖街道を宇宙へつなげた高
校生たち』 小坂康之・林公代著
イーストプレス 2022

2021年、宇宙飛行士の野口さん
がISS(宇宙ステーション)の中でさば
の缶詰を食べているYouTubeを、た
またま私は見ていたのですが、宇宙食
IIフリーズドライの思い込みが一変！
フワフワと浮かんでいるさば缶の中身
は地球上と同じものでした。この本

は、その野口さんが食べていたさば缶
を作った福井県立若狭高等学校(前小
浜水産高等学校)の、14年間にわたる
「それまでのさば缶が「宇宙食のさば
缶」になるまでのノンフィクションです。
廃校寸前の教育困難校と言われた水
産高校で、何気ない生徒のひと言から
生まれたさば缶ですが、その言葉を拾
い上げた先生、自分の課題にして取り
組んだ生徒、教育の場としての学校、
見守る地域：関わった多くの人の協
力で、若狭から京都までだった「鯖街
道」が、地球を離れて宇宙までつな
がりました。

K・M

『災害支援に女性の視
点を！』 竹信三恵子編 岩波ブッ
ク 2012

岩波ブックレットはさまざまなテ
マに関して専門家がコンパクトにまと
めたもので、レポートにはもってこい
です。ジャパンナレッジでは70冊セレクト
されています。

災害は人々を「平等には襲わない」。
高齢者や障害者のほうがより死者が
多い。弱者はより被害が大きい。そし
て災害から身を守るはずの避難所が
必ずしも女性避難者にとっては安全な
場所ではない、ということが、わずか
70ページで語られています。女性への
配慮が欠ける避難所の実態、女性関連
の支援物資の不足。阪神・東日本大震

災時、避難所で性的被害にあった女性
の言葉は取り上げられることが少な
かった。兵庫県にもあるワンストップセン
ターの紹介、海外の
支援状況、
見過ごさ
れがち
な配慮の
ポイント、
「COV」な
ど多様な
支援の可
能性を提
案してい
ます。世
界は良
い方にも
悪い方
にも
変わる。
より「変
化」を求
めていき
たいです
ね。

Y・M



※図書館の夏休みの開館時間は
8:45～16:15です。

8月4日(木)～18日(木)と土曜日は
閉館です。

☆ジャパンナレッジスクールのパス
ワードを忘れた人は登録しな
おしま
すから図書館まで申し出て
ください。