

058

スポーツ

どうほうしゅつばん
東邦出版

7837



イチロー思考 孤高を貫き、成功をつかむ77の工夫

いちろーしこう ここうをつらぬき、せいこうをつかむ77のくふう

こ だ ま み つ お
著 児玉光雄

野球に対するイチローの生き方が「77の工夫」として載っています。僕も野球をしているので、いろいろ役に立ったり参考になったりすることばかりです。ここに出ている例を二つ取り上げてみます。「自分が定めたものを追い求める。」「一番になれるものを見つけよう。」

おもしろいので、ぜひ読んでみてください。僕はイチローの生き方がカッコいいと思います。
／北山中 S.T

メジャーリーグでも大活躍を続ける、イチロー選手の思考パターンを探る語録集。数々の成功を収めてきたイチロー選手の考え方を学ぶことができます。

059

スポーツ

げんとうしや
幻冬舎

7834



察知力

さっちりょく

な か む ら し め ん す け
著 中村俊輔

中村俊輔さんは、サッカー日本代表の選手です。察知力とは、今何をするべきかを察知する能力であると書いてあります。俊輔さんは、察知力がなくてざせつしたことがありました。中学の時に入っていた横浜Fマリノスのジュニアユースで、中二の時はスタメンだったのに中三になったら試合に出られなくなりました。その時は、なぜ試合に出られないかを考えずに、「自分の方がうまいのに」と愚痴ばかり言っていたそうです。この本は俊輔さんのサッカー人生の出来事の中でいろんな経験が書いてあって察知力をどうみがいていたかも書いてあって、楽しいので、ぜひ一度読んでください。／牧の池中 G.H

中村選手の唱える、「状況を判断し、今、何をすべきかを察知する力」は、サッカーだけでなく、ほかのスポーツや学校生活でも大変役立つ力です。

060

133キロ怪速球



133キロ怪速球

133キロかいそっきゅう

著 山本昌

この本は、中日ドラゴンズの200勝投手山本昌選手が、自分自身のことを書いた本です。内容は、イチロー選手のように豊かな才能を持っていなかった自分が、どうして200勝できたかが書いてあります。中には、マイナーリーグの選手からスクリーンボールを教わったことや、歯医者での全身麻酔事件などのおもしろい話なども書いてあります。最後には、正しい努力の方法なども書いてあり、中学生でもすぐ読みやすい本です。ぜひ読んでみてください。／浄心中 K.H

才能や素質に恵まれていなくても、山本昌投手のように正しい努力と工夫を続ければ、様々な壁を乗り越えていけると勇気づけられる本です。

061

スポーツ

げんどうしや
幻冬舎

7837



男道

おとこみち

著 清原和博

清原選手の、幼い頃から野球だけに打ちこんできた姿や、親友の桑田選手との出会いなどが書かれています。清原選手の男らしさに感動する一冊です。

062

スポーツ

せいびどうしや
成美堂出版

7837



キミも甲子園球児になれる!

きみもこうしえんきゅうじになれる!

著 成美堂出版編集部

高校野球強豪校の設備や練習方法、戦法などが書かれていて、野球好きには最高の本なので絶対に読んで方がいいですよ。



I like books!!

What is your favorite book?

063

スポーツ

アールズ出版

7834



魂のゴールキーパー川口能活

たましいのごーきーぱーかわぐちよしかつ

にしかわしやうさく
著 西川昭策

著者の西川先生からいただいた、「迷った時は、より厳しい道を選べ…」という言葉を胸に頑張ってきた、サッカー元日本代表川口選手の本です。

064

スポーツ

ベストセラーズ

7837



野村の「眼」—弱者の戦い

のむらの「め」—じゃくしゃのたたかい

のむらかつや
著 野村克也

野村克也さんの野球に対する取り組みだけでなく、人生論などが書かれていて幅広い思考ができるようになります。



I like books!!

What is your favorite book?

ざんてい い いん
選定委員からの
メッセージ

スポーツ



「スポーツ」では、「頑張っているのに結果がでない」などと悔しい思いをしている人に読んで欲しい本が、たくさん選ばれました。中村俊輔選手やイチロー選手など、サッカーや野球で活躍している選手の本を読むと、その世界で頂点を極めた人でもスランプやざせつがあり、どのような考え方でどのよう克服してきたかがわかります。しかも、現在リアルタイムで活躍している選手の本なので、中村選手やイチロー選手が、直接自分に語りかけてくれるような気になります。勝ちたい、上達したいと激しい練習に取り組むだけでなく、一流の選手は独自の視点で、何が大切で何をしなければいけないかを見抜き、それを実践しています。こうした姿勢は、サッカーや野球に限らず、ほかのスポーツでも、さらには勉強や生活でも生かすことができると思います。サッカーや野球が好きな人はもちろん、そうでない人もぜひ読んでみてください。何か壁を乗り越えるヒントを必ずもらえるとと思います。

065

エッセイ

こうだんしゃ
講談社

779



京大芸人

きょうだいいげいにん

著 菅ひろふみ
菅広文

この本は菅君に「芸人になろう」と言われて、宇治原君がOKをして、芸人になった話です。この本には、宇治原君がどのような勉強をして、京大に受かったのかということが書いてあります。宇治原君の勉強法がとても詳しく書いてあるので、どんな予備校よりも実践的で、どんな参考書よりもおもしろいです。宇治原君が頭がいいヒミツは、納得できるくらい勉強したことや、独自の勉強法でやったからだなあと思いました。／北山中 H.K

お笑いコンビ・ロザンのクイズ番組での活躍ぶりを見ていると、勉強法の効果にも期待できそうです！

066

エッセイ

しょうがくかん
小学館

9146



おんぶにだっこ

おんぶにだっこ

文 さくらももこ 絵 さくらももこ

『ちびまるこちゃん』が絵と文になったものです。実話なので共感できる部分なども数多くあります。

067

エッセイ

げんどうしゃ
幻冬舎

779



ベッキーの心のとびら

べっきーのこころのとびら

著 ベッキー

落ちこんだとき、泣きたいときに読むと元気になる本です。勇気づけられたり、共感できる言葉などがあります。



I like books!!

What is your favorite book?

068

いのち
命しんちようしゃ
新潮社

9136



夏の庭 —The Friends

なつのにわ ーざ ふれんず

作 湯本香樹実

「おじいさんが死ぬところ、見てみないか。」河辺は、友だちの木山、山下に奇妙な提案をしました。そして三人は空き家のような家に住む、弱ったおじいさんをずっと見張ります。そのうちに三人はおじいさんと仲良くなり…。「人が死ぬ」ということはどんなことなのか。彼らは、自分なりに答えを見つけていきます。言葉に言い表せないような感情が、よく分かるように表現されていて、最後はとても感動しました。夏にぴったりのさわやかな話です。／北山中 N.O

友情の深い木山、山下、河辺たちとおじいさんとの交流に、思わず笑ったり、涙したりしてしまう場面があります。こんなすてきな出会いがあるといいですね。

069

いのち
命

マガジンハウス

916

明日もまた生きていこう
十八歳でがん宣告を受けた私

あしたもまた生きていこう じゅうはっさいでがんせんこくをうけたわたし

作 横山友美佳

バレーボール生活が一気に闘病生活になった横山さんの実話です。この人のように強く生きられるだろうか、という考えさせられる本です。

070

いのち
命ふそうしゃ
扶桑社

936



アシュリー ～All About Ashley～

あしゅりー ～おーる あぼうと あしゅりー～

著 アシュリー・ヘギ

難病のため、14歳なのに90歳近い身体のアシュリー。彼女は自分の運命を悲観せず、前向きに明るく毎日を生きます。

071

いのち
命かどかわしよてん
角川書店

916



電池が切れるまで

でんちがきれるまで

編 すずらんの会

「命」と向き合う子どもたち一人ひとりの、「前向きに生きよう」「生きていることが誇り」という思いが伝わってきます。

072

こころ せい ちよう
心の成長

ポプラ社

933



赤毛のアン

あかげのあん

原 ルーシー・モード・モンゴメリ 訳 村岡花子

前向きで正直で、とても優しいアンは、私にとってお手本のような存在です。

マシュウとマリラは、農場の手伝いをさせるため孤児院から男の子を引き取ることに。ところがやってきたのは、おしゃべりでやせっぽち、緑色の瞳と赤毛で、そばかすだらけの11歳になったばかりの女の子アン。でも、彼女はマシュウとマリラをひきつけ、幸せな気分にしてくれます。友人ダイアナとの友情、将来の伴りよとなる、宿敵ギルバートとの出会い。アンがどんどん成長していくところが、見どころです。／桜丘中 みかん

100年以上読み継がれている名作。いろいろな訳の本を読むのもおすすめです。

073

こころ せい ちよう
心の成長

小学館

9136



西の魔女が死んだ

にしのみまじょがしんだ

著 梨木香歩

この本は、タイトルは少し暗いけれど、読むと心がじんわり温かくなる話です。「心の元気がなくなったとき」この本を開いてみてください。西の魔女と主人公まいの一月あまりの生活が、その答への手がかりをくれるでしょう。また、自分の生き方を、未来を、決めるのは自分自身。ほかのだれでもない自分の人生だからこそ、自分の足で立ち上がり、歩き出さなければならない。流されず歩いていくことは困難かもしれないけれど、きっとそれは幸せに続いていく。そんなことを教えてくれる物語です。／椋山女学園中 飴玉

紹介した本のほかに、新潮社から文庫本も出版されています。



074

こころ 心の成長

しん 新潮社

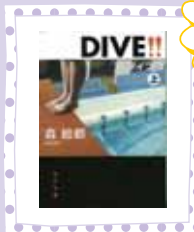
9136

きよしこ

きよしこ

しげ まつ きよ
著 重松清

きつ音だった作者の少年時代の物語。主人公の強い思いは、へこたれそうな私を一喝してくれそうな気がします。



075

こころ 心の成長

かど 角川書店

9136

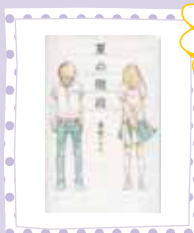
DIVE!! シリーズ

だいぶ!! シリーズ

表紙:DIVE!! 上

もり えと
著 森絵都

主人公が中学生。一つのことにかける思いや、仲間との関係についての難しさなど、きっと共感できる部分があります。



076

こころ 心の成長

ほ ポプラ社

9136

夏の階段

なつのかいだん

なし や
著 梨屋アリエ

五人の高校生が、悩みながらそれぞれの生き方を考えます。五人の思いや考えのすれ違いから、読む人も何かを学べると思います。



077

こころ 心の成長

ほ ポプラ社

933

秘密の花園

ひみつのはなぞの

バーネット 訳 谷村まち子

わがままな主人公メリーは両親をなくし、おじさんにひきとられます。美しい自然に囲まれ、メリーは成長していきます。

こころ 心の成長の
選定委員からのメッセージは
36ページに掲載。

DokiDoki
WakuWaku

It is interesting
to read books.



078

ぼうけん ちょうせん
冒険・挑戦

ポプラ社

9136



「ぼくら」シリーズ

「ぼくら」シリーズ

表紙:ぼくらの七日間戦争

著 宗田理

作者の
宗田理さんから
メッセージ…37ページ

大人のやり方に疑問や怒りをもった子ども達が、自分達だけの解放区を作り、大人達と七日間にも及ぶ戦争をくりひろげる物語です。主人公の中学生たちは、みんないきいきとしていて、たくましくて、読んでいてこっちの胸がすっとするほどそう快です。そして読み終わった後には、私たちがどうあるべきなのか考えさせられる本です。あまり本を読まない人にもオススメです。／牧の池中 翔

「ぼくら」シリーズは、現在名古屋市在住の作家宗田理氏によって、約25年前に誕生。皆さんの先生の中にも中学時代に読んで、胸を躍らせた方がいるはずですよ。

079

ぼうけん ちょうせん
冒険・挑戦

しんちゅうしゃ
新潮社

953



十五少年漂流記

じゅうごしょうねんひょうりゅうき

作 ジュール・ベルヌ 訳 波多野完治

互いに助け合って生き抜くために様々な工夫をしたり、けんかをした少年が仲間と出ていくなど、見どころがたくさんです。

080

ぼうけん ちょうせん
冒険・挑戦

こうだんしゃ
講談社

9136



都会のトム&ソーヤシリーズ

まちのとむあんどソーやシリーズ

表紙:都会のトム&ソーヤ①

著 はやみねかおる

無人島や洞くつ、山奥に行くわけではなく、町中でおこる物語なので、だれでも冒険できるという夢を与えてくれます。



I like books!!

What is your favorite book?

選定委員からの
メッセージ

心の成長



「心の成長」というテーマで選ばれた本は、登場人物がみなさんの年齢に近い人が多く、共感することのできるものが多いのではないかと思います。ここに選ばれたもののほかに、『DIVE!!』の作者である森絵都さんの『リズム』や、『夏の階段』の作者である梨屋アリエさんの『空色の地図』なども候補にあがっていました。もし、紹介した本の中で気に入った本が見つかったら、同じ作者の別の本をぜひ読んでみてください。新しい読書の楽しみ方が見つかるかもしれません。

『赤毛のアン』や『秘密の花園』は、長い間読み継がれてきた名作といわれる作品です。小学生のときに読んだという人でも、時間を置いてもう一度読んでみると、きっと違った発見があります。いろいろな訳の本を読み比べてみるのも楽しいです。みなさんのご両親も読まれたことのある本だと思います。ご家族で、本の感想を話し合ってみてはどうでしょうか。新しい見方が広がりますよ。

選定委員からの
メッセージ

冒険・挑戦



未知への好奇心、忍び寄る危機、困難の克服、互いに助け合う友情、絶体絶命からの大逆転、成功と成長など、冒険・挑戦の物語はいつの時代も若者を魅了してきました。皆さんのおすすめ三作品のうち、『都会のトム&ソーヤ』は平成の定番ですが、「ぼくら」シリーズは昭和から、『十五少年漂流記』は何と明治時代から、当時の若者の胸を躍らせ、今なお、皆さんを勇気づけてくれます。

中学生はいつの時代も大変です。学校、家族、友情、恋愛、将来・・・、無人島よりリアルな「日常」という冒険が待っています。皆さんがこの冒険で、試練に直面し、重大な選択をしなければならないとき、本の主人公たちを思い出してください。『十五少年漂流記』のゴードンたちなら、どのように決断するか、「ぼくら」シリーズの英治や相原はどう立ち向かうのか、『都会のトム&ソーヤ』の内人と創也はいかに切り抜けるのか。

読書で魅力的な登場人物にたくさん出会ってください。彼らのように挑戦し、行動することで、自分が主人公の物語である「人生」をより豊かにしてください。

宗田理さんからのメッセージ

いまでも忘れられない本

ぼくの中学時代は戦争中だった。一年生の夏休みの宿題は軍馬の餌である干し草40キロを提出することであった。

これを夏休み中に集めるのは容易ではない。毎朝早く起きて草探しである。ぼくの住んでいた町から自転車で10分も走ると海の堤防に出られる。その松林の下で草はいくらでも刈ることができた。

早々と草刈りを終えると草を道にひろげて乾燥させた。その間暇があるので松林のかげで読書をした。海の風が快く吹いてきて、読書には絶好の環境であった。ぼくはそこで何冊も本を読んだ。といっても勉強ではない。日本の小説から外国の小説まで、手当たりしだいに読んだ。いわゆる乱読である。

読書に飽きると海で泳いだ。いま思い出しても、楽しい時代だった。それ以来、ぼくの読書好きは止まらなくなった。しかし、やがて戦争が激しくなり、ぼくも死ななくてはならないかと覚悟するようになった。そんなとき、石坂洋次郎の『若い人』を読み、青春とはこういうものかと知った。それまで国のために死ぬことだけを考えていたぼくは、こういう生き方もあるのだと羨ましく思った。本は何冊も読んだけれどこんなに心を動かされたのは、はじめての経験であった。

宗田理

Profile 《プロフィール》

東京生まれ、名古屋市在住。シナリオライター、編集者を経て、『未知海域』で作家デビュー。『ぼくらの奇跡の七日間』『ぼくらの修学旅行』などの「ぼくら」シリーズは多くの中高生から支持を得ている。『ぼくらの七日間戦争』など、映画化された作品も多数。



100冊に選ばれた本

➡ 「ぼくら」シリーズ(35ページ)