

いわての中高生のためのおすすめ図書100選

いわ100

き
つ
と
見
つ
か
る
キ
ミ
の
一
冊



岩手県教育委員会

「いわ100」に関する感想や意見をお寄せください

岩手県教育委員会事務局生涯学習文化財課宛に、FAX、郵送またはE-mailでお待ちしています。

【発行年月】2025年12月／(改訂)

【発行者】岩手県教育委員会(生涯学習文化財課) 〒020-8570 盛岡市内丸10-1県庁10F

TEL 019-629-6176 FAX 019-629-6179 E-mail DB0005@pref.iwate.jp

【編集】「いわての中高生のためのおすすめ図書100選」改訂会議

【印刷・製本】川口印刷工業株式会社



ウェブサイト「まなびネットいわて」 電子版はこちらからダウンロードできます▶

名前

「いわ100」は「令和7年度学校・家庭・地域連携協力推進事業費補助金」を活用して作成しています。

「いわ100」で読書の楽しさを



改訂会議議長 阿部 幸子
(岩手県子ども読書活動推進会議議長)

読書活動は、言葉を読み、感性を磨き、表現力を高め、想像力を豊かなものに、生きる力を身に付けていくために大切なものです。

「岩手県子ども読書状況調査」によると、学年が上がるにつれ、読書から遠ざかる児童生徒の割合が大きくなっています。また、約2割の中学生が「読書が楽しい」と感じられていないことがわかりました。

このような状況をふまえて、中学生のみなさんに、令和7年度改訂版「いわての中学生のためのおすすめ図書100選」(愛称いわ100)をお届けします。今回の改訂では、前回の平成29年度改訂版から58冊を入れ替え、前回と同様の9つのテーマに構成して掲載しています。

ここで紹介している本は、常日頃本と深い関わりを持っている改訂会議構成員が、様々な本の中から「いわての中学生に是非読んで欲しいお薦めの本」を選んだものです。選ぶにあたっては、「本が好きなんにも、あまり本に触れる機会がなかった人にも、どちらにも手にとって読んでもらえる本を選びたい」と考え、読書の楽しさが味わえる本に加えて、短編集や写真集、図鑑、絵本なども掲載しています。

さらに、県内の中学生のみなさんから9つのテーマごとにお薦めの本について意見を募り、寄せられた本の中から選んだ25冊を「いわ100」に掲載しています。

令和7年度改訂版「いわ100」が、心が動かされる本と出会うきっかけになり、多くの中学生のみなさんが読書の楽しさを味わうことができるよう願っています。素敵な本との出会い、みなさんの豊かな未来を切り拓いていく大きな力になってくれるでしょう。

『いわての中学生のためのおすすめ図書100選』を

手にしたみなさんへ

「いわ100」それは未来へつなぐ読書のバトン

岩手県教育委員会

読書は、言葉の力を育み、感性を磨き、表現力や想像力を豊かにしてくれる、かけがえのない営みです。本県ではこれまで、家庭・地域・学校、公立図書館などの場で子ども読書活動の充実に取り組んできました。一方で、ICTの発展やライフスタイルの多様化により、読書時間の減少が懸念されています。

こうした状況を受け、生徒のみなさんが読書の楽しさを味わえるよう、「いわての中学生のためのおすすめ図書100選」(愛称「いわ100」)を県内の中学・一年生や中学校・高等学校、公立図書館等に配布又は周知し、活用を呼びかけてきました。このブックリストは、平成23年度から多くの中学生に読書の魅力を届けましたが、平成29年度の改訂から時間が経ち、リストの中には入手困難な本も増えてきたことから、今年度、8年ぶりに改訂版を作成しました。

令和7年度版では、「今、岩手の中学生にぜひ読んでほしい本」として新たに選定するとともに、県内の中学生から募集した、推し本「145冊の中から25冊を、推薦文とともに掲載しました。また、前回の改訂に引き続き、東日本大震災津波をはじめとする自然災害を経験して綴られた作品など11冊を掲載し、教訓や記録を未来につなげていく一助としたいと考えています。

「いわ100」で紹介している本の中で「心に残る1冊に出会ったときは、ぜひ大切な人に薦めたり語り合ったりして、読書の楽しさを分かち合ってください。

この「いわ100」が、学校や家庭、地域など、さまざまな場面で活用され、素敵な、そしてかけがえのない本との出会いにつながる役割を担うことができれば幸いです。

「いわ100」改訂会議

(役職等:令和7年度時)

議長: 阿部 幸子 (岩手県子ども読書活動推進会議 議長)
副議長: 平留 美子 (洋野町立種木大野図書館 館長補佐兼係長)
構成員: 横 織 千 帆 (山田町立山田中学校 教諭)
今 泉 菊 美 ((株)図書館流通センター岩手県立図書館 サービス第1課)
江 刺 由 紀 子 (NPO法人おなほくらりん 理事)
太 田 和 成 (岩手県教育委員会事務局学校教育室 主任指導主事)
木 崎 千 賀 子 (読書ボランティア肥江ゆめネットワーク 実行委員長)
菊 田 玲 子 (岩手県立図書館 主事)
熊 谷 美 香 (陸前高田市立高田第一中学校 指導教諭)
澤 田 清 美 (岩手県立南陽みらい高等学校 実習教諭)
高 岡 木 夢 依 ((株)図書館流通センター岩手県立図書館 サービス第1課)
中 村 和 宏 (岩手県立水沢商業高等学校 教諭)
箱 石 朋 子 (遠野市立図書館 主任(兼)司書)
前 川 啓 太 郎 (岩手県教育委員会事務局学校教育室 主任指導主事)
諸 岡 理 恵 (岩手県立図書館 主事)

(50音順)

〈作業部会〉

総 括 部 会
B 部 会
A 部 会
A 部 会
A 部 会
A 部 会
B 部 会
B 部 会
C 部 会
C 部 会
A 部 会
A 部 会
A 部 会
C 部 会
総 括



きょうちゃん しんちゃん

教育振興運動
イメージキャラクター

教育振興運動とは
子ども、親、学校、地域、行政の
5者が連携を固め、
地域の教育課題を
解決する岩手県独自の
教育運動です。

いわ100改訂に向けて

目 的

本県独自のブックリストによる
中学生の読書推進

- ・様々な本と出会うきっかけづくり
- ・現在の社会状況に応じた本のリストへの見直し
- ・災害の教訓・復興を学ぶことができる本との出会いづくり

いわての中学生のためのおすすめ図書100選 改訂会議

A部会

[担当]

テーマ3・7・9

B部会

[担当]

テーマ2・4・5

C部会

[担当]

テーマ1・6・8

統括部会

各部会の選書の調整と確認、
原稿集の確認、本の準備等、
全体に関わる作業

- ・ブックリストに掲載されている本のうち、入手可能な本を可能な本に置き直し、紹介文を作成する。
- ・ブックリストに掲載されている本のうち、入手可能なものの中で、社会状況に照らしあてられ、本がどうか検討して置き直し、紹介文を作成する。
- ・中学生から応募のあった本の中から掲載する本を検討する。

中学生の
おすすめ本の公募



県内の中学生を対象に、
おすすめの本と紹介文を公募

New は、新たにリストに加えたタイトルです。

中 は、中高生から推薦されたタイトルです。

A 中 New	1 死なないやつら 極限から考える「生命とは何か」……	28
A 中 New	2 セカイを科学せよ！	29
A 中 New	3 深海問答 海に潜って考えた地球のこと……	29
A 中 New	4 月と星座 夜空への誘い	30
A 中 New	5 鳥類学者だからって、鳥が好きだと思っとな。	30
A 中 New	6 進化しすぎた脳……	30
A 中 New	7 世界で一番美しい 元素図鑑	30
A 中 New	8 選書「マ」 「ユーマ」を味わう	32
A 中 New	9 家族が愛したじやなく 愛した家族がたまたま……	32
A 中 New	10 ないもの、あります	32
A 中 New	11 店長がバカすぎて	32
A 中 New	12 チョコレート工場 秘密……	33
A 中 New	13 100万回死んだな 覚え違いタイトル集	34
A 中 New	14 なりたて中学生初編……	34
A 中 New	15 坊っちゃん	35
A 中 New	16 しゃべり	35
A 中 New	17 猫語の教科書……	35
A 中 New	18 鹿男あをによし	35
A 中 New	19 選書「マ」 「読書の楽しみに目覚める」	37
A 中 New	20 夏の庭……	37
A 中 New	21 常緑かるかや怪異譚	38
A 中 New	22 ぼくは勉強ができない	38
A 中 New	23 霊媒と通霊……	38
A 中 New	24 「また、必ず会おう」と誰も言った。	39
A 中 New	25 魔道の原罪	39
A 中 New	26 階段途中のビッグ・ノイズ……	39
A 中 New	27 サクリファイズ	40
A 中 New	28 5分後 意外な結果 ex アファマリンからあふれる涙……	40
A 中 New	29 変な家	40

A 中 New	30 選書「マ」 「若手県作家・舞台を読む」	42
A 中 New	31 不可能を可能にする大谷翔平120の思考……	42
A 中 New	32 虹色はたる 永遠の夏休み	43
A 中 New	33 氷柱の声	43
A 中 New	34 カラフル(阿部隆子/著)……	43
A 中 New	35 踊るジョーカ	44
A 中 New	36 雲を紡ぐ	44
A 中 New	37 遠野怪談	44
A 中 New	38 新編 銀河鉄道の夜	45
A 中 New	39 一握の砂・悲しき玩具 石川啄木歌集	45
A 中 New	40 銀河鉄道の父……	45
A 中 New	41 口語訳 遠野物語	45
A 中 New	42 選書「マ」 「災害を見つめ立ち上がる」	47
A 中 New	43 まさきの虎	47
A 中 New	44 海よ光れ！ 3・11被災者を励ました学校新聞	48
A 中 New	45 震災アカラを訪ねる 3・11現在進行形の歴史って？	48
A 中 New	46 身近にあふれる「自然災害」が3時間でわかる本	49
A 中 New	47 わたしはじつし新聞社	49
A 中 New	48 16歳の語り部……	49
A 中 New	49 津波でんでんこ	49
A 中 New	50 フクシマ・能登・そしてこれから	50
A 中 New	51 三陸鉄道 情熱復活物語……	50
A 中 New	52 予想・観察でわかる！ 大気の変化4 異常気象	51
A 中 New	53 マンガでわかる 災害の日本史	51
A 中 New	54 五十音順さくいん	51
A 中 New	55 気になる本、読んだ本、友だちにすすめる本など、チェック欄を活用してみよう。	51

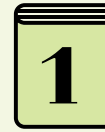
A は、アクセシブルな書籍があるタイトルです。

※ P.40 参照

CONTENTS

A 中 New	「いわい」で読書の楽しさを……	2
A 中 New	「いわての中高生のためのおすすめ図書100選」を手にしたみなさんへ……	3
A 中 New	選書「マ」 「人とのつながり・友情・愛を考える」	7
A 中 New	1 ぼくらの七日間戦争……	7
A 中 New	2 52ヘルツのクジラたち	7
A 中 New	3 きみの友だち	8
A 中 New	4 カラフル(森絵都/著)……	8
A 中 New	5 砂礫墓子の弾丸は撃ちぬけない	8
A 中 New	6 退出ゲーム	9
A 中 New	7 砂漠……	9
A 中 New	8 風が強く吹いている	10
A 中 New	9 いのちのおはなし	10
A 中 New	10 ワンダー	10
A 中 New	11 あの花が咲く丘で、君とまた出会えたら。	10
A 中 New	選書「マ」 「よのなか・社会を考える」	12
A 中 New	12 さがしています……	12
A 中 New	13 ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー	13
A 中 New	14 考える練習をしよう	13
A 中 New	15 センス・オブ・ワンダー……	13
A 中 New	16 13歳からの地政学 カイソクとの地球儀航海	14
A 中 New	17 人は話しかけが9割	14
A 中 New	18 宗教が変わった世界史 ヒストリーリファクター1冊ある……	14
A 中 New	19 偉人は神じゃない 麻布中央病院外科	15
A 中 New	20 子どものためのニッポン手仕事図鑑……	15
A 中 New	21 一生モノのキャリアを身に付けよう	15
A 中 New	22 わたしは食べるのが下手	15
A 中 New	選書「マ」 「不思議な世界を冒険する」	22
A 中 New	23 ファラオの密室……	22
A 中 New	24 成瀬は天下を取りにい	22
A 中 New	25 ウルド昆虫記バタを倒しにアフリカへ	23
A 中 New	26 かみの孤城……	23
A 中 New	27 トムは真夜中の庭で	23
A 中 New	28 シャーロック・ホームズの冒険	24
A 中 New	29 モモ……	24
A 中 New	30 アルケミスト 夢を旅した少年	25
A 中 New	31 竜が呼んだ娘……	25
A 中 New	32 近畿地方のある場所について	25
A 中 New	選書「マ」 「科学の魅力を学ぶ」	27
A 中 New	33 シノガタスクリより大きいものについているの……	27
A 中 New	34 日常は数学に満ちている	27
A 中 New	35 そのまじい未来へ行けず、まじい未来へ行く	28
A 中 New	36 今森光彦 ナイチャーフット・ギャラリー……	28
A 中 New	選書「マ」 「この人の生き方から学ぶ」	17
A 中 New	37 南極の食卓 女給主人の人間性を見つめよう	17
A 中 New	38 沢村栄一伝 日本の未来を変えた男	18
A 中 New	39 シリアで猫を救う	18
A 中 New	40 脳性麻痺のアイリスを育てて 母と娘の物語	18
A 中 New	41 木を植えた人	19
A 中 New	42 いつまでもいつまでも元気	19
A 中 New	43 藤井聡太は、こう考える	19
A 中 New	44 覚悟の磨き方 超訳吉田松陰	20
A 中 New	45 アンネの日記	20
A 中 New	46 頂を目指して	20

選書テーマ



人とのつながり・ 友情・愛を考える

いつだって、あなたがいて、
私がいる。



①
**ぼくらの
七日間戦争**
宗田理／著

大人対子供の戦い。熱い青春
がここにある。

大人を相手に反乱を起こした中
学生たちの、七日間の大戦争。大人
VS子供という対立を描いてはい
ますが、読後感はずいぶんやさし
い。行から25年以上たっても色あせる
ことなく、現役の中学生にも大人
気。ぜひとも十代のうちに会って
ほしい一冊です。



©KADOKAWA

②
**52ヘルツの
クジラたち**
町田そのこ／著

孤独な声が響き合う、心に寄
り添う物語。

この本のタイトルでもある52ヘ
ルツのクジラとは、誰にも聞こえな
い超音波で鳴く、世界で一頭だけの
孤独なクジラのことです。この本に
登場する少年「ムジ」は、このクジ
ラのように過去に思い出したくも
ないような辛い事情を抱えており、
そんな彼と同じような人生を歩ん
できた女性・真樹との、52ヘルツの
声を通じた大きな関係が見所です。

【中学生推薦】



©中公文庫

③
きみの友だち
重松清／著

八人の「きみ」が奏でる物語に、
真の「友だち」をみる。

「友だち」とは何なのか、「みんな
とは誰なのか。誰でも一度は感
じたことがあるであろう気持ちや
葛藤を、登場人物たちが共有して
くれる。自分の弱さを痛感させら
れる一冊です。八人の「きみ」の中
にあなたが居るかもしれません。



©新潮社

4

カラフル

森絵都／著

「ぼく」の再挑戦が描く、心の色彩と命の意味。

下界で小林真となり、再挑戦する「ぼく」。彼の前に現れる様々な人間関係のトラブルに対し、彼は立ち向かっていきます。人の良いところと悪いところに触れて、再挑戦の生活を送っていく真から、人間関係やつながりの大切さを考えさせられます。人間は他の人に支えられて生きていく、ということを知ることができる本です。

【高校生推薦】



© 文春文庫

5

砂糖菓子の弾丸は撃ちぬけない

桜庭一樹／著

実弾がほしい。自分で生活できる力。本当の力。

生き残った子供だけが、大人になる。中学生のなぎさは、自分のことを人魚だと言う不思議な転校生、漢屑と出会います。大人になることを戦いに例え、痛みを抱えながら生きる二人の心の複雑さは、多くの中高生が共感できるものだと思います。



© 角川書店

6

退出ゲーム

初野晴／著

青春フルエンジン、「ハルチカ」コンビの謎とき事件簿！

弱小吹奏楽部に所属する元氣いっぱいの子力と、幼なじみの頭脳明晰でどちよつと情けないハルタ。吹奏楽界の最高峰「普門館」をめざして奮闘する二人は、なぜか校内で起こる難事件に次々と巻きこまれるはめに。笑えてじんとする吹奏乐的青春ミステリーです。



© 角川書店

7

砂漠

伊坂幸太郎／著

輝けるオアシスの記憶は、砂漠でもぼくらを守るだろう。

タイトルの「砂漠」はいずれみなさんが旅立つ社会のこと。これは砂漠の手前である「オアシス」、大学が舞台のお話です。一生の仲間との出会いがあり、バカみたいなことに一生懸命になって、こいつらとなら砂漠へ出てもやっていく。そんな勇気の出る物語です。



© 新潮文庫

8

風が強く吹いている

三浦しをん／著

「速く」よりも「強く」なりた。青春一直線の駅伝小説。

お正月の「箱根駅伝」を見たことはありますか？総距離200km余りの苛酷なレースに挑む、十人の大学生の物語です。十人のほとんどが駅伝経験なし、補欠もなしの無名チーム。それでもどこまでも一生懸命な十人がたすきをつないだ時、奇跡が起こります。



© 新潮社

9

いのちのおはなし

日野原重明／著

「いのちは時間」生きていくって、そういうことなんだ！

時間を使うということは「命」を使うこと。「心臓は命を動かすモーターだよ」と作者は話します。「命」をどう使おうかと決める「心」は見えないけれど、見えないものこそ大切にすべきです。空気は見えますが、人が生きるのに大切だということに似ています。一日一日を大切にしたい本です。



© 講談社



よのなか・ 社会を考える

へ〜! そうなんだ。
こんな仕組みがあったんだ。

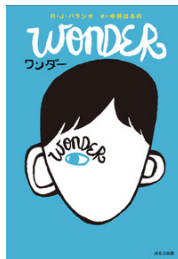


ワンダー

R. J. バラシオ
中井はるの 訳著

自分の中の何かが、世界が変わる、そんな力を持つ物語。

主人公オーガストは、外見以外は普通の男の子。ただし外見以外は。彼が生まれたとき、医者には顔を見て気絶した。五年生から学校に行くことを決意。毎日が事件の連続。オーガストや取り巻く家族、友人の心情が丁寧に描かれ、真に大切なことは何かを考えさせられる。最後のページにつづられるオーガスト達の「格言」に、力強く背中を押されることでしょう。



©ほるぷ出版

あの花が咲く丘で、 君とまた出会えたら。

汐見夏衛 著

時を越えた恋! 君が生きた証は、花となって丘に咲く。

親や学校、全てのことによりライラする百合。ある日、母とケンカをして家を飛び出し、目を覚ますとそこは70年前の日本だった。通りかかった彰に助けられ、彼と通じ合ううちに百合は彰に恋をする。しかし彼は特攻隊員で数日後には戦地に飛び立ち、国に命を懸ける。それを聞いた百合はどのような行動をとるのか!?



©スターツ出版文庫

【中学生推薦】

「いわ100」を手にする
中高生の皆さんへ

改訂会議構成員からの メッセージ①

困難に直面したとき、進む道に迷いが生じたとき、みなさんの道標となってくれるのが本です。本もみなさんの出会いを待っています。本との対話を通して、自分の世界を豊かなものにしていくってほしいです。

綾織 千帆

「いわ100」には様々なジャンルの本が紹介されています。手にしたらまずページを開いてみてください。その瞬間から読書は始まっているかもしれません。素敵な本たちがあなたをお待ちしています。

今泉 菊美

さがしています

アーサー・ビナード／著
岡倉禎志／写真

「ピカドン」を体験した「ものたち」の声に今こそ耳を澄ませよう。

「ヒロシマを知っているものたちがさがしています」大切な人々を、未来に続く道を。「アメリカに生まれ、原爆投下の必要性和正当性を教えられた作者が、ヒロシマで「ピカドン」と出会う。広島街を歩き人々と出会い語り合い、資料館の展示物の声なき「ものたち」に耳を澄ます。「カタリベ」となって「ものたち」の声をあなたも。



© 童心社

ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー

ブレイディみかこ／著

時に傷つきながら、まっすぐ今を歩む君に贈りたい。

筆者は英国の南端の街ブライトンに住んでいます。息子の中学校生活の最初の一年を綴ったこの作品は、日常生活の中の差別や格差で複雑化した社会を赤裸々に描いています。息子が通う中学校でも様々な問題が起きますが、彼は自分の目で確かめ、考え、歩いていくのです。イエローでもホワイトでも、ブルーでもない、自分だけの色を求めて。



© 新潮社

考える練習をしよう

マリリン・バリンズ／著
左京久代／訳

「もうダメ」よく口にする言葉。そんな時にお勧めの本！

君の頭の中には、どんな問題にだって取り組むことができる「道具」が実はもう備わっている。その道具をスムーズに使いこなすには、こわばった頭をときほぐすことが必要だ。「先入観をフチこわせ」「コツを覚えよ」。この本には、楽しみながら考える筋肉をつけていく問題がどっさり詰まっているよ。



© 晶文社

センス・オブ・ワンダー

レイチェル・カーソン
上遠恵子／訳著

美しいもの、未知なもの、神秘的なものに目をみはる感性！

目を新しくしてくれる一冊。たとえば、森の苔を、視線をずっと低くして見る。「そのながめは、熱帯のジャングルのようにです。苔の中間にはいまわる虫たちは、うっそうと茂る奇妙な形をした大木の間をうろつくトラのように見えます。」と筆者は語る。地球の美しさに感動する心があれば、生きること、絶望することはない！



© 新潮社

13歳からの地政学
カイゾクとの地球儀航海

田中孝幸／著

二ユースでみかける世界を自分の目と頭で考えてみよう。

二ユースを見ると、世界で起っている戦争や、他国の政治状況、貿易状況等を発信している。それらは、日本にいる自分達には関係ないことだと思っていないだろうか？世界はひとつにつながっている。他国の影響をそれぞれに受けながら成り立っているのが世界だ。世界を知ろう。世界を知ることが、あなたの人生の大きな一歩となる。



© 東洋経済新報社

人は話し方が9割

永松茂久／著

あなたの「話し方が変われば、未来もきっと変わるはず。」

学校では、話したり発表したりする場面がたくさんありますが、「どう話せばいいの」と、悩んでいる人も多いと思います。この本では話し方のポイントが37の項目で紹介されています。今、あなたが気になる項目のページを開いてみましょう。きっと「明日、あの人と話してみよう」と思うはずです。あなたの大切な人とたくさん話してくださいね。



© すばる舎

宗教が変えた世界史 ビフォー・アフターが一目でわかる

祝田秀全／監修
かみゆ歴史編集部／編

宗教が動かした歴史の謎を読み解く旅へ。

世界を変えた宗教のできごとをオールカラーでビジュアル解説してくれれます。社会などで学んだ宗教のできごと説明が詳しいです。ユダヤ教やキリスト教、イスラム教の教義や神の呼び名まで載っています。社会の勉強になるだけでなく、さらに知りたいことが学べるところがおすすです。

【中学生推薦】



◎朝日新聞出版

高中生からの 選挙入門

谷隆一／著

正しく選挙を知ろう！一票に自分の未来を託すために。

選挙ってどんなもの？興味がない一面倒そう！10代の人たちにしてみれば大人のことだと思いかもしれません。でも、18歳から与えられる権利です。皆さんは、一人の有権者になるのです。この本は、選挙に関する疑問に答えてくれます。まず興味のあるページから！10代から20代の若い世代による本音座談会も掲載しています。



◎ベリかん社

俺たちは 神じゃない

麻布中央病院外科
中山祐次郎／著

命と向き合う現場での、外科医たちのリアルな葛藤と覚悟。

病院が舞台の物語です。第四章までの中で、僕のおすめは第二章です。「俺たちは神じゃない」というタイトルの第二章では、フィクションだと考えるのではなく、ぜひ自分だったらどう思うか、自分だったらどうしたかなど、自分と照らし合わせて読むことで、多くのことを学ぶことができます。

【中学生推薦】



◎新潮社

子どものための ニッポン手仕事図鑑

大牧吾吾／監修

日本人ならではの職人技。これも？という驚きがいっぱいあります。

皆さんは、どの手仕事に興味を持っていますか？ほっき職人、輪ゴム鉄砲職人、食品サンプル職人？この本では、昔から受け継がれてきた伝統的な手仕事から、近年のニーズに合わせた手仕事まで、様々な39の手仕事を紹介されています。コツコツと長い時間をかけて磨いた職人技。100年後の日本にも継承されていてほしいです。



◎オークラ出版

一生モノのキャリア を身に付けよう

垣田光哉／著

自分の視点を大切に。夢に描くビジネスパーソンとなるために。

副題にあるように、10年後にはAIなどが人間の仕事の半分を奪うといわれています。でも、未来の皆さんには、自分らしさを失わず「ビジネスパーソン」として活躍し続けてほしいと思います。この本には、成長企業26社の経営者からのメッセージが込められています。自分の将来の仕事へのヒントを見つけてください。



◎ダイヤモンド社

わたしは 食べるのが下手

天川栄人／著

食べることを通して、命と心の多様性に触れる物語。

会食恐怖症の菜と摂食障害の咲子、宗教上の理由で食べることができないものがあるラマワティが登場します。それぞれ違った理由で食べられない食べ物がある中で、3人はぶつかり合いながらもつらいのは自分だけではないということを知っていきます。多様性や命の大切さについてとても考えさせられる本です。

【中学生推薦】



◎小峰書店



この人の 生き方から学ぶ

生きるヒントがここにある。



24
南極の食卓
女性料理人が極限の地で
見つけた暮らしの知恵
渡賀淳子／著

環境や将来など色々なことに
目を向けさせてくれる一冊。

南極の料理人の仕事は、限られ
た食材で30人もの人に一年間料理
を作り続けること。環境や一緒に
過ごす人への配慮など、まさに未
知の世界。そんな中、失敗や後悔が
あってもやり抜き、また南極に行
きたいという渡賀さんの強い意志
に感動します。自分の夢を実現さ
せたい時、いかに努力し考えるか
という参考にもなる一冊。



©家の光協会

25
渋沢栄一伝
日本の未来を変えた男
小前亮／著

高い志と変化に対応する柔軟
さが新しい時代を切り拓く。

「日本の資本主義の父」と呼ばれ
る渋沢栄一。農家に生まれながら
幕臣となった後に、明治新政府の
役人として活躍するも、民間の力
が日本経済の発展につながると思
じて大蔵省を辞職。民間の銀行や
株式会社の制度を築き、生涯で約
五百もの企業に関わることになり
ます。激動の時代に未来を切り開
いた渋沢栄一の波乱に満ちた半生
を描いた一冊。



©小峰書店

26
シリアで猫を救う
アラブ・アルジャーニル
ミヨダイアナ・ジャリール
大塚敦子 訳

戦火の中で命を救い、猫を守
る「キャットマン」の実録。

シリア内戦の激戦地アレッポで
自前の救急車を走らせ、負傷者の
救助活動をしていたアラブ・アル
ジャーニル氏。戦禍により飼いの
猫を失い、置き去りにされた多くの
猫たちの保護活動も行った彼は「ア
レッポのキャットマン」とと呼ばれ
るようになります。貧しい人や子
どもたち、動物を助けるためにア
レッポに留まり続けたキャットマ
ンの貴重な記録。



©講談社

27
脳性まひの
ヴァイオリニストを育てて
母子で奏でた希望の音色
式野啓子／著

困難を越えて響く、母子で紡いだ希望の音色。

著者の式町さんが脳性まひの息子育てていく話です。脳性まひとは、身体のまひなどが出る病気だそうです。式町さんもがんに冒され、時には周りに迷惑をかけてしまふけれど、息子が小さい頃から始めていたヴァイオリンでプロデビューを果たします。お世話になった方々へ思いをつづるところがおすすめ場面です。

【中学生推薦】



©主婦と生活者

28
マザー・テレサ
世界のもっとも貧しい人々をたすけた
神の愛の宣教師、その修道女
シャーロット・グレイ／著
橋高昌枝／訳著

限りない愛の奉仕―現代のもっとも人道的な行いを伝える。

貧しい人を助けたいという一念で、一人で街に出たマザー・テレサ。小さなことでも、出来ることから一つ一つ始める姿に、心を打たれます。彼女の献身に多くの人が心を動かされ、協力の輪がどんどん広がります。人間の素晴らしさを語り、希望を与えてくれる一冊。



©偕成社

29
木を植えた人
ジャン・ジオノ／著
原みち子／訳

荒れ地に蒔かれた希望は、やがて森となる。

私は「継続」が苦手だ。この本に登場する男は30年にわたって、木を植え続けた。立ち足はかかる困難にもくじけずに。この「継続」の成果はものすごく大きなものだった。この男の生き様を読み、弱い自分と対峙した。前立ちを覚え、後悔が降りかかってきた。でもきつと今が、自分を変えるチャンスなのだ。「継続」が目標だ。

【中学生推薦】



©こぐま社

30
いつまでも
いつまでも元気で
特攻隊員たちが遺した最後の言葉
知寛特攻平和会館／編

戦争に青春時代を奪われても、未来を信じる言葉が遺された。

知寛の美しい海から、再び還ることのない出撃を前に残された、若者たちの手紙。十八歳から二十九歳までという、青春真っ只中のはずの若者が、命を賭けて、家族をこの国の未来を守ろうとしました。個人では逆らいきれない戦争という暴力に直面し、決して諦めず、自分たちの死の先にある希望を見つめていた若者たちの言葉は、今ある命を宝物だと感じさせてくれます。



©草思社

31
藤井聡太は、
こう考える
杉本昌隆／著

まっすぐに将棋と向き合つて、それが彼を強くする。

弱冠20歳10カ月で名人位を獲得し、その後、史上最年少で八冠を達成した藤井聡太棋士。なぜ、彼はその偉業を成し遂げることができたのか。将棋との向き合い方を通して、天才と呼ばれる彼の頭の使い方やエピソードと共に紹介。集中力や構想力の秘密など、目標に向かって上でのヒントがきつと見つかる一冊です。



©PHP研究所

32
覚悟の磨き方
超訳吉田松陰
池田貴将／編訳

迷いを力に変え、未来への覚悟を磨きたい人に。

これからの生活や人生について考えることができる本です。おすすめる理由は、1ページ1ページに書いてある言葉や文を読むと、「確かに」と納得できたり、色々なことを学ぶことができたり、これからそうしよう」と思えたりするからです。吉田松陰が残した言葉が短くまとめられていて読みやすいので、ぜひ読んでみてください。

【中学生推薦】



©サンクチュアリ出版



不思議な世界を 冒険する

わくわくドキドキ！
～空想(ゆめ)の世界で遊びたい～



©文藝春秋

十三歳の誕生日に父親から贈られた日記帳に、十五歳になった八月一日までの思いが綴られます。ユダヤ人として生まれたというだけで、ナチスに怯えながら隠れ家に暮らし続けなければならなかった少女は、いつか戦争が終わった時に公開されることを期して、日記を書き続けました。最後まで希望の言葉が記され続ける少女の日記は、平和と生の尊さを、私達に強く訴えかけてきます。

アンネの日記

増補新訂版

アンネ・フランク 著
深町眞理子／訳

ア

33



©徳間書店

日本代表としてバレーボール界で活躍する石川祐希選手が自分の人生を振り返って書いた本です。現在は世界的な強豪チームベルジャでプレーをしています。石川祐希選手の「現状維持ではなく、向上するためには前回以上の目標を掲げてクリアしていくことが必須だ」という考え方がわかります。目標の持ち方を示してくれる言葉が刺さる一冊です。

頂を目指して

石川祐希 著

ア

New

34

頂の景色を目指す「石川祐希」の言葉。

「わーわー」を手にする
中高生の皆さんへ

改訂会議員からの メッセージ②

この本を選ばず中高生さんにとって友達のような存在になりうるのか。贈り物を考えるみたいで楽しかったです。皆さんをわくわくさせたり、感動させたり最高の本たちです。この本もいろいろ感じてたら友達にも紹介してくださいね。

江刺 由紀子

世界を広げ、新しい自分を見つけていく。どの本と出会い、どんな世界が広がるかはあなた次第。中高生の今だからこそできる読書体験は、豊かな人生を送る未来の自分の大きな力になっているとしよう。

太田 和成

人生はあつという間。世の中はたくさん本で溢れていますが一生のうちといった回数本が読めるでしょうか？「一冊でも多く「心」に響く本を読んでもいいと選んだ100冊です。今すぐ手に取って読んでみてください。」

菊池千夏子

ファラオの密室

白川尚史／著

古代の謎が現代に響く、驚きの真相が待つ密室ミステリー。

古代エジプトで亡くなった神官の主人公が、現世に戻って自分が亡くなった事件の捜査を進める中で、もう一つの大きな事件に直面するという話です。この本ですすめたいところは、最後に真相がわかることです。犯人の正体はまさに思いもよらない人物です。

【中学生推薦】



©宝島社

成瀬は天下を取りに行く

宮島未奈／著

信念を貫く女子高生が巻き起こす、予測不能な青春旋風！

空気なんて読まない、でもまっすぐな言葉が誰かの心を動かす。成瀬あかりは、突拍子のない言動で周囲を翻弄しながらも、自分の信念を貫く女子高生。滋賀の街を舞台に、予測不能な日常が巻き起こり、感動がじわじわと広がっていきます。こんな女の子、見たことない。読み終えたとき、きっとあなたも天下を取りにいきたくなります。

【中学生推薦】



©新潮社

ウルド昆虫記 バッタを倒しに アフリカへ

前野ウルド浩太郎／著

現地で巻き起こる出来事は、真正正銘の「冒険」でした。

バッタを愛してやまない筆者が、西アフリカのモリタニアに渡ったのは31歳の青。言語も文化も異なる地での研究はハフニングの連続で、まさに冒険の毎日です。農作物を食い荒らす「サバクトビバッタ」の防除技術の開発は果たして成功するのでしょうか。「好き」を原動力に突き進む姿に、あなたもきっと世界へ飛び出たくなるはずですよ。



©光文社

かがみの孤城

ア
中高
New

辻村深月／著

鏡の向こうにあった居場所と希望。涙のファンタジー。

様々な悩みを持ち学校に一步踏み出すことができない7人の中学生が登場します。その7人の中学生は家の鏡の中をくぐって、狼の面をつけた少女がいるお城で出会います。この7人のように様々な悩みを持った人が希望を持てるような、大きな感動に包まれるお話になっていますので、ぜひ読んでみてください。

【中学生推薦】



©ポプラ文庫

トムは 真夜中の庭で

ア

フリリバ・ピアス／著
高杉一郎／訳

単調な毎日に退屈して、刺激がほしいあなたにおすすめ。

親戚のうちに休暇を過ごすトムは、真夜中に謎の時を打つ古時計に導かれ、夢と現実の間を往復する体験をします。ヴィクトリア朝時代の少女との友情や「時」を旅する好奇心と感動が生きて伝わってきます。イギリスの田舎の情景も鮮やかに見えてきます。



©岩波書店

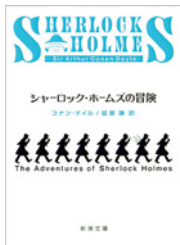
シャーロック ホームズの冒険

ア

アーサー・コナン・ドイル／著
延原謙／訳

世界的に有名な私立探偵の推理冒険物語。

私立探偵ホームズが解決した事件をワトソン医師が文章で記す、というスタイルの推理小説です。著者の医学の知識やインド赴任の体験も生かされ、当時の大英帝国の繁栄とその闇を垣間見ることが出来ます。現代でもホームズの作品から影響を受けた小説、映画、コミックがあります。まずはオリジナルを読んでみませんか？



©新潮社

モモ

ミヒヤエル・エンデ／著
大島かおり／訳

「時間」の意味に、たった一人の女の子が立ち向かう。

澄んだ黒い瞳をもつ小さな女の子、モモ。彼女は「時間の花」をめぐる物語に巻き込まれてしまします。果たして、モモは時間どろぼうから人々の時間を取り戻すことができるのでしょうか。本当の「時間」の意味と「幸せ」を学ぶことができる一冊です。



©岩波書店

香君
西から来た少女

上橋菜穂子／著

香りは声になり、命をつなぐ。植物と人が響き合う共生の世界観。

神の力を宿しているものの周りの人にそれを届ける術がないアイシヤ、普通の人であるのに関わらず神と崇められているオリエ。そんな対照的な2人が帝国の禁忌に触れ、政治に左右されながらも周囲の人の協力を受け帝国の危機を防ぐと努力する、そんな行動に心温まるところが魅力だと思います。

【高校生推薦】



©文藝春秋

アルケミスト
夢を旅した少年パウロ・コエリョ／著
山川絃矢、山川亜希子／訳

夢にわかってあるきはじめるための大きな勇気をくれる一冊。

夢をきっかけに旅に出た羊飼いの少年。旅を通してさまざまな出会いをし、そこからさらに自分の内面へと旅をする。魂が宇宙のエネルギーと結びついていく。自分をしはっているのは自分だけだったという気づき。傷つくのを恐れることは、実際に傷つくよりもつらいものだ……。きつとあなたにとっても一生の宝物となる一冊。



©角川書店

竜が呼んだ娘

柏葉幸子／著

竜に呼ばれた少女ミアは王宮へ。そこに隠された謎とは？

谷底にある罪人の村では、竜に呼ばれた子どもだけが村を出ることが出来る。竜に呼ばれた少女ミアは、村を出て瑠璃色の王宮で暮らすことになる。そこで待つていたのは不思議な魔女や竜騎士との出会いだった。やがてミアは、奇妙な運命に巻き込まれていく。米児童文学賞を受賞した若手県出身の著者が描く、胸躍る本格ファンタジーシリーズ。



©講談社

近畿地方の
ある場所について

背筋／著

その場所を知ったら、もう戻れない……。衝撃のホラーミステリー。

ライターである主人公は、自分が執筆する本の中で、消息を絶てしまった友人の情報提供を求めます。その情報源はインタビュ、月刊誌、データ掲示板など多岐にわたり、そのどれも「近畿地方のある場所が関わっている」と分かれます。調べるにつれて明かされていく恐ろしい真相、意外なラストに驚きを隠せないホラー作品です。

【高校生推薦】



©KADOKAWA

「いわ100」年にする

中高生の皆さんへ

改訂会議構成員からの
メッセージ③

誰にも言えないつらさを抱えている時、自分とはとりほったた感じるとき、本はあなたの最も親身な友人たり得るでしょう。本があなたの居場所となり、あなたが自身で人生を選ぶための力となるよう願います。

木村玲

生徒に紹介されたり、友人に勧められたりした本は、どうしてあんなに面白いのだろう。きつと「あなたへ」という温かな思いがあるからです。そんな思いを込めて、このいわ100」を君に贈ります。

熊谷美香

ページを飛ばして読んでも、途中の章から読み始めても大丈夫。読書に決まりごとはありません。「かかげのない1冊」に出会うきっかけとしての「いわ100」を活用していただけたら嬉しいです。

澤田清美

選書テーマ



科学の魅力を 知る

ようこそ！
サイエンス・ワールドへ。



46
ア
シロナガスクジラより
大きいものっているの？
ロバート・E・ウエルズ／著
せなあいこ／訳

大きいってどんなこと？ やさしくユーモラスな科学絵本！

地球上の全ての生き物の中で一番大きいシロナガスクジラ。それよりも大きいエベレスト山。それよりも大きい地球、それよりも大きい太陽……どんどん探していくと宇宙の銀河までたどり着く。地球を100個網袋に詰めたり、太陽をオレンドジに見立てて100箱詰めにしたりと、その比較方法がとてもユニーク。



©評論社

47
New
日常は数学に
満ちている
三谷純／著

「数学的な思考が大切、と言われてもピンとこない」が解決！

教科書に載っている公式を覚え、難しい問題を解いていく数学。これが何の役に立つの？と感じることはありませんか。ジャンケン・トーナメントではバーが最強。スーパードラゴンでは使われている数字にある法則。新幹線の座席が二列と三列に分かれている理由。日常生活と数学の接点を楽しむ解説しています。数学の新たな魅力を発見できる一冊です。



©山と溪谷社

48
ア
New
そろそろタイムマシンで
未来へ行けますか？
SFで身につく「科学」の教養
齊田隆哉／著

タイムマシンや宇宙船で冒険したい君たちへ。

名作SFにはわくわくする近未来が描かれています。タイムマシン、宇宙旅行、宇宙人との交信、不老不死、人工冬眠、特殊スーツなど夢は広がります。これらのテクノロジが実現可能かどうか、Q&A方式で分かりやすく解説しています。楽しみながら科学の教養を身につけることができます。



©飛鳥新社

49
今森光彦
ネイチャーフォト・ギャラリー
「世界の昆虫」
今森光彦／著

ページをめくるたびに、幻想的な昆虫の世界が広がります。

世界各国で撮影された選りすぐりの昆虫写真とともに、撮影時のエピソードや、昆虫にまつわる伝説など、丁寧な解説がその魅力を伝えます。図鑑の域を超えた芸術作品として、昆虫の美しく不思議な世界を、じっくり堪能してみませんか？



©偕成社

50
死なないやつら
極限から考える
「生命とは何か」
長沼毅／著

地球最強の生き物は、目に見えない。やつらが教えてくれる生命の謎。

皆さんは、「死なない」と聞くと何を思いますか？不死身や不老不死をイメージするかもしれませんが、この本では動物がどのように環境に適応し、変化しているかという視点で描かれています。TVなどでも有名な「グマムシ」なども出てきます。自然界の驚異の能力と不思議がたくさん詰まっています。ぜひ読んでみてください。

【中学生推薦】



©講談社

51
セカイを
科学せよ！
安田夏菜 著

そうか、「カガク」って青春なんだ！

「やる気」とは無縁の科学部電腦班の部活動が「一気に変わったのは、転校生がやってきて生物班が出来たから。虫にも科学にも興味がなかった部員達が「よく見て、よく考えて、本質を追求しよう」と、力を合わせていきます。文系の人あなたも読んでほしい一冊です。きっと誰かと一緒に「研究」を始めたくなるはずですよ。



©講談社

52
深海問答
海に潜って考えた地球のこと
川口慎介／著

宇宙に行った人より、深海に行った人のほうが少ない。

日本は海に囲まれ、漁業や港湾事業など産業の面でも恩恵を受けている。この身近な海について私たちはどれだけのことを知っているだろうか？まだまだ研究途上である。気候変動、津波の予測、新しい資源の発見や生物の発生についても、海が秘密を握っている。地球科学の分野はこれからが面白い。



©エクスナレッジ

53
月と星座
夜空への誘い
KAGAYA／監修・写真
山下美樹／文

夜空が最も美しい瞬間を探してみませんか。

星空写真家KAGAYAによる、月と星座のガイドブック。美しく神秘的な写真とともに月と季節ごとの星座を紹介し、夜空の楽しみ方を解説してくれます。KAGAYAの間に聞いた天体観測や写真撮影のコツ、オーロラ観測のエピソードなどもコラムに収録。夜空を見上げるのが好き、美しい夜空の写真が撮りたい、月と星座に興味がある、そんなあなたに携えてほしい一冊です。



©金の星社

54
鳥類学者だからって、
鳥が好きだと思ふなよ。
川上和人 著

学者はどんな風に研究しているのか興味のあるあなたへ。

筆者は鳥を研究する鳥類学者です。鳥類学者だから鳥だけを見ていたいと思いきや、絶海の孤島へ泳いで上陸したり、蚊などの小さな生き物相手に格闘したり。そんな研究者の日常がユーモアあふれる語りで紹介されています。その語りの中にも、時には環境の問題や生態系についても考えさせられる一冊です。



©新潮社



ユーモアを 味わう

ツボにはまって、
読書にはまる。



©講談社

世界はすでにあるのではない。
世界は脳の中で作られるのだ。

人工知能（ＡＩ）と、脳が生み出す生身の知能との違いはなんだろう。「心」と脳の関係はどのようになっているのだろうか。本当に脳が体をコントロールしているのだろうか。脳に関する話題は難しそうに感じますが、この本では高校生との対話の形式で分かりやすく、おもしろく説明してくれます。身構えずに読める一冊です。



©創元社

「スイハイリーバー」と覚えてそれそれを他己紹介！

理科のテストのために覚えた元素記号。みなさんは元素の美しさを知っていますか？この図鑑は、それらの性質や、どの元素と仲が良かった、どんな変身の秘密があるのかなどを紹介しています。それぞれの性格がわかると化合物の成り立ちも理解しやすいですね。記号だけでなくもぐつと理解が深まります。こんなものにもあの元素が入っているのかと驚きもいっぱい図鑑です。

進化しすぎた脳

中高校生と語る「大脳生理学」の最前線

池谷裕二 / 著

世界で一番美しい 元素図鑑

セオドア・グレイ / 著
武井麻利 / 訳

「いわー１００」をこなす
中高生の皆さんへ

改訂会編メンバーからの メッセージ④

「本を読むこと」「適度な運動をすること」が心にも体にも良いということをお私たちは知っています。ぜひ、「知っている」だけでなく実行してください。日々の生活にも、人生にとっても良いことだとわかります。

平留美子

本は、様々な人に出会うことができます。知らない世界を体験できます。かけがえのない瞬間を過ごす皆さんにとって、心のよりどころになるような一冊が見つかるきっかけになったら嬉しいです。

高間木夢依

本の中では空も飛べるし未来にも行ける。少し怖いけどワクワクする冒険もできる。気になるあのの人に想いを伝え、苦しんでいる人の気持ちを知り助けることができる。読書は必ず皆さんの将来を支えてくれる。

中村和宏

家族だから愛したんじゃなくて、愛したのが家族だった十かきたし生きているうちはだいじょうぶ。なんとかなっちゃう。

トラブルの絶えない岸田家。長女である著者は時に「カオナシ」となり「赤ベコ」となり「球場を舞う蝶」となって、軽快な語り口で困難な状況を乗り越えていきます。そこには家族や周囲とのあたたかい交流があります。ホロリと涙したり、こらえきれず吹き出したり。公共の場での読書にはご注意ください。

岸田奈美 / 著



©小学館文庫

ないもの、あります

あれ、あったらいいな。そんな期待に応えた商品目録。

最近、堪忍袋の緒が切れそう、どうにかしたいと思っている方は、是非ご覧下さい。「左うちわ」や「自分を上げる棚」、「助け舟」など、魅力的な商品が紹介されています。この商品を使ったらどんなことになるだろうと想像してみると、思わずクスツとしてしまいます。そして何より、そんな商品を求めたくなる願望の中に、愛すべき人間らしさを発見できます。

クラフト・エヴィング商會 / 著



©筑摩書房

店長がバカすぎて

バカすぎる店長の下で奮闘する書店員の日々を描く。

店長の山本猛は、悪意なく周囲を困惑させる「バカすぎる」店長。谷原京子は、そんな店長の下で、ストレスを爆発させそうになりながら日々奮闘します。書店で働く人たちの仕事に対する思いや、本に傾ける情熱なども伝わり、登場人物のみならず、リアルな街の本屋さんまでも応援したくなる本です。きっと、読み終わる頃には、山本店長の印象も変わっているはずです。

早見和真 / 著



©角川春樹事務所

チョコレート工場の秘密

ロアルド・ダール / 著
柳瀬尚紀 / 訳

甘いチョコレート工場の風刺の効いたヒターな物語。

謎に包まれた巨大チョコレート工場見学。の切符を引き当てた五人の子供たち。発明品のようなお菓子や工場で出会うユニークな人たちに、笑ってしまいます。奇想天外な出来事に次々と遭遇する子供たちは、次第に、人として大切なことは何かに気づかされていきます。

なりたて中学生

初級編

ひこ・田中／著

「詰め襟に学級章と校章。オレは瀬谷中学校の生徒になる。」

オレ成田鉄男は、引越してよってライバル小学校からの生徒が入学する瀬谷中学校にただ一人入学することになってしまった！オレが知っているのは制服の採寸と一緒に「シロタアンリ」という女子だけ。どんな中学校生活が待っているんだろう。中学校に入學した主人公が成長する日々を関西弁でユーモラスに語ります。



©講談社

坊っちゃん

夏目漱石／著

無鉄砲で一本気。中学教師・坊っちゃんの痛快ストーリー。

四国の中学に赴任した坊っちゃん（お・ん）は口が悪く怒ってばかり。しかし軽快な文体と共に、無鉄砲で真正直な坊っちゃんに惹かれ、赤シャツへの「憤り」も共感できます。この小説をモチーフにした、万城目学著『鹿男あをによし』（P35に紹介）と登場人物を読み比べるのも楽しいです。



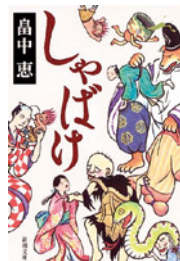
©新潮社／岩波書店、集英社、角川書店

しゃばけ

畠中恵／著

病弱な若旦那がどこかおどけた妖（まじ）なたち、江戸を駆け回る。

江戸の廻船問屋の一人息子、一太郎は、外出もままならないほどの病弱な体。一太郎を守るのは、犬神・白沢・鳴家・屏風のぞきたちの妖怪。彼らが力を尽くして一太郎を守っているのに、なぜか殺人事件に巻き込まれてしまいます。守らなければかりの自分に嫌気が差し、ふりかかると困難を払いのける力を身につけようとする一太郎と共に、読者も江戸の町を駆け回ることができる幻想捕物帖。



©新潮社

猫語の教科書

ポール・ギャリコ／著
灰島かり／訳

猫がもつと好きになる。猫好きな人のことも好きになる。

猫による猫のための教科書です。如何にして飼い主をメロメロにさせ、思い通りに操るか。この本には、筆者ならぬ筆猫の経験と観察に裏打ちされたノウハウが、ギッシリ詰め込まれています。猫目線からの人間分析も秀逸です。不思議なことに、人間の立場でこの本を読むでも「猫の思い通りにはさせないぞ」とは思いません。むしろその逆です。人間のそういうところ私は好きです。



©筑摩書房

鹿男あをによし

万城目学／著

突然鹿に話しかけられた「おれ」運び番って、目つてなんなんだ。

奈良の女子高の教師になった「おれ」はある日突然、奈良公園の鹿に「目」の「運び番」を命じられます。鹿は鎮めの儀式を行わないと日本は滅亡するということです。よくわからないまま巻き込まれていく主人公の「おれ」と生徒そして鹿との会話が笑えます。

（P34「坊っちゃん」でも紹介）



©幻冬舎

「いわ100」を手にする
中高生の皆さんへ

自分が読んだ本の中で心に残ったり、心が震えたりした作品を選びました。この「いわ100」に載った本の中で、皆さんの心に残るような本や作者に出会うことを期待します。いや、きつと見つかるはず！

箱石朋子

みなさんはラーメン好きですか。うまい一杯に出会うと、また食べたい、他のも食べてみたいなどと思ってしまう。本もそう。あても本は冷めたりのびたりしないので、どうせゆっくりと味わってください。

前川啓太郎

読書の始まりは興味だと考えます。話題の本や友達に薦められた本、タイトルに惹かれた本。どんな始まり方でも問題ありません。読書は十人十色。あなたにとっての読書のカタチが見つければ幸いです。

諸岡理恵

選書テーマ



読書の楽しみに 目覚める

活字アレルギーの特効薬
～この一冊から踏み出そう～



読み終えて、あたたかさに包まれる…。

ひとは死んだらどうなるのだろう。素朴な疑問から、おじいさんを観察し始めた少年たち。やがて芽生えた奇妙な「友情」と、夏の思い出。喪われ逝くものと、永遠に失われないもの。「生」と「死」をみつめ、力強く成長していく少年たちを描いた物語です。



©新潮社

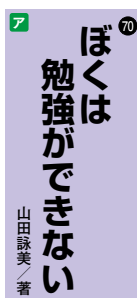


迫りくる恐怖と謎に引き込まれるホラー短編小説。

六編の短編が収録されている怪異小説。一話目、叔母から譲り受けた家の使われていない奥座敷はいつの間にか襖が開く。「奥庭より」。二話目、屋根裏に誰がいる。「屋根裏に」。三話目、雨が降る中佇む喪服の女。「雨の鈴」。日常の中にある謎が恐怖に変わり、じわりじわりと忍び寄る。小野不由美氏の文章に引き込まれること間違いなし。



©KADOKAWA



勉強よりも大切なことに気づいたんだ。それは…。

主人公の時田秀美は、サッカーが大好きな十七歳の高校生です。どこかみんなと違う価値観を持っていることで、クラスメートには人気ですが、一部先生には受け入れられない存在で…。友情・恋・家族・将来・秀美の目で見える高校生とはどんな姿なのでしょう。か。タイトルの本当の意味とは何でしょうか。



©新潮社

蜜蜂と遠雷

ア
新書
New
恩田陸／著

才能と情熱がぶつかり合う、運命のコンクールが始まる！

この本の魅力は非常に繊細で美しい情景描写です。ピアノコンクールならではの緊張感や、演奏シーンの迫力、強弱、奏者の心情などがバツと頭の中に浮かんできます。さらに、読者をハラハラさせるようなシーンもたくさんあり、普段本を読まない人でも読み進めることができます。ぜひ手に取って読んでみてください。

【中学生推薦】



©幻冬舎

「また、必ず会おう」と誰もが言った。

ア
喜多川泰／著

偶然出会った大人たちの温かさ。彼が得たものは？

ひょんなことからついてしまった嘘が原因で、一人、デイズニールンドに行く羽目になった主人公は熊本の高校二年生。だが不運が重なり帰りの飛行機に乗り遅れる。所持金はわずか三千四百円だけ。途方に暮れる彼に「おい！ 若者」と土産物売り場のおばさんが声をかけた。これから先の数々の出会いが彼を変えていく。



©サンマーク出版

魔女の原罪

ア
New
五十嵐律人／著

魔女とは、原罪とは何なのか。街の秘密を暴くミステリー。

校則はないけれど、法律を守ることを絶対とし、カメラで監視する不思議な高校に通う宏哉。彼には同じ高校に通い共に透析治療をする杏梨という友人がいますが、ある日彼女は遺体となって発見されます。彼女の死について解き明かすうちに宏哉は街の秘密も知ることになる。主人公が向き合う現実とその強い決意に最後は心打たれる法廷ミステリー。



©文藝春秋

階段途中のビッグ・ノイズ

ア
越谷オサム／著

屋上への階段が活動場所。猛暑にも理不尽にも、絶対負けたくない。

先輩たちの不祥事のために廃部を決められた軽音部。たった一人の後始末をすることになった啓人ですが、一度は部を去った仲太郎に引継がれて、廃部回避のために奔走します。文化祭「田高マニア」のステージで演奏したい！その思いで、立ち足はだる困難に力強く立ち向かう啓人たち。青春とはこういうこと。読み終わったとき、きつそうに思える一冊です。



©幻冬舎

サクリファイス

ア
近藤史恵／著

エースとアシストとの葛藤。予想外の結末が待っています。

自転車ロードレースの出場チームは、一人のエースを勝たせるため他の選手はアシストとしてサポート役に回ります。アシストはひたすら自分を犠牲にし、チームの優勝のため貢献します。物語は臨場感、疾走感にあふれ、最後にドラマチックな展開を迎えます。



©新潮社

きりぎりす

ア
太宰治／著

太宰治の中期秀作十四編。小説を読む醍醐味が味わえる。

金と名声を手に入れ、しだいに俗物に堕ちてゆく画家を、妻の視点で描く表題作。惚れた男のために盗みを働いた若い女の胸中に去来する思いとは？ 巻頭を飾る『燈籠』。犬を恐れ忌み嫌っていた作家は、ひょんなことから住み着いた犬を殺そうと決意するに至るが……。主人公の心境の変化を追う『畜犬談』。読み始めたらもう中断不能。



©新潮社



岩手県の 作家・舞台を読む

イーハトーヴ再発見

～知ってる？この人、この作品～



77

5分後に意外な結末のx
アクアマリンからあふれる涙

ア
中
新

桃戸ハル／著

短時間で心を揺さぶる、予測不能な結末が詰まった一冊。

この一冊に32本の様々なジャンルの作品がつまっていて、どの作品も面白いです。一番の魅力はどの作品もまさにタイトル通り、意外な結末が待っていることです。一つの作品を読むのにあまり時間はかからないので、すき間時間に読むと良いですよ。僕のおすすめは「間違えた死神」という作品です。皆さんもぜひ読んでみてください。

【中学生推薦】



© Gakken

78

変な家

ア
中
新

雨穴／著

間取り図に潜む違和感…。
家に潜む謎と驚きの展開。

私たち人間には欠かせない「家」についての話です。オカルト専門フリーライターの雨穴さんと、その知人の設計士の栗原さんが一枚の間取り図から推理を広げていきます。その展開は、ミステリアスでとても興味深いものになっています。「家」について考える時間を楽しんできてください。

【中学生推薦】



© 飛鳥新社

読書のバリアフリー、
知っていますか？

読書バリアフリーとは、障がいの有無にかかわらず、すべての人が自分にとって合った方法で読書を楽しむ社会を目指す取組です。ここで紹介するものの中には、近隣の図書館で利用できるものもありますので、興味のある方は相談してみましょ。

○アクセシブルな書籍

大きな文字で読みやすい「大活字本」、音声や画像で読める「ディジー図書」、点字で読める「点字図書」等、目の見えない方や目の見えづらい方等多くの本人に出会えるよう工夫されている本があります。

●読書支援機器

行を追いやす集中しやすい「ディジーングトラック」、かけるだけで手元が大きく見える「眼鏡型拡大鏡」、画面に映して大きく読める「拡大型読書器」など、一人ひとりの見え方や読み方に合わせて、読書の楽しさや情報へのアクセスを広げられる道具があります。



大活字本コーナー
(県立図書館)



拡大読書器 (県立図書館)

不可能を可能にする 大谷翔平120の思考

大谷翔平／著

岩手が生んだスーパースター
「大谷翔平」の言葉。

この本のおすすすめポイントは、第一章の「挑戦」というところですね。大谷翔平選手はこれまで高校時代にアマチュア野球史上最速の160キロをマークするなど、高校時代からずっと前人未踏を成し遂げてきました。そんな大谷翔平選手の挑戦の原動力になっていることは何か。気になる方はぜひこの本を読んでみてください。

【中学生推薦】



©ぴあ

虹色ほたる ―永遠の夏休み―

川口雅幸／著

あなたにとってかけがえのないものは何ですか。

今は亡き父との思い出の山奥のダム。訪れていた小六のユウタが、タイムスリップした一九七〇年代の村で見たもの…それは、泣きたくなるほど懐かしく美しい景色や世界でした。信じられない事が続いていくけれどグイグイと引き込まれていく感動の物語です。



©アルファポリス

氷柱の声

くどうれいん／著

語れない痛みが、静かに言葉になる―言葉が心をそっと照らします。

盛岡市で生まれ育ったれいんさん。内陸で東日本大震災を経験したれいんさんだからその着眼点と繊細さが光る作品である。言葉一つ一つに温かさやハツとするような気つきがある。大震災の経験の有無に関わらず、本作が少しでも震災に想いを馳せるきっかけになればいいなと思う。「うまいものをたべろ。人と会う。それが生きるってことよ。」

【高校生推薦】



©講談社

カラフル

阿部曉子／著

夢を失ったふたりが出会った朝
世界は少しだけカラフルになった。

主人公の高校生・伊澄と、車椅子ユーザーである同級生・六花との友情の物語です。六花の思いや考え方に触れることで、日常の中にある気づきや、誰かと向き合ふことの大切さを感じ、胸を強く打たれます。この本を読むと、様々な立場の人との関わり方について深く考えさせられるでしょう。岩手県出身の著者が送る、心温まる一冊です。

【高校生推薦】



©集英社

踊るジョーカー

北山猛邦／著

頼りない探偵が最後には事件の謎をすっきり解き明かします。

五つの事件に五つのキーワード。トランプ、時計、カメラ、チョコ、雪だるま。事件現場に残された証拠をもとに、気が弱く引きこもりがちな名探偵・音野順が事件のからくりを明快に解き明かします。あなたも名探偵と一緒に謎を解いてみませんか。



©東京創元社

雲を紡ぐ

伊吹有喜／著

「急がなくていい」大事なもののための我慢は自分を磨く。

あることがきっかけで不登校になってしまった高二の美緒。何も見出せない日々の中、突然向かった先は岩手県ホームスパン工房を営む父親の実家でした。広い心で受け止めてくれる祖父や周りの人たち。美緒は少しずつ自分と向き合うようになります。盛岡の町並みとホームスパンの美しい色の糸が織りなす、ある家族の成長物語です。



©文藝春秋

遠野怪談

小田切大輝／著

遠野の地には、今も不思議な怪異が息づいている…。

「シルマシ」「オマク」「モンコ」など、読んでいると背中がゾクゾクしてきます。作者は遠野市に移り住み、地元のお年寄りをはじめ、いろいろな人たちから聞き集めた怪談話をまとめてこの本にしました。現代版の「遠野物語」です。



◎竹書房

新編 銀河鉄道の夜

宮澤賢治／著

星々を巡る幻想の旅が問いかける、本当の幸せとは何か。

岩手県出身の作家宮澤賢治の代表作であるこの作品は、「本当の幸せとは何か」を描いた物語だ。主人公の少年ジョバンニが、親友のラムパネルと共に、銀河鉄道に乗る旅をする。とても幻想的で素晴らしい世界観だと私は思った。私はこの本を読んで大切なことを知ることができた。だからこそもっと多くのの人に読んでもらいたい。

【高校生推薦】



◎新潮社

一握の砂・悲しき玩具 石川啄木歌集

石川啄木／(著) 金田一京助／(編)

故郷を追われた天折の詩人その想いに触れてみませんか。

聞き覚えのある歌もあるけれど、なんだか難しそう……そんな気がするかもしれません。でも、心配はいりません。序文や解説を読んだら気軽に挑戦してみよう。友人や家族に向けた愛情や何気ない日常の風景が、驚くほど鮮明に浮かびます。東京・北海道を転々と過ごした啄木。その想いに寄り添う時間が過ごせるはずですよ。



◎新潮社

銀河鉄道の父

ア 中高 New 門井慶喜／著

天才に寄り添う父の想いを描いた、感動の家族物語！

宮沢賢治とその父の親子の物語です。父は賢治のために厳しくしようと努めるも、つい甘やかしてしまう。そんな一人の間に深い家族愛があふれています。賢治は「雨ニモマケズ」の前にもすばらしい物語を書いて天才と呼ばれていました。「雨ニモマケズ」がどうして多くの人に知られるようになったのか、その展開もドキドキです。

【中学生推薦】



◎講談社

口語訳 遠野物語

ア 中高 New 柳田国男 著 佐藤誠輔／訳 小田富英／注

ふるさと岩手は、民話の宝庫です。

民俗学者の柳田国男が、遠野の民話収集家佐々木喜善から採集した民話集です。原文の「遠野物語」は難解かもしれませんが、本書は口語訳でわかりやすい文章になっています。「オシラサマ」「マヨイガ」など、全国的にもよく知られている岩手の民話を読んで、郷土の歴史や文化に触れてみませんか。



◎河出書房新社

岩手が育んだ文学

2025年、本屋大賞に岩手出身の作家・阿部晴子さんの「カフネ」が選ばれ、大きな話題となりました。

2023年には、くどうれいんさんの「氷柱の声」が芥川賞候補に、2025年には柚月裕子さんの「逃亡者は北へ向かう」が直木賞候補に選ばれているなど、近年、岩手ゆかりの作家たちの作品が全国で注目を集めています。

「文学の国いわて」が育んだ物語にふれて、言葉の力を感ぜてみませんか。



◎講談社



◎講談社



◎講談社



◎新潮社



災害を見つめ 立ち上がる

人と人とのつながりが
生きる力になる。



選書テーマ9の 本を読む前に

このテーマでは、2011年3月11日に発生した東日本大震災津波をはじめとする自然災害に関係する本を紹介しています。災害などの出来事を取り巻く人と人とのふれあいや教訓を風化させずに後世に伝え、明るい未来を創るための道しるべとなるように願い選書したものです。

しかし、震災の記憶や体験は人それぞれであり、つらい気持ちに心に残っている人がいるのも事実です。このテーマの本を読む時には自分の心の状況を見つめ、また、他の人に紹介するときには、相手の気持ちや状況を思いやりながら活用していただければと願っています。

90
ア New
まさきの虎
濱野京子／作
ここの史代／絵

もう会えない人の記憶が、今の私に勇気をくれた。

「その人のことを覚えていてる人がいるというのは、とてもたいせつなこと。」二か月だけ住んでいた町に五年がりに戻った小学六年生の真莉愛は、「まさき」という名前と「虎舞」という響きに幼い頃の記憶を呼び起こされ、孤独だったかつての自分にただ一人声をかけてくれた人であり、もう二度と会えない「まさき」の生きた記憶を探す物語です。



©童心社

91
ア New
海よ光れ！
3・11被災者を励ました学校新聞
田沢五月／文

小さな力も、被災地を励ます大きな力になる。

多くの避難所で力を合わせ困難に立ち向かった東日本大震災。岩手県山田町にある旧大沢小学校もその一つです。避難所となった学校で、力を合わせ困難に立ち向かう大人たちの姿を目にした子どもたちは、自分たちにも何かできることは無いかと動き出します。震災の記憶とともに、逆境を乗り越える勇気と人との絆の大切さを教えてくれる一冊です。

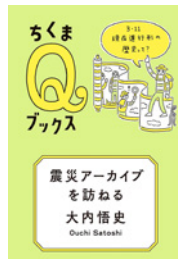


©国土社

92 震災アーカイブを訪ねる
3・11現在進行形の歴史って？
大内 悟史／著

地域ごとの課題、そこで生まれる人々の思いを映す。

震災の記憶を伝えるアーカイブ施設「や「震災遺構」というものがあるのを知っていますか。この本では、福島・宮城・岩手にある12の施設を通して、津波の恐ろしさや原発事故の現実、そして未来へ向けた歩みを知ることができます。震災から何を学び、伝えるべくを一人一人が考えるための新しいガイドブックです。



◎筑摩書房

93 図解 身近にあふれる「自然災害」が3時間でわかる本
左巻健男／編著

地学・海洋科学などの科学者たちが簡潔に伝える解説本。

気象災害にあふれ、地震大国、さらに火山列島でもある日本。科学の視点でそのメカニズムを示してくれ。特徴は、よく耳にする災害関連の用語の意味を解説したり、「これって何？」と戸惑って起るもの、という質問ひとつひとつに対して答えたりしていること。だから、どのページからでも気軽に読むことができます。加えて、命を守る具体的対策の紹介もあります。



◎明日香出版社

94 わたしは「ひとり新聞社」
岩手県大槌町で生き、考え、伝える
菊池由紀子／著

大槌町で生き、考え、伝え続けるひとりの女性の物語です。

この自伝的ノンフィクションによると、著者は生まれ育った地元で心が薄く、病弱で引っ込み思案な性格だったと振り返ります。東日本大震災後に復興支援団体で活動したことをきっかけに、正しい情報の発信を目指した「大槌新聞」をひとり立ち上げます。「このまちは、いつか絶対良くなる」と奮闘する姿は感動的であり、地域に希望を灯します。



◎亜紀書房

95 16歳の語り部
庵部那由多、津田穂乃果、相澤朱音、語り部佐藤敬郎、案内役内役

同世代の君たちに伝えたい。
あの日のふたれからのふた。

東日本大震災当時、小学校五年生だった三人。目の前で起こった出来事をどのように受け止め、どのような思いで震災と向き合ってきたのかを、自分の言葉で率直に語っています。これから自分の生き方を見つめながら、過去と未来をつなぐ役割を果たそうとする姿勢は、同世代の皆さんの心にもきっと響いてほしい。



◎ポプラ社

96 津波でんでんこ
近代日本の津波史
山下文男／著

おちこち場所へ全力疾走。
合言葉は「津波でんでんこ」。

今に至るまでの日本で起きた津波などの災害について知ることが出来ます。そして津波の恐ろしさや地震の発生するわけなども詳しく教えてくれます。様々な時代に起きた津波の教訓も書いてあり、それをしっかり受け継ぐことで、津波の被害を減らすことができると思えます。津波を体験していない人もこの本を読んで欲しいです。

【中学生推薦】



◎新日本出版社

97 フクシマ、能登、そしてこれから
震災後を生きた13人の物語
藍原寛子／著

震災を風化させないために、今皆さんに考えをほしい。

福島第一原発事故から十四年、能登半島地震から一年。多くの人が、現在も復旧と復興に向けた日々を送っています。「たくさんものを失ったけれど、絶対にあきらめないことだけは、誓ったんです」。当時を生きた人々の記録や復興への思いが率直に語られています。被災者の力強い言葉が今を生きている私たちの心に深く刺さります。



◎婦人之友社

五十音順 さくいん

あ	おの花が咲く丘で、 君とまた出会えたら。 アルケミスト 夢を旅した少年 アンネの日記	40 10 24 20
い	頂を目指して 一握の砂・悲しき玩具 石川啄木歌集 一生モノのキャリアを身に付けよう いつまでも、いつまでもお元気で いのちのおはなし 今森光彦 ネイチャーフォトギャラリー	20 44 15 19 9 9 28
う	海よ光れ！ 3・11被災者を励ました学校新聞 ウルドゥー語日記 バツパを倒しにアフリカへ	47 22
え	怪談かるかや怪異譚	37
お	踊るジョーカー 俺たちは神じゃない 麻布中央病院外科	43 14
か	階段途中のビッグノイズ かがみの孤城 覚悟の磨き方 超訳吉田松隆 風が強く吹いている 家族だから愛したんじやなくて、 愛したのが家族だった+がきたし カラフル (森絵都) カラフル (阿部咲子) 考える練習をしよう	39 23 9 19 32 8 8 12
き	きみの友だち きりぎりす 木を植えた人 近畿地方のある場所について 銀河鉄道の父	7 39 18 25 45
く	雲を紡ぐ	43
こ	香君 口語訳 遠野物語 52 ヘルズのクジラたち 5分後に意外な結末 ex アクアマリンからあふれる涙	24 45 7 40
さ	さがしています サクリファイス 砂糖菓子の弾丸は撃ちぬけない 砂漠 三陸鉄道情熱復活物語	12 39 8 9 50
し	鹿男あをによし 死なないやつら 権限から考える「生命とは何か」 沢尻英一 日本の未来を変えた男 しゃばけ シャーロック・ホームズの冒険 宗教が変わった世界史 ピフオーアターゲ目でわかる シリヤで猫を救う シロナガスクジラより 大きいものっているの？ 深海問答 海に潜って考えた地球のこと 進化しすぎた脳-中高生と語る 「大脳生理学」の最新線 震災アーカイブを訪ねる 3・11 現在進行形の歴史って？ 新編 銀河鉄道の夜 13 歳からの地政学 カイゾクとの地球機航海 16 歳の語り部	35 28 17 34 23 14 17 27 29 30 48 44 13 13 49
せ	世界で一番美しい 元素図鑑 セカイを科学せよ！ センス・オブ・ワンダー	30 28 13
そ	その本は そそろタイムマシンで未来へ 行きますか？ SF で身につく「科学」の教養	33 27
た	退出ゲーム	8
ち	中高生からの選挙入門 鳥類学者だからって、 鳥が好きだと思ふなよ。 チョコレート工場秘密	14 29 33
つ	月と星座 夜空への誘い 津波でてんこ 氷柱の声	29 49 42
て	店長がバカすぎて	32
と	遠野怪談 トムは真夜中の庭で	44 23
な	ないもの、あります 夏の庭 なりたて中学生 初級編 成瀬は天下を取りにくい 南極の食卓 女性料理人が 南極の地で見た暮らしの知恵	32 37 34 22 17
に	虹色ほたる 永遠の夏休み 日常は数学に満ちている	42 27
ね	猫語の教科書	35
の	脳性まひの ヴァイオリニストを育てて 母で妻でた希望の音色	18
ひ	人は話し方が9割 100 万回死んだねこ 覚え違いタイトル集	13 33
ふ	ファラオの密室 不可能を可能にする 大谷翔平 120 の思考	22 42
は	フクシマ、能登、 そしてこれから 藤井聡太は、こう考える	49 19
へ	変な家	40
ほ	ぼくはイエローでホワイトで、 ちょっとブルー ぼくは勉強ができない ぼくらの七日間戦争 坊っちゃん	12 37 7 34
ま	まさきの虎 マザー・テレサ 魔女の原罪 「まはる」が言った 本でわかる 災害の日本史	47 18 38 50
み	身近にあふれる「自然災害」が 3時間でわかる本 蜜蜂と遠雷	48 38
も	モモ	24
よ	予想→観察でわかる！ 天気の変化4 異常気象	50
り	電が呼んだ娘	25
わ	わたしは食べるのが下手 わたしは「ひとり新聞」 ワンダー	15 48 10



©三省堂



©理論社



©池田書店

東日本大震災で三陸鉄道も大きな被害を受けました。「鉄道は動かなければだの固まりだ。オレ達を待ち望んでいる人がいる。」という社長の熱意が、社員、地域、自治体に広がっていきます。地域の人達に支えられながら、乗客の安全を第一に考え行動したあの日から復活までの奮闘と情熱がここに描かれています。

なぜ三陸鉄道は三年で完全復活することができたのか？

三陸鉄道情熱復活物語

笑顔をつなぐ、ずっと……

品川雅彦／著

異常気象がなぜ起こるのか疑問に思ったことはありませんか？そのナゾに対して自分で予想を立てながら観察や調査を通して理解を深めることができます。近年、大雨や猛暑が様々な災害に発展しており、決して他人事ではなくなっています。異常気象のナゾを知ることによって、自分にも地球のために何ができるか気づけるはずですよ。

小さな積み重ねが異常気象を防ぐことにつながります。

予想→観察でわかる！
天気の変化4
異常気象

筆保弘徳／監修

史実をたどりながら、わかりやすく解説します。マンガやイラスト、図解などで読者に理解を促すだけではなく、物語仕立てになっているので、当時の状況や人々の思いが伝わり、感動を覚える場面もあります。「災害史のよみと書きが未来をつくる」。歴史学者である著者の声を聞いてください。いつかまた来るその時に備えて。

災害史を読み解きながら、再び発生する災害に備えよう。

マンガでわかる
災害の日本史

磯田道史 著