宇治市図書館のおせっかい

“中高生はコレ!”ブックリスト 2024

中学生、高校生のみなさん、このブックリストを参考に、どんどん面白い本に出会ってください。このリストは、あまり本を読まない人から読書大好きな人まで、幅広く楽しめる本を掲載しています。リストに掲載されている本が見つからない場合は、スタッフにお声かけください。

図書展示期間中、市図書館 HP にも「宇治市図書館スタッフのコレ!」を掲載します。ぜひご覧ください。

市図書館ホームページはここからご覧ください→

宇治市図書館スタッフのコレ！　～2024年版～

ぜひ読んでみて
くださいね

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
007.1	もしChatGPTが文豪や〇〇として カップ焼きそばの作り方などを書いたら	爺比亭　茶斗	光文社	対話型AI「ChatGPT」を使って、〇〇風〇〇を作成するシリーズ第2作です。今回は、「もしレンブラントが太宰治を書いたら」「カップ焼きそばの作り方を“あの”漫才にしたら」など、画家や文豪をはじめ、最近話題のアーティストやタレントも取り上げ、そのユニークな回答を楽しみます。	
019	役に立たない読書	林　望	集英社 インターナショナル	本の読み方は人それぞれ。どんな本を読むのかもどうぞご自由に。読書に、実用的な価値だけを求める傾向はどうなのか？読書は娯楽です。今の自分が、興味がある本を読んでみてください。	
019.9	乙女の読書道	池澤　春菜	本の雑誌社	「アイスクリームみたいな本」「カツカレーにハンバーグ乗っけちゃったみたいなボリューム感」…池澤夏樹を父に持つ作者が、ライトノベルから海外小説まで、独特な言い回しでおすすめの本を語りつくします。旅先に本を持っていかないと不安になるくらい活字中毒の作者が紡ぐ、あふれる本への愛情を感じながら読んでください。	
15	修造流・逆転の発想法 「プレッシャー」が「よっしゃー」に変わる！	松岡　修造	PHP研究所	東京オリンピック2020の公式応援団長でもあった松岡修三が、「自分を変えたい！自信を持ちたい！」と思うあなたが変わる方法を本気で教えます。「鏡に向かって笑ってみよう」「レストランで注文を5秒以内に決める」など、明日からすぐ実践できるアイディアがたくさん書かれています。	
15	オタクを武器に生きていく	吉田　尚記	河出書房新社	なりたくてなるものではない、気が付いたらなっている、むしろそういう風に生まれついた「オタク」的性質は人生の武器になる！将来、好きなことを「仕事」にするのは難しいかもしれません。だけど大人も仕事だけしているわけではないのです。好きなことに没頭できるのは、もはや才能。未来への指針となる一冊です。	
15	友だち関係で悩んだときに 役立つ本を紹介します。	河出書房新社 //編集	河出書房新社	友だち関係で悩んだ時、一冊の本が乗り越えるきっかけになるかもしれません。作家やアナウンサー、建築家、ゲーム作家、国語辞典編纂者など様々な分野で活躍する19人が、実際に手に取った本を紹介します。辛い時、苦しい時にヒントを見つけるためのブックガイドです。	
16	「カルト」はすぐ隣に オウムに引き寄せられた若者たち	江川　紹子	岩波書店	感受性を奪い、人生を破壊するカルトから身を守るにはどうすればよいのか。かつて大きな犯罪を巻き起こした宗教団体。その報道の中心にいたジャーナリストと、事件の教訓を考えてみませんか？	

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
210.0	だから拙者は負けました。 日本史の敗者たちの“しくじり”と言い訳	本郷　和人//監修	宝島社	教科書などでかっこよく取り上げられる歴史人物がいる一方、「ダメ武将」「バカ殿」など評価の低い人物も多くいます。そんな敗者の歴史に焦点を当て、彼らの言い訳に耳を傾けてみませんか？だめなとこもあるけどやっぱり人間らしいよね、と歴史を身近に感じられるかもしれません。	
290	絶対に行けない世界の非公開区域99 ガザの地下トンネルから女王の寝室まで	ダニエル・スミス	日経ナショナル ジオグラフィック社	一般人が絶対に行けない所（米大統領専用機・英バッキンガム宮殿の女王の寝室など）の内部の秘密に迫ります。友だちや家族との話のタネにいかがでしょうか。	
369.3	地震・台風時に動けるガイド 大事な人を護る災害対策	辻　直美//監修	Gakken	近年、日本各地で大災害が頻発しています。近い将来発生すると言われている南海トラフ地震に備えて準備をしませんか？この本には、備えのないまま被災するとどうなるか、常備しておきたいグッズの紹介、防災飯の作り方、避難の基準、被災した時どうするかなどが分かりやすく書かれています。もしもの時のために読んでほしい一冊です。	
37	「学校」ってなんだ？ 不登校について知る本	伊藤　美奈子//監修	Gakken	不登校に悩む人のため、学校以外でも学べる場があること、また学校に戻りたくなったときどうするのかなど、具体的な情報がマンガと図解で分かりやすく解説されています。さらに不登校を経験した人のインタビューも紹介されており、大人になるための道筋が、複数あることを知ることができる一冊です。	
371.4	死ぬんじゃねーぞ！！ いじめられている君はゼッタイ悪くない	中川　翔子	文藝春秋	中学高校といじめられ、ひとり「死にたい夜」を過ごしたしょこたん（中川翔子さん）が、実体験を元にいじめに対する考えや傷つき悩む十代への言葉を綴っています。また、子供たちだけでなく、その周囲のすべての親や教育関係者にも向けたしょこたんの渾身の想いが詰まった一冊です。	
410.4	数学者たちの黒板	ジェシカ・ワイン	草思社	数学が好きなあなたに是非手に取ってほしい、「数学エッセイ」×「黒板の写真」集です。数学者たちが実際に書いた黒板の写真に、エッセイが添えられています。数式が端までぎっしり詰め込んで書かれていたり、多色なチョークが使われていたり、個性と情熱が感じられて楽しい一冊です。	
448.9	方向音痴って、なおるんですか？	吉玉　サキ	交通新聞社	行きに通った短い道を地図を頼りに戻るのも一苦労な著者が、道に迷ってしまう考え方や地図を見るときのポイントなど、様々な角度から方向音痴の治し方を考えます。地図愛好家との対談など、普段とりたてて意識しない（だろう）地形や目印に改めて気づかされるびっくりが詰まった本です。	
451	散歩が楽しくなる空の手帳	森田　正光//監修	東京書籍	登下校の道すがら、空を見上げてみましょう。天気や季節によって、雲の形や空の見え方は大きく変わります。教室やおうちでちょっと自慢できる知識を増やしながら、不思議な空の世界に踏み込んでみませんか？	

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
460.4	地球を救う スーパーヒーロー生き物図鑑	下村　政嗣　ほか	エクスナレッジ	私たちが生きる地球は、地球温暖化や森林破壊、廃棄物の増加など様々な問題を抱えています。これらの問題に立ち向かうため私たちの身の回りには、生き物の形や特性、スゴ技をまねして作った、地球に優しい科学技術がたくさんあります。未来の地球を考える一歩にこの本を読んでみませんか。	
470.7	まちの植物のせかい そんなふうに生きていたのね	鈴木　純//文 写真	雷鳥社	まちなかや通学路に生えている雑草を、ぐぐぐっと近づいて見たことはありますか？この本では、不思議で独特な花や実の形が、拡大写真と作者のコメントで紹介されています。色鮮やかな写真を楽しみながら、一つ一つの雑草が生きるための知恵をめぐらせているんだなと実感できる一冊です。	
480.7	もっと知りたい動物園と水族館 園長のはなし、飼育係のしごと	小宮　輝之	メディアパル	動物園に行ったことがある人は多いけど、ゾウがどうやって運ばれてきたかは知っていますか？上野動物園、アクアマリンふくしまで日々動物と向き合ってきた著者が、動物園の表も裏も語りつくします。	
50	物のかたち図鑑 大人もしらないかたちのひみつ	講談社//編	講談社	サッカーボールの形は、「球体に最も近い立体」である切頂二十面体（五角形12枚と六角形20枚の組み合わせ）です。昔は球体をつくることが困難でした。メーカーが五角形の部分を黒にして売り出すと、白黒テレビで映りが良いため多くの試合で使われました。この本では、物の“かたち”の謎に迫ります。	
538.9	宇宙の歩き方 太陽系TRAVEL BOOK	鈴木　喜生	G. B.	もし宇宙を旅行できるとしたら、どこに行きますか。「地球の歩き方」の出版社が、宇宙のガイドブックを作りました。実際にある宇宙ツアーから、計画されつつある宇宙ホテル滞在プラン、木星の大気圏クルージングなどの行程が紹介されています。QRコードを読み取るとより楽しめます。	
64	タカシ 大丈夫な猫	苅谷　夏子	岩波書店	道端ですれ違った猫は、二本足でした。 子猫の頃に交通事故で右側の足を失ったタカシは、障害と上手に付き合いながら自力で立ち、自由に駆け回り、木に登り、狩りをし、恋もする大人の猫に成長していきます。懸命に生きるタカシの姿に勇気づけられます。	
67	葬送のお仕事	井上　理津子	解放出版社	あまり知られていない葬送の仕事を紹介した本です。苦手な分野と思う人もいるかも…でも、人がいつかは亡くなる以上、なくてはならない仕事でもあります。葬送の仕事内容や携わる方の声、社会との関わりなどを含んだ「死」と「お見送り」を学ぶ一冊です。	
726.6	絵本むかし話ですよ　2	五味　太郎	方丈社	うさぎとかめ、北風と太陽などのむかし話が、皮肉たっぷりの新たなストーリーに生まれ変わりました。「まどから　おくりもの」でおなじみ五味太郎さんの独特な挿絵がいい味を出しています。ちょっと大人になった気分で、アイロニーの世界を楽しんでみてください。	

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
726.6	二番目の悪者	林　木林//作 庄野　ナホコ//絵	小さい書房	王様になるためにライバルの偽情報を流した金色のライオンと、その情報をうのみにし拡散してしまった動物たち。彼らが辿る運命とは…。この動物たちのように、あなたも「二番目の悪者」になっていませんか？	
780	中高生のスポーツハローワーク スポーツを仕事にしたい君へ		学研プラス	スポーツが大好きで、選手としてではなくても、スポーツに関わる仕事がしてみたい、という人におすすめの一冊です。トレーナーや理学療法士、管理栄養士、スポーツライターなど、様々な職業の紹介だけでなく、どうやってその仕事についたのか等、第一線で活躍する方たちのインタビューも載っていて、参考になります。	
80	はじめての子ども手話 ゼロからどんどんひとりで学べる！	谷　千春//監修	主婦の友社	皆さんは日本語以外で誰かとコミュニケーションが取れますか？この本では、数字やあいさつの仕方などの簡単なものから学校で使える会話まで、様々な手話がわかりやすく解説されています。ことばのバリアフリーに取り組んでみませんか？	
F-ｱｵ	凪に溺れる	青羽　悠	PHP研究所	仕事や生活に疲れた河崎遥は、動画投稿サイトで偶然見つけた「凪に溺れる」という曲に惹きつけられる。しかし、チャンネルの更新はすでに止まっていて…。一人の天才少年と、彼が作ったある曲を中心に巻き起こる、6人の人生の転機の瞬間を描いた連作短編です。	
F-ｱｵ	赤ずきん、旅の途中で 死体と出会う。	青柳　碧人	双葉社	森を旅する赤ずきんが、行く先々で遭遇する殺人事件を鮮やかに解決する連作短編ミステリー。「シンデレラ」や「ヘンゼルとグレーテル」など、誰もが知る童話のストーリーを元にしています。あの登場人物の裏の顔が明らかになるかも…。	
F-ｲｮ	宙わたる教室	伊与原　新	文藝春秋	都立高校の定時制に通う、年齢も育った環境もバラバラな生徒たちが、理科教師の藤竹とともに科学部を結成。「火星のクレーター」を再現する実験で学会発表を目指します。大阪府の定時制高校で起こった実話を元にした、胸が熱くなる青春小説です。	
F-ｳｴ	銀座「四宝堂」文房具店	上田　健次	小学館	この文房具店には、育ててくれた祖母へ感謝の気持ちを伝えられない青年など、困りごとを抱えた人々が来店します。彼らは店主の言葉や思い出の文房具を通して、人とのつながりや日常生活の小さな幸せを再発見します。	
F-ｳｴ	精霊の守り人	上橋　菜穂子	新潮社	百戦錬磨の女用心棒・バルサは、新ヨゴ皇国の第二皇子・チャグムの守り人となります。水の精霊の卵をその身に宿し、異界の魔物に命を狙われるチャグムを守り抜くことができるのか。人間の世界と目に見えない精霊の世界の交流を描き、ロングセラーとなった冒険小説のシリーズ第1作目です。	

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
F-ｵﾉ	月の影 影の海（上・下）	小野　不由美	新潮社	ある日、女子高生の陽子のもとに1人の男があらわれ異界へと連れていく。連れ去られた理由も分からない世界で男とはぐれ苦難の日々…そこは、天の意思により神獣・麒麟（きりん）によって選ばれた12人の王が治める12の国々が存在する世界！！壮大な中華風異世界ファンタジー<十二国記>シリーズの第1作目です。	
F-ｶﾐ	心霊探偵八雲 赤い瞳は知っている	神永　学	文芸社	赤い左眼を持ち、死者の魂を見ることができる不思議な能力をもつ大学生、斉藤八雲。ある日、同じ大学の小沢晴香と出会い、大学内で起こった幽霊事件を解決してしまったため、その後も次々と起こる奇怪な事件に巻き込まれていく…。 今なお続く「心霊探偵八雲」シリーズの原点にして最強の作品です。	
F-ｻｲ	レディオワン	斉藤　倫	光村図書出版	思いがけず言葉を話せるようになったいぬのジョン。ひみつのラジオDJとして、番組「レディオワン」に寄せられた人間のお悩みに答えます。みなさん、こんばんわん。月曜夜9時、ラジオの前でお会いしましょう。	
F-ｼﾒ	本のない、絵本屋クッタラ おいしいスープ、置いてます。	標野　凪	ポプラ社	札幌の草原に建つ青い三角屋根の絵本屋「クッタラ」は、広田奏（かなで）と共同経営の八木が切り盛りするカフェ。ふらりと立ち寄ったお客に温かいスープを提供し、その人にピッタリの絵本を探し出すのですが…。思わず読み返したくなる仕掛けに、クスッと笑いが込み上げます。	
F-ﾀﾅ	関西怪談	田辺　青蛙	竹書房	体験者に取材し、聞き書きしたものを再構築して新たに語られるホラー作品の一ジャンル「実話怪談」。本書は大阪在住の著者が採集した関西の怪談をまとめた一冊です。もっともらしい説明はあっても謎は謎のまま。実話ならではの余韻がクセになる、「地元」の怖い話が楽しめる本です。	
F-ﾂｼﾞ	答えは市役所3階に 2020心の相談室	辻堂　ゆめ	光文社	市役所3階に「こころの相談室」が開設され、コロナ禍の影響で進路に悩む高校生や、恋人と別れたばかりの青年などが相談にきます。謎解きの要素やプチどんでん返しがある物語です。	
F-ﾃﾝ	わたしは食べるのが下手	天川　栄人	小峰書店	葵は、皆と食べることが苦手だ。給食時間、保健室に避難したことからクラスメイトで不登校気味の咲子と親しくなる。きれいで大人びた彼女もまた、食行動に深刻な問題を抱えていた。食べることに悩む中学生が、風変わりな栄養教諭と出会い、給食改革を目標に親や友だち、生きることに向き合う物語。	
F-ﾅｲ	MASK 東京駅おもてうら交番・堀北恵平	内藤　了	KADOKAWA	主人公は東京駅おもて交番で研修中の新人女性警察官。遭遇する事件はいずれも猟奇的なものばかりですが、その背景に隠された人の「業」や「情」、主人公たちのひたむきな姿勢が描かれていて、読後感は不思議と爽やか。毎日多くの人が行き交う東京駅の過去と現代が交錯する、一風変わったホラー・ミステリーシリーズです。	

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
F-ﾅｶ	護られなかった者たちへ	中山　七里	NHK出版	東日本大震災から9年後、仙台市の生活保護担当課長が、全身を縛られて放置され餓死させられた事件が発生した。なぜ彼はこんな無残な殺され方をしたのか。誰が加害者で誰が被害者なのか。本当に「護られるべき者」とは誰なのか。 佐藤健主演で映画化もされたこの作品、是非！	
F-ﾅｼ	西の魔女が死んだ	梨木　香歩	新潮社	学校へ行けなくなったまいは、西の魔女ことママのママ、つまり大好きなおばあちゃんから魔女の手ほどきを受けます。自分らしく生きるヒントを教えてくれる一冊です。	
F-ﾅｼ	りかさん	梨木　香歩	偕成社	ようこと、おばあちゃんからもらった人形のりかさんが、人形たちの思いに耳をかたむけ、そこに隠された謎を解いていきます。…あなたの大切な人形は、今、どうしていますか？	
F-ﾅﾂ	こころ	夏目　漱石	新潮社	学生の「私」は鎌倉で「先生」と知り合い、惹かれていきますが、先生はなかなか心を開いてくれません。帰郷した私の元に分厚い手紙が届いたとき、先生はこの世の人ではありませんでした。手紙に記されていた先生の悲しい過去と後悔とは。高校の教科書にも掲載された、日本文学の金字塔です。	
F-ﾆﾀ	夏休みの空欄探し	似鳥　鶏	ポプラ社	ファストフード店で偶然となり合わせた姉妹と共に、莫大な遺産をめぐる暗号の解読に挑むことになった成田頼伸。冴えない毎日が充実した日に変わっていきますが…。高校生の夏休みのひと時を描いた物語です。	
F-ﾊｼﾞ	はじめての	島本　理生 辻村　深月 宮部　みゆき 森　絵都	水鈴社	4人の直木賞作家が、小説を音楽にするユニット・YOASOBIとコラボレーション！物語のテーマは「はじめて〇〇したときに読む物語」。読み終わった後にYOASOBIのミュージックビデオを観ると2倍楽しめます。	
F-ﾋﾉ	余命一年の君が 僕に残してくれたもの	日野　祐希	スターツ出版	不器用で人見知りな瑞樹と、明るく天真爛漫な転校生の美咲。ある日瑞樹は、美咲から余命わずかであることを打ち明けられます。彼女の「死ぬまでにやりたいこと」に付き合ううちに、2人の関係は変化していき…。今を全力で生きる2人に心を揺さぶられる、純愛物語です。	
F-ﾋﾛ	銀獣の集い 廣嶋玲子短編集	廣嶋　玲子	東京創元社	石の卵から生まれ、主人となる人間の思いを受けてその姿を成長させる銀獣。1年後にもっとも優れた銀獣を連れて来た者に財産を渡すと告げられた5人の男女、それぞれの1年間とは… <ふしぎ駄菓子屋　銭天堂>シリーズで大人気の著者による、悲しい・怖い・少しの幸福感、読後に何とも言えない余韻が残る3作品が収録されている短編集です。	

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
F-ﾏﾁ	コンビニ兄弟 テンダネス門司港こがね村店	町田　そのこ	新潮社	九州のローカルコンビニエンスストアを舞台にした連作短編です。それぞれの章の中心人物たちが他の章にも登場してきて、関係性をたのしめます。友達関係に悩む高校生の話もありますよ。	
F-ﾑｶ	昔話法廷　Season5	NHK　Eテレ 「昔話法廷」制作班 //編	金の星社	昔話「桃太郎」の鬼は、本当に退治されるべき大罪を犯したのでしょうか。そうでなければ桃太郎こそが襲撃者です。お供は、きびだんご一つで喜んで命を預けたのでしょうか。桃太郎に脅迫された疑いがあります。もしも、桃太郎を現代の法廷で裁くとしたら、あなたは裁判員としてどんな結論を出しますか。	
F-ﾑﾗ	コンビニ人間	村田　沙耶香	文藝春秋	―「普通」って何？　古倉恵子、36歳未婚彼氏ナシ、独り暮らし。コンビニバイト歴18年の彼女の暮らしぶりに垣間見る、諸々の違和感がキモ面白い！短いのですぐに読めますよ。第155回芥川賞受賞＆世界40ヵ国語翻訳（2024年5月現在）。世界的小説です。	
F-ﾕｷ	ジンが願いをかなえてくれない	行成　薫	光文社	契約すれば願いを3つ叶えてくれるという魔人ジン。女子高生の初香は「学年一の美女マリカと入れ替わりたい」と願いますが、「それは無理」と断られてしまい…。このお話のほかに6つの短編が楽しめる一冊です。	
E-ｸﾛ	窓ぎわのトットちゃん	黒柳　徹子	講談社	いつもほかの子どもたちと少しずれている「トットちゃん」こと黒柳徹子さんが、風変わりな小学校「トモエ学園」で過ごした日々を書いた自伝的物語です。入学してから、疎開のため東京を離れるまでの数年間が綴られたエッセイは、生きづらさを感じる人々に勇気を与えてくれます。	
921	いつかたこぶねになる日	小津　夜景	新潮社	学校で習う漢文や漢詩は、なんだか分かりづらくて難しい…と思っていませんか。この本は、フランス在住の著者の日々の出来事を綴ったエッセイの中に、著者お気に入りの漢詩が挟み込まれています。現代の私たちにも身近に感じられるよう、平易な言葉で訳された詩に、漢詩へのイメージが覆されるかもしれません。	
929.1	家にいるのに家に帰りたい	クォン・ラビン	辰巳出版	今いる場所になじめず、不安を感じているあなたへ。優しい文章とあたたかなイラストで包んでくれる、居場所のような一冊です。インスタグラムから始まった、韓国エッセイ。	
933ｷ	異能機関　（上・下）	スティーヴン・ キング	文藝春秋	超能力をもった子どもたちを集めて、怪しげな実験を行う研究所。そこに拉致された天才少年のルークは、仲間たちとともに、自由を求めて抵抗を試みますが…。読み始めたら止まらないファンタジーでありながら、子どもたちの勇気や尊厳を描いた感動作です。落涙必至！	

分類	書名	著者	出版社	コメント	表紙
N-ﾅｽ	ナスレディン　スープのスープ ジハド・ダルウィシュ　ショートセレクション	ジハド・ ダルウィシュ	理論社	ナスレディンはトルコやアラブの昔話によく登場するおじさんです。実在したともしないとも言われています。ひとつのお話が最短1ページ、最長でも5ページ、どこから読んでもおもしろいです。中には「どこがおもしろいねん？？」となるお話もありますが、それは日本と中東の文化の違いということで。	
Eｾ	せんそうがおわるまで、あと2分	ジャック・ ゴールドスティン	合同出版	同じ日に同じ町で生まれたジュールとジム。ジュールは、ジムより2分あとに生まれました。どんなときも、先に生まれたジムが先頭でした。1914年のある日から始まった戦争が、なかよしの若者2人の人生を大きく変えてしまいます。世界の各地で戦争が起こっている今、ぜひ読んでほしい本です。	