

## 『何冊読めるかな？課題クリア！』

～おとなの課題図書 2023～

図書館員からのお薦めの図書です。  
本は、どんなときも様々な世界への扉を開きます。

〔三島市立図書館 コメント一覧 全27冊〕



### 1 今を生きる

#### ① 『「がんになって良かった」と言いたい』

山口雄也／著 木内岳志／著 徳間書店 242.03

『僕は僕の生き様を形として残し伝えていくから、あなたにはあなた自身の命について「我が事」として考えてほしい』23歳で早世した若者に、冒頭から、心の芯をえぐられた気がしました。生きとし生けるもの、いつかは生命の灯が消える日がやってきます。日々の生活の中では、そのことをなるべく考えないようにしていますが、だからこそ、若くして突然、死と向き合うことになった方々の手記に、時折心を寄せることにしています。自分の命の最期について考えることは、巡り巡って、今を生きる底力になるように思います。

#### ② 『がんになった緩和ケア医が語る「残り2年」の生き方、考え方』

関本剛／著 宝島社 916 冊

#### ③ 『いま、希望を語ろう

—末期がんの若き医師が家族と見つけた「生きる意味」』

ポール・カラニシ／著 田中文／訳 早川書房 936 冊

### 2 「生と死」—佐々涼子のノンフィクション—

#### ① 『エンド・オブ・ライフ』

佐々涼子／著 集英社 490.14

この本には、人生の最期を迎えた人たちが、どんな「人生の閉じ方」をしたか、著者が実際に見聞きしたさまざまなエピソードが綴られている。

京都の「渡辺西賀茂診療所」の訪問医療取材している中で親しくなったベテラン看護師にステージⅣのがんが見つかった。何十人ものがん患者に寄り添ってきた看護師は自分の病とどう向き合い、どんな最期を迎えたのか。

また著者の父親が難病の妻（著者の母親）を長年に亘り献身的に介護し、最後はほとんど意思表示できないような状態であっても自宅で手厚く介護し看取った話など、どれも心に迫る印象的なエピソードだ。

「人の尊厳」「理想の死の迎え方」「終末期医療のあり方」について深く考えさせられる一冊。

#### ② 『エンジェルフライト —国際霊柩送還士—』

佐々涼子／著 集英社 336.7393

#### ③ 『紙つなげ!彼らが本の紙を造っている—再生・日本製紙石巻工場—』

佐々涼子／著 早川書房 585.06

### 3 バトン

#### ① 『キラキラ共和国』

小川糸／著 幻冬舎 913.6 冊

鎌倉で小さな古い文具店を営む鳩子の日々の暮らしを綴った『ツバキ文具店』の続編です。

鳩子は文具店の店番をしながらも、代書屋として依頼者に成り代わり、様々な手紙をしたためます。相手の立場に立ち、その人だったらどう考えるだろう…と、他者の思いに考えを巡らせることで、成長していきます。また、結婚し家族を持つことで転機が訪れ…。

受け渡される“バトン”をテーマに選んだ3冊。様々な思いがどのように繋がるのか、お楽しみください。

#### ② 『手から、手へ』

池井昌樹／詩 植田正治／写真 集英社 911.56

#### ③ 『そして、バトンは渡された』

瀬尾まいこ／著 文藝春秋 913.6 冊

### 4 江戸の料理

#### ① 『しゃばけごはん』

畠中恵／著 川津幸子／料理 新潮社 596.21

小説「しゃばけ」シリーズの舞台は江戸時代。病弱な若旦那と妖たちが次々と事件を解決していく物語。物語に登場する、若旦那の食卓や豪華なお花見弁当など、江戸の美味しそうな料理を写真とともに、作り方を紹介しています。江戸の料理を再現してみたいか？料理が登場する場面のエピソードもあわせて楽しめます。

#### ② 『江戸から伝わる味をたずねて—先人の創意工夫をひもとき、今に生かす—』

柳原尚之／著 池田書店 596.21

#### ③ 『発酵食品でつくるシンプル養生レシピ—江戸の料理本に学ぶ—』

車浮代／著 東京書籍 596 冊

### 5 名探偵 最初の事件

#### ① 『スタイルズ荘の怪事件』

アガサ・クリスティー／著 東京創元社 B933 冊

名探偵、シャーロック・ホームズ、エルキュール・ポアロ、金田一耕助。彼らが解決してきた数多くの事件の中から、今回は記念すべき初登場作品をご紹介します。

ポアロの初登場は、ミステリーの女王、アガサ・クリスティーのデビュー作です。イギリスの田舎町で、上流階級の老婦人が突然死します。彼女と再婚した20歳ほど年下の夫と、彼を疎ましく思う息子たち。口論を耳にしたというメイドの証言や、被害者の不可解な行動。王道をいきつつ二転三転するストーリーと、ポアロ独特の美学が光るラストをぜひご堪能ください！

#### ② 『緋色の研究』

アーサー・コナン・ドイル／著 日暮雅通／訳 光文社 B933 M

#### ③ 『横溝正史自選集 1』 横溝正史／著 出版芸術社 913.6 冊

### 6 食・栄養・料理

#### ① 『なにをどれだけ食べたらいいの？—バランスのよい食事ガイド—』

香川明夫／監修 女子栄養大学出版部 498.55

食事を栄養的な特徴によって4つのグループにわけ、バランスよく食べることを目的にした食事方法「四群点数法」。この「四群点数法」のルールが詳しく解説されています。具体的な献立も紹介されており、何をどれだけ食べたらいいのかがわかる1冊です。

#### ② 『食べる時間でこんなに変わる時間栄養学入門』

柴田重信／著 講談社 498.56

#### ③ 『朝ラク!スポーツ部活弁当』

上島亜紀／料理 柴田麗／栄養監修 学研プラス 780.19

## 7 兄弟・姉妹

### ①『マクリーンの川』

ノーマン・マクリーン／著 渡辺利雄／訳 集英社 933㍷  
血の繋がった兄弟・姉妹のような近い存在でも、すべてを理解することはできません。それでもわかりたいと努力し続けること、相手の美点に目を向け認めること、自分の弱さを見つめること…兄弟・姉妹の物語にはいろいろな形の愛があります。

『マクリーンの川』は、破滅的な道を歩んだ弟と、そんな弟を助けたいと思いつつもどうしていいかわからない不器用な兄の物語です。弟の得意だったフライ・フィッシングを通じて兄が何かを見出そうとする姿に、愛とは何かを考えさせられます。

### ②『若草物語』

L.M.オルコット／[著] 吉田勝江／訳 角川書店 B933 抄

### ③『イワンの馬鹿』

レフ・トルストイ／作

ハンス・フィッシャー／絵 小宮由／訳 KTC 中央出版 983㍷

## 8 商店街

### ①『古本食堂』

原田ひ香／[著] 角川春樹事務所 913.6ハ㍷

本の街、神保町の神田すずらん通り商店街にある一軒の古本屋「鷹島古書店」が、この物語の舞台。

親戚の古本屋を手伝う大学院生と、お店に本を探しに来るお客さんたちを巡る短編集。温かな人間模様と美味しそうなご飯が疲れた心を癒してくれるお話。

実在するお店が出てくるので、読んだ後は神保町に行ってみたくなるような一冊。

### ②『縁結びカツサンド』 冬森灯／著 ポプラ社 913.6㍷E

### ③『父と私の桜尾通り商店街』

今村夏子／著 KADOKAWA 913.6㍷M

## 9 土井善晴

### ①『土井善晴さんちの名もないおかずの手帖』

土井善晴／著 講談社 596㍷

日々、料理をします。好きとか嫌いという訳ではないですが、食卓を囲む時間が幸せであれば良いと思っています。いろいろなレシピを参考にしていますが、土井善晴さんは凄いとっています。出来上がった料理を口に入れた時の味のバランスがよく、しみじみと美味しいなあと思えるのです。

「土井善晴さんちの名もないおかずの手帖」は、なかでもお気に入りの1冊です。表紙「ベーじゃが」は、小芋の皮ごと料理できるのが、一番のお気に入りポイントです。

他にも、日々の幸せを重ねるレシピが紹介されています。

### ②『土井善晴の定番料理はこの1冊』

土井善晴／著 光文社 596㍷

### ③『土井善晴——汁——菜の未来——』

土井善晴／著 平凡社 596.04㍷

## 10 大河ドラマの原作

### ①『峠の群像』

堺屋太一／著 日本放送出版協会 913.6㍷I

昨年大河ドラマ「鎌倉殿の13人」は観ましたか？地元が舞台とあって、久しぶりに最初から最後まで堪能し、現在放映中のドラマもつい続けて観ています。子どものころに欠かさず観ていた大河ドラマも思い出し、久しぶりに原作を読んでみました。数ある原作の中から『峠の群像』を選んだのは…、なぜでしょう。3巻というボリューム

もなんのその、懐かしさと共に新たな感動も覚え、これは他の原作も端から読んでみよう！と決意。相当な数になりますが、皆さんも読んでみませんか？

### ②『樅の木は残った』 山本周五郎／著 新潮社 B913.6㍷E

### ③『天璋院篤姫』 宮尾登美子／[著] 講談社 B913.6㍷A

## 11 文字で表現

### ①『筆ペンで書くお店のゆる文字』

宇田川一美／著 誠文堂新光社 728

見ているだけでも楽しめる「ゆる文字」が紹介されている本です。

パソコンなどで入力されたお店のメニューやPOPなども読みやすく良いのですが、手書きだからこそ出せる味わいや茶目っ気のようなものが感じられて、もしこんな文字がお店に並んでいたら買いすぎてしまうだろうなと思ってしまいます。

筆ペンの選び方や書き方のコツ、文字の見本も載っているので、ゆるっとした味のある手書きの文字に挑戦してみませんか。

### ②『日本の文字クリエイター』

久木田ヒロノブ／編 マール社 336.743

### ③『店頭で使えるチョークアートとタイポグラフィの描き方』

PIE BOOKS／編著 パインターナショナル 725.4

## 12 百人一首 競技カルタ

### ①『百人一首—うたものがたり—』

水原紫苑／著 講談社 911.14㍷

子どものころ、百人一首を一生懸命覚えただけ、意味はわからないのよねー、って思っている方も多いのではないのでしょうか。全部の句をみるというよりは、好きだったり気になっている句の意味を知ると、もっとお気に入りになったり、他の句にも興味がわいたりするかもしれません。

もうすぐお正月です。お気に入りの句を作って、その札は必ずゲットするぞ！と意気込んでカルタをするのも楽しいと思います。それで物足りなくなってきたら、競技カルタよろしく一字きまりの札などを覚えると、ますます楽しいはず。。。お試しください。

### ②『光琳カルタで読む百人一首ハンドブック』

久保田淳／監修 小学館 911.14㍷

### ③『伊藤孝男の百人一首・競技かるた』

伊藤孝男／著 思文閣出版 798

## 13 本ができるまで

### ①『文にあたる』

牟田都子／著 亜紀書房 749.13

本が出版される前に行われる校正。「内容の誤りを正し、不足な点を補ったりする」工程が、ここまで調べられているのかとため息が出る。校正の仕事、本の読み方、仕事への向き合い方などについて、元図書館員の著者らしく、図書館の情報も交えてわかりやすい。校正の重要な役割に気づかされる。

### ②『「本をつくる」という仕事』 稲泉連／著 筑摩書房 022

### ③『本をつくる』 鳥海修／著 高岡昌生／著 美篤堂／著

本づくり協会／企画・監修 永岡綾／取材・文 河出書房新社 022

## 14 探究

### ①『命の意味命のしるし』

上橋菜穂子／著 齊藤慶輔／著 講談社 910㍲  
作家・文化人類学者である上橋菜穂子さんと、獣医師の齊藤慶輔さんの対談を本にしたものです。お互いのフィールドは違いますが、それぞれの活動を通して抱いた「命とはなにか」「人間と自然はどう関わりあっていくべきか」という共通の問いについて語り合います。答えが見つかるかもわからない果てしない問いに、それでも向かい合い考え続ける姿に、背筋が伸びる思いがします。上橋さん、齊藤さんそれぞれの著作もあわせて読んでみてください。

### ②『孤独なバッタが群れるときーサバクトビバッタの相変異と大発生』

前野ウルド浩太郎／著 東海大学出版会 486.45

### ③『悪とはなにかーテロ、大量殺戮、無差別殺人ー理性を超えた「人間の罪業」を解き明かすー』

テリー・イーグルトン／著 前田和男／訳 ビジネス社 151

## 15 努力

### ①『おしよりん』

藤岡陽子／著 ポプラ社 913.6㍲

明治の頃、福井で独自の産業を根付かせるべく苦闘が始まり、めがね枠製造に行きつきます。人口が多い都会に比べて、情報が遅れる村においてあらゆる困難が立ちはだかります。数々の失敗を重ねつつも、諦めずに努力のみで進んできた人々の物語です。

忍耐強さ等、読み進むうちにいつの間にか応援する自分の姿が見えるような気がしました。

### ②『剛心』 木内昇／著 集英社 913.6㍲

### ③『いも殿さま』 土橋章宏／著 KADOKAWA 913.6㍲

## 16 間取りで空想にふける

### ①『ものがたりの家』

吉田誠治／著 パイインターナショナル 726.5㍲

背景グラフィッカー・イラストレーターの著者が描く、空想の家33点を収録した美術設定集です。物語にできそうな空想の家とその設定が細かく描かれており、その世界に入り込んだような没入感を味わうことができます。自分ならどの家でどんな風に暮らそうか、こんなお店があったらなあ、と夢がどこまでも広がります。間取り図好きな方、タイニーハウスや隠れ家に興味がある方にもおすすめです。

### ②『マイクロシェルター』 Derek Diedricksen／著 金井哲夫／訳 オライリー・ジャパン 527

### ③『日本でもできる!英国の間取り』 山田佳世子／著 エクスナレッジ 527.1

## 17 学問っておもしろい!

### ①『音声学者、娘とことばの不思議に飛び込むープリチュワからカピチュウ、おっけーぐるぐるまでー』

川原繁人／著 朝日出版社 801.1

著者が、2人の娘さんの子育てを通じて音声学について解説している本。プリキュアやポケモンの名前の付け方などを音声学の観点で大真面目に考察していて、とてもおもしろいです。夫婦で音声学者なので、子どもの言い間違いは直さず、「保護する」という徹底ぶり。幼稚園で先生に直されて先生をうらめしく思ったという描写が笑えます。子育て経験者に特におすすめです。

### ②『鳥類学者だからって、鳥が好きだと思うなよ。』

川上和人／著 新潮社 488.04

### ③『先生、巨大コウモリが廊下を飛んでいます!』

小林朋道／著 築地書館 481.71

## 18 図書館(室) ミステリ

### ①『花野に眠る』

森谷明子／著 東京創元社 913.6㍲

のどかなれんげ野原の真ん中にある秋葉図書館。ある日、図書館の向かいの山から白骨死体が発見されます。図書館司書たちの謎解きにより、一見、関係のないような小さな話がつながって、白骨死体の謎が解けていきます。

作中で図書館司書から利用者へレファレンスで紹介される本も、後で読みたくなり、読書の輪が広がります。

「秋葉図書館の四季」シリーズの1冊です。

### ②『27000冊ガーデン』 大崎梢／著 双葉社 913.6㍲

### ③『本と鍵の季節』 米澤穂信／著 集英社 913.6㍲

## 19 クトゥルー神話

### ①『狂気の山脈にて』

H.P.ラヴクラフト／[著] 南條竹則／編訳 新潮社 B933㍲

代表作の1つである「狂気の山脈にて」をはじめ、特有の世界観と独特の表現で恐怖心を煽るH.P.ラヴクラフトの作品の数々。影響を受けた文学作品があるのはもちろん、映像作品やゲームシナリオなど文学の枠を超えた分野でも年々存在感を強めています。

クトゥルー神話という名前を聞いたことはあっても詳細は知らないという人にも、影響を受けた作品をもっと深く読み込みたいという人にも、ぜひ一度触れてほしい傑作選です。

### ②『インスマスの影』

H.P.ラヴクラフト／[著] 南條竹則／編訳 新潮社 B933㍲

### ③『アウトサイダー』

H.P.ラヴクラフト／[著] 南條竹則／編訳 新潮社 B933㍲

## 20 分かち合っ

### ①『月まで三キロ』

伊与原新／著 新潮社 913.6㍲

「生ぜしもひとりなり。死するも独りなり」  
『一遍上人語録』に収められている言葉だそうです。苦しい時ほど長く孤独に感じられます。そんな時は、思いを周りに打ち明けてみませんか。痛みを知っている人があなたを救ってくれるかもしれません。この本はそう思わせてくれるはず。あなたをあたため、楽にしてくれる物語がちりばめられた短編集です。

### ②『子どもから話したくなる「かぞくかいぎ」の秘密』

玉居子泰子／著 白夜書房 379.9

### ③『リボンの男』 山崎ナオコーラ／著 河出書房新社 913.6㍲

## 21 **おいしいごはん**

### ①『菜の花食堂のささやかな事件簿』

碧野圭／著 大和書房 B913.6 7A1

「菜の花食堂」は町の小さなレストラン。素材を活かした料理が自慢で、月2回開かれる料理教室では、旬の野菜を使った簡単美味しい家庭料理を教えてくれるので近所の主婦に大人気。

優しくも毅然としたオーナーの靖子先生は、持ち前の観察眼を發揮し日常のささやかな謎や、訪れる人々の悩みを解きほぐしてくれます。読んだ後に美味しいものが無性に食べたくなる本です。

### ②『めぐり逢いサンドイッチ』

谷瑞恵／著 KADOKAWA 913.6 7A2

### ③『マカン・マラン 二十三時の夜食カフェ』

古内一絵／著 中央公論新社 913.6 7A3

## 22 **レファレンスサービス**

### ①『図書館にまいこんだこどもの大質問』

こどもの大質問編集部／編 青春出版社 015.93

図書館には、調べたいことや探している資料などの利用者の質問について、必要な資料・情報をご案内する「レファレンスサービス」というものがあります。

この本は、子どもたちから町の図書館や学校の図書室に寄せられた様々なレファレンスを紹介しています。可愛らしいものから、答えるのに難しいものまで様々です。回答に使われた本も紹介しているので、その本を読んでみても面白いかもしれません。

### ②『100万回死んだねこ』 福井県立図書館／編著 講談社 015.2

### ③『図書館徹底活用術』 寺尾隆／監修 洋泉社 015

## 23 **土と農**

### ①『大地の五億年—せめぎあう土と生き物たち—』

藤井一至／著 山と溪谷社 613.5

地球が誕生してから46億年といわれる。土が現れたのが5億年前というので、地球の歴史から考えるとつい最近だ。

生き物との二人三脚によって土は様々に変化し堆積していくのだ。

まず、まえがきを読んでみてください。そして目次、本文飛ばしてあとがきへ。

これだけで本書のエッセンスを十分浴びることができます。

もうこうなったら、科学読み物好きは本文に手を伸ばすことでしょ。う・・・きっと。

### ②『世界農業遺産』

世界農業遺産 BOOK 編集制作委員会／著 家の光協会 612

### ③『生きるぼくら』 原田マハ／著 徳間書店 913.6 7A4

## 24 **歴史(戦国)**

### ①『北条氏康(川越夜襲編)』

富樫倫太郎／著 中央公論新社 913.6 1A1

三島市に残る史跡の一つ、山中城跡。この巨大な山城を築いた後北条氏とはいったいどのような一族だったのか。小田原城を拠点とし、「相模の獅子」と呼ばれた後北条氏三代目、北条氏康。実は、日本三大奇襲戦の一つでもある川越夜戦を成功させた戦国の勇者でもあったのだ。

他2作品も含め、氏康の活躍を見事に描いた作品です。

山中城跡を巡りながら、戦国時代にタイムスリップしてみたいかがでしょうか。

### ②『北条氏康(二世継承編)』

富樫倫太郎／著 中央公論新社 913.6 1A2

### ③『北条氏康(大願成就編)』

富樫倫太郎／著 中央公論新社 913.6 1A3

## 25 **芸術**

### ①『欲望の名画』

中野京子／著 文藝春秋 723 1A

芸術は人の心を豊かにし、生き方に花を添えてくれます。

読書は心の栄養であり、絵画鑑賞は脳の保養でもあります。

活字から情景を想像し、登場キャラクターに変身できる読書から反転し、絵画からストーリーを想像する楽しみを味わってみてはいかがでしょうか。

「怖い絵」で脚光を浴びた中野京子さんの博学ながらも人間味のある解説は、関心を引き、現物を見たくなること間違いなしです。

### ②『絵画の見かた—西洋美術入門—』

池上英洋／編著 新星出版社 723 1A

### ③『美人画づくし』

池永康晟／監修 芸術新聞社 721.9 1A

## 26 **近未来SF**

### ①『裂けた明日』

佐々木譲／著 新潮社 913.6 3A1

近未来、景気の低迷や大震災により、経済的に破綻した日本は、他国から蹂躪されテロが多発、東北以北の反政府勢力と関東の新政府勢力に2分され、内戦状態に陥る。

東北に住み定年後に妻も子も失った初老の主人公は、反政府勢力に追われている友人の娘と孫である母娘を助け、様々な危機を回避し北関東の軍事境界線を突破する。避難民支援団体から保護を受けるが、反政府勢力のスパイから逃避行を続け、誰も信じられない緊迫の頂点で、読者は主人公が2人を守り抜く本当の決意を知ることになる。

### ②『ループ・オブ・ザ・コード』 荻堂顕／著 新潮社 913.6 3A2

### ③『B・D・T—掟の街—』 大沢在昌／著 双葉社 913.6 3A3

## 27 **文学全集**

### ①『池澤夏樹、文学全集を編む』

河出書房新社編集部／編 河出書房新社 904 1

世界はこんなに広いし、人間の思いはこんなに遠くまで飛翔する。それを体験して欲しい。

インターネットが普及し、検索機能が発達した21世紀で「全集」を編むのは、ある種の狂気なのかもしれません。しかし、そこには必ず新しい発見があるはずです。

池澤夏樹個人編集の「世界文学全集」「日本文学全集」の楽しみ方を紹介。大江健三郎らとの対談、鼎談を多数収録しています。

一流の文化人の言葉の端々から、文学が存在する意味を感じ取ることができます。

### ②『日本文学全集』

池澤夏樹／個人編集 河出書房新社 918 2

### ③『世界文学全集』

池澤夏樹／個人編集 河出書房新社