

# H28年度 兵庫県立社高校の一押し本100選

	書名	著作者名	出版社名	内容	推薦者コメント
1	文鳥／夢十夜	夏目漱石	新潮文庫	文鳥の死とその死がもたらす日常生活への傷跡を見せてくれ、著者の孤独な心持をにじませた名作『文鳥』。本当に怖い話はかなしくもあるということが読後にわかる『夢十夜』は、漱石の見た夢の話。『永日小品』はエッセイ風の作品。漱石のイギリス留学中の話が印象に残る。	ユーモアを織り交ぜ、オチまでつけていて、掌編の小説ながら、読みごたえのある短編がギュッと詰まっている作品である。漱石の作品は、一回読んだだけではまだまだで、折節に読み返すことで、新たな発見のある奥行きを持っています。時をおいて、何度も読み返し、新たな感想を持って欲しい。
2	瞬間接着剤で目をふさがれた犬 純平!	関 朝之	ハート出版	英語教師マイケルさんが公園で見つけた子犬の目には、なんと接着剤が塗りつけられてあった！ この事件は新聞に取り上げられ、マイケルさんはテレビにも出演、里親希望者が100人をこえるなど、子犬の周囲にはわかにあわただしくなってきました…。その後あの子犬はどうなったでしょう？ この本では、子犬を中心とした人間たちのすばらしい心のリレーが描かれています。	動物虐待、野宿者襲撃や、学校・職場でのいじめなど、これらの事件はすべて同じような心理状態から起こっているのではないだろうか。今の生徒たちに「命の大切さ」を知ってほしい。勉強すること、成績を上げることに以上、生きているものすべての、「命の大切さ」を知ることが、一番重要なのではないだろうか。
3	平気でうそをつく人たち 虚偽と邪悪の心理学	M・スコット・ペック	草思社文庫	世の中には平気で人を欺いて陥れる“邪悪な人間”がいる。そして、彼らには罪悪感というものがない—精神科医でカウンセラーを務める著者が診察室で出会った、虚偽に満ちた邪悪な心をもつ人たちの会話を再現し、その巧妙な自己正当化のための嘘の手法と強烈なナルシズムを浮き彫りにしていく。	邪悪な人々というのは、ニュースの画面や物語に出てくるような人でばかりではなく、普通の日常生活を送りながらも、家族や職場、学校などで周囲を毒していく人々なのではないだろうか。猛毒なら周りはすぐに気がつくだろうが、邪悪性とは、一般の人々の顔という名のオブラートに包まれた、即効性のない毒なので気づきにくい。邪悪によるトラブルに巻き込まれないためには、どうすれば良いのか考えてほしい。
4	夏の庭～The Friends	湯本香樹実	新潮文庫	小学6年の夏、ぼくと山下、河辺の3人は、人が死ぬ瞬間を見たいという好奇心から、町外れに住むおじいさんを見張ることにする。一方、観察されていると気づいたおじいさんは、憤慨しつつもやがて少年たちの来訪を楽しみに待つようになる。ぎこちなく触れあいながら、少年達の悩みとおじいさんの寂しさは解けあい、忘れられないひと夏の友情が生まれる。	物語の終盤、少しだけ大人になった少年たちを、目を細めながら見つめるおじいさんの姿が目には浮かんでくるようで、思わず目頭が熱くなる。世代の異なる者同士が語り合うことや、他人への思いやり、そしてそれぞれが持つ記憶を語り継ぐことの大切さを説いているように思う。
5	感情的にならない本	和田秀樹	新講社ワイド新書	他人の気持ちは変えられない、と割り切る、理屈は正しくても、なぜいい結果にならないか、感情的に反応する人は、放っておくしかない、「自分だって」といわれると、なぜ腹が立つか、根本的な解決などできないし、自分にも他人にも機嫌のいい人になる、感情コンディションを整える方法。	心理学、精神病理学の立場から感情の自己コントロールについて、誰でも実践できる技術を伝える本。特に怒りを静めて、好い感情を持ち続ける技術を分かりやすく説き、曖昧さを残す思考をもつことによって、認知能力や他者への許容範囲を拡げることの重要性を指摘している。良好な気分を維持することを心がけ、嫌な気分が襲われたらすぐに気持ちを切り替える。この柔軟な姿勢が良好な人間関係を保つ秘訣であると教えてくれる。
6	若き友人たちへ～筑紫哲也ラストメッセージ	筑紫哲也	集英社新書	永遠のジャーナリストが遺した「この国の危機」。誰もが反対しづらい美辞麗句、思わず振り向いてしまう大きな声には注意が必要だ。筑紫さんは早稲田大学と立命館大学で主に大学院生に向けた講座をもっていた。その中で再三伝えようとしたのは、情報や情緒に流されることなく自分の頭で考えることの素晴らしさであった。この一連の講義録をもとに、本書は構成された。「若き友人」を「日本人」と置き換えてもいい。筑紫哲也さんからの最後のメッセージである。	NEWS23の『多事争論』では、いつも穏やかに話をされていた筑紫哲也さん。彼のラストメッセージともいえるこの書も、やはり我々に対する心配りが随所に見られる。彼のメッセージは心に直接しみこんでいく、そんな気がする一冊。
7	バベットの晩餐会	イサク ディーネセン	ちくま文庫	バベットは富くじで手にした大金で、彼女の愛する姉妹と姉妹の親しい人たちのための一度きりの晩餐会を開くことに決める。かつて、王侯貴族の料理人だったバベットの芸術的な料理の才能の全てが注がれた料理は、彼らを幸せにした。一晩の夢のように幸せな時。	芸術とは、このようにして人々に奉仕するものなのだ、と教えてくれる。そして、料理にしろ、芸術にしろ、そのものがそれにふさわしい主人に出会えることが、本当の幸せなのだ。幸せな出会いというものが、いかに稀有なものであるか。良い作品というものは、読み終わって何ヶ月経っても何年経っても、感動が色あせないばかりか、折りに触れてよみがえり、また新しい発見や考えの端緒を与えてくれるものなのだ。
8	あさきゆめみし	大和和紀	講談社	大和和紀により『源氏物語』を漫画化したもの。『宇治十帖』を含む『源氏物語』54帖がおおむね忠実に描かれており、平安朝の生活様式などを詳細に調べて漫画化している。全体の筋はほぼ原作どおりであるが、桐壺帝と桐壺更衣の馴れ初めからオリジナルとして描かれている。他にも光源氏と幼い紫の上の出会いや空蝉の結婚の経緯、朝顔の姫君の母の逸話など、原作や当時の常識とはかけ離れた独自のエピソードもある。	古典が嫌い、漫画なんか読まないと言う人にも、ぜひ読んで欲しい本。「源氏物語は、原文では難しく、」と思っている人でも、かわいらしい絵と展開のおもしろさに、きっと夢中になることと思う。この本を通して、もっともっとたくさんの生徒が、源氏物語に興味を持ってくれることを願いたい。
9	考えない練習	小池龍之介	小学館	「イライラ」「不安」は、練習で直せる。考えすぎて、悩みが付きにくい私たちに必要なものは、もっと「五感」を大切にすること。それは決して難しいことではなく、ちょっとしたコツの習得で可能になる。その方法(練習)を気鋭の僧侶が余すことなく語りかける。	心は常に刺激を求めて暴走するものだ、ということ。心が暴走をはじめるスイッチのひとつは、人に良く思われたいとか、プライドにしがみつこうとする「煩惱」だといえる。心の暴走に振り回されないようにするためには、感覚を研ぎすまし、「怒り」や「苦しみ」を俯瞰的に捉えて、情報として扱うこと。原始仏教の教えをもとにしているようではあるが、納得できる本。
10	きりこについて	西加奈子	角川書店	小学校の体育館裏で、きりこが見つけた黒猫ラムセス2世はとても賢くて、大きくなるにつれ人の言葉を覚えていった。両親の愛情を浴びて育ったきりこだったけれど、5年生の時、好きな男の子に「ぶず」と言われ、強いショックを受ける。悩んで引きこもる日々。やがて、きりこはラムセス2世に励まされ、外に出る決心をする。きりこが見つけた世の中でいちばん大切なこととは？	容れ物であるはずの自分の外見と、本当の自分であるはずの中身。どちらも本当の自分であり、どちらも大切にしないとね、というメッセージが強く込められているような気がする。自分の望むように生きることは、結局自分を一番大切にしていること。周りの目を気にしながら生きることは、本当の自分をないがしろにしていること。なのではないかと感じさせられた。
11	そうだったのか!現代史	池上彰	集英社文庫	「日々のニュースや、私たちが生きている現代のさまざまな出来事理解するためには、その少し前の歴史を知る必要があるのです」(「はじめに」より)。本書はNHK「週刊こどもニュース」キャスターの池上彰が、大学生、新社会人に向けて第二次世界大戦後の歴史をやさしく解説した「現代史の入門書」だ。ただし入門書とあなどることなかれ。「中国と台湾はなぜ対立する?」「イスラエルが生まれ、戦争が始まった!」「ひとつのヨーロッパ」への夢など、今日のニュースの背景を解く全18章は、「今さら人に聞けない」社会人にとっても救いの連続である。大戦後に生じた数々の争いを陰で操る大国、核戦争の縁に立った人類の危機…。現代史ゆえに、当時の軍事作戦が詳細かつ正確に記述されていたり、当事者の語った言葉そのものが書かれている点も興味深い。	ジャーナリスト池上彰がわかりやすく現代史を解説する。現代史をしっかり理解したい人は必読の書。「そうだったのか!」と目から鱗が落ちること必至。

12	青春デンデケデケデケ	芦原すなお	河出文庫 — BUNGEI Collectio n	1965年の春休み、ラジオから流れるベンチャーズのギターがぼくを変えた。“やーっばりロックでなければいかん”。四国の田舎町の高校生たちがくりひろげる抱腹絶倒、元気印の、ロックと友情と恋の物語。青春バンド小説決定版。直木賞、文芸賞受賞作。	古き良き時代の青春群像。現代の若者にも通じることも多いが、高校生の皆さんの親の世代の青春を知りたいなら、ぜひ読んでほしい。
13	心を整える。勝利をたぐり寄せるための56の習慣	長谷部誠	幻冬舎	『心は鍛えるものではなく、整えるものだ。いかなる時も安定した心を備えることが、常に力と結果を出せる秘訣だ。自分自身に打ち勝てない人間が、ピッチで勝てるわけがない。』日本代表キャプテンとして、チームを勝利へ導いた男の実践的メンタルコントロール術。	心はよく「鍛える」「磨く」などと表現されるが、長谷部誠は違う。心を「整える」のだ。生活のリズム、睡眠、食事、そして、練習。日々の生活から、心に有害なことをしないように、少しでも乱れたら自分で整える。そうすることによって、いかなる試合でも、いかなる場面でも揺らぐことがなく、ピッチで力が発揮できるという。実践することはいたってシンプルながら、だからこそ、慌しい現代では意識をしないと難しいもの。力を抜いて無理なく自然体で行える姿は、まさに彼の心情が姿勢として表れている証明だろう。
14	ふたり	赤川次郎	新潮文庫	お姉ちゃんは高校二年までしか生きなかった。でも、私が来年高校一年になり、二年になり、三年になったら、私はお姉ちゃんの歳を追い越してしまう。それでもお姉ちゃんには、ずっと私の中にいてくれる？死んだはずの姉の声や、突然、頭の中に聞こえてきた時から、千津子と実加の奇妙な共同生活が始まった…。妹と十七歳で時の止まった姉。二人の姉妹のほろ苦い青春ファンタジー。	愛する者との永久の別れをしなければならなくなった人たちの心の行方がしみじみと描かれる。この物語では、姉妹の姉が突然いなくなり、妹の中に現れる。愛する人を失った時、しばしばその人が心に生き続ける場合がある。そしてある時、その人は姿を現さなくなる。そうやって我々は日々この世を生きているのかもしれない。読みやすく親しみやすい文章。
15	ミッキーマウスの憂鬱	松岡圭祐	新潮文庫	東京ディズニーランドでアルバイトすることになった21歳の若者。友情、トラブル、恋愛…。様々な出来事を通じ、裏方の意義や誇りに目覚めていく。秘密のベールに包まれた巨大テーマパークの“バックステージ”を描いた、史上初のディズニーランド青春成長小説。	東京ディズニーランドを舞台にした小説。主人公はちょっと勘違いしちゃう若い男で、彼の面接から始まり、TDLで働く3日間の様子が詳しく描かれていて、ディズニー好きにはぴったりのストーリーだ。
16	アンネの日記	アンネ・フランク、深町真理子(翻訳)	文春文庫	自分用に書いた日記と、公表を期して清書した日記「アンネの日記」が2種類存在したことはあまりにも有名だ。その2つを編集した“完全版”に、さらに新たに発見された日記を加えた“増補新訂版”が誕生した。ナチ占領下の異常な環境の中で13歳から15歳という思春期を過ごした少女の夢と悩みが、より瑞々しくよみがえる。	「増補新訂版」は、鋭い感性と驚くべき表現力で、思春期の夢と悩みが赤裸々に綴られる。この日記は、永遠の青春の記録として、半世紀を経た今も世界中の人の胸を打ってやまない。
17	トリツカレ男	いしいしんじ	新潮文庫	ジュゼッペのあだ名は「トリツカレ男」。何かに夢中になると、寝ても覚めてもそればかり。オペラ、三段跳び、サングラス集め、潮干狩り、刺繍、ハツカネズミetc. そんな彼が、寒い国からやってきた風船売りに恋をした。無口な少女の名は「ペチカ」。悲しみに凍りついた彼女の心を、ジュゼッペは、もてる技のすべてを使ってあたためようとするのだが…。まぶしくピュアなラブストーリー。	「おーい、トリツカレ男！ 今度は何に取り付かれたんだい？」とからかわれても、ジュゼッペは平気。そのトリツカレ男とペチカとの恋の行方は？ 微笑ましいラブストーリー。
18	博士の愛した数式	小川洋子	新潮文庫	家政婦として働く「私」は、ある春の日、年老いた元大学教師の家に派遣される。彼は優秀な数学者であったが、17年前に交通事故に遭い、それ以来、80分しか記憶を維持することができなくなったという。数字にしか興味を示さない彼のコミュニケーションは、困難をきわめるものだった。しかし「私」の10歳になる息子との出会いをきっかけに、そのぎこちない関係に変化が訪れる。彼は、息子を笑顔で抱きしめると「ルート」と名づけ、「私」たちもいつしか彼を「博士」と呼ぶようになる。	1990年の芥川賞受賞以来、1作ごとに確実に、その独自の世界観を築き上げてきた小川洋子。事故で記憶力を失った老数学者と、彼の世話をすることとなった母子とのふれあいを描いた本書は、そのひとつの到達点ともいえる作品である。現実との接点があいまいで、幻想的な登場人物を配す作風はそのままであるが、これまで著者の作品に潜んでいた漠然とした恐怖や不安の影は、本書には、いっさい見当たらない。あるのは、ただまっすぐなまでの、人生に対する喜びである。
19	楽隊のうさぎ	中沢けい	新潮文庫	「君、吹奏楽部に入らないか?」「エ、スイソウガク!?」—学校にいる時間をなるべく短くしたい、引っ込み思案の中学生・克久は、入学後、ブラスバンドに入部する。先輩や友人、教師に困まれ、全国大会を目指す毎日。少年期の多感な時期に、戸惑いながらも音楽に夢中になる克久。やがて大会の日を迎え…。忘れてませんか、伸び盛りの輝きを。親と子へエールを送る感動の物語。	中学生という、心と体の伸び盛りを愛する気持ちをお忘れではありませんか。臆病な中学生は吹奏楽部で生き生きとした自分を取り戻す。ブラスバンド少年の成長を描く長編小説。
20	ぼくは勉強ができない	山田詠美	新潮文庫	ぼくは確かに成績が悪いよ。でも、勉強よりも素敵で大切なことがいっぱいあると思うんだ——。17歳の時田秀美くんは、サッカー好きの高校生。勉強はできないが、女性にはよくもてる。ショット・バーで働く年上の桃子さんと熱愛中だ。母親と祖父は秀美に理解があるけれど、学校はどこか居心地が悪い。この窮屈さはいったい何なんだ! 凛々しくてクールな秀美くんが時には悩みつつ活躍する高校生小説。	この本の魅力は、やはり何といっても主人公の時田秀美である。普通の枠組みとは異なる視点から物事を見る秀美の発する言葉は魅力的である。
21	星の王子さま	サン＝テグジュペリ、河野万里子(翻訳)	新潮文庫	砂漠に飛行機で不時着した「僕」が会った男の子。それは、小さな小さな自分の星を後にして、いくつもの星をめぐる七番目の星・地球にたどり着いた王子さまだった…。一度読んだら必ず宝物にしたいくなる、この宝石のような物語は、刊行後六十年以上たった今も、世界中でみんなの心をつかんで離さない。最も愛らしく毅然とした王子さまを、優しい日本語でよみがえらせた、新訳。	聖書の次に多くの人に読まれている、子供から大人までを魅了している作品。読む時の心境の違いで、印象に残るところが変わり、何回読んでもいつも新鮮に感じられるであろう、不思議な本というしかない。
22	中高生のためのケータイ・スマホハンドブック	金城学院中学校・高等学校	学事出版	ケータイ・スマホの便利さとともに、そのかげに潜むリスク。生徒有志がケータイとスマートフォン(スマホ)を「人間とコミュニケーション」という基本から捉え直し、具体的にどうつきあえばよいのかについて、生徒自身の目線から幅広く検討した長年の成果をまとめたもの。	2013年8月に厚生労働省研究班による中高生のネット依存調査の結果が発表され、全国の中学生の6.0%、高校生の9.4%、推計すると合計約51万8000人もが「ネット依存」だという結果だった。こうしたネット依存増加の背景には、ケータイ・スマホの普及やLINEなどのアプリの流行がある。ネット依存になっていたりなりかけていたりする人が心して読むべき書である。
23	本日は、お日柄もよく	原田マハ	徳間文庫	OL二ノ宮こと葉は、想いをよせていた幼なじみ厚志の結婚式に最悪の気分で開催していた。ところがその結婚式で涙が溢れるほど感動する衝撃的なスピーチに出会う。それは伝説のスピーチライター久遠久美の祝辞だった。空気を一変させる言葉に魅せられてしまったこと葉はすぐに弟子入り。久美の教えを受け、「政権交代」を叫ぶ野党のスピーチライターに抜擢された! 目頭が熱くなるお仕事小説。	平凡なOLが、幼なじみの結婚式で出会ったスピーチライターのスピーチに感動して、弟子入りし、自分もスピーチを書く。笑えるスピーチや泣けるスピーチをたくさん楽しめる本。
24	ディズニー そうじの神様が教えてくれたこと	鎌田洋	SBクリエイティブ	物語の舞台は、ディズニーの清掃部門、カストーディアル。そこで働くキャストたちの4つの人間ドラマで構成されている。4つの物語は、主人公の金田が体験した4つのエピソードで、繋がりのある物語だ。そして、この4つの物語すべてに貫かれているのが、初代アメリカディズニーランドのカストーディアル・マネジャーで、ウォルト・ディズニーの信頼厚く、ディズニーの世界で「そうじの神様」と称えられる、チャック・ボヤージン氏の教えだ。本書の著者の鎌田洋氏は、この「そうじの神様」ことチャック・ボヤージン氏から直接2年間にわたり指導を受けており、当時のチャック氏の教えを紹介できる唯一の存在と言っても過言ではない。	本書に収録されているのは、「夢の国の落とし物」「月夜のエンターティナー」「魔法のポケット」「夢の、その先」の4つの物語。どれもディズニーの魔法に満ち溢れた物語である。「仕事で人を幸せにするヒント」がきっと見つかるだろう。

25	勉強の結果は「机に向かう前」に決まる	池田潤	サンマーク出版	勉強しても、結果が出ないのはなぜだろう?授業を一切することなく東大・京大・早稲田・慶應などの一流大学へ合格者を輩出してきた著者が初めて明かす、「勉強以前」の勉強法。英語の勉強、昇進試験、受験勉強、資格試験など、あらゆる勉強で結果が出る!	自分の人生、生き方を考えるきっかけになるような内容が書かれている。今まで勉強してもなぜ結果が出なかったかということから、まず考える。そして「やる気」「集中力」「継続力」を考えていく。
26	日本語に生まれて 世界の本屋さんで考えたこと	中村和恵	岩波書店	世界中どこに行っても、必ず訪れるのは本屋さん。「すみません、本屋さんはどこですか」南太平洋諸島からロンドン、エストニア、オーストラリア、どこへ行ってもそう訊きながらめぐり歩く旅の中で、見えてきた「日本語」の姿とは?ユーモア溢れる文章にのせて、深い問いを投げかける。	大量の外国語書籍が母語に翻訳され、家でも大学でも、本も学問も母語だけで何とかなる日本は、世界を見渡すと、実は当たり前ではない。著者と一緒に旅をしながら、日本語を考え直したい。
27	マザー・テレサ 愛と祈りのことば	ホセ・ルイス・ゴンザレス・パラド、渡辺和子(翻訳)	PHP研究所	「愛は、この世でもっとも偉大な贈り物なのです」「救われるためには、神さまを愛すること。そして何よりもまず祈ること」「親切にしすぎて間違いを犯すことの方が、親切と無関係に奇跡を行うことより、好きです」—その生涯を、神への信仰と貧者の救済に捧げたマザー・テレサ。神との深い一致を実践する中で語られた言葉に込められた愛の真理とは?本当に心豊かに生きるための糧となるメッセージ集。	マザー・テレサは言った。「持ち物が少なければ少ないほど多く与えることができます。これが愛の論理なのです」——苦しみ、淋しさ、生と死、家庭と家族、使命……。神との深い一致を実践する中で語られた思いの数々と、その魂の軌跡をたどる。
28	小さいことにくよくよするな!—しよせん、すべては小さなこと	リチャード・カールソン、小沢瑞穂(翻訳)	サンマーク文庫	「小さいことにくよくよしない!」癖を身につけると、人生は100%完璧にはならなくても、あるがままの現実を抵抗なく受け入れられるようになる。本書に書かれた戦略をためしてみれば、穏やかに生きるための二つのルールが身につく。1.小さいことにくよくよするな。2.すべては小さなことだ。この考え方を人生に取りこめば、もっと穏やかで愛情豊かな自分を育てることができる。	「誰でも落ち込むことがあるんだ。でもそれは必ず過ぎ去る。穏やかにやり過ぎよう」「一度にひとつのことしかしない」「すべてのボールを受け取る必要はない」——やさしく、実経験に基づいたメッセージが心にしみる。
29	自選詩集 僕が守る	銀色夏生	角川文庫	女子高校生に向けた自選詩集。甘酸っぱい気持ちを思い出させてくれる一冊。	ここには等身大の今の自分の気持ちが表現されているだろう。そして十数年後、あるいは数十年後、大人になってからまた読み返してみると、青春時代の思い出がよみがえるであろう詩集。
30	いのちのかぞえかた	小山薫堂	千倉書房	赤ちゃんの頃から幼少期、思春期を経て大人に成長し、出会いと結婚を経て、新たな生命が宿るまで、人の一生を、それにまつわる数字で語った、愛おしくて、時にちょっとシニカルな絵本。映画『おくりびと』の脚本家の小山薫堂が文章を、フランスの絵本作家のセルジュ・ブロックが絵を手がけています。	この世に生を受けたこと、そして命の営みに向き合うことの大切さを気づかせてくれる大切な絵本。具体的な数字が、人生を大づかみに把握させてくれる。
31	魔的	森博嗣	中公文庫	物語が消え、そこに遺る痛いほど純粋な言葉たち。著者は国立N大学工学部建築学科で研究をする傍ら、1996年に『すべてがFになる』で第1回メフィスト賞を受賞しデビュー。その後、精力的に作品を発表し続け、人気を博している。森博嗣、唯一の詩集。	著者は叙情性の中に科学者の冷徹な観察眼を覗かせる。遅れただけで泣いてしまう少女や、恋人の輝きは実感していたのに魅力の元はわからない男性など、ささいな痛みにもろい現代人の心のすきまをよくとらえている。どこから読んでも期待どおりの森ワールド。
32	土間の四十八滝	町田康	ハルキ文庫	町田康の美しく、危険なことばは、強い引力でもって軽やかに世界を変えていく……。第九回萩原朔太郎賞受賞作、待望の文庫化。未刊詩篇五篇も併録。	一般的な書き言葉から現代口語やくだけたしゃべり言葉、擬態語や擬音語、文語や漢文的表現までをさまざまに織り交ぜた語彙が、落語調、パンクロック調、民謡調、芝居調と多岐にわたる韻文とも散文ともつかぬ奇妙な文体でまとめあげられている。ある意味「詩」と「詞」の混合体であるこの「町田節」の特徴は、彼の小説についても言われてきたことではあるが、本作品ではストーリーというオブラートに包まれていない分、むき出しの感性がより純粋な形で色濃く表れているといえるのではないだろうか。
33	サラダ記念日	俵万智	河出文庫—BUNGEI Collection	生きることがうたうこと……うたうことが生きること—なんてことない24歳が生み出した感じやすくひたむきな言葉。31文字を魔法の杖にかえ、コピーライターを青ざめさせた処女歌集。現代歌人協会賞受賞。	歌集としては異例の大ベストセラーとなった本書。軽やかで現代的なことばつかいだいが、音韻の使い方や言葉遊びには万葉集の影響が見られる。歌われる内容は四季折々の風景や人間の心情といった身近なものであり、全部を描写せず読者に想像の余地を残すなど表現バランスもすぐれている。そして、言葉の選択に対するセンスの鋭さは特筆ものである。強烈な自信、自意識さえ感じさせられる短歌の数々は、強くしたたかな女性像を感じさせてもくれる。
34	青が散る(上)(下)	宮本輝	文春文庫	燎平は、新設大学の一期生として、テニス部の創立に参加する。炎天下でのコートづくり、部員同士の友情と敵意、勝利への貪婪な欲望と「王道」、そして夏子との運命的な出会い——。青春の光あふれる鮮やかさ、荒々しいほどの野心、そして戸惑いと切なさ、白球を追う若者たちの群像に描いた宮本輝の代表作。	本書は、舞台が大学ということもあってか、青春期のありとあらゆることが詰まっている。テニスも丹念に書き込まれつつ、恋、友情、初めて正面から向き合う生老病死…と盛りだくさん。それらが渾然一体となって、何とも言えない強く深みのある印象を残すのだ。テニスも学生生活も等分に扱われた青春小説。
35	俳句の宇宙	長谷川權	中公文庫	日常から自然が失われていく時代に、季語は生きていけるのだろうか。俳句は、実感豊かな言葉たりうるのだろうか。実作者ならではの視点で、十七文字という短い言葉以前に成立する「場」に注目した、現代俳句を考える上で欠くことができない記念碑的著作。サントリー学芸賞受賞作待望の文庫化。	無駄がなく、読み手の想像力を誘い、この特異な文芸世界の深さを教えてくれる。まるでこの一冊そのものが一つの俳句のような味わいを宿しているような読後感が得られるであろう。俳句における「場」の共有の重要さが、具体的な例示やエピソード、著者の洞察とともに凝縮された文章に見事に表される。
36	二十億光年の孤独	谷川俊太郎	集英社文庫	ひとりの少年が1対1で宇宙と向き合い生まれた、言葉のひとつひとつ。青春の孤独と未来を見つめ、今なお愛され続ける詩人の原点を英訳付の二カ国語版で初文庫化。著者18歳の時の自筆ノートを(一部)特別収録。	太平洋戦争の敗戦国でまだ貧しかった日本の、二十歳そこそこの若者が出版したとは信じられないくらいに、みずみずしい抒情と快活な才気に富んだ詩が50篇。当時の詩壇の大御所・三好達治が序詩を寄せて絶賛した、画期的で清新な詩集。
37	これでカンペキ!マンガでおぼえる敬語	齋藤孝	岩崎書店	掲載する敬語は、その数、さつと100ほど。「理屈じゃなくて、身につけて、使いこなそう」と尊敬語、謙譲語、丁寧語などの解説は最低限に抑えて、実生活にすぐに役立つことを念頭に編集。マンガで体感して、声に出して、おぼえてもらおう、というこのシリーズのコンセプトを最大限に活かしています。	右ページに敬語でない言い方、左ページに敬語での言い方が書かれていて、わかりやすい。マンガも楽しくて、必要最低限の敬語がすぐに覚えられる。
38	老人と海	アーネスト・ヘミングウェイ、福田恒存(翻訳)	新潮文庫	キューバの老漁夫サンチャゴは、長い不漁にもめげず、小舟に乗り、たった一人で出漁する。残りわずかな餌に想像を絶する巨大なカジキマグロがかかった。4日にわたる死闘のち老人は勝ったが、帰途サメに襲われ、舟にくくりつけた獲物はみるみる食いちぎられてゆく……。徹底した外面描写を用い、大魚を相手に雄々しく闘う老人の姿を通して自然の厳粛さと人間の勇気を謳う名作。	この作品はヘミングウェイの晩年の長編、『海流の中の島々』の三部構想の中の一部を独立した小説にしたものだ。それゆえ、ストーリーもシンプルでわかりやすく、また著者の事実描写に徹した文体や、人生に対するシンプルな思想がよく表れている。
39	ハムレット	ウィリアム・シェイクスピア、福田恒存(翻訳)	新潮文庫	城に現われた父王の亡霊から、その死因が叔父の計略によるものであるという事実を告げられたデンマークの王子ハムレットは、固い復讐を誓う。道徳的で内向的な彼は、日夜狂気を装い懐疑の憂悶に悩みつつ、ついに復讐を遂げるが自らも毒刃に倒れる——。恋人の変貌に狂死する美しいオフィーリアとの悲恋を織りこみ、数々の名セリフを残したシェイクスピア悲劇の最高傑作である。	「生か死か。それが疑問だ」——シェイクスピアの四大悲劇のひとつにして、彼の代名詞ともいえる『ハムレット』は、殺人・復讐・狂気・報復といった人間の負の感情の表現が秀逸である。

40	父と暮せば	井上ひさし	新潮文庫	「うちはしあわせになつてはいけんのじゃ」愛する者たちを原爆で失った美津江は、一人だけ生き残った負い目から、恋のときめきからも身を引こうとする。そんな娘を思いやるあまり「恋の応援団長」をかけてでて励ます父・竹造は、実はもはやこの世の人ではない。「わしの方まで生きてちょうだいよー」父の願いが、ついに底なしの絶望から娘をよみがえらせる、魂の再生の物語。	愛する者たちを一瞬のうちに奪ったヒロシマの悲劇。人類史上最悪の暴力とともに向き合わねばならなかった父と娘の切実な対話が、涙と笑いと感動をさそう一幕劇。井上ひさしの傑作脚本。
41	her 世界でひとつの彼女	スパイク・ジョーンズ	宝島社文庫	近未来のロサンゼルス、新たなOSが発売される。そのOSは人格を持ち、持ち主の趣味趣向によっていかようにも変化し、持ち主と話したりネット上を検索したりすることで成長する。主人公はOSと語り合ううちに好意を抱いていくが…。	映画のノベライズなので、非常に読みやすい本となっています。遠い未来ではなく、手が届きそうな近未来を舞台にしているため想像が膨らんで、後半になるにつれて読むスピードが増していきます。
42	ぼくらの七日間戦争	宗田理	角川文庫	夏休み、とある中学校の1クラスの男子生徒が廃工場に立てこもる。大人たちはなんとか連れ戻そうとするが、子供たちの周到なトラップにより撃退される。そんな中、ある男子生徒は本当に誘拐されていたことが発覚し、「役に立たない警察や親は放っておいて、おれたちで助けよう」と少年たちが動き出す。	映画の原作となった一冊です。暴力教師にいたずらで仕返しをしたり、政治家や警察の悪事を暴いたり、実際にはできないけれども読み終わった時に何かスッキリする感じです。「七日間戦争」の他にぼくらシリーズとしてたくさんの本が出ているので、この本をきっかけにこのシリーズを楽しんでもらえたらと思います。
43	人生で大切なことはすべてプラスドライバーが教えてくれた	原マサヒコ	経済界	車以外に興味も特徴もない主人公。高校をなんとか卒業した後は自動車整備の専門学校へ進学し、トヨタへ就職するも、会社直轄の専門学校出身でなかったためにいじめに遭う。ただ一人、ある先輩が厳しいながらも必要不可欠な考え方を心に刻み込んでくれる。	トヨタに関するPDCAサイクルの本を探していた時に偶然見つけた一冊です。調べていくとトヨタはなかなか面白い企業で、たとえば「5W1H」といえば、ふつうは「Who,What,When,Where,Why,How」ですが、トヨタは「Why,Why,Why,Why,Why,How」つまり、徹底的な原因究明を行う精神を現わしているのです。人生にあるとれいしい考え方を紹介します。
44	察しない男説明しない女	五百田達成	ライオン・ヴァー・トゥエンティ	男女のコミュニケーションには違いがあります。それはどちらがよくてどちらが悪いということではなく、お互いに譲歩し、相手に伝わるコミュニケーションを取りましょう。友達、上司と部下、恋人との話し方にもコツがあります。	最初はよくある「男女の違い」本と思っていたのだが、この本はそこからもう一歩踏み込んで「じゃあ、どうするの？」というところにまで説明が入っている。コミュニケーションは相手に伝えることが重要なので、読んでおいて損はない本だと思う。
45	終わらない鎮魂歌を歌おう	未乃タイキ	桜の杜ぶんこ	中学2年の時の友人の自殺以降、無気力・自堕落で非生産的な日々を送る主人公。何かしてやれることはなかったのかと考えていると、後ろからものすごいスキル音がする。それが彼の人生のターニングポイント「いや、アタの人生はもう終わってるから」	もともとはWeb上にある短編アニメーションを作者本人が書き下ろしたものだ。いろいろな劇団や学園祭で上演されていて、時間さえあれば見に行きたい一作。人はみんな寂しがり屋だから人は一人ぼっちじゃ歩けない。でもそれはきつと一緒に歩いていける人がいればどこまでも歩いて行けるということだと思ふ。
46	改訂版 視覚でとらえるフォトサイエンス化学図録	数研出版編集部編	数研出版	実験器具の使い方や実験時の注意事項から反応の変化する様子や高校の実験室では再現しにくい反応の写真など、「視覚でとらえる」の文字通り、図や写真による解説が特徴。	高校時代にお世話になった一冊の新版です。授業中にこれを眺めていたがために、化学の問題演習を最速で解いていたのをよく覚えています。化学が苦手な人でも写真を眺めるだけでも面白い一冊です。
47	改訂版 視覚でとらえるフォトサイエンス生物図録	鈴木孝仁監修	数研出版	通常、何時間も何日も、ひどい時には何か月何年単位でかかる生物実験の過程や結果を写真で一気で紹介。体内で起きている現象や動物植物、環境まで「視覚でとらえる」だけで楽しめる。	高校時代にお世話になった一冊の新版です。授業中にこれを眺めていたがために、生物の問題演習を最速で解いていたのをよく覚えています。生物が苦手な人でも写真を眺めるだけでも面白い一冊です。
48	裁判官の爆笑お言葉集	長嶺超輝	幻冬舎新書	「唐突だが、君たちはさだまさしの『償い』という唄を聞いたことがあるだろうか。この歌のせめて歌詞だけでも読めば、なぜ君たちの反省の弁が人の心を打たないかわかるだろう」 「社会が今後あなたを受け入れるかどうかはあなた次第です」 裁判官は無味乾燥な判決文を読むだけでなく、説諭・付言・補充質問などさまざまな部分で人間性を見せてくれます。	タイトルに爆笑とありますが、爆笑できません。逆にすごく考えさせられる内容となっています。内容自体は難しくないので被告の人生と裁判官の人生がぶつかることでうまれる言葉は心に響きます。
49	はやぶさ、そうまでして君は	川口淳一郎	宝島社	第20号科学衛星・工学実験探査機MUSES-C、通称「はやぶさ」。イオンエンジンを併用したパワードスイングパイ、微小重力の小惑星のサンプル採取など数々の世界初のことをやってのけた技術や理論の実証をしたはやぶさ。宇宙で行方不明になったり、リアクションホイールが2軸故障したりと、いつあきらめても仕方ない状況から、はやぶさの地球帰還を成功させたプロジェクトマネージャー川口淳一郎が語るはやぶさへの想いが綴られている。	日本は宇宙関連予算が少ないために、1つの探査機にあれもこれもと、たくさんの試験要素・実証要素が組み込まれてしまいます。その分エラーも起こりやすく、冗長性を持たせることもできません。はやぶさにアクシデントが起こっても本来とは違う運用方法で何とか元に戻したり、理論上できるとされていることを体当たりで実行してみたり…はやぶさが帰還できたのは技術者とははやぶさ自身の根性勝ちとさえ思えるようになる熱い一冊です。
50	4時間半熟睡法	遠藤拓郎	フォレスト出版	睡眠時間と作業効率のデータや入眠・覚醒メカニズムなどを駆使し、いかに短い睡眠時間でベストなパフォーマンスを維持するかというところに焦点を当てた本。睡眠時間を削るだけでなく、睡眠の質を高める方法や快眠グッズなど普段の睡眠にも活用できる健康指向の本。	忙しい人、受験生ほど睡眠が大切ですが、そういう人たちは睡眠時間が確保しにくいのも事実。できるだけ睡眠にかかる時間を減らし、他に時間を割くために必要な要素が詰まっています。ただし、睡眠時間など要らないという受験本もありますが、脳科学・睡眠学的には睡眠を減らすと特に視覚を用いる作業効率が大幅に低下することをお忘れなく！
51	磯野家の謎	東京サザエさん学会	彩図社	国民的漫画&アニメ「サザエさん」にまつわる疑問、謎を解説した1冊。・磯野家は18回も泥棒に入られている・サザエさんは探偵社に勤めていたことがある・磯野家は暗い過去を背負い、九州から東京にやってきた・マスオの趣味は献血のハシゴ・タラちゃんはお経を聞くと踊り出すという奇癖がある もう、この一家から目が離せない!	サザエさんというマンガを通じて、戦後史を分析したというアプローチがおもしろい。例えば、女の子は余計な知識なんか持たずに、素直でいるのがいちばんとしてワカメを描いているとか、波平の万博見物を契機としてインテリアが洋風化するとか。もう一つは、健康的で平和の典型のような磯野家の背後にある残酷さ・冷淡さを暴くようなブラックユーモア。波平が東京に引っ越す前に福岡で裕福だったのはヤミの商売をしていたのではないかと、フネは実は波平の後妻だったとか。この一冊で、サザエさんの世界がもつ奥深さを改めて実感できる。
52	嫌われる勇氣——自己啓発の源流「アドラー」の教え	岸見一郎	ダイヤモンド社	フロイト、ユングと並び「心理学の三大巨頭」と称される、アルフレッド・アドラーの思想(アドラー心理学)を、「青年と哲人の対話篇」という物語形式を用いてまとめた一冊。「どうすれば人は幸せに生きることができるか」という哲学的な問いに、きわめてシンプルかつ具体的な“答え”を提示します。この世界のひとつの真理とも言うべき、アドラーの思想を知って、あなたのこれからの人生はどう変わるのか?もしくは、なにも変わらないのか…。さあ、青年と共に「扉」の先へと進もう。	「嫌われる勇氣」…タイトルだけで内容を推測するならば、「自由に生きたいのなら、他人に嫌われようが関係ない!突っ走れ!」といった内容なのかなと思う。しかし読み終えた後は、こう言い換えることができる。「他人に好かれようが嫌われようが、それは他人が決めることである。自分自身が選ぶライフスタイルに勇氣を持って。」嫌われることそのものに勇氣を持つのではない。自分自身が選ぶ自身のあり方に勇氣を持つ。という意味だと読み終えた今は思える。
53	図解 マナー以前の社会人常識	岩下宣子	講談社+α文庫	247の事例と豊富なイラスト!日常生活のさまざまなシーンでの疑問も無事解決。初級の作法、基本の1冊。お刺身の下に敷かれているツマは食べてもいいの? お中元・お歳暮を贈る時期っていつだっけ? 結婚式やお葬式に包む金額は? 習ったことがあるような気もするけど、なんとなくうろ覚え……。たった一度の人生、いざというとき迷わずに、思いやりの気持ちが相手に伝わる、そんな素敵な人生を送りたい。	表題通り、マナー以前の様々な常識が解説されている。中には簡単な挿絵もつく項目もあり、非常に分かりやすい。日本食店やレストランにおけるテーブルマナー、贈答・弔事・慶事における礼節、ビジネスの場面でも役立つマナーも掲載。200ページという分量を感じさせない読み易さも魅力。初級の作法ではあるが、それすらままならない若者が多い現代社会。馬鹿にせず真面目に読むときっと身につくはず。

54	まんがでわかる7つの習慣	フランク リン・コ ヴィー・ ジャパン	宝島社	バーテンダーを目指して修業を始めた歩。パー「セブン」での様々な出会いを通して、彼女は少しずつ“本物”への階段を上っていく。歩の生き方、考え方を少しずつ変えたのは、「7つの習慣」だった。パーで亡き父親の店を再開するための修業を重ねる女性・歩と、そのパーに来るお客さんのやり取りを通して、自身が成長するために必要な習慣を示す。小手先のテクニックや知識ではなく、人格を高めることが真の人間的な成長に繋がると説く。	人間は毎日起こる事象の原因や結果を自分以外の外的要因に求めることが多い。だが、それでは成長は望めない。自身の内面に目を向ける様に視点を転換する必要がある。7つの習慣を日常の習慣とすることで「人生は大きく変化する」。日々の日常の中にも小さな変化を起こすことは出来るし、それが積み重なった際に「大きな変化」となる。人生に変化を促す書物である。
55	世界がもし100人の村だったら	池田 香代子	マガジンハウス	世界には63億人の人がいますが、もしもそれを100人の村に縮めるとどうなるでしょう。100人のうち61人がアジア人です。13人がアフリカ人…。「貧しい人を下に見て、豊かな側にいる自分に満足している」数字で表すことができない幸福があることを忘れてはいないか」インターネットで世界中を駆けめぐった現代の民話。	この本は、豊かであることに幸せを感じるための本では決していない。優越感を感じるためだなんてとんでもない！私たちの物質的に豊かな生活が、どれだけ多くの人々や地域からの搾取から成り立っているか、それによってどれだけの貧富の差が存在しているか、ということに端的に気づかせたことが、この本の意味であり、感動的なのだ。しかし、残念ながらこの本を軽く読んだだけではそのことに気づきにくいようだ。私の知り合いも「裕福な%の側になれってことでしょ？」と書いて、非常にショックを受けた。私たちの物質的に豊かな生活が、多くの犠牲の上に成り立っているということ。「幸せ」が裕福であることとは関係ないという意見はもっともだが、私たち日本人を含む先進国が当たり前で生活する社会(大量生産・大量消費)のせいで、生きることすら当たり前でなくなってしまう人々が存在する。この世界では異常な不平等があること、まずはそこに気づくこと、それがこの本のメッセージなんだと思う。この世界の解決法はこの本には具体的に書いてはいない。この本を読んで悲しい気持ちになる人がいて当たり前だと思います。でもまず気づくこと、そこにこの本は世界の未来に希望を繋いでいるのだと思う。
56	カネを積まれても使いたくない日本語	内館 牧子	朝日新書	何とも過激な題名。しかも帯には「その言葉、バカに見えるわよ。」と叫ぶ著者とおぼしき人物の似顔絵があり、隅には「愚かな日本語があなたを滅ぼす」とある。著者がテレビ・ラジオで見聞きした言葉を例として、不快に感じる言葉や現象が分類・分析され、イヤだ、ヘンだという理由がテンポ良くアカされる。根底には「日本語が好き。日本語が大切。」という著者の思いが流れている。	何を不快と感じるかは人それぞれ。自分自身も言葉遣いが上等だとは思っていない。この本は2013年の発行。その当時みんなが気になっていた言葉は、「普通に」と「ヤバイ」。ところが、現在これらの言葉いまは市民権を得ている。これこそ「普通にヤバイことだ」。今ちまたに氾濫している、「ヌルイ」「ユルイ」「毒」のような日本語を何も考えずに使っている人には、一度この本を手に取り、振り返ってもらいたい。
57	白い犬とワルツを	テリーケイ	新潮社文庫	最愛の妻に先立たれた老人サム・ピーク。足が不自由になり、子供たちの助けを受けながら日々過ごしていた。そんなとき、突然白い犬がサムの前に現れる。しかし、彼以外には姿を見せない白い犬。その白い犬は、少しずつサムの周りの家族に変化を与えていく。	サムの感情が、あらゆる場面で感じ取ることができる。サムの亡くなった妻への愛情が表れている場面はとても心がじんわり緩む気がする。誰かがそばにいてくれる暖かさ。読み終えたときの感覚を感じて欲しい。
58	コンビニの買ってはいけない食品 買っていい食品	渡辺 雄二	だいわ文庫	30種類もの添加物が入った弁当や、酸化した油まみれのパンなど、不安のオンパレード!一方で、安心して食べられる食品や、積極的に購入したい調味料も徐々にふえてきている。何がダメで、何がOKなのか。食卓に欠かせない125品目の危険度をチェック。	加工品はやめて自炊しよう。やむをえず加工品を買うときは油で揚げたものや添加物の入ったものは避けよう。ということがさまざまな食品を例に挙げて書いてある。普流した「買ってはいけない」の焼き直しといったところ。添加物の害を見聞きしない人にとっては、入門編としてお勧めできると思うが、気になる部分は、添加物に対する全体的に脅すような文句があること。著者の個人的体験に基づく文章が多いので、添加物や加工品の危険性を分かりやすく説いた一冊としてよむには、参考にしてもいいのではと思う。
59	ことり	小川 洋子	朝日新聞出版	世の片隅で小鳥のさえずりにじっと耳を澄ます兄弟の一生。図書館司書との淡い恋、鈴虫を小箱に入れて歩く老人、文鳥の耳飾りの少女との出会い…。小父さんの前半生は、人間の言葉を子供のころ放棄した兄(失語症?自閉症?)に捧げられる。兄の世話をし、働いて2人分の生計を立てる。後半生は、兄がこよなく愛し、そのさえずりを理解した、小鳥たちに捧げられる。近所の幼稚園の鳥小屋の清掃をボランティアとして続けるのだ。それは兄への供養もこめられている。もちろん小父さん自身も小鳥たちをこよなく愛している。不幸な事件があって鳥小屋の清掃ができなくなり、お世話の対象を失うと、小父さんはひどい偏頭痛持ちになる。リタイア後は、さらに酷くなる。しかし最晩年に、傷ついためじろの幼鳥の世話をするという僥倖に恵まれる。	小父さんにかかわった人は少なく、多くを持っている人ではなかったが、大切なものだけをそばに置いて、丁寧にひたむきに生きている人だ。人生の経験値はおそろしく低いが、でも満ち足りた人生を送ったことに間違いはない。最後まで読み終わった後に最初の数ページを読み返してみたい。きっと最初に読んだ時とはまったく違うとらえかたをしてしまう。これはそのカメラにさらに高感度特殊マイクが付帯されたような「耳」の小説。小鳥を愛し、その声を聞き分けた兄が編み出した特異な言語。それを世界で唯一理解する弟である「小父さん」。小鳥と「小父さん」の温かく美しい声の交錯。鈴虫箱の老人。メジロの鳴き合わせ会を開く粗野な男。大切なものとの小さな世界を不器用に守り尽くす「小父さん」の静けさが読後の耳に残る。
60	SONIA-白くなった黒ラブ・ソニア	ジュリアン出版	ジュリアン出版	これは、黒い毛が全身白く変わってしまうほどにご主人(故人)を思い続けたソニアと、飼い主との魂の交歓の物語	愛するペットが亡くなり、その精神的ダメージから極度の鬱状態になるペットロスの問題は社会問題として取り上げられることが多い。この「SONIA」は、残されたのは犬のほうであり、「彼女」はその悲しみを、人のように言葉や文字で饒舌に語ることが出来ない。が、ただひたすらに待ち、そしてその悲しみが、体毛の変化として表れてくる。しかし、それはだれのための表現でもない。無償の愛という言葉は、最早このような形でしか存在しないのか、と切なくなる。深い信頼と愛情。小さな子供にも大人にも犬が苦手な人もぜひ読んで命の尊さを感じてほしい。
61	キジトラ猫の小梅さん	ほしのなつみ	ねこぱんちコミックス	キジトラ猫の「小梅さん」とチビ黒?猫「小雪ちゃん」、その飼い主である母&息子や猫の仲間たちのほのほの癒し系コミックです。	人語を理解しているらしいお利口な小梅さん、また小雪ちゃんのワンバクぶりも微笑ましく、叱られた事をかわいい仕草で誤魔化そうとする所なんか、自分の猫と重ねてしまう。そのほかの個性的な猫友達も、とてもかわいい。のんびり屋のお母さんや、しっかり者かつハンサム中学生の拓くん。猫たちを取り囲む人間もほのぼのしていて、仲間に入りたいなあ、と、思ってしまう。猫好きさんは勿論、猫にあまり興味の無い方でも、きっと癒されること間違い無い。
62	カラフル	森 絵都	文藝春秋	「人は自分でも気づかないところで、だれかを救ったり苦しめたりしている。この世があまりにもカラフルだから、ぼくらはいつも迷ってる。どれがほんとの色だかわからなくて。どれが自分の色だかわからなくて」。生前の罪により、輪廻のサイクルから外されたぼくの魂。だが天使業界の抽選にあたり、再挑戦のチャンスを得た。自殺を図った少年、真の体にホームステイし、自分の罪を思い出さなければならないのだ。真として過ごすうち、ぼくは人の欠点や美点が見えてくるようになるのだが…。	自分が見ている世界というのは、本当にただの一面なのに、それだけで世界を理解したかのようになってしまう。「遅すぎたんじゃない、早過ぎたんだ。」というセリフは、強烈なインパクトを持って心に染み込んでくる。
63	氷点	三浦綾子	角川文庫	辻口病院長夫人・夏枝が青年医師・村井と逢い引きしている間に、3歳の娘ルリ子は殺害された。「汝の敵を愛せよ」という聖書の教えと妻への復讐心から、辻口は極秘に犯人の娘・陽子を養子に迎える。何も知らない夏枝と長男・徹に愛され、すくすくと育つ陽子。やがて、辻口の行いに気づくことになった夏枝は、激しい憎しみと苦しさから、陽子の喉に手をかけた一。	「原罪」とは何か。人はほんとうに罪深い生き物だと思った。夏枝はエゴの塊のような人物ですが、実際は誰もが彼女のような一面を持っている。夏枝の辛さもよく分かり、陽子について意地悪く当たってしまうのも理解できる。世の中では誰が悪人善人と決められないものだ。それにしても秀作というのは、いつの世にも感動を与えるものだと本当に感心した。

64	私を離さないで	カズオ・イシグロ	ハヤカワepi文庫	自他共に認める優秀な介護人キャシー・Hは、提供者と呼ばれる人々を世話している。キャシーが生まれ育った施設ヘルシヤムの仲間も提供者だ。共に青春の日々を送り、かたい絆で結ばれた親友のルースとトミーも彼女が介護した。キャシーは病室のベッドに座り、あるいは病院へ車を走らせながら、施設での奇妙な日々を思いをめぐらす。図画工作に極端に力をいれた授業、毎週の健康診断、保健官と呼ばれる教師たちの不思議な態度、そして、キャシーと愛する人々がたどった数奇で皮肉な運命に……。彼女の回想はヘルシヤムの驚くべき真実を明かしていく	普通に考えてとても奇妙。登場人物たちの会話や行動や思っていることがとてもリアルだ。登場人物たちはクローン人間であり、人としての価値、自分の人生を自分で決める権利もなく、最後は提供によって命を落とすというなかでも、私たちと同じように心があり、友人がいて恋人がいて、好きな人がいて、大切な思い出もある。とても残酷だが、苦しく避けがたい終わりを待ちながら、自分のやるべきことをするというのが生きる事なのだといっているのか。
65	高瀬舟	森鷗外	新潮社	鳥送りの罪人を乗せ夜の川を下る高瀬舟。しかし実の弟を殺したその男の顔は晴れやかに、月を仰ぐ目は輝いていた。なぜ…。精美的な日本語で鷗外で描く人間の不可思議。	主人公の役人も、喜助も、死んだ弟も、誰もが現代でもごく普通にいるような人間。私が喜助のような立場であったとき、きっと迷わず弟を楽にしてやっただろうし、弟であったなら、申し訳ないと思いつつも喜助にすぎるしかなかったであろう。でもそれは善ではなく、かといって悪とも言い切れない。人を裁くことの難しさ、そして安楽死についての作品であるが、しみじみと淡々と書かれているのが印象的。
66	父と暮せば	井上 ひさし	新潮文庫	「うちはしあわせになっははいけんのじゃ」愛する者たちを原爆で失った美津江は、一人だけ生き残った負い目から、恋のときめきからも身を引こうとする。そんな娘を思いやるあまり「恋の応援団長」をかけてでて励ます父・竹造は、実はもはやこの世の人ではない。「わしの分まで生きてちょうだいよー」父の願いが、ついに底なしの絶望から娘をよみがえらせる、魂の再生の物語。	広島に原爆が落とされてちょうど70年のタイムク。ひとつの劇の中に喜劇と悲劇が描かれ、主人公・美津江の恋模様を描きながら、1945年8月6日の広島への原爆投下で命を失った多くの人の訴えを伝えている。作品の中にある実際の被爆者達の言葉。原爆で父や身寄りを失い、自分だけが幸せになることに恐れにもた感情を持つ女性美津江。彼女が図書館員、或いは昔話研究会の会員であるということは、体験や情報を「伝えていく」ということと密接に関わっている。すでに原爆で亡くなっているが、その娘のそばに出てくる父、竹造。お前も幸せになる権利があるんだよと、「伝えていくこと」の大切さを気づかせることでもあるのだと思う。殺人兵器を2度も経験した国、日本。このままこの被爆体験を風化させていいのだろうか。
67	黒い雨	井伏鱒二	新潮文庫	一瞬の閃光に街は焼けずれ、放射能の雨のなかを人々はさまよい歩く。原爆の広島——罪なき市民が負わねばならなかった未曾有の惨事を直視し、「黒い雨」にうたれただけで原爆病に蝕まれてゆく姪との忍苦と不安の日常を、無言のいたわりで包みながら、悲劇の実相を人間性の問題として鮮やかに描く。被爆という世紀の体験を、日常の暮らしの中に文学として定着させた記念碑的名作。	原爆の悲劇を強調し売り物にするのではなく、その時起きた真実を日記の形で淡々と記している。だからこそこの悲劇を二度と繰り返してはならないと読み終えた後に強く感じることができる。戦後70年が経過し、若者たちのなかには8月6日や8月9日どころか8月15日ですらどのような日かも知らない人が増えている。このままこの真実を風化させてはいけない。中には真実が述べられているだけで、それに対する著者の意見や見解は織り込まれていない。だからこそみんなに読んで欲しい。
68					
69					
70					
71	アメリカン・スナイパー	クリス・カイル	早川書房	アメリカ海軍特殊部隊SEAL所属の狙撃種クリス・カイル。彼はイラク戦争に四度にわたり従軍し、計160人の敵を仕留めた。味方からは「伝説」、敵軍からは「悪魔」と言われた。	この本は、主人公であるクリス・カイルが筆をとり、彼の半生を自分たちも追体験することができる。すでに映画化されているように、とてもリアルな内容で、彼の戦場での息遣いや葛藤する心の様子がつづられている。
72	一日江戸人	杉浦日向子	新潮文庫	江戸の文化をこと細かく紹介する江戸案内書。江戸美人の基準、三大モテ男の職業、衣食住など、江戸の人々の暮らしや趣味趣向がわかる一冊です。	挿絵も多くて読みやすく、分かりやすいし、昔の人がどんな生活をしていたのか、どんなものを見ていたのかがよくわかります。昔のロマンのようなものを知ることができ、とても楽しい一冊です。
73	世界が語る大東亜戦争と東京裁判	吉本貞昭	ハート出版	大東亜戦争は侵略戦争だったのか。東京裁判は公正な裁判だったのか。アジア、西欧諸国の指導者、識者達の名言に沿って我が国の歴史を振り返る一冊。	好みの分かれる話ですが、私は今、この現代社会にこそこの本に書かれた真実が必要なのではないかと感じます。歴史の真偽は定かではないからこそ内の情報だけに惑わされず、世界の意見に耳を傾けるのが重要なのではないのでしょうか。
74	現代古事記	竹田恒泰	学研文庫	神話編から初代、神武天皇までをわかりやすく現代語訳した現代人のための古事記。古代の天皇たちの活躍や恋愛、裏切りや嫉妬にまみれた権力闘争を面白く、分かりやすくまとめた一冊。	歴史の授業で、名前だけは聞いたことがある程度の古事記ですが、かの本居宣長はこの古事記こそが最上の書と評価しています。日本書紀をさしおき、最高評価を得る日本の歴史書。せつかく日本人に生まれたなら知って損のない話です。
75	王子と乞食	マーク・トウェン 作 村岡花子 訳	岩波文庫	うりふたつの顔立ちの王子と乞食がふとしたことで入れ替わり、ボロ服で町へ放り出された王子は過酷な国法に悩む庶民生活の貧しさを身をもって体験する。イギリスを舞台に人間は外見が同じであれば中身が変わっても通用するという痛烈な風刺とユーモアに満ちた話です。	王子と乞食の運命はどうなるのかハラハラしながら読みました。人に信じてもらえない辛さや、辛い境遇の人の姿に心が痛みますが、主人公の成長ぶり、支えてくれる人のありがたさなどを感じる一冊です。
76	ほお…、ここがちきゅうのほいくえんか。	てい先生	KKベストセラーズ	保育士であるてい先生が、保育士生活の中で印象に残った園児八人を主役にした話。保育園の子どもたちが、大人の想像できないような言動、逆に言えば子どもだからその言動が描かれている話。	子どもたちの純粋な言動がとてもかわいらしくて、また考えさせられる部分もあり、とても面白く、元気の出る話です。保育士を目指している人は、改めて保育士になりたいなと思うようになるような本です。
77	野球ノートに書いた甲子園	高校野球ドットコム編集部	ベストセラーズ	甲子園を目指す高校球児。彼らの努力はグラウンドだけではない。野球ノート。そこには確かに甲子園を目指した汗と涙が存在している。3年生の3年間の思い、2年生の引き継ぎたい気持ち、指導者が感じた選手の成長…。現役球児やOB、指導者など7つのドラマを紹介している。	高校球児も監督も、とても熱く、純粋な思いが心に突き刺さりました。高校野球が改めて好きになる内容です。
78	おおかみこどもの雨と雪	細田守	角川書店	大学生の花が人間の姿でくらす”おおかみおとこ”に恋をした。そして二人の間に人間とおおかみの両方の顔を持つ「おおかみこども」として生を受けた2人の「雨」と「雪」を授かった。ひっそりと暮らしていた4人だが突然おおかみおとこが死んでしまい残された花は姉弟を連れて田舎町に移り住むことを決意する。	おおかみこどもとして生を受けた2人の姉弟を必死になって守り、愛し続ける花の姿にとても心打たれました。親や家族の愛情を今一度確かめることができると思います。2人の姉弟が「人間」として生きるのか「おおかみ」として生きるのかということにも注目です。
79	吹部！	赤澤竜也	飛鳥新社	廃部寸前の弱小吹奏楽部に「ミタセン」という1人の先生がやってきた。主人公の沙耶はミタセンに無理矢理部長に任命されてしまう。ミタセンに言われた一言で弱小吹奏楽部は変わっていった。「吹奏楽コンクールでたくない？」	吹奏楽部員なら共感できる場所や参考になるようなところが沢山あります。また、ミタセンの天才的な音楽の才能に反して全くわからない素性に加え子どものような性格にすごく呆れたり、面白かったりと心動かされます。
80	ドアD	山田悠介	幻冬舎文庫	都内の大学に通う松田優奈はテニスサークルに所属している。ある日のサークル仲間8人での飲み会の帰り道、突然意識を失い、気が付くと8人は窓が1つもなくドアが1つあるだけの部屋に倒れていた。脱出の方法はただ一つ。友人を1人殺すこと次の部屋に進み1人1人と減っていく中、人間の本性がむき出しになっていく…。	非常に怖い内容ではあるが、山田悠介の言葉の表現力や世界観に魅せられ、引き付けられること間違いなし。追いつめられてあらわになっていく人間の醜さや愛の強さ。多くのことを感じることができる作品。

81	星守る犬	原田マハ	双葉文庫	仕事も家も家族も失った男が旅に出る。最後のパートナーに選んだのは愛犬ハッピー。長い散歩を終えるその時にかわされたたった一言の「ありがとう」の言葉が胸に響く。	何度読んでも、思い出ただけでも涙が止まらなくなる。犬と人間との絆。犬は人間に誠実で、いつも人間を見ている。この本を読み終えた後、もっと愛犬のそばにいてやればよかったと思ってしまう。
82	阪急電車	有川浩	幻冬舎文庫	一本の電車で偶然乗り合わせた人々がお互いの人生に少しずつ関わり、惹かれあったり、新しい人生をスタートさせるふんぎりをつけていく。	読み終わった後、とても心が温まる一冊でした。人と人とのつながりが、厳しい世の中でもほっと一息をつかせてくれました。こんなにやさしい人ばかりじゃないかもしれないけれど、確かに人は優しい一面も持っていると思いました。
83	チルドレン	伊坂幸太郎	講談社	言動が無茶苦茶な男、陣内は周囲の人を巻き込みながら、銀行強盗に遭遇したり、身代金の受け渡し現場にまぎれこんだりしていく。バラバラにおこったはずの5つの物語は微妙なかかわりをもってつながっていく。	「俺たちは奇跡を起こすんだ」これは陣内の言った言葉の中で最も印象的なものです。陣内は「こんな変な人はいないんじゃないか」と思うぐらいに奇妙な人ですが、面白くそんな彼を周りも憎めない。登場人物たちもとても魅力的です。
84	サマーウォーズ	岩井恭平	角川文庫	ネット世界「OZ」の中に突如として現れたハッキングAIであるラブマシーン。主人公小磯健二が、先輩である篠原夏希やその親戚一同とともに、世界の危機を救うためにラブマシーンと戦う、心温まるストーリーです。	ドラマ化や映画化され、ご存知の方も多いかと思いますが、笑いあり、感動ありの勇気をもらえる物語です。
85	くちぶえ番長	重松清	新潮文庫	小学4年生の主人公「ツヨシ」の学校へ「マコト」という名の少女が転校してくる。出会ってから一年間のストーリーが書かれています。	この本の主人公も私が読んだ当時と同じ小学生だったので、同じ心境になったりと夢中になって読んでいました。今でも童心に返ったようになります。
86	奇跡のリンゴ「絶対不可能」を覆した農家木村秋則の記録	石川拓治	幻冬舎文庫	農業なしでは栽培できないリンゴを無農薬で栽培する無謀ともいえることに挑んだ男の話。苦しい生活をしてまで挑み続けたワケは？映画にもされました。	周りから無理だといわれても挑戦し続ける姿勢に魅了され、そしてあきらめないことの大切さを教えてくださいます。
87	デビクロくんの恋と魔法	中村航	小学館	光の漫画家への夢をひそかに応援する杏奈。光は杏奈の気持ちも知らず、ある日であった韓国人デザイナー、ソヨンに一目ぼれ。だがソヨンは元カレの人気漫画家北山のことが忘れられずにいる。複雑な四角関係。この4人の織り成す恋がクリスマスの夜に奇跡を起こす。	この本は相葉雅紀主演で映画にもなっている。「すべてがゼロになったら、大切なものだけが残る・・・」それぞれの男女の物語を通して、「MIRACLE」を信じられるようになるのではないだろうか。
88	その時までサヨナラ	山田悠介	文芸社	主人公の森悟はすべてを仕事に打ち込み妻子と別居し、離婚を待つばかりだった。しかし事故で妻がなくなり一人息子の裕太と一緒に暮らすことになった。ところが、妻の親友である宮前春子という女が現れ事態は急展開していく。	最初は最悪な父親だと思っていたけど、息子と一緒に暮らすうちに性格も息子に対する思いもだんだん変わっていき、最後には思わぬ展開でびっくりします。すごく泣けるストーリーなのでおすすめです。
89	No.6	あさのあつこ	講談社	理想都市「No.6」。エリート居住区に住む紫苑は12歳の誕生日の夜、特別警戒地域から逃げ出した少年ネズミと出会う。その瞬間から紫苑の人生、そしてネズミの人生も変わり始める。	人間の暗いところや感情の動きなどが感じられます。「もしこんな都市があったら」という思いで読んでみると話に入りやすく面白いです。
90	すてねこタイガーと家出犬スポット	リブ・フローデ作 木村由利子訳	文研出版	虐待されて家を出たスポットと飼い主に捨てられたタイガー。スポットは森の小動物をとらえて飢えをしのぎ、タイガーはスポットのお乳を吸って生き延びます。2匹は何人も優しい人間に出会いますがやがて別れの日が来てまた旅を続けなければなりません。タイガーとスポットにいつまでも一緒に暮らせる飼い主は見つかるのか。	命の大切さや動物に対する人間の愛情などの持ち方を教えられました。また、文字が大きく挿絵も少し入っているので、本があまり好きでない人もすらすら読めると思います。
91	謎解きはディナーのあとで	東川篤哉	小学館	宝生麗子はごく普通の刑事であるが、実は宝生グループのお嬢様なのである。天然でわがままなお嬢様に仕えている執事影山は玲子が調べている難事件を次々と解いていくミステリー。	以前ドラマ化された作品です。私は影山の毒舌に思わず腹をかかえて笑ってしまいました。すごく印象に残っているセリフばかりです。また個人的には玲子の上司である風祭警部もユニークで夢中になりました。
92	恋歌	浅井まかて	講談社	江戸で熱烈な恋を成就させ、天狗党の志士に嫁いで水戸へ下った中島歌子。だが、内乱の激化にともない、彼女は夫から引き離され、囚われの身となった。明治の世に歌塾「荻の舎」を主宰し一世を風靡した歌子は、何を想い胸に秘めていた。	江戸時代を舞台に書かれた恋愛小説ですが、読めば読むほどその時代の背景が浮かび上がり、とてもロマンチックに描かれているので、歴史が苦手な私でも気楽に読めました。『一途な恋』というのには私には考えられません。途中に出てくる和歌にも注目。
93	甲子園だけが高校野球ではない	岩崎夏海	廣済堂出版	甲子園を目標に頑張る高校球児たちの物語を雑誌記者や編集者が取材で集めた21の実話。	甲子園を目指すも、夢かなわず散っていった高校球児達のリアルな話。僕がこの本を読んだとき、自分と重なっているところがあり、とても感動しました。友情や信じる心親のありがたみを感じるこの本です。
94	竜の巣	富安陽子	ポプラ社	直人と研人のおじいちゃんは、子どもの頃恐ろしい竜の巣に入ったことがあるというのです。おじいちゃんのお話が始まります。	この本では怖いも、恐ろしい、しかしそれに立ち向かう勇気を学ぶことができます。小学生向けではありませんが、どの年代の人でも面白く読める本だと思います。読み終わった後のほっこり感が、すばらしいです。
95	水族館ガール	木宮条太郎	実業之日本社文庫	市役所の観光事業課で働いていた嶋由香は、ある日課長の呼び出しで応接室に行くことになり、市立水族館アクアパークへの出向を命じられ、断ることができず行くことになってしまふ。そこで出会う人や水族館の動物たちと接していくうちに由香は水族館の仕事についての色々な知識を身に付けていくお仕事小説。	人に勧められて読んでみた小説だったのですが、この小説が一番おもしろい、みんなに勧めたいと思ったところは、水族館の動物についての雑学がいろいろ書いてあるところなんです。読み進めていくたびに、新しい水族館の知識が書いてあり、知識欲のわくお話だと思います。このお話の主人公はイルカのトレーナーなのでイルカに関する雑学がたくさん書いてあります。ぜひ読んでみてください。
96	虎と月	柳広司	理論社	父は虎になった。そんなこと、簡単に信じられるものではない。僕だってそうだった。しかし父にあったという人物からもらった手紙には、父がその場で詠ったという一篇の漢詩が書かれていた。その詩には虎になった人間にしかわかりえない、悲痛な叫びが込められていた。父の血を引く僕も、いつかそうになってしまうのだろうか。父がどうして虎になったのかを知りたい。それが波乱万丈にして、不思議な旅の始まりだった。	この話は中島敦の『山月記』をもとに作られた物語です。この話を読んで、漢詩の奥深さにも興味をもちました。そして最後のどんでん返しにはあっと驚くと思います。
97	船を編む	三浦しをん	光文社	玄武書房という出版社の営業部に勤める馬締光也が新しい辞書「大渡海」を作っているお話。	営業部にいた主人公が辞書編集部に配属され、辞書を作るために何十年もかけてがんばっている姿は感動的です。
98	高校生で出会っておきたい73の言葉	寛和歌子編	PHP	6つのテーマからなる様々な詩集や偉人の言葉などを集めた本。1つの作品があり、その作品についての編集者の考えなどが添えられている。	高校生を対象にして編集されているので一つ一つの作品に感じられるものがあると思う。様々な作品から、何か一つ心に残る言葉に出会えたら高校時代だからこそその悩みを解決してくれるヒントになると思う。

99	風邪に立つライオン	さだまさし	幻冬舎	1988年恋人を長崎に残し、ケニアの戦傷病院で働く日本人医師の航一郎。「オツケー、ダイジョーブ」が口癖の彼のもとへ少年兵ンドゥングが担ぎ込まれた。“心をなくした”ンドゥングを、航一郎は包み込み生きる希望を与える。2011年3月医師となったンドゥングは被災地石巻に行き、身寄りをなくした少年に、自分が航一郎から受け取った希望のバトンをつなぐ。	これは年内に映画化された作品なので、タイトルを耳にしたことがあると思う。この物語は著者の名曲をモチーフにして書き下ろされた。この本は人との出会いの大切さに気付かされる。過去にどんなに悪事をしたとしても“心”をなくしても人との出逢いと自分の意志があれば変わるかもしれない。
100	伝え方が9割	佐々木圭一	ダイヤモンド社	「ノー」を「イエス」に変える技術。「強いコトバ」を伝える方法。就職でも、昇進の際でもあなたを最後まで守ってくれるのは伝え方。どんな資格よりもまず伝え方を学べ。	面接でも実際に使える言い回しがあって読めば「あんなほど」「確かにそういわれると」となるようなことばかりです。大切だとわかっているのに誰も鍛えていない「伝え方」を鍛えられます。