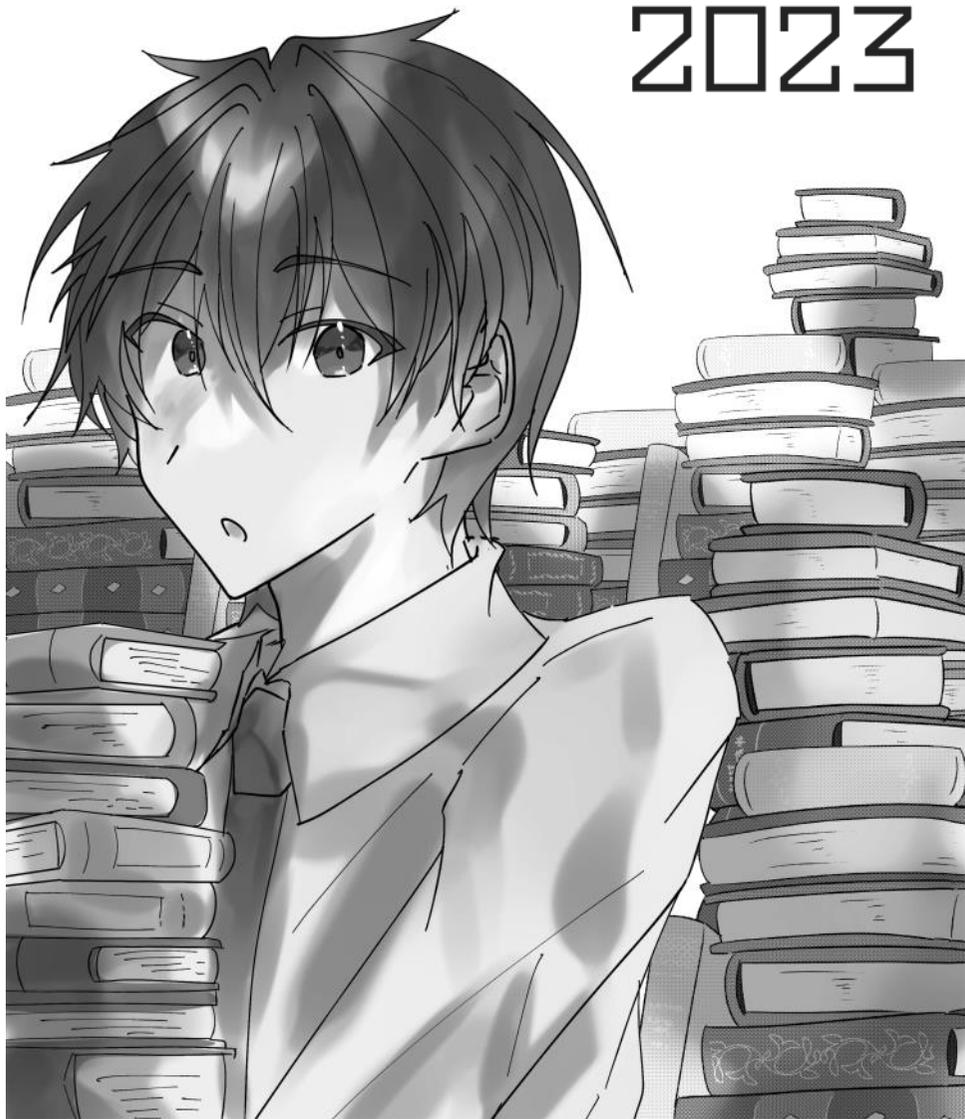


三鷹50選

2023



東京都立三鷹中等教育学校 図書委員会

はじめに ～「三鷹50選2023」発行に寄せて～

「三鷹50選」は鷹校生におすすめの本を紹介する冊子です。例年、先生のみにも原稿をお願いしていましたが、今年は生徒のみなさんからもおすすめの本を募り、鷹校生による鷹校生へのおすすめ本も掲載することができました。原稿を寄せてくださった先生方、鷹校生のみなさん、ありがとうございました。

鷹校生へのおすすめの本をまとめた冊子は、三鷹中等の前身である三鷹高等学校時代からつくられており、図書館に保管されているもっとも古いものは、「鷹高生のための教養書140選」というタイトルで、昭和42(1967)年に発行されています。冒頭には「探求心が旺盛で感受性の柔軟な鷹高時代に、すなわち人格のいちばん効果的な形成期においてこそ、書物の海に飛びこんで懸命の遊泳を試みたいのである」という当時の校長の言葉があり、いまでも古典として読み継がれる名作が数多く紹介されています。

この「三鷹50選」は、当時の内容より、より親しみやすい、活字の海への入門書として作られています。本は書名の50音順に並べてあるので、いろいろな分野の本が同じページで紹介されています。ほぼすべての本が図書館にありますので、気になる本があれば、図書館で実物を手に取ってみてください。

この冊子が、みなさんが広くて豊かな書物の海へ飛びこむきっかけになることを願っています。

表紙イラスト：3年生図書委員

【凡例】 書 名

著者、訳者など

本の表紙

本の紹介文

請求記号
出版社
(叢書名)
配架場所

※請求記号は本の背に貼ってあるラベルの記号です。
図書館では、請求記号順に本が並んでいます。

※新書、文庫など、同じサイズの本を別にして
まとめておいてある場合もあります

あめくたかお 天久鷹央の推理カルテ シリーズ

知念 実希人/著



(写真は1作目)

913.6-子
新潮社
(新潮文庫nex)
文庫

天才医師の天久鷹央と主人公小鳥遊優が様々な殺人事件などの解決に挑んでいくお話です。天久鷹央の推理力によって犯人の様々なトリックや偶然をすらすらと暴いていく所がとても面白いお話になっています。ほかにも登場人物のキャラがとても個性的だったり、作者自身が医者であることによってさまざまな病気や現象について知れたりするところが魅力的です。内科、皮膚科、精神科etc.の仕組みや病院の実習がどうなっているのかなど専門的なことを知りたい人、普通のミステリーでは物足りなくなってしまう人におすすめです！

[2年生]

一瞬の風になれ (全3冊)

佐藤 多佳子/著



(写真は第一部)

913.6-サ
講談社
(講談社文庫)
文庫

陸上部の高校生を描いた青春ストーリーです。
2006年の本屋大賞に選ばれた作品。

私が高校生だった当時、部活で伸び悩んでいた私に、友達が貸してくれた思い出の作品です。

陸上部の生徒だけでなく、何かに熱中する三鷹生にぜひ読んでほしいと思い、選ばせてもらいました。比較的読みやすいので、ぜひ気軽に手に取ってみてください。

[数学科]

一色一生 新装改訂版

志村 ふくみ/著



753-シ
求龍堂
一般書架

染色作家の自然の恵みとの出会いや、人との出会いが綴られたエッセイ集です。

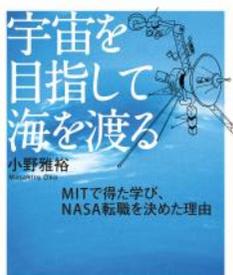
生涯をかけて取り組むという姿勢から、一回限りこの世に生きるということの意味そのものに出会える一冊です。

国語の教科書に載っていた大岡信さんの「言葉の力」という随筆でみなさんも知っているのではないかと思います。その道を極めた人の言葉は大きな力があり、そして美しいものです。自然界の不思議に出会える本でもあります。

[美術科]

宇宙を目指して海を渡る

小野 雅裕/著



宇宙へのあこがれからNASAで仕事をするようになった著者の経緯が書かれています。東大からMIT、そしてNASAへ。一見エリートで順風満帆に思えるけれど、その陰には壮絶な努力や葛藤があるのです。さらっと書いてあるけれどめっちゃくちゃ大変なことだな、と思えることも出てきます。夢は努力すれば必ず叶うかということ、そうではないですよ。次元の違う努力の仕方を知ってください。行間ににじむ努力の跡を想像してください。そして、夢を持つことの大切さを読み取ってください。理系で留学したい人も必読です！

916-才
東洋経済新報社
一般書架

[理科]

英語の読み方

北村 一真/著



昨今、日本の英語教育は大きな転換点を迎え、4技能（5領域）の重要性が強く主張されています。確かに「英語は言葉なのだから話せなければダメだ」や「日本語だって間違えながらしゃべっているのだから文法を深く学習する必要はない」といった主張ももっともらしく見えますし、「受験英語は細かいことを問うすぎていて実用的ではない」というのも間違いではないように思われます。しかし、これらの意見は正当なのでしょうか。本書では、著者が考える必要な英語力の定義と獲得までの方法、そして実際に日本人が日本にいて出会う海外の方の英語を解説しています。受験英語は実用的ではないと切り捨ててしまう前に一度目を通してほしい一冊です。 [英語科]

830-キ
中央公論新社
(中公新書)
一般書架

宇宙飛行士選抜試験 ファイナリストの消えない記憶

内山 崇/著



2023年2月、新たに2名の宇宙飛行士候補生が決定しました。そのうち1名は地球科学（＝地学）の専門家でしたね。この本は、今回の選抜試験の1つ前の2008年から2009年に行われたJAXAの宇宙飛行士選抜試験において、ファイナリスト10人まで残った筆者の記録です。宇宙飛行士になるための資質とは何なのか？ファイナリストにはどのような人が選ばれたのか？彼らにはどのような困難や挫折があったのか？そして、どのような経験を得られたのか？など、様々な「問い」に答えてくれる本です。宇宙飛行士という壮大なフィールドが舞台ですが、大きな夢に向かって頑張っている三鷹生にぜひ読んでほしい1冊です。

538-ウ
SBクリエイティブ
一般書架

[理科]

El Deafo

Cece Bell/著



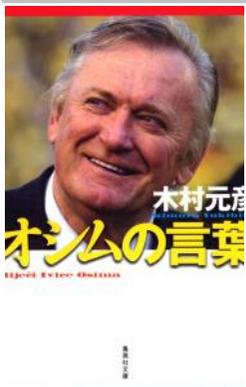
I recommend *El Deafo* by Cece Bell. It's a graphic novel about a girl who is deaf (cannot hear well) and uses hearing aids in school. Many of the events in the book are true events from Cece Bell's life, and they are very funny. Cece imagines that she is a superhero called "El Deafo" and tries to make friends at school. You will be very moved by the end of the story! By the way, Cece Bell is from my city in Virginia. Try to find a sign with "Roanoke" in the book.

E726-へ
Amulet Books
英語多読

[JET]

オシムの言葉

木村 元彦/著



元サッカー日本代表監督をつとめた名将イビチャオシムさんの本です。「リスクを冒して攻める。そのほうが良い人生だと思いませんか？」サッカー界のみならず、日本全土に影響を及ぼした言葉の数々。弱小チームを再生した監督の言葉がつまった本です。

783-キ
集英社
(集英社文庫)
文庫

[保健体育科]

陰陽師シリーズ (書影は『陰陽師 付喪神ノ巻』)

夢枕 獺/著



「平安時代。闇が闇として残り、人も、鬼も、もののけも、同じ都の暗がりの中に、時には同じ屋根の下に、息をひそめて一緒に住んでいた。安倍清明は従四位下、大内裏の陰陽寮に属する陰陽師。死霊や生霊、鬼などの妖しもの相手に、親友の源博雅と力を合わせこの世ならぬ不可思議な難事件にいどみ、あざやかに解決する。」 「BOOK」データベースより
人の哀しさや儂さ、愚かさや美しさを感じられる和風ファンタジーの世界観。テンポの良い読みやすい短編集でありながら、怪異の原因になった人それぞれの強い想いがあり、考えさせられます。表現や言葉遣いから、どこか古き良き日本の雰囲気を感じられ、平安という舞台にどっぷり浸ることができる作品。一読の価値あります。

B913.6-ユ
文藝春秋
(文春文庫)
文庫

[国語科]

海賊とよばれた男 上・下

百田 尚樹/著



(写真は上巻)

出光興産創業者の出光佐三(作中では国岡鐵造)をモデルとし、戦後の苦しい日本で誰も臆首(解雇)をせずに闘い続けた男の話である。石炭燃料から石油に移り変わる時代、第二次世界大戦の裏で起こった石油業界の覇権争い。九州の門司で立ち上げた、国岡商店は欧米の石油会社(石油メジャー)にから様々な妨害をされ、幾度もなく窮地に陥るが、誰よりも強い情熱と型破りな行動力、そして、家族と呼んだ社員に支えられながらも立ち向かっていく。

百田直樹の前作である「永遠の0」の主人公である宮部久蔵との関りもあり、「永遠の0」が面白いと思った方にはお勧めの作品です。

913.6-ヒ
講談社
(講談社文庫)

[理科]

化学探偵 Mr. キュリー 1~10巻

喜多 喜久/著



(写真は第1巻)

ジャンルは、ミステリー探偵もの。ただし、探偵役は大学の化学教員。

一見、ファンタジーやオカルト、非現実的と思えるような現象の数々が、高校化学や大学化学の範囲で説明されていきます。だから、特に後期生は「あ、これわかる。」となる人も多いのではないかなと。

楽しく読むもよし、軽〜い勉強のつもりで読むもよし。読んだら、化学が好きになるかも?

テレビドラマで言えば、福山雅治主演「ガリレオ」(2007、2013)が近いかなと。少し古いけど…。

B913.6-キ
中央公論新社
(中公文庫)
文庫

[理科]

かたづの！

中島 京子/著



この小説は、江戸時代の遠野地方を舞台にした歴史小説なのですが、片方しか角がない「鹿」の目線ですーつと語られている、実に不思議なお話です。夏目漱石の『吾輩は猫である』の「鹿」バージョンです。しかし「猫」と違うのは、鹿は心からご主人様を愛しているということです。そのご主人様は、歴史の荒波に翻弄されながらも、女城主として必死で遠野を守っています。その凛とした姿がカッコいい！ と同時に、生きている間は勿論、死んでもからご主人様を守り続ける鹿の一途な姿は、かなり私に刺さりました！ 歴史もファンタジーも好きな人にお勧めです！

B913.6-ナ
集英社
(集英社文庫)
文庫

[国語科]

キャッチャー・イン・ザ・ライ

J.D.サリンジャー/著
村上 春樹/訳

The
Catcher
in the Rye
J.D. Salinger
キャッチャー・イン・ザ・ライ

一昨年70歳を迎えたこの本は全世界で6500万部以上売れ、日本でも最近「天気の子」の主人公の愛読書ということで話題になりました。退学が決まった高校生ホールデンの数日を描いた物語です。世の中はインチキなもので溢れていると感じる彼のネガティブなモノローグで物語は進行します。しかし合間に印象的なエピソードを織り込み、妹と行く動物園でのクライマックスのシーンまで一気に読ませてしまいます。中高生時に悩んでいたことは大人になると実はたいしたことではなかったと判ることが多いのですが、当事者の学生にとっては大問題だということを、歳をとって読み返しても気づかせてくれます。是非みなさんが学生のうちに手にしてほしい作品の一つです。

933-サ
白水社
一般書架

[英語科]

言語沼 言語オタクが友だちに700日間語り続けて引きずり込んだ

堀元 見/著 水野 太貴/著



言語学に限らず、学問というものは能動的に学びたいと思うようになるためには、障壁が多いものです。その取っ付きにくさを解消しながら楽しく言語学について学べるのがこの本だと思います。対話形式で「正解はなんとなくわかるけど、理由はわからない」曖昧な日本語の仕組みを面白く解説しています。

私はこの本を「ゆる言語学ラジオ」というラジオ番組で知ったので、そちらもおすすめです！

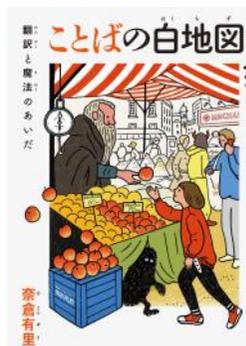
801-ホ
あさ出版
一般書架

[社会科]

ことばの白地図をあるく 翻訳と魔法のあいだ

あいだで考える

奈倉 有里/著



英語は苦手、という人は多いかもしれません。でも、はじめて英語と出会ったとき、わくわくしませんでしたか？ この本では、ロシア文学研究者で翻訳者でもある著者が、未知の「ことば」と出会い、その世界を探検する道案内をしてくれます。その途上では妖怪「あきらめ」が行く手をはばみ、謎の「異文化」が邪魔をしますが、そんな魔物の退治法もちゃんと紹介されています。

著者が出会ったのはロシア語ですが、みなさんの運命の言語は何でしょう。外国語を学ぶ楽しさ、本を読む楽しさを思い出させてくれる素敵な本です。

807-ナ
創元社
一般書架

[司書]

ゴールデンランバー

伊坂 幸太郎/著



凱旋パレード中に起きた首相暗殺の濡れ衣を着せられた青年の逃走劇を描いた作品です。発展した監視社会の中で、さまざまな壁を乗り越えて、青年が逃げ切れるか、とてもスリルがありました。ぜひ、みなさんも読んでみてください。

B913.6-イ
新潮社
(新潮文庫)
文庫

[数学科]

サッカーボーイズ 13歳 雨上がりのグラウンド

はらだ みずき/著



元桜ヶ丘FCのチームメイトは、それぞれの道を歩み始め、地元の中学校サッカー部に入部した武井遼介は早くも公式戦に抜擢される。同じ学校に通いながらJリーグのジュニアユースチームに入った星川良は新しい環境に馴染めずにいた。サッカーから離れていく友達は「なぜサッカーを続けるのか」と遼介に問いかける。競技スポーツの入り口に立った13歳の少年たち。

多くの壁にぶつかりながらもサッカーを続けていく登場人物の姿に何かに一生懸命打ち込んでいる人はとても心に響く1冊となっている。

B913.6-ハ
KADOKAWA
(角川文庫)
文庫

[3年生]

三流シェフ

三國 清三/著



「雑用こそ人生の突破口だ。」と語る世界の三國シェフ。ともすると最適解、最短ルートばかりを求めてしまう現代中高生のあなたに読んでほしい一冊。何者かになるうとして、懸命にもがく人たちに贈る讃歌。料理界のカリスマ、感涙必至の自伝。北海道・増毛（ましけ）での極貧の幼少期、漁師の父と出掛けた海、“料理の神様”に近づきたくて生やした口髭、地獄の厨房とヨーロッパ修行、30歳での開業とバッシング、ミシュランとの決別一。時代の寵児と言われながら、がむしゃらに突っ走ってきた著者が、一大決心をして「オテル・ドゥ・ミクニ」を閉店する理由と、著者が戦ってきた人生のすべて。この突破力、鷹校生に身につけてほしい。

289.1-ミ
幻冬舎
一般書架

[英語科]

仕掛学 人を動かすアイデアのつくり方

松村 真宏 /著



「昇降口の自販機のところに「行ってみたいのは過去？未来？」という投票箱があったことを覚えているでしょうか。これはペットボトルのキャップを回収するために、生徒会が設置したものでした。思わずキャップを入れたくなるような、面白いアイデアだなあと感心しました。

この投票箱や、駐輪場に引いてある白線、コンビニの床に書いてある足跡など、直接言葉で伝えなくても意図が伝わるデザインがあります。

この本の著者は、これを「仕掛け」と呼び、集めた120件の事例を分類・整理しました。紹介されている事例の豊富さや面白さはもちろんですが、それらを分類・整理する考え方は、みなさんの「探究」の参考にもなると思います。

141-マ
東洋経済新報社
一般書架

[数学科]

シニアひとり分のマグカップごはん

村上 祥子/監修



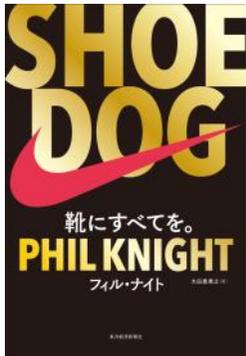
家庭科で調理実習をした生徒の皆さんもまだしていない人も、祖父母の家に行った時の昼ごはんには何か作ってみませんか。何もしたことはなくても、自信がなくても、電子レンジなら、使ったことありませんか。このレシピ本なら一人分のレシピでとっても簡単で手軽です。材料と調味料をマグカップに入れて、チン。たまには、お昼は任せてって言えると良いですね。

596-△
宝島社
一般書架

[家庭科]

SHOE DOG 靴にすべてを。

フィル・ナイト /著 大田黒 奉之/訳



この本はナイキの創業者であるフィル・ナイト氏の伝記である。この本では基本的にはナイキがどのようにしてできたのかなどが書かれている。フィル・ナイト氏は若いころからとても苦労されていて、しかしその苦労にくじけずに努力を続けた結果が今のナイキだというのがとても大雑把に言った内容だ。この本では、人生において何が大切なのか自分は何をすべきなのかなどを学ぶことができる貴重な本だと思っている。ナイキのスローガンにはjust do itというものがある。この本ではその意味が(正しいとらえ方?) 知れる人生の教訓のような本なのでぜひ読んでほしい。

[4年生]

589-ナ
東洋経済新報社
一般書架

白狐魔記 (しらこまき) シリーズ

斉藤 洋/著



(写真は第1作『白狐魔記 源平の風』)

913.6-サ
偕成社
一般書架

白狐魔記は歴史好きの方、魔法的なことが好きな方におすすしめします。この本は狐が主人公という珍しい本だと思います。白狐魔記では、様々な人間のドラマが描かれており、少しでも読んだら止まらなくなります。この本にひきつけられる感覚はほかの本では感じられません。独特だけれども美しいような感覚です。また、想像力をはたらかせることができ、読んでいてとても楽しい本となっています。この本は何巻か出版されていて、どれも不思議な美しさを持っています。

[1年生]

#真相をお話しします

結城 真一郎/著



913.6-コ
新潮社
一般書架

サクッと読める短編ミステリ集。物語の中で感じる違和感。その正体は何なのか、是非とも読者自身で考えながら読み進めてほしい。物語の最初にある一見普通の話が思わぬところで伏線となり、全てが繋がった瞬間、快感を越えた境地に至るだろう。結末、経緯ともに想像の斜め上を行き続ける、サクッと読めるこの作品は、ミステリの世界にまだ足を踏み入れていない方でも楽しみやすいものとなっているため、初めての作品に選んでほしい。もちろん、どんな人でも楽しめる作品であることは間違いないので、たくさんの人に手に取ってもらいたい。

[4年生]

シン・ニホン AI×データ時代における日本の再生と人材育成
安宅 和人/著



データサイエンティストである著者の「日本の再生と人材育成」に関する提言である。世の中には、分析だけで課題の解決に向けた具体的提案の乏しい書物は枚挙にいとまがない。この本は日本の課題、それも解決が難しい課題について、データに基づいて分析し、具体的な提案をしている。鷹校生の皆さんには、著者の分析方法も学んでほしいが、物事の見方や考え方をしっかりと学び視野を広げてほしい。

[校長]



332-ア
NewsPicks
パブリッシング
一般書架

すばらしきアカデミックワールド

オモシロ論文ではじめる心理学研究

越智 啓太 /著



「お腹がすいた。牛丼を食べよう。」
あなたは牛丼を注文するときどのサイズを注文しますか？
迷わず特盛を注文しよう。でかいサイズを注文する人は、人間的にもでかいのだ。
実用性に欠けるかもしれないが、こんな内容を本気で書いた面白い論文を集めた本。
「でかいサイズを頼んだほうが社会的地位が高く見える」
「イニシャルがAの学生は成績がよいか」
「抽象画に哲学的な名前をつけると深遠さが増す」などなど。

面白さと実用性は相反するのかも。

[国語科]

140-オ
北大路書房
一般書架

スマホ脳

アンデシュ・ハンセン/著 久山 葉子/訳



みなさんは、スマホを1日にどれくらい使用していますか？

この本は、私自身が「ふとした時間にスマホをいじってしまうことが増えたなあ」という反省の思いで手に取ったものです。なかなか手放すことが難しいとされるスマホについて、科学的根拠をもとになぜ危険なのか、詳しく解説しています。

この本を通して、スマホとの上手な付き合い方を改めて考えてみてはいかがでしょうか。

[英語科]

491.3-八
新潮社
(新潮新書)
一般書架

スマホの利用と脳の間関係を論じた本。人間の脳は狩猟採集生活の時代から本質的に変わっておらず、スマホなどを利用する現代の人間生活に適したものにはなっていない。このことをエビデンス等を交えて丁寧に説明している。特にスマホの中毒性や学習効果の低下については必見。現代に生きるそして社会的リーダーを目指す鷹校生の必読書。

[校長]

青春ピカソ

岡本 太郎/著

大阪万博が2025年に開催されますが、1970年の大阪万博の「太陽の塔」は誰もが知るモニュメントです。それをプロデュースした人が岡本太郎。渋谷駅にも「明日の神話」という壁画があります。作品は有名でも、その作品に込められたテーマや制作した人物について知ることには少ないと思います。岡本太郎の人生にふれて、自分の人生を考えるのはどうでしょう？

B723-オ
新潮社
(新潮文庫)
文庫

「本職？ 人間」

[保健体育科]

もりひと 精霊の守り人

上橋 菜穂子/著

この本は、女の身で用心棒をしているバルサが、第二皇子であるチャグムを助けるところから始まります。何だか分からない不思議なものを体に宿ってしまったばかりに、実の父親である帝からも命を狙われているチャグム。そんな理不尽な理由で第二皇子という身分を捨て、逃げなくてはいけなくなったチャグムと自分を重ねたバルサは、関わってはいけないと思いながらもチャグムを護衛するという任務を受け、命がけでチャグムを守り抜く…という物語です。この本には、チャグムの葛藤やバルサの過去など、面白い部分がたくさんあります。漢字にもフリガナが降ってあり、文章も読みやすくてすらすら読めます。本当に面白いので、ぜひ読んでみてください。 [1年生]

913.6-ウ
偕成社
一般書架

象は忘れない

柳 広司/著



2011年3月11日に福島を襲った福島第一原発事故。その場にいなかった私達は何が起こっていたのか詳しいことはわからない。それでもそこには普通に生活していた人がいて、原発というのは日常的にそばにある存在だった。その日までその場所は特別でもなんでもなかった場所だった。“象は非常に記憶力が良く、自分の身に起きたことは決して忘れない”という英語のことわざからついたこのタイトル。福島がフクシマになったあの日にあったことを、なかったことにしてはならないという作者の思いが込められた短編集。

B913.6-ヤ
KADOKAWA
(角川文庫)
文庫

物語でしか描けない、原発で人生を奪われた人々が生き抜こうともがく姿をどの年代の人にも読んでもらいたいです。 [5年生]

第四間氷期

安部 公房/著



数ある安部公房の作品の中でも、中高生がとても面白く読めるものだと思います。60年以上も前に書かれた日本で最初のSF長編小説とも言われますが、そうは思えないくらい、AIとか少子化とか温暖化による海面上昇とか、現代社会の諸問題との繋がりが感じられ安部公房は予言者だったのか？とってしまいます。当時はAIとは呼ばず「万能電子頭脳」と呼ばれる予言機械の発明からストーリーが展開し、思わぬ方向へ進みます。進化など生物学に興味のある人にも面白いと思います。小説中の「間奏曲」という章では文体ががらりと変わり、劇作家・安部公房としての作風も光ります。 [英語科]

B913.6-ア
新潮社
(新潮文庫)
文庫

父の威厳 数学者の意地

藤原 正彦/著



『博士の愛した数式』のモデルにもなった数学者の藤原正彦さんのエッセイです。結婚生活や子育ての中で、武士道精神を重んじる数学者の著者が、父の威厳を見せるぞ！ 完璧な理論武装で話すぞ！ と意気込むも、結局、奥さんや子どもには何となく負かされてしまう……そんな悪戦苦闘の日々を楽しく描いた作品です。子どもの修学旅行のことで、父が学校側と闘うエピソードは、教員目線で読むと、色々と複雑な気持ちになりました。論理的思考力は大切だが、人生は論理だけでは語れないということが、しみじみと味わえる一冊です。

B914.6-フ
新潮社
(新潮文庫)
文庫

[数学科]

ちょっとお疲れのあなたが読むだけでフワッと癒やされる本

精神科医が教えるラクな生き方

榎沢 紫苑/著



心理学系の書籍は難しい言葉を使う本が多いですが、こちらの本は誰にでも読みやすくをモットーに作られた物です。小学生から大人まで、誰が読んでも心の励みになる書籍だと感じてます。

[数学科]

498.3-カ
販売：
マイナビ出版
一般書架

地理学者、発見と出会いを求めて世界を行く！

水野 一晴/著



地理学の醍醐味は何だろうか。地理学に携わる多くの人にはフィールドワークと答えるだろう。世界中を研究調査すれば、今まで見たことのない景色に出会うことができる。さまざまな自然と文化に触れることができる。そしてなにより、一期一会の多くの出会いがある。旅に出なければ得られない、代えがたい経験ができる。だからフィールドワークはおもしろい！

都立大で学び、京都大で教鞭を執る地理学者が、アフリカ、南米、ヨーロッパなど世界各地への調査で実際に体験したできごとを記したフィールドノート。それをもとに著した、出会いと発見が盛りだくさんの悪戦苦闘の調査旅行記。

B290.9-ミ
筑摩書房
(ちくま文庫)
文庫

[社会科]

とんび

重松 清/著



何度も映像化されていますが、親子の絆を描いた感動作です。その他同じ著者作品で『その日の前に』もおすすすめです。

[副校長]

B913.6-シ
KADOKAWA
(角川文庫)
文庫

ナナメの夕暮れ

若林 正恭/著



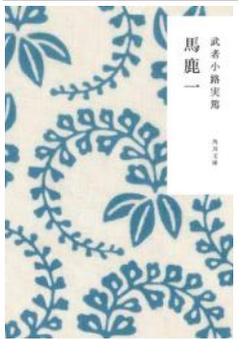
オードリーというコンビで活動してる若林正恭さんのエッセイです。端的に言うと、彼は本当にネガティブで物事をナナメから見るような人間で、この本では彼がなんとかそのネガティブを解消しようと頑張る姿を描いています。この本を読むと、ものの見方が全然人と違うことに驚くと思います。それと同時に、有名人でさえこのような葛藤を抱えながら生きていることを知って、少なくとも自分は若林さんよりはマシな人生なんだろうなー、と自分の人生にもちょっとだけ自信がつきます。あなたの言葉に言い表せないモヤモヤは、もしかしたら若林さんが言語化してるかもしれません。

[5年生]

779-ワ
文藝春秋
一般書架

馬鹿一

武者小路 実篤/著



武者小路実篤の山谷五兵衛もののひとつ。自分の描く絵に対して自信と愛情をもっている馬鹿一（下山はじむ）。しかし、馬鹿一の描く絵は周囲から全く評価されない。それでも馬鹿一はまったく意に介さないで、周囲の者たちがいかに馬鹿一の絵に価値がないかを説明するのだが、逆に馬鹿一にやりこめられてしまう。千年後の人には自分の絵の価値がわかると信じ、今日も馬鹿一は石ころなんかを描いている。

[国語科]

B913.6-フ
KADOKAWA
(角川文庫)
文庫

※カバーの絵柄は（株）かまわぬのてぬぐい柄を使用しています。

博士の愛した数式

小川 洋子/著



第1回本屋大賞受賞作であり、あまりに有名なのでもう読んだことがある人も多いかもしれません。「ぼくの記憶は80分しかもたない」というメモをもつ記憶力を失った博士とある母子が織りなす物語。博士は「美しい」数学を自らの言葉として、母子と打ち解けていきます。

「見てご覧、この素晴らしい一続きの数字の連なりを。220の約数の和は284。284の約数の和は220友愛数だ。減多に存在しない組み合わせだよ。……神の計らいを受けた絆で結ばれた数字なんだ。美しいと思わないかい？」(本文引用)

数学が嫌いな人にこそ、博士の言葉から数学の「美しさ」を感じてほしいな、と思います。 [数学科]

B913.6-オ
新潮社
(新潮文庫)
文庫

方舟

夕木 春央/著



この本は大学の友人たちが山奥にある別荘に行くところから始まります。しかし、道に迷ってしまい夜を過ごすために大学の友人の一人が以前見つけていた、まるでノアの箱舟のような地下施設で一晩を明かすことにしました。しかし、その夜土砂崩れにより入り口がふさがれてしまい、さらに地下からの浸水により非常口も使えなくなる完全な密室が出来上がってしまいます。その状況で起きた殺人事件によって大学生たちの間の人間関係があらわになっていきます。最後は衝撃の結末が待っています。ぜひ読んでみてください。

[4年生]

B913.6-ユ
講談社
一般書架

バナナの魅力を100文字で伝えてください

柿内 尚文/著



この本は、36つの「伝わる法則」について、クイズやイラスト用いながら、楽しく、わかりやすく学べる本です。文字もすごく小さいわけではなく、読みやすいです。皆さんは今まで、「なんで私が言ったことが伝わらないのだろう?」「この人の話は分かりづらいなあ」など思っていたことはありませんか? そんな皆さんに、うってつけ! コミュニケーション能力がしっかりと身に付きます! ぜひ一度手に取ってみてください!

361-力
かんき出版
一般書架

[1年生]

人新世の「資本論」

斎藤 幸平/著



マルクスが唱えた「資本論」は、資本主義経済を構造的に解明し、資本主義から社会主義への生産様式の推移の必然性を明らかにしたが、社会主義国家の崩壊により、この本は徐々に注目されなくなっていた。しかし、著者は「資本論」の新しい資料が発見されそれを読み解くと、世界で深刻化する環境問題を解決するヒントが書かれていると述べている。「資本論」の新しい解釈に明るい未来が本当に見えるのか? 歴史学、経済学、社会学などを専攻したい生徒には必読書といえる。

331-サ
集英社
(集英社新書)
一般書架

[校長]

向日葵のかつちゃん

西川 司/著



この本は勉強も運動も苦手な主人公のかつちゃんがある先生と出会うことで成長していくお話です。かつちゃんは勉強をする意味が分かっていませんでした。ある日、かつちゃんたちの住む北海道に地震がおきます。そのことがきっかけで、かつちゃんは引っ越しをします。そして春休みに森田先生に出会い、先生と交流していくうちにかつちゃんは勉強の楽しさやスポーツの楽しさを知っていきます。最後は大成長したかつちゃんが先生にある恩返しをします。このシーンはとても感動します。この本はノンフィクション、だれでも楽しめます。出会う人との大切な時間が、人を成長させてくれるということを教えてくれる本です。

B913.6-二
講談社
(講談社文庫)
文庫

[1年生]

不思議の国のアリス

ルイス・キャロル/著 河合 祥一郎/訳



誰も一度は名前を聞いたことがある作品かと思えます。でも、実際に読んだことがある人は意外と少ないかも…? ディズニー作品にもなるほど、世界的に有名なこの「不思議の国のアリス」は、一言でいうと『狂気』の世界だと私は捉えています。普通ではありえないことが次々と起こります。でもその『狂気』がどこか心地よく感じる、惹きつけられる不思議な作品です。そして、なんととってもジョン・テニエルの挿絵が良い!! 原文でも日本語訳でも、好きな方を読んでみてはいかがでしょうか?

B933-ル
KADOKAWA
(角川文庫)
文庫

[英語科]

『文明論之概略』を読む（上・中・下）

丸山 真男/著



(書影は上巻)

この本は、福沢諭吉(1835-1901)の「文明論之概略」(明治8年初版)を政治学者の丸山真男(1914-1996)が分かりやすく解説をしているものです。私がこの本を読むきっかけとなったのは、高校時代に大学受験勉強のために読むことを薦められたのが始まりでした。明治初期の文章に馴染みがない高校生の自分が、丸山真男に解説によって、福沢諭吉の文体に魅せられて、一気に読破したのを今でも覚えています。また丸山真男の文章構成や文体も読みやすく、福沢諭吉についての内容も丁寧に整理されており、読者にストレスを感じさせない一冊です。

現実と向き合うとはどういうものか、どうあるべきかを最初に教えてくれた本です。もし読んだら、ぜひ感想を聞きたいので教えてください。*この本は上中下の3巻あります、ゆっくり読んでください笑 [英語科]

121-マ
岩波書店
(岩波新書)
一般書架

ブレイブ・ストーリー（全3巻）

宮部 みゆき/著



(写真は上巻)

主人公の小学五年生の亘は、成績はそこそこで、テレビゲームが好きな男の子です。

亘はビルの扉から、運命を変えるため、広大な異世界(幻界)へ旅に出ます。

上巻では、穏やかだった家族の日々、学校のこと、転校生 美鶴のことなど現実世界での話、下巻では、幻界での旅の様子が描かれています。

亘がいろいろな仲間たちと出会い、挫折しながらも成長していく姿が感動的です。

ぜひ読んでみてください。

B913.6-ミ
KADOKAWA
(角川文庫)
文庫

[数学科]

ぼくらの七日間戦争

宗田 理/著



この本は大人達の理不尽な行為に対して主人公の菊地英治ら1年2組が廃工場に「解放区」を作り、大人達に対して、叛乱を起こすという物語です。この本では主人公の「大人たちを懲らしめてやりたい!」という気持ちと仲間への「これは流石にやりすぎではないか?」という気持ちのすれ違いがあるのが私としては面白いです。また、彼らが面白いネタを用いて先生たちに恥をかかせるシーンも必見です。誕生から40年ほどたっても色あせない不屈の名作の世界にあなたも入り込んでみませんか? [1年生]

913.6-ソ
ポプラ社
一般書架

星空の16進数

逸木 裕/著



話は誰かから送られてきた100万円から始まる。幼いころに誘拐された経験のある藍葉と、誘拐犯を探してほしいと頼まれた私立探偵みどり。誘拐を探していた二人が知ってしまった誘拐事件の真相とは…?

危なっかしい二人の心情が上手に描かれていて面白いです。また構成や伏線がしっかりしていて推理しながら読み進めることができます。登場人物たちの性格にも注目です! ミステリー読んでみたいなと感じている人や、美術が好きな人にお勧めの本です! ぜひ読んでみてください!

B913.6-イ
KADOKAWA
(角川文庫)
文庫

[2年生]

星の王子さま

サン=テグジュペリ/著 河野 万里子/訳



簡単にまとめると遠くのとても小さな星に一人で住んでいる王子様が地球に降りてきて、サハラ砂漠で事故にあった地球人(人間)と様々な体験、お話をすることによって、人間は興味深い経験の他に成長をします。一方の、王子様は人間に感じていた悪い固定概念から解放され、多くの生き物の温かみや多様性について触れことができました。この小説は、はじめ簡単な物語だと感じるかもしれませんが、何度も読むことや考えながらお話を読むことによって自分自身の考え方や読み取り方が変わったり、自分自身、成長できたりします。[1年生]

B953-サ
新潮社
(新潮文庫)
文庫

マカン・マラン 二十三時の夜食カフェ

古谷 一絵/著



常連で集う夜食カフェ「マカン・マラン」。このカフェでおいしい夜食を食べることで、心と体が元気になっていく。そんなカフェのオーナーは、元エリートサラリーマンで現ドラッグQueenのシャルル。彼女の料理は、カフェに来るお客さんの疲れた心と体を癒してくれるもの。でもそんな彼女自身もある問題を抱えていて……。自分らしくあることの大切さについて考えさせられるお話です。寝る前や雨の日、勉強の合間などに読んで、ほっこりしてください。

[英語科]

913.6-フ
中央公論新社
一般書架

街とその不確かな壁

村上 春樹/著



村上春樹の最新の書き下ろし作です。少女が語る壁の中の世界の話聞いた少年は、大人になった後、気付けばその世界に足を踏み入れていました。内容はネタバレを防ぐため、詳しくは伏せさせていただきますが、今回の読書を通して感じたことを書かせて頂きます。◎読書することで、言葉が脳内に蓄積され、対人コミュニケーションの際、言葉が円滑に出てくるようになる。◎読書していると、このシーンは良いなと感じることがある。そうすると、旅行や日常の生活など、現実世界でもこの情景は良いなということに気付きやすくなる。人生の1ページがかけがえのないものだと思えるようになる。

[社会科]

みちづれの猫

唯川 恵/著



猫が大好きな私が、書店であまりの表紙絵の可愛さと本のタイトルに魅了され、思わず手にした一冊です。ささやかな日常生活の中の何気ない一コマに登場する猫たちに癒され、時に感動する場面も満載です。普段忙しさに追われる中でも、まさに猫ありき。いかに猫が大切な存在であるかを改めて実感させられた一冊です。猫好きな人も、そうでない人も是非手に取って読んでみてください。

[国語科]

B913.6-ユ
集英社
(集英社文庫)
文庫



いじめや不倫問題などをミステリーとしてあらわしており、著者の語彙力のすごさに圧倒され、一気に本の世界に吸い込まれてしまう。

[1年生]

913.6-三
双葉社
一般書架

目の見えない人は世界をどう見ているのか

伊藤 亜紗/著

No
Image

この本を勧めるのは、単に目の見えない人について理解してほしいからということだけじゃないんだ。

目が見えるからこそ、見えていない世界がある。そのことに気づかされてはっとしました。自分の考えや認識が及ばないものを知るために、本を読まなければ！と思わされる一冊です。

369.2-イ
光文社
(光文社新書)
一般書架

[国語科]

この冊子の著作権は都立三鷹中等教育学校図書館及び著者に帰属します。

本の表紙画像は、出版社の利用許諾を得ています。

本書の無断複写・複製・転載はご遠慮ください。

三鷹50選 2023

2023年10月27日発行

編集：東京都立三鷹中等教育学校図書館

東京都立三鷹中等教育学校図書委員会

発行：東京都立三鷹中等教育学校図書館
