



# 図書館だより



## 11月は読書月間です

- \*校内放送による「ビブリオバトル」・・・28日～30日の昼休み
- \*図書委員による「ブックトーク」・・・各クラスでブックトーク
- \*司書による「ブックトーク」・・・1年生各クラスで21日～25日
- \*本と給食・・・「江戸料理百選」より『江戸を味わう』の特集4日・7日・17日・24日



**先生方のこの秋、おすすめの本です！**  
**内容について、直接お伺いしてみよう！**



### —本を読む意義は三つある—

同じ読書でも、読む本によって意義は全くちがってくる。これには、大きく三とおりがあがる。  
 第一は、情報を得るための読書。たとえば、仕事や試験の必要に迫られて読む場合もあるだろう。  
 第二は、一人の時間を楽しく有意義に過ごすための、頭の中でイメージーションを膨らませる読書。  
 そして第三は、自分を鍛え、精神を豊かにするための読書である。

「読書のチカラ」(斎藤 孝著 大和書房) 第1章 3 “折れない心を作るための読書” より抜粋 改行は作成者



**12月5日はお弁当の日。**  
**参考図書が図書館入口にあります！**



# こんな本を読んでみよう！

「自分をたいせつにする本」

服部 みれい 著

筑摩書房 刊



この本には「自分」を好きになるための方法が書かれています。思春期真っただ中の10代の皆さんの中には「自分」が嫌いな人もいるかもしれませんね。人と比べて劣等感をもったり、目標の「自分」になれないふがいなさにあきれてしまったりと。でも人ってそんなもんだよって、やさしく諭してもらえたら、私って、僕って、まんざらでもないって思えるんじゃないですか。若いころ自分が嫌いだった著者は、少しずつ自分を好きになる、様々な工夫を重ねて。そして、今は自分がとても大切だと言える。どうすれば「自分」を認められるか…。今「自分」が嫌いな人、ぜひ読んでみてください。

分類：15 ハ

「みんなに好かれなくていい」

和田 秀樹 著

小学館 刊



「もちろん、友人がいるかどうかは誰にとっても大切なことです。特に集団生活を送る10代の悩みの多くは友人関係にあるといってもいいでしょう。でも友だちが「たくさん」いることが、それほど重要なことでしょうか。その「たくさん」の友だちは、本当の友だちといえるのでしょうか。むしろ、そうした幻想に縛られて、周りに合わせて生きることに疲れ果ててしまっている人が少なくありません。(中略)ではそうした苦しみから抜け出すためには、どうしたらいいのでしょうか。」(本書 “はじめに” より抜粋 改行は作成者)

分類：36 ワ

「ホオナニ、フラおどります」

ヘザー・ゲイル/文 ミカ・ソング/絵 クレイナニ橋本/訳

さ・え・ら書房 刊



「トランスジェンダー」のハワイ在住の实在の女の子ホオナニを取り上げた絵本です。本の舞台ハワイには昔から、男と女の両方の特徴を持つ「マフー」と呼ばれる人々が存在していました。その風土の中でホオナニは、心は男の子であることを隠さずに生きるようになっていきます。デリケートな個性をもつ主人公の、男の子でもない、女の子でもないという自覚。自分の個性に自信をもつためには、どう生きていけばいいのだろう…。ホオナニの成長と周囲の人たちの理解について深く考えられる一冊です。

分類：E ゲ

「スマホ脳」

アンデシュ・ハンセン著 久山 葉子 訳

新潮社 刊



ヒトの脳は、デジタル機能(スマホを含めた)に順応することはできない、という衝撃的な内容によって話題を集めた本です。ヒトの脳は気の遠くなるような時間をかけて進化してきたこと、パソコンやスマホといったデジタル化の進んだ社会になったのは、ここ数十年にすぎないこと。ヒトの脳とデジタル社会の不協和音について、精神科医の著者が説く理論はとて説得力があり引き込まれます。中学生でも十分理解できる内容の医学書です。ぜひ！！

分類：49 ハ

「百年厨房」

村崎 なぎこ 著

小学館 刊



宇都宮市大谷町を舞台に描かれる小説です。昨年度の「日本おいしい小説大賞」にも選ばれました。大谷町で暮らす主人公のもとに、タイムスリップした調理人の女性が現れ、当時(大正時代)の祖父が好んで食べたという様々な料理がレシピ付きで紹介されます。栃木県由来の郷土料理や家庭料理等がお話しとからめて登場します。宇都宮の当時の情景も浮かんでくるような郷土愛満載の小説です。昔からの郷土の食事についても学べる本です。

分類：913 ム

\* カラー版がクロームのクラスルーム(図書館だより)で見られます。クラスコードは「voggx3d」(ブイ オー ジー ジー エックス 3 デイ)です。

