

コレ、 ～あなたの扉を開ける72冊～ ヨモ!

子どもの成長段階に応じた推奨図書

中学生・高校生編



はじめに

福井県では、中学生や高校生の皆さんに本に親しんでもらうために、図書館や学校、書店などで働くいろんな人を選んでもらい、皆さんにお薦めする本を載せた冊子を作りました。

この冊子の中から、お気に入りの一冊を見つけてくれたら嬉しいです。

もくじ

中学生～

フィクション	2
ノンフィクション	5

高校生～

フィクション	8
ノンフィクション	11

この冊子について

- 対象はあくまで目安です。自分の対象でないところの本も楽しんでみてください。
- 本は、それぞれの対象や分野の中で、本のタイトルの五十音順に並んでいます。
- 🎵がついている本には、シリーズの本があります。
- この冊子に掲載している本の紹介文は、図書館や学校などでの子どもの読書活動に、自由にご活用いただけます。
- 「子どもの成長段階に応じた推奨図書」は、福井県ホームページにも載っています。この冊子に載っている本を読んでみて、感想や意見などを教えてください。



子どもの成長段階に応じた推奨図書(県HP)

1

足音がやってくる

マーガレット・マーヒー／作
青木由紀子／訳
岩波書店



8歳の少年バーニーは、大叔父が死んだその日から何者かにとりつかれた。幽霊を見、奇妙な声を聞き、近づいてくる足音におびえる。それは、バーニーを生んだ母親の家系であるスカラー家の秘密が関係していた。バーニーたち家族はスカラー家の騒動に巻き込まれ、やがて真実が明かされる。



2

穴

ルイス・サッカー／作
幸田敦子／訳
講談社



イエルナッツ家の人々は、先祖が受けた呪いのせいで代々不連続き。4代目のスタンリーも、無実の罪で砂漠の少年院に送られ、意地悪な女所長から、人格形成が目的だという穴掘りを命じられる。ところがある日、穴から金色の筒を見つけたことで、穴掘りには別の目的があることを知る。



3

ある晴れた夏の朝

小手鞠るい／著
偕成社



人種もルーツも異なるアメリカの高校生8人が、原爆投下のは是非をめぐる公開討論会を開くことから始まる物語。日系人のメイが参加する否定派は、戦争・差別・平和について歴史的事実の綿密な調査・考察を基に、原爆を、必要悪・処罰・報復だったとする肯定派と、息詰まる議論を展開する。



4

うそつきの天才

ウルフ・スタルク／著
菱木晃子／訳
はたこうしろう／絵
小峰書店



ウルフ少年は、「もう、うそはつかない」と誓いながら、こりずに友達の前でうそをつく。親についたうそがもとで家出をすることになる「うそつきの天才」。作文の時間に、クラス1作文の上手なヨーラント、作文の出来栄を競い合う「シェークvs. バナナ・スプリット」の2作品を収録。



5

運命の騎士

ローズマリ・サトクリフ／作
猪熊栗子／訳
岩波書店



孤児で、犬飼いの少年ランダルは、無慈悲な城主の怒りをかい、誠実な騎士エバードに引き取られる。騎士の孫のバービスと心を通わせ、彼の小姓となるべく騎士の教育を受ける。かけがえのない友と故郷を手にしたランダルだが…。11世紀イギリスを舞台にした歴史小説。



6

王への手紙 上・下

トンケ・ドラフト／作
西村由美／訳
岩波書店



16歳の見習い騎士ティウリは、騎士叙任式の前日、沈黙の一夜を過ごす礼拝堂で、助けを求めてやってきた男にドアを開ける。ティウリは、男から隣国の国王にあてた手紙を託された。思いがけず重要な使命を帯びたティウリを、次々と困難が襲う。続編に『白い盾の少年騎士』がある。



7

落ちこぼれ (詩と歩こう)

茨木のり子／著
はたこうしろう／絵
水内喜久雄／選・著
理論社



「自分の感受性くらい」、「わたしが一番きれいだったとき」他、茨木のり子の詩33編を収録した詩集。1926年に生まれ、10代を戦時下に過ごした詩人は、自分の感性を信じ、平明な言葉で思いを紡ぐ。その詩は凛としていて瑞々しく、ストレートに胸に迫る。現代詩と出会う1冊に。



8

影との戦い (ゲド戦記1)

アーシュラ・K.ル=グウィン／作
清水真砂子／訳
岩波書店



竜や魔法使いが存在する世界アースシー。並外れた魔法の才能を持つ少年ゲドは、権威ある魔法学院に入り、たちまち頭角を現す。だが、自分の力を見せつけようと使った魔法で、正体不明の恐ろしい「影」を呼び出してしまふ。大魔法使いゲドの生涯を描くファンタジーの第1作。



13

そして、バトンは渡された

瀬尾まいこ／著
文藝春秋



森宮優子は17歳。血のつながらない親の間をリレーされ、4回も苗字が変わった。父親が3人、母親が2人。けれどもそれを不幸だと感じさせない家族の形があった。血がつながっていても、いなくても、お互いを大切に思い信頼しあう暮らしがあった。



14

DIVE!! 上・下

森絵都／著
KADOKAWA



高さ10mの台から時速60kmでダイブ。わずかに1.4秒の空中演技。坂井知季は、飛込競技を5年続けている中学生。通っているミズキダイビングクラブ(MDC)が潰れそうになったとき、新しいコーチの麻木夏陽子と出会い、才能を開花させていく。彼らはMDCを守ることができるのか。



9

孔雀のパイ

ウォルター・デ・ラ・メア／詩
エドワード・アーディゾーニ／絵
間崎ルリ子／訳
瑞雪舎



イギリスの詩人ウォルター・デ・ラ・メアによる子どものための詩集。ひとつひとつの丁寧に選ばれた言葉たちが形づく、美しく不思議で、時に少しこわい詩の世界を味わえる。エドワード・アーディゾーニの挿絵も繊細で美しい。82編を収録。



10

クラバート

オトフリート・プロイスラー／作
中村浩三／訳
偕成社



クラバートは、奇妙な夢に導かれ、水車場の見習い職人になる。親方は、金曜の夜になると、職人たちをカラスの姿にかえて魔法を教えた。やがてこの水車場の暗い秘密を知ったクラバートは、親方との対決を決意する。『大どろぼうホッツェンプロッツ』の著者が古い伝説をもとに書いた物語。



15

宝島

スティブソン／作
坂井晴彦／訳
寺島龍一／画
福音館書店



海沿いの宿屋ベンボ―提督亭で老水夫が急死し、一枚の地図が残された。宿屋の息子ジムは地図の示す宝島を探すために、医者のリブジー先生たちと船出する。ところがある日、ジムは、船乗りとして雇われたジョン・シルバーが、宝を略奪しようとして計画しているのを耳にする。ジムたちは宝島にたどり着くことができるのか。



16

種をまく人

ポール・フライシュマン／著
片岡しのぶ／訳
あすなろ書房



貧しい人たちが住むある町に、生ゴミや古タイヤなどありとあらゆるゴミが捨てられた空き地があった。ベトナム人の少女キムは、そこに小さなマメの種をまく。このことに気付いた年齢も人種も境遇も異なるこの町の人たちが、種をまき、畑を作り始める。やがて空き地は、少しずつ変わっていくが、変わったのは空き地だけではなかった。



11

獣の奏者 I 闘蛇編 II 王獣編

上橋菜穂子／著
講談社



物語の舞台は、「リョザ神王国」。主人公のエリンは、戦闘用の闘蛇を飼育する村で、その医師師である母と二人で暮らしていた。ところが闘蛇の大量死が起き、母は罪を問われ、闘蛇によって処刑されることになる。その時、母は、指笛で闘蛇を操り、エリンだけを逃がす。



12

算数少女

遠藤寛子／著
筑摩書房



江戸時代、町医者の娘あきは、父から算数の手ほどきを受けていた。ある日、観音様に奉納された算額の絵馬に誤りを見つけ、思わず声に出す。それを聞かれたことから、絵馬を奉納した武士の子どもを算法で負かすことに。噂を聞きつけた藩主から、姫君の指南役の話を持ちかけられるが。



17

飛ぶ教室

エーリヒ・ケストナー／作
池田香代子／訳
岩波書店



ドイツの男子高等中学では、クリスマスに演じる劇「飛ぶ教室」の稽古が進んでいた。そこへ、仲間が実業学校の生徒に捕まると知らせが入る。仲間を救出し、無事に劇の上演ができるのか。作者の経験をもとに、尊敬する先生の姿を織り込みながら、性格も境遇も異なる少年たちの日常と友情を描いた物語。



18

西の魔女が死んだ

梨木香歩／著
新潮社



まいは、中学に入学して間もなく学校に行けなくなり、田舎に住む祖母の家で暮らすことになった。魔女の血筋だという祖母は、まいに魔女修行をさせる。その修業は、規則正しい生活と、自分の意志を持つこと。やがてまいは、自分を取り戻していく。



19

二年間の休暇 上・下

ジュール・ベルヌ／作
朝倉剛／訳
太田大八／画
福音館書店



15人の少年たちを乗せたヨットは、ひどい嵐に遭遇した。ようやく漂着した陸地は、母国から遠く離れた無人島だった。年長のブリアン、ゴードン、ドニファンの3人を中心に知恵を出し合い、さまざまな危機を乗り越えていく。ところがある日、恐ろしい危険が迫る。



20

ホメロスの
オデュッセイア物語 上・下

バーバラ・レオニ・ピカード／作
高杉一郎／訳
岩波書店



トロイア戦争がギリシア軍の勝利に終わり、英雄オデュッセウスも故郷へ凱旋すべく意気揚々と船を漕ぎ出した。しかし、彼の行く手には神々が与える災難と祝福とが待ち受ける。恐るべき巨人や怪物たちと闘い、様々な出会いに惑わされ、助けられた、10年に及ぶ波乱万丈の冒険譚。



25

「国語」から旅立って

温又柔／著
新曜社



2歳で日本に移り住み、「日本育ちの台湾人、台湾人なのに中国語がへたくそ」な日本語作家の温又柔。日本語、台湾語、中国語の間で、言葉や国籍の悩みに揺れながら、日本語で小説を書くに至るまでの体験を綴る。「国語」とは何かを考えるきっかけとなる1冊。



26

クジラをめぐる冒険
ナゾだらけの生態から
対立する捕鯨問題まで

石川創／著
旬報社



「クジラの先祖は4本足だった!？」そんな驚きの事実をはじめ、クジラの謎多き生態から、国際的な捕鯨問題まで、わかりやすい言葉で丁寧に解説している1冊。なかでも著者自身の捕鯨調査員時代のエピソードは、臨場感にあふれ、まさに「冒険」そのもの。



21

いま生きているという冒険

石川直樹／著
新曜社



冒険家石川直樹は、中学2年生で高知へ、高校時代にはインドへの一人旅を経験。その後、北極・南極踏破、最年少での七大陸最高峰登頂、熱気球太平洋横断などを成し遂げる。未知の地へ出かけることだけでなく、「心を揺さぶる何かに向かい合う」ということが冒険だと語りかける。



22

エンデュアランス号
大漂流

エリザベス・コディー・キメル／著
千葉茂樹／訳
あすなろ書房



シャクルトンをリーダーとする28人の男たちが、南極大陸を徒歩で横断しようと挑戦した。エンデュアランス号という船に乗って出航したが、船は南極にたどり着く前に、流氷に阻まれ、やがて沈没。しかし決してあきらめずに全員が生きのび、帰国を果たした男たちの記録。



27

聖の青春

大崎善生／著
KADOKAWA



将棋のプロ棋士になったが、若くして逝った村山聖の生涯を描く。5歳のとき難病の腎ネフローゼと診断され、学校にも通えず、病院のベッドで過ごす。病室のなかで将棋と出会い、命をかけて名人を目指した。名人への挑戦権を持つ最高峰のA級まで到達したが、病が進行し、ガンのため29歳で、A級在位のまま亡くなった。



28

14歳の君へ
どう考えどう生きるか

池田晶子／著
毎日新聞社



哲学者である著者が、中学生に向けて、友愛、個性、勉学、言葉、幸福など16のテーマごとに、読者に優しく語りかけ、問いかけるエッセイ集。「人に好かれようとするよりも、人を好きになるようにしよう。」「本当の自分なんてのは、最初からないんじゃないか。」「日々の迷いに手を差しのべる一冊。」



23

ふるさとして
呼んでもいいですか
6歳で「移民」になった私の物語

ナディ／著 山口元一／解説
大月書店



6歳の女の子ナディは、両親の出稼ぎのため生まれ育ったイランから家族で日本へやってきた。宗教や文化、食べ物の違いに驚くナディ。自分のルーツに悩みを抱えながらも、家族と周囲の人々に助けられて懸命に生きる日々を、時には笑いを交えて率直な言葉で綴る半生記。



24

「空気」を読んでも従わない
生き苦しさからラクになる

瀧上尚史／著
岩波書店



「空気が読めない人」と言われるのが怖い。人の頼みを断れない。その原因は、日本の歴史と密接に関わっている「世間」にある。空気にもまれず自分らしくいるためには、「世間」の外に広がっている「社会」に目を向けること。著者からの具体的で明快なアドバイスに励まされる。



29

素数ゼミの謎

吉村仁／著
石森愛彦／絵
文藝春秋



アメリカに13年周期、17年周期で大量発生する「素数ゼミ」と呼ばれるセミがいる。しかもそれぞれのセミが発生する場所も決まっている。「なぜ同じ場所で発生するのか」、「なぜ13年と17年なのか」。セミの大量発生之谜を、素数周期の最小公倍数と、進化論で解き明かす。



30

ダーウィンの「種の起源」
はじめての進化論

サビーナ・ラデヴァ／作・絵
福岡伸一／訳
岩波書店



どうしてキリンの首は長いのだろう? ヒトの先祖はサルなのだろうか? ダーウィンは、生物にたくさんの種ができた理由を解き明かすため、多くの生き物を観察・研究し続けた。その結果、たどり着いた「種の起源」を、英国のイラストレーターが美しい絵とわかりやすい文章で著す。



31

正しいパンツのたたみ方
新しい家庭科勉強法南野忠晴／著
岩波書店

積極的に家事を分担している男性の「妻のパンツ（下着）を、妻が望むとおりにたたみなくて悩んでいる」という相談から始まる。著者は、男性の家庭科教師。家庭科は、自分の暮らしを自分で整える力（生活力）を身に付ける教科。共に暮らすみんなが、心地よく過ごすためにどうしたらいいかを考えるきっかけに。



32

地球家族
世界30か国のふつうの暮らしマテリアルワールド・プロジェクト代表
ピーター・メンツェル／著
近藤真理、杉山良男／翻訳
TOTO出版

地球に暮らす人々はどんなものに囲まれ、どんな暮らしをしているのだろうか。戦火のサラエボから、ものにあふれた日本まで、世界30か国の平均的な中流家族に、家の中のもの（持ち物）すべてを家の前に出してもらい、家族と物をいっしょに撮影した写真集。1994年発行。



37

あした
明日をさがす旅
故郷を追われた子どもたちアラン・グラッツ／作
さくまゆみこ／訳
福音館書店

ナチスドイツ、カストロ政権下のキューバ、内戦中のシリア。時代も場所も異なるそれぞれの故郷から逃れていく三人の少年少女の旅の物語。三つの旅の行方は、時を経て、絡まり合う。非日常に追いつめられた三人の難民たちを、今と同じ世界に生きる人間として感じさせる作品。



38

アンネの日記

アンネ・フランク／著
深町真理子／訳
文藝春秋

第二次世界大戦中、ナチスの目を避けるため、かくれ家にひそむことになったアンネ一家。アンネは、日記帳を心の友キティと呼び、日々の思いを日記に書きはじめる。ナチス占領下の異常な環境のなかで、13歳から15歳という思春期を過ごしたアンネの不安、恐れ、怒り、夢、悩みが瑞々しい感性で綴られている。



33

放課後の文章教室

小出鞠い／著
偕成社

若い読者たちから寄せられた「書くこと」についての質問に、作家である著者が回答していく形式のエッセイ。「どうしたらツイッターで魅力的な文章を書けるか」「感想文の書き方がわからない」といった質問に、いろいろな作家の文章を例に挙げながら、丁寧に答えている。



34

ぼくは恐竜探検家！

小林快次／著
講談社
＜福井ゆかり＞

周囲に流されてばかりいた著者が見つけた、本気でやりたいこと。勉強はできても研究はできなかった挫折。そして成長。もともと恐竜に興味がなかった恐竜学者が、将来の道に迷った時のヒントを、著者の実体験や恐竜研究、発掘現場の実態を通して教えてくれる。



39

ペーパーボーイ

ヴィンス・ヴォーター／作
原田勝／訳
岩波書店

舞台は1959年のアメリカ。吃音のため、人と会話するのが苦手な11歳の「ぼく」は、夏休みの間友達の代わりに新聞配達をすることになった。配達先の個性豊かな人々との出会いが、「ぼく」を少しずつ変えていく。自らも長年吃音に悩んできた作家が描く、少年の成長物語。



40

王のしるし 上・下

ローズマリ・サトクリフ／作
猪熊葉子／訳
岩波書店

舞台は紀元2世紀頃のスコットランド。主人公フィドルスは、容姿が馬賊の王マイダーに似ているというだけで、王位を追われたマイダーの復讐のために身代わりになる。王の役目を真剣に務め、戦い、王として振舞ううちに、フィドルスは真の王へと成長していく。復讐は成功するのか。



35

ヤモリの指から
不思議なテープ石田秀輝／監修 松田素子、江口絵理／文
西澤真樹子／絵
アリス館

身の回りにある便利なものや技術は、実は、自然の不思議なくみがヒントになっていた。接着剤も吸盤もなしでくっつくヤモリの指の裏、汚れも付かない超撥水のハスの葉などの研究が、製品開発に活かされている。16の例がイラストでわかりやすく紹介され、興味をひく。



36

雪は天からの手紙
中谷宇吉郎エッセイ集池内了／編
岩波書店

雪氷学の研究者として著名な著者による、科学と科学者にまつわるエッセイ集。雪の結晶の研究や雷の研究の内容を、簡潔かつ丁寧に語る「雪を作る話」「雷獣」などのほか、＜立春に卵が立つ＞という報道の検証を通して、科学的な考え方について説く「立春の卵」など21編。



41

おやすみなさいトムさん

ミシェル・マゴリアン／作
中村妙子／訳
評論社

戦争中のイギリスが舞台。ウィリーはロンドンから田舎町に疎開して、人嫌いの老人トムさんの元で暮らすことになる。母親に虐待されて育った少年と、つらい経験から人嫌いになった老人が出会い、町の人々との交流のなかで二人の心が動き出す。後半はドラマティックな展開に。



42

怪物はささやく

バトリック・ネス／著
シヴォーン・ダウド／原案
池田真紀子／訳 ジム・ケイ／装画
東京創元社（創元推理文庫）

いつも同じ悪夢にうなされるコーナーの元に、ある夜、イチイの大木の怪物が現れ、これから三つの物語を話して聞かせると告げる。母親の病気への不安を抱え、学校で孤立するコーナーに、怪物は何をもたらすのか。そして、怪物が物語を語り終えた時、コーナーが語る真実とは。



43

逆ソクラテス

伊坂幸太郎／著
集英社

大人になった主人公たちが、小学生の頃のエピソードを振り返り語る全5話の短編集。表題作の「逆ソクラテス」では、自分が正しいと信じ、物事を決めつけ、子どもたちにも押し付けようとする教師の先入観を、ひっくり返し、打ち破ろうとする小学生が描かれる。



44

スコレNo.4

宮下奈都／著
光文社
＜福井ゆかり＞

三人姉妹の長女麻子は、自分が不器用で、劣った存在だと感じていた。美人で聡明な妹と比べると、なお惨めになってしまう。そんな彼女が、中学、高校、大学、就職と、四つのスコレ(学校)を通して自分の道を見つけていく。家族、恋愛、仕事に迷いながら進む彼女の人生を、丹念な描写で綴った物語。



49

時の旅人

アリソン・アトリー／作
松野正子／訳
岩波書店

ロンドンの少女ペネロピーは、病気療養でやってきた古い農場で、かつて荘園だった16世紀の時代に迷い込む。ここは、実際に起こった王位継承権にまつわる事件の舞台となった場所だった。現在の世界と行き来しながら、彼女はその大事件に巻き込まれていく。エリザベス朝の風俗や自然が緻密に活き活きと描かれる。



50

はじめての

島本 理生、辻村 深月、
宮部 みゆき、森 絵都／著
水鈴社

4人の人気作家による「はじめて」がテーマの短編集。森絵都著「ヒカリノタネ」は、幼なじみの椎太を好きすぎて、過去に3度も告白した高校生の由舞の物語。4度目の告白を「初めて」にするため、過去の告白を取り消そうとタイムトラベルで自身の記憶に潜りこむ。4つの物語はYOASOBIの楽曲に。



45

そして誰もいなくなった

アガサ・クリスティ／著
青木久恵／訳
早川書房

イギリスの孤島に、互いに面識もない、職業や年齢もさまざまな10人の男女が呼び集められる。けれども招待主の姿は島にはない。夕食後、彼らの過去の犯罪の秘密を暴き立てる謎の声が届いてくる。各部屋には古い童謡の額が飾られ、その歌詞通りに…。アガサ・クリスティの代表作。



46

旅の仲間 上・下
(指輪物語)J.R.R. トールキン／著
瀬田貞二、田中明子／訳
評論社

人間、小人、妖精、トロールなどが共存する世界「中つ国」が舞台。冥王サウロンによって作られた指輪は、世界を滅ぼす力が秘められていた。その闇の指輪を破壊するために、ホビット族のフロドと仲間たちが繰り広げる冒険物語。争い、協力、裏切り、友情が描かれる。悪の根源冥王サウロンを完全に滅ぼすことができるのか。全3部作。



51

ビーバー族のしるし

エリザベス・ジョージ・スピア／著
こだまともこ／訳
あすなる書房

13歳の少年マットは、森を切り拓き建てた丸太小屋で、たったひとり、留守を任される。ある日、ミツバチに襲われ、インディアンの少年に助けられたマットは、森で生きるための知恵を彼から学ぶことに。初めは反目しあっていたふたりだが、次第に心を通わせていく。



52

舟を編む

三浦しをん／著
光文社

玄武書房に勤める馬締光也(まじめみつや)は、言葉への鋭い感性をかわれて、「辞書編集部」に引き抜かれる。予算縮小など次々と起こる問題に右往左往するが、国語辞典「大渡海」編纂のため、老学者やアルバイトの仲間達と共に完成を目指して突き進む。「大渡海」は編み上がるのか。



47

チア男子!!

朝井リョウ／著
集英社

坂東道場の息子でありながら柔道を辞めたことで、家族や姉に引け目を感じる晴希。同じ日に柔道部を辞めた幼馴染の一馬は男子だけのチアリーディングチームを作りたいと言い出す。それには一馬の家族に関わるある理由があった。チアに打ち込む男子大生達を青春小説。



48

鉄のしぶきがはねる

まはら三桃／著
講談社

工業高校の電子機械科唯一の女子、三郷心(みさとしん)は、金属などで製品をつくる、ものづくり研究部の手伝いを頼まれる。旋盤作業をするうちに、鉄やものづくりの世界に引き込まれていく。「高校生ものづくりコンテスト」に旋盤で挑戦する女子高生の青春物語。



53

プリンセス・トヨトミ

万城目学／著
文藝春秋

大阪に400年の長きにわたって引き継がれてきた秘密。会計検査院の調査官3人、女子になりたい中学生・大輔と彼を守ってきた幼馴染の茶子(ちゃこ)たちは、その秘密の扉を開けてしまう…。5月末日の木曜日、大阪完全停止。その10日前から、国を揺るがす大陰謀の物語が始まる。



54

ミーナの行進

小川洋子／著
中央公論新社

主人公の朋子は、母親の仕事のため、中学1年生の1年間、伯母夫婦の家で生活することになる。その家には朋子より一つ年下で喘息の持病を持つ従妹のミーナがいた。ミーナとの友情、二人の淡い初恋、ペットとして飼っていたカバのことなどを、大人になった朋子が当時を振り返って語る。



55

雪の花

吉村昭／著
新潮社
＜福井ゆかり＞

長い間、死の病であった天然痘。幕末福井の町医者・笠原良策は、痘苗（ワクチン）接種が天然痘予防に効果があることを知る。人々の無理解に苦しめられながらも奔走し、ついに京都で痘苗を得たが、福井に持ち込むためには、雪深い栃ノ木峠を越えなければならなかった。



56

楽園のカンヴァス

原田マハ／著
新潮社

織絵は大原美術館で監視員として勤務している。その織絵のもとに、ルソーの展覧会を開くため、交渉の窓口になって欲しいという依頼が来た。指名したのは、ニューヨーク近代美術館のキュレーター、ティム・ブラウン。彼は17年前、ある絵の真贋を巡って織絵と競い合った人物だった。



61

さばの缶づめ、宇宙へいく

小坂康之／著
林公代／著
イースト・プレス
＜福井ゆかり＞

2020年11月、野口聡一宇宙飛行士が国際宇宙ステーションから投稿した1本の動画。そこで紹介されたさば缶は、福井県立若狭高校の生徒が作ったものだった。困難を乗り越え、世界初の快挙に至るまでの、高校生と大人たちの様々なドラマを綴る。



62

センス・オブ・ワンダー

レイチェル・カーソン／著
上遠恵子／訳
新潮社

アメリカの作家で、海洋生物学者の著者が、甥のロジャーと海辺や森のなかを探検し、星空や夜の海を眺めたかけがえのない経験の中から生まれた作品。センス・オブ・ワンダーとは「神秘さや不思議さに目をみはる感性」のこと。



57

解剖医ジョン・ハンターの数奇な生涯

ウェンディ・ムーア／著
矢野真千子／訳
河出書房新社

近代外科医学の父、ジョン・ハンター。18世紀イギリスで名外科医と称された彼は、解剖学への熱意のあまり、実験のための遺体盗掘、動物や人間の標本集めに執心する変わり者でもあった。「ドリトル先生」「ジキル博士とハイド氏」のモデルといわれた男の型破りな生涯を綴る伝記。



58

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

東日本大震災による津波で、日本製紙石巻工場は完全に機能停止した。工場長は半年で復興させると宣言。電気もガスも水道も復旧していないなかで、従業員たちの闘いが始まる。工場、地元石巻、本を待つ読者のために、絶望から立ち上がり復興するまでを徹底取材したノンフィクション。



63

そして、ぼくは旅に出た。
はじまりの森ノースウッズ大竹英洋／著
文藝春秋

写真家になることを決意した著者は、憧れの自然写真家ジム・ブランデンバークに会うために北米へと旅立つ。湖が点在するノースウッズまでのカヤックの旅、大自然の中での経験、温かく迎え入れてくれたジムとの交流など、写真家・大竹英洋の若き日の旅の記憶が丁寧に綴られる。



64

その情報はどこから？
ネット時代の情報選別力猪谷千香／著
筑摩書房

ネット時代に正しい情報を選ぶには？スマートフォンで簡単に情報が得られる今、SNS、ネットニュースなど情報の流れる経路は複雑化し、中にはフェイクニュースやデマも含まれる。この情報の海に溺れないために、肝要なのは「その情報がどこからきたのか、見極めること」。記者歴20年の著者が説く。



59

キュリー夫人伝

エーヴ・キュリー／著
河野万里子／訳
白水社

放射線を研究し、ラジウムを発見した女性物理学者マリー・キュリー。ロシア占領下のポーランドで少女時代を過ごし、パリでの慎ましくも幸せな夫との研究生活。突然の夫の死。数々の苦難に襲われながらも、名誉を嫌い、研究に情熱を捧げた生涯が、次女の手によって鮮やかに綴られる。



60

こっそりごっそり
まちをかえよう。三浦丈典／文
斉藤弥世／絵
彰国社

「まち」とは何だろう？「未来のまち」をつくるのは誰？ 建築家の著者は、くらす場所、くらし方をデザインする権利は、ひとりひとりにあるという。43の（もしこうだったらどうする？）作戦を通して、個人の人生の豊かさから未来の世界の豊かさを考える1冊。



65

ソロモンの指環
動物行動学入門コンラート・ローレンツ／著
日高敏隆／訳
早川書房

動物好きの人なら、動物の言葉がわかるソロモン王の指環は、ぜひ手に入れたい宝物だろう。だが著者は、魔法の指環に頼らずとも動物の行動を観察し、その意思を考察することで、動物を理解できると述べている。鳥のひなの刷り込み理論で、ノーベル賞を受賞した著者の観察と思考の過程が楽しめる。



66

謎のアジア納豆
そして帰ってきた＜日本納豆＞高野秀行／著
新潮社

著者は、アジアの大陸部で作られている納豆を「アジア納豆」と呼ぶ。アジア各地の納豆を探し、食べ、作り、現地の人々と交流しながら、納豆の起源に迫っていく。味噌納豆、せんべい納豆、竹納豆など形も味も様々な、未知のアジア納豆を紹介する。同著者の『幻のアフリカ納豆を追え!』もある。



67

何のために「学ぶ」のか

外山滋比古、前田英樹、今福龍太ほか／著
桐光学園十ちくまプリマー新書編集部／編
筑摩書房



脳科学者や生物学者、哲学者など各分野7人の専門家からの学びに関するメッセージ。筆者の経験から導き出した、知識よりも大切なもの、安易な答えに逃げない姿勢などが語られる。また読書案内として、それぞれが薦める3冊を紹介している。



69

深読み！ 絵本『せいめいのれきし』

真鍋真／著
岩波書店



半世紀以上、読み継がれてきたバージニア・リー・バートンの絵本『せいめいのれきし』の改訂版を監修した著者が、絵本に盛り込めなかった知識や最新の研究成果を解説。絵本の流れにあわせて、地球誕生から現代までを、絵本の中の絵や写真を多用し紹介。絵本『せいめいのれきし』と一緒に楽しみたい。



71

モリー先生との火曜日

ミッチ・アルボム／著
別宮貞徳／訳
NHK出版



16年ぶりに再会した大学時代の恩師モリー先生は、難病ALSに侵されていて、余命わずかなのに幸せそうだった。人生で何が大切かを教えてくれる、死の床での最後の授業。「いかに死ぬかを学べば、いかに生きるかも学べる。」本書はその授業の記録。



68

走ることについて 語るときに僕の語ること

村上春樹／著
文藝春秋



小説家である著者が「走ること」を通して、作家として、ランナーとしてどのように考え、生きてきたかを語るエッセイ。年に1回はフル・マラソンを走り、世界各地でのレースにも出場。コースの様子や風景、走っているときの心情が細やかに綴られる。



70

ぼくは イエローでホワイトで、 ちょっとブルー

ブレイディみかこ／著
新潮社



イギリスの都市ブライトンで暮らす、日本人の母親とイギリス人の父親を持つ息子が選んだ中学校は「元・底辺中学校」。人種・貧富の差など様々な出自を持つ子ども達が集まる学校で生活することで、友人や地域など日常的な関わりの中で考え、悩み、成長していく少年の1年半が、母親の目を通して描かれる。



72

山中伸弥先生に、人生と iPS細胞について聞いてみた

山中伸弥／著
緑慎也／聞き手
講談社



ノーベル医学・生理学賞を受賞した山中先生が語る「iPS細胞ができるまで」と「iPS細胞にできること」。「ジャマナカ」と馬鹿にされ、臨床医をあきらめたところから始まった研究が、iPS細胞の発見につながった。これまで歩んできた道のりを先生自身の言葉で分かりやすく伝えている。



索引

あ行

足音がやってくる	1
明日をさがす旅 故郷を追われた子どもたち	37
穴	2
ある晴れた夏の朝	3
アンネの日記	38
いま生きているという冒険	21
うそつきの天才	4
運命の騎士	5
エンデュアランス号大漂流	22
王のしるし 上・下	40
王への手紙 上・下	6
落ちこぼれ	7
おやすみなさいトムさん	41

か行

怪物はささやく	42
解剖医ジョン・ハンターの数奇な生涯	57
影との戦い	8
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	58
逆ソクラテス	43
キュリー夫人伝	59
「空気を」読んでも従わない 生き苦しさからラクになる	24
孔雀のバイ	9
クジラをめぐる冒険 ナゾだらけの生態から対立する捕鯨問題まで	26
クラブアート	10
獣の奏者 I 闘蛇編 II 王獣編	11
「国語」から旅立って	25
こっそりごっそりまちをかえよう	60

さ行

聖の青春	27
さばの缶づめ、宇宙へいく	61
算数少女	12
14歳の君へ どう考えどう生きるか	28
スコールNo.4	44
センス・オブ・ワンダー	62
そして誰もいなくなった	45
そして、バトンは渡された	13
そして、ぼくは旅に出た。 はじまりの森 ノースウッズ	63
素数ゼミの謎	29
その情報はどこから? ネット時代の情報選別力	64
ソロモンの指環 動物行動学入門	65

た行

ダーウィンの「種の起源」 はじめての進化論	30
DIVE!! 上・下	14
宝島	15
正しいパンツのたたみ方 新しい家庭科勉強法	31
種をまく人	16
旅の仲間 上・下	46
チア男子!!	47
地球家族 世界30か国のふつうの暮らし	32
鉄のしづきがはねる	48
時の旅人	49
飛ぶ教室	17

な行

謎のアジア納豆 そして帰ってきたく日本納豆>	66
何のために「学ぶ」のか	67
西の魔女が死んだ	18
二年間の休暇 上・下	19

は行

はじめての	50
走ることについて語るときに僕の語ること	68
ビーバー族のしるし	51
深読み！ 絵本『せいめいのれきし』	69
舟を編む	52
プリンセス・トヨトミ	53
ふるさとって呼んでもいいですか 6歳で「移民」になった私の物語	23
ペーパーボーイ	39
放課後の文章教室	33
ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー	70
ぼくは恐竜探検家!	34
ホメロスのオデュッセイア物語 上・下	20

ま行

ミーナの行進	54
モリー先生との火曜日	71

や行

山中伸弥先生に、人生とiPS細胞について聞いてみた	72
ヤモリの指から不思議なテープ	35
雪の花	55
雪は天からの手紙 中谷宇吉郎エッセイ集	36

ら行

楽園のカンヴァス	56
----------	----



他にもこんなリストがあります…

「世界とつながる自分をひらく20冊

～いろんな仕事に打込む大人たち～」 (福井県立図書館)

中学生・高校生のみなさんが、自分の将来やこれからの進路について考える際に参考となるような、様々な生き方や職業を描いたノンフィクションを紹介します。



将来や進路を考える
中学生・高校生にすすめる
ノンフィクション
(県立図書館HP)

名前

コレ、ヨモ! [2025]

～あなたの扉を開ける72冊～

子どもの成長段階に応じた推奨図書 中学生・高校生編

令和2(2020)年11月 初版[2020]

令和3(2021)年 7月 2021年版

令和4(2022)年 7月 2022年版

令和5(2023)年12月 改訂版[2023]

令和6(2024)年 7月 2024年版

令和7(2025)年10月 2025年版



子どもの成長段階に
応じた推奨図書(県HP)

編集発行／福井県教育庁生涯学習・文化財課

〒910-8580 福井市大手3丁目17-1

TEL 0776-20-0559

<https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/syoubun/dokusyo/suishoutosho.html>

「子どもの成長段階に応じた推奨図書」は、福井県内の図書館職員で構成される選定委員会を選定しました。

【選定委員が所属する図書館】福井市図書館、敦賀市立図書館、小浜市立図書館、大野市図書館、勝山市立図書館、鯖江市図書館、あわら市図書館、越前市立図書館、坂井市立図書館、永平寺町立図書館、池田町立図書館、南越前町立図書館、越前町立図書館、美浜町立図書館、高浜町中央図書館、おおい町立図書館、若狭町立図書館、福井県立図書館、若狭図書館学習センター