

私のおススメ本

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
4151	なおちゃん	子どもへのまなざし/佐々木正美 著/山脇百合子 画/福音館書店	将来、子どもを持ちたいと思っている人や、近々子どもが生まれる夫婦	私は出産するまで保育士をしていたので、子どもへの接し方は理解しているつもりでした。でも、自分の子どもが生まれて、真剣に向き合うあまり、悩むことも増えました。そんなときこの本を知り、大学で学んだ保育の勉強と子育ての仕方は似ているようでちょっと違うというか、初めて気付かされることがたくさんありました。
5538	きよ	小国の侯爵令嬢は敵国にて覚醒する（上・下）/守雨/主婦と生活社	すべての女性に	戦争の賠償金として敵国の代表に嫁ぐことになった侯爵令嬢が孤立無援の敵国で生きるため行動力と商才で道を切り開き、最後は幸せになるというお話です。敵国が要求していたのは花嫁ではなく賠償金であり、屈辱と冷遇を受けますが、屋敷を飛び出し、侍女と二人で生活を始めます。そこからどんどん仲間を増やし小さなお店からやがてホテルの経営に携わるようになる過程は多少のご都合主義的なものではありますが、読んでいて気持ちがいいものです。もちろん、自分を売った祖国の王妃への仕返しもありますが、読んだ後、爽やかな気持ちになれる一冊です。
5652	大口ひろし	アホか。/百田尚樹/新潮新書	型やぶりが好きな人	人気作家によるユニークな題名の本だが、へたな小説を読むよりおもしろい。世の中には変わった人がいるもので、犯罪を犯す方も被害者も、さらにはそれを裁く方も常識はずれのまんがの世界である。 人目もばからず笑い出してしまうような事例をあげてみよう。 (1)女性の銅像の胸をもみしだくじいさん。 (2)超バドミントン違反で衝突事故を起こし、4人を死亡させた運転手に「過失」を認定した裁判官。 (3)無免許運転で人身事故を起こした都議会議員。 (4)アダルトビデオの出演を持ちかけられ、現金をだましとられた男。 (5)住宅に見知らぬ男が勝手に入ってきて、警察官がかけつけた時は、その男が死んでいたという奇怪な事件。
5652	大口ひろし	このクスリがボケを生む！/近藤誠/学陽書房	薬にたよりたがる人	私たちは病気を予防し、治したい一心で医師に処方された薬を信じて飲むが、その薬に効果がなく、副作用ばかりだったらこんな腹だたいいことはない。 いったいだれに責任を問えばいいのか。健診をうけ、異常を指摘されて薬をすすめられるが、その多くはムダなことなのである。医療ビジネスのために薬を飲まれたものでは患者はたまったものではない。新薬を承認してもらうための比較試験を実施する医師たちは、製薬会社から研究費や手数料をもらったりして密接な関係にあり、試験データを解析するのは製薬会社の社員たちである。 ゆえに比較試験の結果は信用できない。ムダな薬や治療を受けないためには、患者自身が賢くならねばならない。
5684	shigemaro	養老の滝 まんが日本昔ばなし/二見書房	保育園児 幼稚園児 小学生	まんが日本昔ばなしが大好きでなかでもこの養老の滝は誰もが知ってる知ってなければいけないお話だと思います。 小さいながらも家族のために出来る仕事をして家族を支えるなんて現代では考えられない大変さですが実際に仕事はしなくても家族と協力し合う気持ちは忘れてはいけないことです。そんながんばり屋の子を神様が見ていたのでしょうか救いの手を差し伸べる。滝になって流れるお酒は子供が飲めるものではないと思いますが独り占めせず家族のためにと考えを巡らせませう。 この家族への思いをお話の中で感じ取って家族と言うのは親が子のためにと一方的なものだけでなく子も親のために出来ることあるのです。改めて家族を見直し家族の一員であることに誇りをもって家族に無くてはならない存在だと自覚していただけたらと思います。
7416	うさまろ	夢をかなえるゾウ/水野敬也/飛鳥新社	素敵に歳を重ねたい人へ	皆さんは今、毎日が充実していますか？若い頃はたくさんあった夢ややりたい事が歳を重ねるにつれ、やりたい事より、やるべき事をこなすだけになっていませんか？私も毎日、会社と自宅の行き来や用事をこなす日々の繰り返しで、あっという間に時間が過ぎて行きます。 コロナが流行ってからは外出など控え目にしようという気持ちも重なり、これまで以上に同じ日々の繰り返しになりがちです。これでは良くないと自己啓発本を手取るも、内容が立派過ぎて自分には合わないと感じ結局何も変えられない、そんな時にこの本に出会いました。啓発本なのに押し付けがましくなく、クスッと笑えたり、思わずつつこみたくなる出来事が次々起こり、楽しくも何が大事なのか、スッと心に入ってきます。 神様なのに、言うこともやる事もめっちゃくちゃで、弱さも認めてくれる温かさ溢れるガネーシャに貴方もぜひ会いに行ってください（読んで）みて下さい。
7621	まろん	あるヘラジカの物語/星野道夫（原案） 鈴木まもる（絵と文）/あすなろ書房	老若男女全ての方。特に都会の厳しい競争社会での生活に疲れきった大人の方へおすすめです。	「星野道夫が遺した1枚の写真から生まれた絵本」という帯のメッセージに惹かれて読みました。アラスカの川で2頭のヘラジカの角がからまったままの頭蓋骨が写っていました。まず、ヘラジカのオス同士の決闘の迫力のある絵に心をわし掴みにされました。その後角をからませたまま力尽きた2頭のヘラジカが熊、オオカミ、キツネ、カラスなどの動物たちに次々に食べ尽くされていく様子は、大自然の厳しさに胸が締め付けられる思いでした。 しかし、2頭の死が、他のたくさんの動物たちが生きることにつながったことから、改めて大自然の中での生命のつながりや、自分たち人間も大自然の一部であると再認識できました。 今年は星野さんの生誕70年という節目であるので、これを機に、星野さんが伝えたかったであろう生命のつながりを多くの方々を感じとってもらえたら、うれしいです。

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
7884	トントン	トイレのなか、みせてみせて！/ヒド・ファン・ヘネヒテン 作/松永りえ 訳/パイ・インターナショナル	トイレトレーニングを始める人に	子どもは、しかけ絵本が好きですね。うちの孫も大好きです。これは、孫にプレゼントする絵本をさがして見つけました。 「おもつてのなか、みせてみせて！」が人気があったらしく、その第2弾のようです。主人公は知りたがりやのネズミくん、で、友だちのトイレの中を見たりします。トイレの部分がしかけになっていてパラリとページをめくると・・・トイレの中に動物のウンチ。動物のウンチもいろいろです。大人の私もドキッとしたので、小さい子どもは、もっとドキドキ、ワクワクすると思います。この絵本を見て、スムーズにトイレに行ってくれたらラッキーですね。
8045	やしち	ニーチェが京都にやってきて17歳の私に哲学のこと教えてくれた。/原田まりる/小学館	悩める若者達に	女子高生の主人公、アリサがアルバイトの帰り道、哲学の道でニーチェと出会い、哲学を学んでいく話。わかりやすい表現で、人生について悩む事を説いてくれる。学生の頃に読んでおきたかったと思った。京都の鴨川あたりの地名やカフェやスイーツが出てくるので、行ってみたいと思う内容です。
8225	あきちゃん	日本をこう変える 世界を導く「課題解決型国家」の創り方/松田学/方丈社	日本の未来を考えている人	なんでもそうですが、著名人が言ってるからと鵜呑みにすることはありません。本書は、むしろ自分の考えがきちんと確立している人向きといえます。自分との相違や一致点を確認しながら読むことができるので、頭の整理にはうってつけです。 例えば、医療について著者と私の考えは次の通りです。日進月歩の医療にもかかわらず、医療費右肩上がりは止まりません。けれど、提供側からすれば医療費は「売上」。どこの世界に右肩下がりを目指す者がいるでしょう？つまり自ら医療と関わりたくないかぎり、流れは変わらない。これが私の見解です。 一方、本書は、医療費を「消費」と言い換えています。富裕層をファーストクラスのように優遇するかわりに、お金を出してもらおうと持論を展開しています。是非はともかく、発想としては斬新です。 ぜひご自分の考えと照らし合わせながらお読みください。
8615	たっきー	サステナブル・ビーチ/小手鞠るい/さ・え・ら書房	大人も子どももみんな、地球に住む人	今、あなたは自分の明るい未来が描けますか？将来が不安で、何かしなきゃと思いつつ、動けていないということはありませんか。 この物語は少年「七海」のもやもやで始まった夏休みからスタートします。七海が夏休みの出会いによって大きく変化していきます。SDGsへの取り組みを考える昨今ですが、「サステナブル」な持続可能なこと、やれることをやっていくのは当たり前前で、そこにプラスのアクションを起こす＝地球を守るためにぼくができることは何か…七海は七海ができることを考えて行動に移します。 この本は地球環境のことについて書かれています。地球で暮らすすべての生き物に関係することです。だから子どもたちは子どもたちで考えさせられることがあるでしょう。でも大人にとっても重要なことで、環境だけでなく、今の不安に置き換えて、何かできそうでも動けなくて、そんな人に行動を後押しできるような本だと思います。
9496	ジョイ	ひと/小野寺史宣/祥伝社文庫	1人暮らしの方、上京又は引越して地元に住まない方、子供が自立して離居している方、皆の輪に入れず独りぼっちの方、孤独に感じている全ての方々へ。	コロナ禍でソーシャルディスタンス、自粛やマスク生活が余儀なくされ、人々との交流や関わりが以前にも増して希薄になっている昨今。悲しいニュースも多々目にする中、人の温かさを思い起こさせてくれる作品。 自分の置かれた環境の変化を受け入れ、前に一歩踏み出し頑張っている人(この本の主人公のように)の所には、自然と応援者や協力者が集まって来る。親切は必ずブーメラン方式で無意識の内に自分に返ってくる。 これからの寒い季節に心を暖かくしてくれるオススメの本です。
11175	みゆきち	マスカレード・ホテル/東野圭吾/集英社文庫	男性も女性も学生さんも年齢問わず・ミステリー小説が好きな人・ドキドキ・・・この先どうなるの？刺激がほしい人・華やかなホテルに泊まってみたくけど、なかなか行けない人・長澤まさみ&木村拓哉のファンの方(ぜひ想像しながら読んでみて！)	ミステリー小説で人気の東野圭吾さんの作品「マスカレード・ホテル」が一押しです。木村拓哉&長澤まさみ主演で映画化もされるほど人気作品です。個人的には長澤まさみさんが好きなので、映画ではその美しさに魅了されました。2人の正対面コンビの役柄もぴったりで、本物のホテルマンと刑事に見えてくるほどです。物語の舞台となっているのが一流ホテル！東野圭吾さんの今までの小説とだいぶ雰囲気違って、華やかな場所で非常から起こる事件は読んでいて新鮮でドキドキさせられます。連続殺人事件の容疑者がお客様の中に紛れているのですが、どのお客様も怪しく思えてくるほど変わった客ばかり。様々なエピソードがあり、すきま時間に読み進められるのも嬉しいポイントです。「マスカレード・ホテル」はシリーズ化されており「ナイト」・「イブ」・「ゲーム」があるので秋の夜長にぜひ読み進めてはいかがでしょう。
11175	みゆきち	本屋さんのダイアナ/柚木麻子/新潮文庫	青春真ただ中の女の子から大人の女性、赤毛のアンのような友情の物語が好きな方	あまりにも生まれ育った環境が違う、ダイアナと彩子2人の友情の物語。 初め「えっ？名前がダイアナ？！」と興味を持ち、読み終えてなほど作り込まれた作品でした。そんな2人は読書好きという共通点から仲良くなり互いにひかれ合っていきます。それぞれの視点から物語が進んでいくので、単調にならず読みやすく、どんどんページを進められます。 特に、シングルマザーの母に育てられたダイアナの内に秘めた強い意志と行動力には心を動かされるものがあり、つい応援したくなります。ネタバレになるので詳しくは伝えられませんが最後の展開も必見です。 そして作中に度々登場するのが名作「赤毛のアン」。読み終えた後、もう一度じっくり読みたいくらい図書館へ走りました。 青春を共にした2人の少女が迷い苦しみながらも意志を持って力強く大人になっていく姿は、まさに現代版赤毛のアン！？ 名作だと思います。この本をきっかけに柚木麻子さんの本にはまっています。

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
12608	びわ子	ろっかのさせつ/荒木健太郎 作/小沢かな絵/ジャムハウス	雪の日がうれしい子供や冬が好きなすべての人、寒い夜に心を温めたい人、自分に素直になりたい人	雪の子「ろっか」が主人公の素敵な絵本です。雪のお母さんから生まれた結晶が少しずつ育って地上にたどり着き、そこから様々な試練を乗り越えていくようすが物語になって進んでいきます。「雪は天から送られた手紙である」というカバーの言葉が、読んでいくうちにジワジワ解ってきていつの間にか引き込まれていきます。春が近づき体が溶けてしまうシーンとはとても感動的ですが、一方で科学的な説明が子供にも分かりやすく解説されており、さすが「雲研究者」荒木さんの作品だなと思わせる圧巻の内容です。小沢かなさんのイラストがとても温かく、雪がまるで人物のように生き生きと描かれています。巻末の雪結晶分類はまるで雪の博物館！この一冊で子供も大人も雪博士になります。とりわけ「わたしはわたしのままでいいんだね。この空に生まれてきてよかった」という主人公の言葉が胸にささりました。今を生きていくために大切なことを、ありのままの自然が教えてくれます。子供のころは雪の日が楽しみだったのに、大人になるとしんどいと思ってしまうものですね。そんな人はぜひ読んでみてください。この冬をもっと楽しめること間違いなしの一冊です。
13486	こんちゃん	きらきらひかる/江國香織/新潮社	理想の生き方に縛られている人	高校生の頃、従兄弟に勧められて読みました。当時、変わり者という自覚があったわたしは新しいクラスに馴染めず、「どうしたらクラスの中で"普通"に過ごせるか」ばかりを考えていました。そんな中、この本を読み「人にはそれぞれの生き方があって、その誰も見えないところで苦しんだりもがいたりしている。"普通"なんてどこにもない。生き方はみんな違う」と考えを改めることができました。時は過ぎ、結婚をして子宝にも恵まれた今のわたしが、もう一度読み返したい本のひとつです。
14007	ケイコさん	お伊勢ものがたり 親子三代道中記/梶よう子/集英社	主に女性の方々に！	江戸時代、なかなか自由に旅行できなかった、特に女性たち。祖母の機転で思わぬ伊勢参りに親子三代が行く事になり、その道中の景色や名物や数々の出来事を通して子育てや物事に対する考え方をわかりやすく、おもしろく物語がすすみ、心がほっこりします。
14007	ケイコさん	泣きたい夜の甘味処/中山有香里著/KADOKAWA	大人も子どももみなさんに！	マンガでストーリーが描かれており人生の中でいきづまっている時にその人だけに、クマとシャケがやっている店が開いており、おいしいケーキや飲み物をお薦めしてくれてホッとする内容
14535	ネコバス	死亡フラグが立ちました！/七尾与史/宝島社	ミステリー好きの人へ	私は本格ミステリーが大好きですが、これは本格とは程遠く、そんな馬鹿な殺人事件ありえない、クスッと笑えるミステリーです。
14712	こまいぬ	一橋桐子（76）の犯罪日記/原田ひ香/徳間書店	これから、高齢に向かう中年層にお勧めしたい。先々の事を考えると、少し気分が暗くなってしまうという方におすすめ。	同居していた親友トモが亡くなり、一人暮らしになってしまった76歳の主人公が、目指すのは、安定した刑務所暮らし。どうやって、あまり人に迷惑をかけずに、長期刑務所に入れるのか？そんなことを考えてしまう高齢者の心の動きが、まさに今時です。高齢者に向かっていく中年の自分にとっても、高齢者の生活や心理は、とても関心のあるところ。原田ひ香さんの作品は、高齢社会や、高齢者のお金の問題、働き方、高齢者の恋愛、社会とのつながりかたを、時にクスッと笑えるユーモアを含めて描いているので、読むのが楽しい小説です。主人公桐子と、亡くなった親友のトモとの関わり。知り合った高校生雪菜とのやりとりは、高齢になっても、若い世代とコミュニケーションをとることの素晴らしさを教えてくれます。このご時世でも、やはり人は、周囲の人と関わることで、救われるんだという事を再認識しました。
14868	そら	か「」く「」し「」ご「」と「」/住野よる/新潮社	甘酸っぱい青春を感じたい方、カラクリが好きな方、読書初心者さん	みんなは知らない、ちょっと特殊な能力を持った5人のクラスメイトが繰り広げる青春ストーリー。お互いへのもどかしい想いと日常が丁寧に描かれています。青春小説としても充分楽しめるのですが、この本には、文章だけで表現する本ならではのカラクリがたくさん散りばめられており、繰り返し読むと新たな発見や面白みを感じさせてくれるところが素晴らしいです。エンターテインメント性に長けた素敵な作品だと思います。読みやすいので読書初心者さんにもオススメ。一連のシリーズの最新版だが、今回のテーマは「夢」をもつこと 自分の若い頃を振り返っても、自分は何がやりたいんだろう？なにができるのだろう？なにをやるべきなのだろう？と悩んでいた頃がある。明確な夢があって、それにむかって努力していく友達や有名人は山ほどいて、とてもうらやましく思った覚えがある。この本をよんでみると、夢なんか持たなくても、自分が、ちょっとでも面白いと思ったこと、やっけていていやでないことにトライしてみると、思っていた以上に道が開けることがあるといったテーマをとても面白く、ガネーシャとともに読み進められる。なんか前にすすめそうな気がする。楽しく、自分の将来に対して考えられる気がする。進路等で悩んでいる若者たちに送りたい。どんな本でもいいので、興味を持った本をよむことを薦めたい。
14942	アイザック	夢をかなえるゾウ0/水野敬也/文響社	進路でなやんだりコロナで在宅治療を強いられている若者たち	一連のシリーズの最新版だが、今回のテーマは「夢」をもつこと 自分の若い頃を振り返っても、自分は何がやりたいんだろう？なにができるのだろう？なにをやるべきなのだろう？と悩んでいた頃がある。明確な夢があって、それにむかって努力していく友達や有名人は山ほどいて、とてもうらやましく思った覚えがある。この本をよんでみると、夢なんか持たなくても、自分が、ちょっとでも面白いと思ったこと、やっけていていやでないことにトライしてみると、思っていた以上に道が開けることがあるといったテーマをとても面白く、ガネーシャとともに読み進められる。なんか前にすすめそうな気がする。楽しく、自分の将来に対して考えられる気がする。進路等で悩んでいる若者たちに送りたい。どんな本でもいいので、興味を持った本をよむことを薦めたい。
15000	1967G+pw	リカちゃん生まれます/小島康宏/集英社	ものの作りが大好きな人(手芸でも何でも)	つぶらな瞳でやさしくほほ笑みかけてくる(←本文引用)“リカちゃん人形”が誕生してから、2022年で55年を迎えました。作者の小島康宏さんは“初代リカちゃん”の生みの親です。はじめてから人形を作ろうとしていた訳では無かったそうです。何故、旧タカラ（現タカラ）を発売する事になったのか。“ウルトラマン”のTVが始まったその年、会議の始まりを待つ小島さんに、佐藤安太社長（当時）が真新しい1冊のノートを手渡したそうです。これが「ドリームハウス開発ノート」です。—この続きは是非本文を— 小島さんは、“リカちゃん”で遊んだ“大人になった女の子達へ”として感謝を伝えて下さいますが、こちらこそ、こんなにも素敵なものを作って下さって「ありがとうございました」リカちゃんは、永遠に私の憧れです！！

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
15060	まゆ	方舟/タ木春央/講談社		クローズドサークルで起こる殺人事件、物理的にも精神的にも追い込まれていく人々、臨場感溢れる描写で自分が『方舟』の中にいるかのような息苦しさが伝わってきます。最後は誰も予想できないどんでん返し。詳しく語りたいけど語れば読者の楽しみを奪ってしまう罪悪感に苛まれるのでぜひご自分で読んでほしいです！
15064	よっしー	ハグとナガラ/原田マハ/文春文庫	40代 女性 に読んでもらいたい	旅行に気軽に行けなくなった今、この本を読んで旅行をしている気分を味わえるだけでなく、ハグとナガラ、二人の女性の友情や仕事や母親の介護の事、40代の私には共感しなかった。それぞれが仕事に励み、プライベートも充実している時代が過ぎ、仕事や結婚に悩む時代、親の介護の事、その時々ハグとナガラのやりとりが温かく人生を精一杯生きている姿に感動し、私自身も、また頑張ろうと力をもった本です。
	マコナル	70代で死ぬ人、80代でも元気な人/和田秀樹/マガジンハウス新書	60代後半からの人で健康に暮らしたい人	80歳を超えても、健康で暮らしていければ、本当の意味での長生きとは言えない。そうしたことから、70代をどのように暮らしていくか、身体の面、心の面から注意すべき点を具体的な例を挙げながら、説明してくれる。日本人高齢者の病気の特徴から、留意すべきは癌であり、考えるべきは免疫力、そのために必要なのはしっかりとした、タンパク質を中心とした栄養であると。またここまで頑張ってきたのだから、色々なことから解放されて、もっと自由に生きて良いのだと。身体が動きにくくなることは受け止めて、できる範囲で楽しみながら、取り組んでいく。毎日同じことをするのではなく、今までとは違うことにチャレンジすることで、脳への刺激となり脳が活性化し、若さを保つ秘訣と教えられる。老人だからの言葉をタブーにして、頑張ってみようかと、励ましてくれる本だと思います。
	ぼー太郎	Michi/junaida/福音館書店	道に迷ってしまった方、親子で本を楽しみたい方	絵がとても綺麗！そして、描かれる世界が不思議でわくわくして見入ってしまいます。道をあちこち辿って行くと、そこに暮らしている人達の生活が見えて、これはどういう状況だろう？こういう暮らしもいいな、と色々考えたり気づかされることがあります。子どもたちは指で辿って「こっちは行き止まりだ！」「こっちは建物に繋がってる！」「この路地は通れるんじゃない？」と迷路のようにして次の街へ繋がる道を探して楽しんでいます。その様子がこの本の中に入って、本当に道を探しているようで楽しいな、と思いながら一緒に見えています。
	ありさ	あなたのすてきなところはね/作：玉置永吉/絵：えがしらみちこ/角川書店	子育て真っ最中の方、自分に自信がもてない方	わんぱくな3歳の男の子を育てている母です。日常生活の中では私の心にも余裕がなく、心を込めた言葉をかけることができないため、絵本の力を日々借りています。そんな生活の中で出会った一冊です。初めてこの絵本を読んだ時、息子に読み聞かせていたはずなのに、私自身に向けられた言葉のように感じました。『自己肯定感を高めること』は子育てをしているとよく耳にする言葉ですが、言葉としては理解していてもなかなか難しい内容です。この絵本では、息子に『今のままで大丈夫だよ。自信を持って歩んでね。』と伝えられ、私自身にも『今までのあなたの歩み方は間違っていないよ。胸を張って。』と伝えられているような気持ちになります。子育てをしている方にも読んで欲しい絵本ですが、少しココロが疲れた方にも手にとって欲しい絵本です。優しくもあり、力強い言葉は、ありのままの私達を包んでくれます。そしてその言葉に添えられた絵も私達を癒してくれます。
	たまちゃん	オンライン！/雨蛙ミドリ 作/大塚真一郎 絵/角川つばさ文庫	ゲームが好きな小学校高学年以上の人	オススメポイント1つ目は、絵がかわいいことです。ゲームの中に入ると、自分そっくりのアバターがいてとてもかわいいです。ゆるキャラのようなデザインです。顔が丸っぽくなったりするところが特にかわいいです。オススメポイント2つ目は、毎回衣装がちがってどれもかわいいことです。羽をつけたり、フリルをつけたり、リボンをつけてとてもかわいいです。オススメポイント3つ目は、敵とたたかって、毎回勝つことができることです。ゲームの中のお話なので、小説だけでも楽しく読むことができます。みなさんもぜひ読んでみて下さい!!24巻まで発売されていますよ！
	チップのママ	か「」く「」し「」ご「」と「」/住野よる/新潮文庫	青春まっただ中の人、高校生である我が子の気持ちがつかめず悩んでいる人、青春時代を思い出したい人	この本の著者、住野よるさんは、あの有名な「君の膵臓をたべたい」を書いた人です。この『か「」く「」し「」ご「」と「」』に出てくる、京、ミッキー、パラ、ツカ、エルは、それぞれに個性的で、独自の感性の感性を持っています。京は天真爛漫で底抜けに明るいミッキーが大好きなのですが、それがとても純真でかわいくてたまりません。ミッキーに話し掛けられるだけで真っ赤になったり、しくじったり。なのにその気持ちをミッキーは気付いてないのです。エルはとても繊細な女の子。京の一言を誤解して不登校になりますが、ミッキーの活躍で登校できるようになり、京と仲良しになります。パッパパラパーのパラは、何でも思い切ったことを言ったりやったりする女の子ですが、実は内面とのギャップに苦しんでいます。背が高く格好いいツカは、いつもクールに見えて、思いを素直に表せない自分に悩んでいます。こんな五人が一歩ずつ歩み寄り、成長していく姿がとってもいいお話です。
	しろまる	きれいになりたい気がしてきた/ジェーン・スー/光文社	「きれいになりたい」という気持ちに素直になれない人	コラムニストやラジオパーソナリティとして活躍されるジェーン・スーさんの著書です。私はスーさんの新刊が発売されると、内容も見ずに即予約してしまうほどスーさんの本が好きです。まずこの本のタイトルがいいですね。「きれいになりたい」ではなく、「なりたいたいがしてきた」なのです。加齢とともに体の衰えを実感し始めたジェーン・スーさんが、その衰えに抵抗しつつも受け入れ向き合っている姿に、最近お肌の曲がり角を迎えた私は勇気をもらいました。この本は美容に関する指南書ではありません。読んだからといって、美しくなれるわけではありません。ただ、誰かのための美容ではなく、自分のための美容を楽しもうと思える本です。

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	ぶくちゃんママ	どろんこ こぶた/アーノルド・ローベル 作/岸田鈴子 訳/文化出版局	自分にとって大事な場所はどこなのかを探し苦しんでいる人々	どろんこが大好きな場所のこぶたが主人公のお話です。こぶたの飼い主により大好きな場所をなくしたこぶたは、自分にとって落ち着ける所を探す為に家を出ます。こぶたは自分にとって心が落ち着く居場所をちゃんと知っていて勇気を持って探しに行く姿が素敵だと思いました。 自分にはどこが大事な場所かを改めて考えるきっかけを貰った気がします。 こぶたは一人で探すのですが最後は大変なことになってしまいます。その時に助けに来てくれたのが飼い主たちです。一人では探せなかった場所を大好きな飼い主と共に再び見つける事ができました。飼い主はこぶたが大好きな場所は"どろんこなのだ"と気付き用意してくれた所が良かったと思います。 居場所が見つからずに苦しんでいる人が、自分の事を大切に思ってくれる人と共に心が休まる場所を見つけられますようにと思った本でした。
	カナヘビちゃん	びりっかすの神さま/岡田淳/偕成社文庫	小学生3年ぐらいからお子さんがいる大人も◎	3年生の女の子の母です。うちの子は好みの挿絵が沢山入っている本が好きなのですが、この本は私が、本屋さんの夏休みの読書感想文おすすめで見つけ読んでみてと渡しました。字ばかりで挿絵も好みじゃなかったらしく●最初はいいや本をめくり始めました。すぐに読むのを止めてしまうかなと思っていたのですが、凄く集中しだし全て読み終えると、お母さんも読んでみて！といつもそんな事を言わないので驚いて私も読んでみました。確かに読みだすとどんだん先が気になりあつという間に読んでしまい、読み終えると清々しい気持ちになりました。 これは、みんなにおススメしたいと思ったので☑しました。
	風谷由子	ぼくのともだち おつきさま/アンドレ・ダーハン 作/きたやまようこ 文/講談社	ちょっと疲れている方、本当の友達とは？と悩む方におススメします。	まずは、表紙の絵から私の心をわしづかみ。夜の真ん中で、ボクとキミが会おう。キミとはお月様。嬉しい事は真っ先に話したくなり、キミが海に落ちるとおどおど心配する。そんな友達に私にもいます。仲良くなると、うちにあがってお茶でも飲みんって誘います。 この絵本の最後、「一緒にいると百倍輝く、最高に素敵めぐりあい」と、月から太陽へと友達の和が広がる所に、いたく感動しました。この絵本を、ちょっと疲れている方、本当の友達とは？と悩む方におススメします。ページをめくる毎に広がる美しい絵と、きたむらようこさんの唄うような言葉たち。 「ボク」と「キミ」のような出会いがそこら中にあれば戦争なんか起こりません。側にいる目の前の出会いを大切に、繋がっていけば、笑顔しかない世界になるでしょう。そんな事を感じさせてくれるおススメ絵本です。
	シオマネキ	ぼちぼちいこか/マイク・セイラー 作/ロバート・グロスマン 絵/今江祥智 訳/偕成社	生まれてからずっと忙しい子供や、その子を育てる親御さんに	夕日が沈む所を見た事がない子供が多いと聞きました。幼いころから英語なんぞを習い、学校が終ると塾へと走る。いつも何かに追われ「ぼちぼち」なんて言ってられない。生まれてからずっと忙しい子供や、その子を育てる親御さんに、ぜひこの絵本をオススメします。 主人公のカバは、どの仕事についても失敗ばかり。失敗する度「もういや」と言いながらも屈託のない笑顔で、消防士、パレリーナと挑戦し続ける姿がたまりません。「こら、あかんわ」と言いながら、何度も立ち上がるカバに感動。 この本は、今江祥智さんの軽調な大阪弁なしには語れません。最後に「ええこと」まで「ぼちぼちいこか」と一休みします。私達大人にも一休みはとても大事。特急列車では見られない景色を鈍行列車で見たいものです。春のつくしの芽が出る所、夏のカタツムリが這う所、秋の紅葉が色付く所、冬の雪が降る所、ハンモックで一休みしながら。
	さくちゃんママ	マスカレード・ホテル/東野圭吾/集英社	ハラハラドキドキしたい人におススメ!!!	ホテルで起こる事件を題材にしている第4作目。今回は3つの殺人事件が起きてしまった。関わりがないように思えた3つの事件だが、思わぬ共通点があり、まるでパズルのピースをはめていくかのような展開になっています。事件の被害者遺族をテーマにした深い内容になっています。続きが気になり、途中でやめられず一気に読みしてしまうほど、スピード感のある作品です。ラストは驚きの展開で読み終えた後も興奮するような内容です。スッキリ感もあり、え、あれはどんな意味だったの?ともう1度読みたくなりました。とても読み応えのある本です。
	りよこびん	めっきらもっきら どおん どん/長谷川摂子 作/ふりやなな 画/福音館書店	癒されたい大人。懐かしさも感じます。ゲームやスマホばかり見ている子供さん。夢がある世界です。読み聞かせにもピッタリだと思います。	ちんぶく まんぶく あっぺらこの きんぴらこ じょんがら びこたこ めっきらもっきら どおんどん 一番のおすすめは、主人公のかんたの作った、このうたです。なぜだかとても耳に残りつい口ずさんでしまうほどです。読む人によってリズムの取り方、アクセントのつけ方など変わってくるのがおもしろいと思います。 次におすすめするポイントは、かんたと遊ぶ三人の妖怪たちが無邪気で可愛いことです。かんたが三人と遊ぶのを嫌がった時は、大声で泣いて拗ねたり、遊ぶ順番でけんかが始まった時は、だんごになってもつれ合ったり。モモンガーごっこやおたからこうかん、月まで届きそうな大なわとび、とにかくかんたと一生懸命に遊ぶ姿にほんわか和みます。 ふりやななさんの絵も三人それぞれ個性的に描かれていて、とてもかわいいです。 ちんぶくまんぶく うたってみませんか。三人の妖怪たちに出会えるかもしれませんよ。

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	takayotherapy	ラブメイキングのすべて/マンタク&マニーワン・チャ/ダグラス&レイチェル・エイブラムス著・柳沢杏奈訳/講談社刊	豊田市のみなさまへ一家に一冊、新時代の家庭の医学並みにこれからの世界に必要な究極の健康本のこの本。性を持つ全ての人に。真の性と愛を知りたい人に。本当の自分らしさを生きたい人に。	「人類や世界に対する本当の癒しは、寝室から始めなければならないのです。なぜなら、愛とセックスを通して、次の世代が誕生するからなのです。」と結ばれているこの本は人間の究極の癒し、性愛について書かれています。 この本で扱われるのは一貫して性、セックスについてです。思いやり深いタイオストである著者はセックスを「ヒーリングラブ」と言い換えています。性エネルギーは体内のポジティブ、ネガティブ両面を増大させる諸刃の剣でもあると注意しています。性エネルギーをいかに健全な愛に育て、人生に健康に適切に用いるかをいくつかのワークと挿絵を添えて伝えています。真の愛を理解し、共に性愛を楽しんでいる現代人はごくわずかです。 あなたは真に自分と調和して満足できる愛を感じているでしょうか。自分を知り深く愛し、パートナーと理解しあい生涯を幸せに満ち足りて過ごすためにも、恥ずかしがらずにもう一度ベッドに戻って新しい真のヒーリングラブライフを始めてみませんか？
	しろまる	一年3セットの服で生きる「制服化」という最高の方法/あきやあさみ/幻冬舎	毎朝、服選びに悩んでいる人	クローゼットに服はたくさんあるのに着たい服がない！ということよくありませんか。これはスタイリストであるあきやさんが実際に1年3セットの服で過ごし、ファッションを制服化した経験から書かれた本です。驚くことに1シーズンで3セットではなく、1年で3セットなのです。そのためその日着た服を毎日洗濯して、毎日繰り返し着ていたそうです。 なぜあきやさんがこのようなチャレンジをされたかは、ぜひ読んでみて確かめて下さい。この本では「どんな人でありたいか」「どんな人生を送りたいか」を考えて、自身の理想の姿からファッションを決めるという考え方が紹介されています。この本をきっかけに、私はクローゼットの中身を見直し中です。 ファッションを通して自身を見つめ直し、気に入った服だけを着て毎日ご機嫌に過ごすのが来年の目標です。服選びの悩みから解放されたいと思っている方に、ぜひ読んでいただきたいです。
	にこにこ	宇宙に上手にお願いする法(Successful Wishing)/ビエール・フランク 著/中村智子 訳/サンマーク出版	叶えたい願いごとがある方へ	この本を「プレゼントだよ」と友人に手渡されたのは、もう10数年も前になります。楽しく易しい文章で書かれており、小難しいのが苦手な私にはドストライクの本でした。 そして当時の私には、「旦那様を見つけない!」という切実な願いごとがありました。この本に書かれた通り、「宇宙に願いを託す」べく、私はものすごく長い「理想の旦那様」リストを作成しました(笑)。程なくして出会った人は、そのリストのほぼ全てにあてはまり・・・乗っていた車さえリストと一致していたときは、鳥肌が立ちました。 「願いが叶う」すごいパワーワードですが、この本の魅力はそこだけではありません。自分の本当に願うものは何なのか、何が自分にとって「幸せ」なのか?人生で一番大切なことを真剣に考える機会を与えてくれるところですから読むだけでなく実践してみて、魔法のような世界をぜひご自分で確かめてください。 一人でも多くの方の人生に、この本を「プレゼント」できますように。
	肉巻きおにぎり	願いがかなうふしぎな日記/本田有明/PHP研究所	頑張っても上手くいかない人へ	僕はいつもたくさん失敗をします。運動が苦手で練習しても上手く出来ないことが多く、悔しい思いをします。 この本の光平も水泳が大の苦手。でも願いが叶う日記帳に日記を書き始めただけで水泳が得意になってしまいます。ぼくもそんな日記帳があるなら欲しい!どんな日記帳なのか?魔法の日記帳?とワクワクドキドキしました。でも光平が書いていたのは、ただの日記帳。光平は過去の出来事を書くのではなく、未来にこうなりたいという事を実際あった出来事のように書いていたのです。「50m泳げるようになった」というように。光平は日記に書いた事が現実になるよう本気で頑張ったから願いを叶えることが出来たのです。 これから僕も「未来日記」を書いて願いを叶えたい!皆も光平や僕と一緒に願いを叶えませんか。ぜひこの本を読んで「未来日記」の大切さを感じ、すぐに始めませんか。さあ、日記帳を開いて。
	よつば	掬えば手には/瀬尾まいこ/講談社	優しい気持ちになりたい人	心がフワッと軽くなる読後。人と出逢い触れ合う事で生まれる化学反応に心が柔らかくなっていく。 主人公はナンバーワンにもオンリーワンにもなれる要素がなく、標準を絵に描いた様な大学生の製木匠。 親からの期待を一身に受け、自身の名前さえ好きになれない匠だったのが自分の存在意義を確かめるように奮闘する。オムライス屋の店長、バイト仲間の常盤さん。癖あり&訳ありの二人に手を差し伸べる事が出来る匠はそれだけで唯一無二の存在だと思う。 人は皆、不完全だから人と繋がり成長していく。掬い上げた手の平の中にはきっと優しい光が満ちている。
	よつば	刑事弁護士/薬丸岳/新潮社	読み応えのある社会派ミステリーを読みたい人	圧巻。長年抱いて来た弁護士という職業に対する疑問に対し明確な回答を得た思いだ。 女性警察官が起こしたホスト殺害事件。弁護をする事になったのは弁護士の父を逆恨みにより殺された過去を持つ持月凜子。被疑者の二転三転する供述に翻弄されながらも真実を追い求めていく凜子と共に事件の真相を追い続けた。その時々で自分なら何を考えどう行動するか考えさせられる。 もし自分が被疑者の立場なら「罪を憎んで人を憎まず」とは到底思えない。ましてその母親を慮る余裕などない。憎しみの連鎖に息が詰まるが弁護士としての矜持を貫く者達に感服する。
	スミ	黒馬物語/シュウエル作 土井すずの訳/岩波書店	動物の事をいじめている人に。	馬の挿絵があるし、馬の本当の気分になれるし、馬のだいたいの生活がわかって楽しい。それに、鞍とかがどうなってるか分かるし馬車だって馬にどう思っているかもわかるからいい。馬がいつつも何が嬉しくて何が嬉しくないかわかるから楽しい。

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	しろまる	今日も一日きみを見てた/角田光代/角川文庫	猫と暮らしている人、猫とのくらしに憧れている人	角田光代さんが愛猫・トトちゃんとの生活をつづったエッセイです。タイトルの「きみ」とはトトちゃんのこと、角田さんご夫婦とトトちゃんの愉快で愛おしい日々が記されています。 私は今年2月に初めて猫を飼うことになり、勉強のためと思いこの本を手に取りました。最初は図書館で借りて読んだのですが、あまりに気に入る購入しました。特に「猫は、やはり子ではない」の項が好きで、ベットの子供と見なして自身をお父さん・お母さんと呼ぶには抵抗がある…という書き出しから、角田さんにとってトトちゃんがどのような存在なのか書かれています。私にとっても猫は間違いなく家族なのですが、子供ではない不思議で特別な存在です。 文庫版には「任務十八年」という猫目線で書かれた短編小説も収録されておりこちらもおすすめです。猫はもちろんですが動物と暮らしている方、猫との暮らしに憧れている方はぜひ読んでみて下さい。
	ゆどり	子どもを信じること/田中茂樹/さいはて社	不登校の子供を持つ親御さんや育児中の方におススメします (③より抜粋)	「母親は子供に去られるためにそこにいなければならない」から始まり、子供がどうしたら幸せになれるか、臨床心理士として全てを詰め込んだ本。増え続ける不登校も、勇気を出した行動と捉える。今の親に多い命令、指示を控えようと説く。 親にできるのは自分が変わる事で、アイスクリーム療法は面白い。子供が家で休むことに重きを置き、アイスを思う存分食べると5日で元気になる。私も息子が不登校の最中には好きな城に沢山行かせた。 まず色々な事を好きになり「生きる事を好きになる」この言葉に感動しました。 子供を信じて待つてやるから小言を控えると近すぎる親に警鐘を鳴らす。自ら学ぶことを親は待ち、優しい言葉をかける。 この本を不登校の子供を持つ親御さんや育児中の方におススメします。 子供が幸せになるヒントが医師としての沢山の症例から寛大な優しい眼差しで書かれています。いやあ、もっと早くに出会いたかった。
	子猫	社長の心得 増補版/小宮一慶/ディスカヴァー携書 2 3 5	日々逆境の中ビジネスで頑張っている人!! リーダーの心得!!	人生は長いものだと言う人と一瞬のものだと言う人がいます。私自身まだ回答の出てない人生です。日々貢献する気持ちでいろんなことに励む自身ですが、この本は使命ですと印されていることが一番のお気に入りです。今までの人生違ってたかったと再確認できた本だなあと感じました。目先のことでなく長い未来を見すえた生活、ビジネス、体の管理していますが、どうしても時間がかかってしまうことがあります。そんな時はじっくり本を読んで自分自身ゆっくり向き合うことにします。亡くなっても「あの人はすばらしい人でした」と言ってもらえるのが目標です。
	ポテトヘッドの姉	世界からボクが消えたなら/涌井学 著/川村元気 原作/小学館	一時より落ち着いてきたものの、コロナで人と会う機会がなくなりつつある生活の中で、人と人との繋がりを大切にしたい人。	明日死ぬご主人様とモノを1つ消す代わりにご主人様の命を1日延ばす契約をした悪魔と、そのやり取りを見ていた猫「キャベツ」の視点で描かれた物語です。 私が気になったのは、悪魔との契約で寿命と引き換えに、ご主人様の周りの物を消され、その物で繋がっていた人々との関係も消え、気付けば悪魔にご主人様の飼い猫を消すと宣告された場面でした。ご主人様は悲しくへこんでしまいました。キャベツはなぜご主人様がそんなに悲しんでいるのか理解出来ませんでした。自分が生き残れるなら周りがどうなっても良いという考えだと思ったからです。 しかし、読み進めると大きく考えが変わっていきました。私は人や物との繋がりが自分を作っていると思いました。この物語を読んだ人が人との繋がりの大切さを思い出さきっかけになれば良いと思いました。
	koko	成熟スイッチ/林真理子/講談社現代新書	中高年の成熟を望む方へ	若い時から自分はこういう人生を送りたいと目標を決めたら歯を食いしばってでも頑張る、努力してきた林さん。今や日本の文化人の代表格。そして日の理事長。林さんの成功は、回りの人への心からの気遣いや深い愛情と、先を常に見すえる姿勢により成し遂げた人だと思う。林さんの様な年相応の細やかな相手を想った気遣いは参考になる。年を重ねると新しい事に挑戦することに恐くなったり、やる前から諦めたりする事が多々あるが、新しい世界に飛びこむ勇気と知恵、そして人生を楽しんで生きようと背中を押してくれる本である。
	高畑二郎	二葉亭四迷全集第4巻 (P99~204) 「平凡」/二葉亭四迷/岩波書店	生き方に悩んでいる人へ	自伝風小説「平凡」で、著者は自己を偽らずに半生を告白する。その筆使いは、「言文一致体」というのか、実に簡潔明瞭である。明治末の東京の風姿が、彷彿となる。当時の批評家を感心させた「子犬の描写」は、思わず息を呑むところである。また、妖しげな色気の感じられる「お手伝いさん」の、時ならぬ三味線と「俗曲」の音一著者は、「何だか斯(か)う國民の精粹とでもいふやうな物が、髻髻(はうぶつ)として意気な聲や微妙な節廻しの上に顯れて、吾心の底に潜む何かに觸れて、何かが想ひ出されて、何とも言へぬ懐かしい心持ちになる」(188ページ)と言っている。 その後、「お手伝いさん」との情事は検閲削除されるが、それだけ人心を騒がせるに充分刺激的な描写なのである。この文豪は、それから露西亜へ行ってしまう、夭折するが、「平凡」はこれからも、「古き好き日本」を愛する人に、静かに愛読されて行くことであろう。
	しろまる	髪のこと、これで、ぜんぶ。/佐藤友美/かんき出版	髪にまつわる悩みがある人	私はこの本を読んで、ロングヘアをばっさり切ってショートカットにしました。しかも首が見えるくらい、人生で一番短い髪型です。 この本は日本初のヘアライター・佐藤友美さんの著書です。髪にまつわる本といえば、色々な髪型が載っているヘアカタログやヘアアレンジに関する本、髪のお手入れに関する本等、様々なジャンルに分かれていますが、この本はそれらの髪にまつわる情報を1冊にまとめて、悩みや疑問に答えてくれる本です。自分に「似合う髪型」を知りたいと思ったことがある方は多いのではないのでしょうか。 この本では「なりたいイメージ」から髪型を決める方法が紹介されているので、似合う髪型を考えるヒントになると思います。また白髪等のお悩みについても書かれているので、幅広い年齢の方々も楽しめる本だと思います。ぜひ目次だけでも読んでみて下さい。きっと気になる項目があると思います。

会員番号	ペンネーム	本の題名	どんな人に	おすすめポイント
	ヨッシー	本当の自由を手に入れる お金の大学/両@リベ大学長/朝日新聞出版		「積み立てNISA」「イデコ」と言う名前をよく耳にする今日この頃。物価が上昇しているのに、お給料は上がらない。家計を守る主婦としては、どうやりくりをするのか考えてしまいます。きっと、主婦だけでなく、学生や一人暮らしの子も同じでしょう。こんな時代だからこそ、どうやって節約するのか、どうやってお金を貯めるのかを考えてほしいと思いこの本を選びました。 「投資」と聞くと「私には無理」「うちには関係ない」と思う人がいるかもしれません。でも、そんなことはないんです！「積み立てNISA」「イデコ」は手軽に始めることができます。 また、「損するのでは」と心配される人がいるかもしれませんが、国がお勧めする数十社に厳選されているので、恐れる心配がありません。 始めるには勇気が必要かもしれませんが、時間があれば本を読むことができます。秋の夜長。読書の秋。ぜひ、この本を手にとって、読んでみてはいかががでるか。何かヒントがもらえるかもしれませんよ！
	ヤッシーちゃん	魔性の子 十二国記/小野不由美/新潮文庫	今とは違う視点がほしい人にオススメ	すごく怖い。とにかく怖い。こんな本があったのかと思いました。人がどどん死にます。ゾワゾワします。よくわからない、暗く不気味で鬼気迫る感覚があります。異世界があります。私が見つからないだけで、「それら」は存在しているんだ、と思わされてしまう。現実と非現実の境界線すら、あやふやになってきます。「自分の居場所はココではない。」とか、生きづらさを感じている人には、なぐさめまではいかないだろうが、少しは気が楽になる部分があるように思います。 十二国記を読んでみようと思っている人、ホラーを読みたい人、今とは違う視点がほしい人にオススメの一冊です。 くれぐれも、一人の夜には読まないように忠告させていただきます。