

中学生向け図書目録

ばっくナビ

読書でひろがる未来の選択肢



図書館に 行ってみよう

江東区には図書館が12館と予約資料の
取り寄せなどができるサービスコーナーがあ
ります。

各図書館には、中学生の皆さん向けの本
を集めたコーナーがあるのをご存知ですか？

読み物はもちろん、社会や科学、スポーツ
など、調べ学習にも活用できる様々なジャン
ルの本をそろえて、皆さんのお越しをお待ち
しています。(※有明こども図書館はこどもの
本だけの図書館です)

CONTENTS

- 貸出カードをつくろう 1
- 借りる・返す・予約する
 こうとう電子図書館を使ってみよう! 2
- 資料の探しかた (OPAC を使おう) 3
- 図書館のおすすめの本
 - 気持ち 4
 - 知る 6
 - 楽しむ 8
 - これから 10
 - 癒し 12
 - 部活 14
- 紹介した本のさくいん 16
- 江東区立図書館一覧 & 開館時間 17
- 読書の記録 18



貸出カードを つくろう

図書館では「貸出カード」を発行しています

図書館の資料を借りるときは「貸出カード」が必要です。

貸出カードがあると、区内に所蔵している資料を予約して好きな図書館へ取り寄せることもできます。



どうやってら
つくれるの？

生徒手帳など、自分の名前と住所が確認できるものを持って、図書館のカウンターに申し込んでください。その場で発行します。お金はかかりません。

こんなときは…？

カードをなくしてしまった…

昔つくった気がするけど見つからない…

生徒手帳などを持って図書館カウンターへどうぞ！
カードの再発行ができます。

借りる 返す 予約する

借りられていて本棚にない資料(本・雑誌、CD、DVDなど)は「予約」をして取り寄せることができます。

「本・雑誌」は、区内にないときは、他の区の図書館から借りることもできます。カウンターでお尋ねください。

「マンガ・紙芝居・CD・カセット・DVD・ビデオ」は、区内の図書館にあるもののみ予約できます。

貸出カードで借りられる資料数 (予約できる資料数も同じです)

- ◆ 本・雑誌 …………… あわせて20冊
- ◆ CD・カセット …… あわせて5点
- ◆ DVD・ビデオ …… どちらか1点
- ◆ 紙芝居 …………… 5点

借りられる期間

2週間

他の人が待っている資料もあるので、期限は守ってください。

こうとう電子図書館を使ってみよう！

インターネットに接続したパソコンやスマートフォンなどがあれば、いつでもどこでも電子書籍の貸出・閲覧・予約・返却ができます。

こうとう電子図書館

<https://web.d-library.jp/koto/>



ログインの方法

利用者ID(貸出カード番号)とパスワードを入力するとログインできます。パスワードはOPAC(P3参照)と共通です。

区立中学校では電子図書館専用のIDとパスワードも配布しています。

利用案内

- ◆ 貸出点数 …………… 2点まで
- ◆ 予約点数 …………… 2点まで
- ◆ 貸出日数 …………… 14日間

資料の探しかた オーバーバック OPACを使おう

探している資料が見つからない、
どこにあるのかわからない。

OPAC(資料の検索システム)を使ってみましょう。図書館に設置しているもののほか、インターネットに接続したパソコンやスマートフォンなどからも使えます。

江東区立図書館ホームページ
<https://www.koto-lib.tokyo.jp>



江東区立図書館(枝川図書サービスコーナーを除く)では公衆無線LANサービスにより無償でインターネットに接続できます。

(SSID:Koto_City_Free_Wi-Fi)

また、区立の小中学校などで貸与されている情報端末は認証なしで接続できます。

- 探したい資料のタイトルや書いた人の名前(一部でもOK)などを
入力すれば、区内のどこの図書館にあるかわかります。
- 図書館からのお知らせや、新しく入った本、ベストセラー情報など
もここで知ることができます。OPACをチェックしてみよう!
- 電子図書館の資料も一緒に検索できます。
- 貸出カードを作っていれば、そのまま予約をすることもできます。
(パスワードの登録は図書館ホームページからできます)
- 自分が借りている資料や予約している資料の確認ができます。
- メールアドレスを登録すると、予約した資料が届いたときや
返却期限が近づいてきたときにメールで連絡を受けることができます。





さみしい夜にはペンを持て

ポプラ社
古賀史健／著 ならの／絵

悩みや不安を誰かに聞いてもらって気持ちがスッキリしたことがある、という人は多いかもしれません。でも話を聞いてくれる人が近くにいなかったら？ そんなときは自分自身と対話しながら、モヤモヤした感情を言葉にして書き出してみるのはいかがでしょうか。いつの間にか文章を書くことが面白くなり、自分のことをちょっと好きになれるかもしれません。



「面白い!」を見つける 物事の見え方が変わる発想法

筑摩書房
林雄司／著

最近面白かったことは何ですか？

この本に書かれているのは、勉強に役立つ知識でも、利益を生む何かでもありません。勉強や部活に追われ、同じことの繰り返しに感じがちな日々を、いつもとは違った視点で見てみる。あるいは、そこに少し想像を加えてみる。そうやって何気ない毎日を面白くするヒントを見つけてみましょう！



夢中が未来をつくる

サンマーク出版
山中伸弥／著

著者の山中伸弥さんは、2012年にノーベル賞を受賞しました。万能細胞と呼ばれるIPS細胞を作るには、たくさんの失敗や迷いがありました。それでも山中さんが研究を続けたのは、夢中になれるテーマを見つけたからです。自分の「いちばん」や「好き」をどう育てるか。日本が世界に誇る研究者が、それを教えてくれます。



「みんなと違う」自分を大切にする方法 10代からのメンタルケア

KADOKAWA
本田秀夫／著

「自分だけみんなと違う気がする」と、自信を持てず不安に思うことはありませんか？ 様々な場面で生じる「人との違い」の中に、自分でも気づかなかったあなたらしさが隠れているかもしれません。自分らしい生き方選びのヒントを読み解いていきましょう。

腹を割ったら血が出るだけさ

双葉社
住野よる／著

思い込みや刷り込みが重なると「本当の気持ち」というものは、時に自分自身でも分からなくなってしまうものなのかもしれません。この物語は、そんな誤解やすれ違いを嘆くのではなく、そこから自分や相手を知り、理解を深めていくことができるという希望を与えてくれます。



ぼくのシェフ

くもん出版
長谷川まりる／作 西村ツチカ／絵

奇病が広がる世界で出会った二人の少年。生い立ちも置かれている状況もまるで違う二人をつなぐのは料理でした。何のために、誰のために料理を作るのか、そこに込められた思いに気づいたとき二人の関係に変化が訪れます。二人の作る料理はどのような味か、食べてみたくなるような作品です。



そういうことなんだ

小学館
五味太郎／著

「食事をするということ」「学校に行くということ」「悩みをもつということ」...。誰もが「どういうことなんだろう」と考えそうな事柄に、著者のユニークかつ鋭い「そういうこと」が示されます。考えすぎで疲れてしまったときには「そういうことなんだ」と思えば、少し気持ちが楽になるかもしれません。



31文字のラブレター 超新釈エモい百人一首

スターツ出版
望月くらげ／著 六量のえる／著

百人一首から恋の歌のみを選び、現代風の新しい訳を加え、さらにその訳に合わせた物語を添えた作品集。古典の世界をより身近なものとして感じることができます。31文字に込められた昔の人々の想いに触れたとき、きっと切ない気持ちになるでしょう。古典の語句や文法が苦手という人にもおすすめです。





ムンクは何を叫んでいるのか？

サンマーク出版
井上響／著

ムンクの『叫び』、ゴッホの『ひまわり』、ダ・ヴィンチの『最後の晚餐』…。これらの名画は見ていだけで「素晴らしい」「きれいだ」と感動するかもしれません。では、「ムンクは何を叫んでいるのか?」「ゴッホはなぜ満開のひまわりを描かなかったのか?」「『最後の晚餐』はなぜ全員が同じ側に座っているのか?」一歩踏み込んで、描かれた背景を知ると、名画をより堪能することができますよ。



なんでファラオは男なの？

古代エジプト女王の源流を探す旅 13歳からの考古学 新泉社
山花京子／著 近藤圭恵／画

13歳の美羽はエジプト人の留学生ヤスミンと出会い、エジプト文化に興味を持ちます。中でも「ハトシェプスト女王」について知りたくなった美羽は、夏休みを利用してエジプトに旅立ちます。彼女はなぜ女王になったのか、なぜ肖像画で男装しているのか…。登場人物の会話形式で進むとても読みやすい本です。古代エジプトに興味がある人はもちろん、ジェンダーについて考えたい人にもおすすめ。



中高生のための著作権入門

学校で! SNSで! 失敗しない! ミネルヴァ書房
関口慶太、齋藤理央、小山紘一、萱野唯／編著

スマートフォンの普及で、インターネット上に簡単に画像や動画をアップロードできるようになりました。その一方で、著作権に関するトラブルも増えています。「有名人の写真を撮ってSNSにアップしてもいいの?」など、身近な疑問をQ&A形式でわかりやすく解説。SNSを使う中高生にぜひ読んでほしい本です。



ぼくたちは ChatGPT をどう使うか

14歳から考えるAI時代の学び 三笠書房
東大カルペ・ディエム／著 西岡孝誠／監修

ChatGPTなどのAIを使って学びや発想を広げる方法を、ストーリー形式でわかりやすく紹介しています。AIの正しい使い方やダメな使い方、学習方法のコツなどがわかり、自分で考えて情報の正しさを判断する力も身につきます。AIとうまく付き合いながら、自分らしい学び方を見つけてみませんか。

ハロハロ

講談社
こまつあやこ／著

高校1年生の主人公・のの花は、母親にすすめられてオンライン英会話教室に通い始めます。やがてフィリピン人の講師ジョシュア先生との交流をきっかけに、フィリピンについてもっと知りたいと思うようになって…。異文化交流を通じ、自分の世界を広げ成長していく青春ストーリーです。



図解でわかる14歳からの ストレスとからだのケア

太田出版
社会応援ネットワーク／著 富永良喜、坂上頼子／監修

学校生活や友人関係など日々の生活での心と体の疲れを、自分で気づき整えるための入門書です。カラフルなイラストで、ストレスの仕組みや体の変化をやさしく解説するとともに、自分でストレスに気づき、すぐにケアできる方法なども紹介。心と体を大切にする習慣と、回復する力が身につきます。



なぜ人は挨拶するのか

筑摩書房
鳥越覚生／著

「こんにちは」「ありがとう」「おかえりなさい」など、私たちは日々様々な挨拶を交わしています。なぜ人は挨拶をするのでしょうか。身近な挨拶を入り口に、人と人との関わりや言葉の意味について哲学的に考えていきます。少し違った角度から見つめ直すことで、いつもの挨拶がちっとと特別に感じられるはずです。



最強に面白い中高生物

ニュートンプレス
田沼靖一／監修

中学校の理科から高校の生物までの内容を、イラストや実験結果を交えながらわかりやすく紹介しています。生物の進化、細胞、遺伝、命の誕生や性別が決まるしくみなどを楽しく学ぶことができます。勉強のお供にいかがでしょうか？





#クイズ空から見たら 日本地図に強くなる頭の体操

KADOKAWA
ゼンリン／著 今尾恵介／著

飛行機の窓から見える景色だけで、日本各地の場所がわかりますか？地図の会社ゼンリンの社員が撮影した空からの写真。それが日本のどこかを当てるクイズに挑戦！海岸線や川、道路や鉄道、町の形…。じっくり観察するとその場所の特徴が見えてきます。ゲーム感覚でひらめきを楽しんでみましょう。達成感を味わいながら観察力がつき、さらに地理への興味も広がる一冊です。



『種の起源』を讀んだふりができる本

ダイヤモンド社
更科功／著

チャールズ・ダーウィンの著作『種の起源』。有名な本なので中学生のみなさんも一度は聞いたことがあるのではないのでしょうか。「生き物はどうやって今の姿になったの？」という疑問に大きな影響を与えた名著です。その難解な内容を「讀んだふり」ができる程度に易しく面白く紹介してくれるのがこの本。生物が好きな人、進化の考え方に触れたい人におすすめです。



いちばんやさしい「推しぬい」づくりかたBOOK

ぶきっちゃんも完成できる！ 基本から失敗フォローまでわかる♥
メイツ出版
びよぴっこ／監修

みなさん「推し活」はしてますか？今やすっかりお馴染みとなった趣味のひとつです。そんな推し活に欠かせない「推しぬい」ですが、「推し」によっては商品化されていないこともしばしば。そんな時はあきらめる？いいえ、ないなら作ってしまえばいいんです！自作の「ぬい」ならもっと愛着が湧くかも！この本でぜひ挑戦してみてくださいね。推し活の楽しみがもっと広がる本です。



君につながる古典教室

文学通信
佐藤透／著

各テーマ3ページで古典の世界をのぞくことができる読みやすい入門書。「溺愛されて貴族になった猫がいた!?」「あはれの心はXのポストに現れる？」などの気になるエピソードが盛りたくさん。「遊び」「季節」「旅」など9つのテーマに沿って、現代の私たちと古（いにしえ）の時代を楽しくつないでくれます。

脳がだまされる!? だまし絵の科学

どう見える? 錯覚の秘密を解き明かせ!

誠文堂新光社
竹内龍人／著

「どっちが長い?」「どっちが大きい?」「何色に見える?」みんなが大好きなだまし絵をたっぷりを紹介。「ええー、どうして-!?!」の後には、錯視と脳のしくみをちゃーんと解説してくれる、体験型のサイエンスブック降臨!

さあ、だまされまくって、楽しんじゃおう☆



8番出口

小説 Exit 8

水鈴社
川村元気／著

「異変を探しながら8番出口から外に出る」というシンプルなルールと、作りこまれた世界観で話題を呼んだホラーゲーム『8番出口』。映画化に続き、監督自らが新たな物語として小説化しました。言うなれば第三の『8番出口』。社会現象にもなった無限ループゲームを小説でも楽しんでみませんか?



タブレットで作ろう! 動画作成丸わかりブック

岩崎書店
シナリオ・センター／著 しゅんぶん／イラスト

個人で動画を発信しやすくなった現代。SNSなどで視聴している人も多いのではないのでしょうか。でも、自分で作ろうと思うと少しハードルが高い? そんなことはありません。タブレット1台あれば、誰にでも作れるんです。勉強や仕事にも動画を使う時代、企画から撮影、編集、公開までプロの技が詰まったこの本で、一歩先へ進んじやおう!



元素楽章

擬人化でわかる元素の世界 元素は、世界だ

化学同人
揚げ鶏々／著・イラスト

元素周期表ってなんだか難しい、でも覚えなきゃ…。そんな憂鬱なキミにこの一冊。なんと「擬人化した元素による一大ファンタジー」! 驚きのコンセプトですが、キャラクター達の物語を楽しんでいるうちに元素の性質が自然と頭に入ってくるのです。一部の中学校教科書でも紹介された話題の擬人化作品で、キミも元素に親しもう!



これから



人生がちょっとよくなる読書術

講談社
斉藤洋／著

あなたは、本を読み始めたら最後まで読まなければならないと思っていないでしょうか。そんなことはありません。最初の5ページを読んでみて、合わなければ途中でやめてもいいのです。そしてまた、次の本の5ページを読んでみる。そうしているうちに、好きな本に出会うこともぎっとあるでしょう。たくさんの物語を紡いできた著者が、読書の魅力や楽しく読むコツを語ります。



2040年のハローワーク 5分でわかる私たちの未来の仕事

KADOKAWA
図子慧／著

中学生のアドさん達は、総合学習の授業で先生に「もしきみたちが異世界で成人したらどんな仕事（ジョブ）につきたいですか」と言われ、自分のつきたいジョブを探し始めます。主人公達を通して、なりたい職業について考えていくことのできる本。2040年に「消える仕事」「続く仕事」「新しい仕事」の予測や、性格タイプ別のおすすめ進路情報もわかります。



僕が使ったペットボトルはどこへ行く？

13歳からのサーキュラーエコノミー超入門 クロスメディア・パブリッシング
木口達也／著

使ったペットボトルはどこへ行くのでしょうか。日常生活に欠かせないプラスチックですが、2050年には海のプラスチックごみが魚の重さを上回る恐れがあるといわれています。資源を循環させるしくみや、資源をくり返し使う「サーキュラーエコノミー（循環型経済）」について学びながら、地球のこれからを考えてみませんか。



正しい目玉焼きの作り方

きちんとした大人になるための家庭科の教科書 河出書房新社
森下みこ／イラスト 毎田祥子、井出杏海、木村由依、クライムキ、野原慎太郎／監修

もしあなたが明日から一人暮らしになったとしたら「洗濯」「料理」「片付け」「掃除」「裁縫」…。すべてきちんとできそうですか？目玉焼きはきれいに作れるでしょうか？ボタンが取れたら付けられますか？この本で家庭生活の基本を学んで、自分でできる大人をめざしましょう！

障害のある10代のための困りごと解決ハンドブック あなたがあなたらしく生きるためのヒント

現代書館

野口晃菜、松波めぐみ／編著

いま、困りごとを抱えていませんか？ 学校生活や友だち、家族との関係、恋愛、進路…。10代が抱えやすい悩みについて、この本が解決のヒントや考え方を紹介してくれます。障害のある10代だけでなく、診断の有無に関わらず、自分らしく幸せに生きるヒントを探している人や、障害について知りたい人にも役立ちます。



どっちもある名言集

正解は1つじゃない

ライツ社

ベズル／著

人類史上たくさんの方が残してきた数々の名言。その中には、1つのテーマに対して、真逆のことを言っているものも数多く存在します。「あきらめよう」いや「あきらめてはならない」、「過程が大事」いや「結果がすべて」!? 人生の正解は一つではありません。これからのあなたに必要な名言はどっち？



AIと生きる

対話から始まる成長の物語

SBクリエイティブ

結城浩／著

急速に発展を続けるAI。本書では、高校2年生の女の子テトラを主人公に、中高生たちがAIと対話しながら自分自身や仲間との関わりについて考え、成長していく姿が描かれています。

みなさんはAIとどのように付き合っていきますか？



図解で学ぶ14歳から身につける国際マナー

太田出版

社会応援ネットワーク／著 岩下宣子／監修

「そもそもマナーって何なの？」からはじまり、日本の礼儀作法や国際マナーまでイラスト付きで分かりやすく学ぶことができます。人の感じ方や、不快だと思う行動は、個人や国の文化によっても変わってきます。「相手のことを思いやる気持ち」を「かたち」にできる大人になりたいですね。





みまもりねこ

ポプラ社
村山早紀／作 坂口友佳子／絵

公園に住んでいるおばあさんねこは、街のみんなを見守っています。ある日、さみしそうな女の子がねこのそばにやってきました。女の子は毎日のようにねこ時を過ごしますが、ねこは自分のいのちの終わりが近いことを感じていて…。姿が見えなくなっても、大切な存在はそばにいて、私たちを見守っていてくれる。優しいねこの眼差しが、あなたにもそっと寄り添ってくれます。



未来の夜空はどう見える？

銀河が教えてくれること

岩波書店
谷口義明／著

学校の勉強や友達付き合い。毎日いろいろなことがあって時々疲れてしまう。そんな時は日常から離れて、宇宙について考えてみましょう。宇宙が大好きな天文部員の二人の会話で書かれた本書は、内容も分かりやすく、一緒に天文部に参加しているような気分になります。宇宙の不思議に思いを馳せると、心が自由に夜空を羽ばたけるかも。



クラシック音楽への招待 子どものための40の楽曲たち

音楽之友社
飯田有抄／著

ステージに演奏者が登場し、4分33秒間まったく演奏しない曲を知っていますか？この本では、ベートーヴェンの「交響曲第5番『運命』」のような教科書にも載る有名な曲から、ケージの「4分33秒」といった著者イチオシの曲まで、全40曲を紹介しています。心が穏やかになるお気に入りの一曲を探しながら、クラシックの世界をのぞいてみよう！



一年一組せんせいあのね こどものつぶやきセレクション

理論社
鹿島和夫／選 ヨシタケシンスケ／絵

日記ノート「あのね帳」に綴られた、小学1年生の素直で奥深い言葉の数々。読んだあなたは時にぶっと吹き出したり、ちょっとウルウルしたり、確かに！と感心したりすることでしょう。ヨシタケシンスケさんのやさしくユニークな絵が、こどもたちのかわいらしい言葉に、ほっこりとした彩りを添えます。

図書館のゆるゆる人生質問箱

中高生の悩み、質問、雑談に、図書館職員がお応えします！ ワニブックス
北海道斜里町立図書館／著

北海道の東部にある町の図書館に「YA コミュ板」という掲示板があります。そこに寄せられた進路や恋の悩みからダジャレのリクエストまでさまざまな書き込みと、図書館職員からのユニークで温かな返事を収録したのがこの本。

笑ったり、ほっとしたりしながら読めるので、誰かに寄り添って欲しい気分の時にページを開いてみてください。



東京を旅する異世界喫茶店めぐり

KADOKAWA

空想喫茶トラノコク／著

童話や映画に出てきそうなおしゃれなお店、どこか懐かしいレトロなお店など、東京を中心とした75の喫茶店を豊富な写真とともに紹介したガイドブックです。お友達と訪れたり静かに本を読みに行ったりと、実際に足を運んで楽しめるのはもちろんですが、物語を感じさせる素敵な写真を眺めているだけでも心がホッとほぐれていきます。



おいでよ！ラッコ沼への招待状

世界文化社

今泉忠明／監修

ラッコはかわいい。モフモフなところも、あおむけでスイスイと泳ぐ姿も、お腹の上で懸命に貝を割る様子も。そんなラッコにもっと深くはまってみませんか？ ラッコの生態や、水族館のラッコ飼育員さんのお仕事、そして野生のラッコの観察ガイドまで…。

この本を読めば、きっとあなたも立派なラッコ沼の住人です。



旅する練習

講談社

乗代雄介／著

小説家の叔父とサッカー好きの少女が、利根川沿いを歩いて旅する物語。道中で交わす何気ない会話や人との出会い、見慣れた景色の中で見つける小さな発見を通して、二人の心に少しずつ変化が…。読み終えたあとには、自分も二人と一緒に歩いて旅をしたような気分になれる一冊です。





聞こえない羽音

小学館
舟崎泉美／作

耳が聞こえづらくなる「感音性難聴」と診断された花音。そのせいで家族や友達との距離ができ、大好きなバドミントンも諦めかけてしまいます。自分を受け入れられなかった花音ですが「デフバドミントン」と出会うことで変わっていきます。前を向いていくために花音はバドミントン、家族、友達とどう向き合っていくのでしょうか？聴覚障害についてや、デフバドミントンについても知ることができる物語です。



そこに言葉も浮かんでいた

文芸部

新日本出版社
おおぎやなぎちか／作 彩田花道／絵

「文芸部って何をしたらいいの？」そう思いながら入部した中学1年生の栞奈。学校図書館の部室で出会ったのは「書くこと」に挑戦する部員たちでした。自信がなく、とまどっていた栞奈も、仲間たちの姿に少しずつ「言葉を書く」ということがどんなことかに気づいていきます。あなたも読み進めるうちに、栞奈と一緒に心が動く瞬間がきっとあるはずです。



ブロードキャスト

KADOKAWA
湊かなえ／著

陸上で全国大会に出場する夢を交通事故で絶たれた圭祐が出会ったのは、全国大会を目指す放送部でした。オリジナルの脚本づくり、熱い演技、そしてアナウンス…。ぶつかり合いながらそれぞれの力を生かして一つの作品を作り上げる過程は読み応え十分。その中で圭祐は何を思うのか…。言葉で伝えることの難しさや大切さ、仲間と何かを作る喜びが爽やかに描かれています。



風に恋う

文藝春秋
額賀滯／著

小さい頃からあこがれていた名門吹奏楽部。しかし今やその栄光は見る影もなくなっていた。新部長となった主人公は部を立て直し、全国大会を目指すことに…。人をまとめる難しさや部活動と勉強の両立など、高校生活のリアルな悩みも丁寧に描かれています。吹奏楽の経験がない人も、音楽に対する情熱を感じ、夢中になることができる作品です。

わが家のアスリート応援ごはん

毎日の食事で体の中から強くなる スポーツをがんばる子どもに

KADOKAWA

いずみ／著

試合前のエネルギー補給や練習後の疲労回復など、目的に合わせたバランスの良い献立のレシピが盛りだくさん。どれも簡単で、主菜や副菜の組み合わせを替えて作ることもできるので便利です。一品で栄養満点の丼物や1日の始まりにぴったりの朝食レシピ、スープジャーを利用した汁物やデザートまで。

しっかり食べて部活をがんばろう!



吹奏楽のための心づくり・体づくり

筑摩書房

高垣智／著

演奏が思うように上達しない、練習時間が十分に取れない、練習の成果を本番で発揮できない…そんな悩みを、演奏技術だけでなく「心」と「体」の使い方から見直す一冊です。効率的な練習法や本番で実力を発揮するための考え方など、毎日の練習にすぐに生かせるヒントが詰まっています。楽器を演奏するすべての人に役立つ内容です。



天を掃け

講談社

黒川裕子／著 中村ユミ／絵

モンゴルの星空の下、愛馬と全速力で駆けていた駿馬。受験のために部活を辞めさせられた鏡。亡くなった父の夢を叶えるため小惑星を追いかけるすばる。優秀な兄にコンプレックスを持つ天文部員の瑠生。苦悩を抱える四人が出会い、すれ違いや衝突をくり返しながらも部活を通じ成長していく青春物語。



アオハルスタンド

福島県立桜堂高校野球部の誓い

集英社

持地佑季子／著

人よりも文字の読み書きが苦手な桃李。小学4年生の時、図書館で会った中学生によって自分がディスレクシアという障害を抱えていることを知ります。「もうだめだ」と落ち込む桃李に中学生は「自分ができることを探せばいい」と野球の道を勧めます。高校生になり甲子園を目指す桃李が野球に打ち込み、努力を重ねる姿に読み手も元気をもらえる一冊です。



紹介した本のさくいん

あ

- アオハルスタンド…………… 15 **部活**
 一年一組せんせいあのね…………… 12 **癒し**
 いちばんやさしい「推しぬい」つくりかたBOOK
 …………… 8 **楽しむ**
 AIと生きる…………… 11 **こわす**
 おいでよ! ラッコ沼への招待状…………… 13 **癒し**
 「面白い!」を見つける…………… 4 **気持ち**

か

- 風に恋う…………… 14 **部活**
 聞こえない羽音…………… 14 **部活**
 君につながる古典教室…………… 8 **楽しむ**
 #クイズ空から見たら…………… 8 **楽しむ**
 クラシック音楽への招待…………… 12 **癒し**
 元素楽章…………… 9 **楽しむ**

さ

- 最強に面白い中高生物…………… 7 **知る**
 さみしい夜にはペンを持て…………… 4 **気持ち**
 31文字のラブレター…………… 5 **気持ち**
 『種の起源』を読んだふりができる本
 …………… 8 **楽しむ**
 障害のある10代のための困りごと解決ハンドブック
 …………… 11 **こわす**
 人生がちよっとよくなる読書術…………… 10 **こわす**
 吹奏楽のための心づくり・体づくり
 …………… 15 **部活**
 図解で学ぶ14歳から身につける国際マナー
 …………… 11 **こわす**
 図解でわかる14歳からのストレスとからだのケア
 …………… 7 **知る**
 そういことなんだ…………… 5 **気持ち**
 そこに言葉も浮かんでいた…………… 14 **部活**

た

- 正しい目玉焼きの作り方…………… 10 **こわす**
 旅する練習…………… 13 **癒し**

- タブレットで作ろう! 動画作成丸わかりブック
 …………… 9 **楽しむ**
 中高生のための著作権入門…………… 6 **知る**
 天を掃け…………… 15 **部活**
 東京を旅する異世界喫茶店めぐり
 …………… 13 **癒し**
 図書館のゆるゆる人生質問箱…………… 13 **癒し**
 どっちもある名言集…………… 11 **こわす**

な

- なぜ人は挨拶するのか…………… 7 **知る**
 なんでファラオは男なの?…………… 6 **知る**
 2040年のハローワーク…………… 10 **こわす**
 脳がだまされる!?だまし絵の科学
 …………… 9 **楽しむ**

は

- 8番出口…………… 9 **楽しむ**
 腹を割ったら血が出るだけさ…………… 5 **気持ち**
 ハロハロ…………… 7 **知る**
 ブロードキャスト…………… 14 **部活**
 僕が使ったペットボトルはどこへ行く?
 …………… 10 **こわす**
 ぼくたちはChatGPTをどう使うか
 …………… 6 **知る**
 ぼくのシェフ…………… 5 **気持ち**

ま

- みまもりねこ…………… 12 **癒し**
 未来の夜空はどう見える?…………… 12 **癒し**
 「みんなと違う」自分を大切にする方法
 …………… 4 **気持ち**
 夢中が未来をつくる…………… 4 **気持ち**
 ムンクは何を叫んでいるのか?…………… 6 **知る**

わ

- わが家のアスリート応援ごはん
 …………… 15 **部活**

江東区立図書館一覧 & 開館時間

2026年10月現在

図 書 館 名	月曜日～土曜日*	日曜日・祝・休日 12月28日
江東図書館 南砂 6-7-52 TEL 03-3640-3151 FAX 03-3615-6668	9:00～20:00	9:00～19:00
深川図書館 清澄 3-3-39 TEL 03-3641-0062 FAX 03-3643-0067	9:00～20:00	9:00～19:00
東陽図書館 東陽 2-3-6(教育センター1階) TEL 03-3644-6121 FAX 03-3615-6669	9:00～21:00	9:00～19:00
豊洲図書館 豊洲 2-2-18 (豊洲シビックセンター9・10階・11階の一部) TEL 03-3536-5931 FAX 03-3532-5075	9:00～21:00	9:00～19:00
東雲図書館 東雲 2-7-5-201(トミンタワー東雲2階) TEL 03-3529-1141 FAX 03-3529-1144	9:00～20:00	9:00～19:00
古石場図書館 古石場 2-13-2(古石場文化センター4階) TEL 03-5245-3101 FAX 03-5245-3104	9:00～20:00	9:00～19:00
	月曜日は第2・4・5のみ開館 第1・3月曜日が祝日・休日の場合は開館	
城東図書館 大島 4-5-1(総合区民センター4階) TEL 03-3637-2751 FAX 03-3637-3122	9:00～21:00	9:00～19:00
亀戸図書館 亀戸 7-39-9 TEL 03-3636-6061 FAX 03-3636-6010	9:00～20:00	9:00～19:00
砂町図書館 北砂 5-1-7(砂町文化センター1階) TEL 03-3640-4646 FAX 03-3640-4610	9:00～20:00	9:00～19:00
	月曜日は第2・4・5のみ開館 第1・3月曜日が祝日・休日の場合は開館	
東大島図書館 大島 9-4-2-101(東大島ファミールハイツ1階) TEL 03-3681-4646 FAX 03-3681-4810	9:00～20:00	9:00～19:00
こどもプラザ図書館 住吉 1-9-8(こどもプラザ内) TEL 03-5600-3885 FAX 03-5600-3886	9:00～20:00	9:00～19:00
有明こども図書館 有明 2-3-5(有明スポーツセンター7階) TEL 03-3520-1146 FAX 03-3520-1145	9:00～20:00	9:00～19:00
	月曜日は第1・3・5のみ開館 第2・4月曜日が祝日・休日の場合は開館し、翌日が休館	
枝川図書サービスコーナー 枝川 3-6-16(枝川区民館1階) TEL 03-3647-6860 FAX 03-3647-6860	9:00～17:00	9:00～17:00
	月曜日、祝日・休日、枝川区民館の休館日は休館	

※館内整理日(第3金曜日、1月4日)、年末年始(12月29日～1月3日)は休館

読書の記録

[illegible]

中学生向け図書目録

ばっ  なび

印刷物登録番号(8)54 IB 16,000

編集・発行／江東区教育委員会事務局 深川図書館
〒135-0024 江東区清澄 3-3-39 電話 03-3641-0062
印刷／睦美マイクロ株式会社
〒135-0016 江東区東陽 5-7-12 電話 03-5690-7275

2026年10月