

読書週間とおすすめの本



パスファインダーとは、調べたいテーマに関する情報の
探し方を紹介・提供する案内のことです。

今回は、「読書週間」と秋の夜長におすすめしたい、
さまざまな分野の本を紹介していきます。

読書週間とは



読書週間とは、11月3日の文化の日を挟んだ、10月27日から11月9日までの
期間を指します。歴史は古く、今年で79回目を迎えます。

太平洋戦争終戦の2年後の1947(昭和22)年、まだ戦争の傷あとが日本中のあちこ
ちに残っているとき、「読書の力によって、平和な文化国家を創ろう」と、出版社・取次会
社・書店と図書館が力をあわせ、そして新聞や放送のマスコミも一緒になり、第1回「読
書週間」が開かれました。

それから約80年、「読書週間」は日本中に広がり、日本は世界のなかでも特に「本を読
む国民」の国となりました。

今年の読書週間のキャッチコピーは「こころとあたまの、深呼吸。」です。深呼吸できる
本に出会えるよう、ぜひ図書館へ足を運んでみてくださいね。



【コラム】 読みたい本が分からない時は、どうやって選ぶ？ ブックガイドのすすめ

図書館には日本十進分類法という、本の仲間分けの仕組みがあります。0類から9類、10個の分類のうち、
自分の興味がある内容の分野の本棚に向かうと、求めている本を探し出せるでしょう。

ただし、どんな本を選んだらいいか分からない場合、ブックガイド(本の紹介が載っている本)から選ぶという
方法もあります。数多く出版されているブックガイドから2冊紹介します。

※〈〉の中の数字が背ラベルの請求記号です

〈019〉『まなの本棚』 芦田 愛菜 著 小学館 2019.7

〈902〉『はじめて読む! 海外文学ブックガイド——人気翻訳家が勧める、世界が広がる48冊』
(14歳の世渡り術) 越前 敏弥 [ほか] 著 河出書房新社 2022.7

分類別のおすすめ本

※ 〈〉の数字が背ラベルの請求記号です。

【0類 総記】

〈019〉『100万回死んだねこ 覚え違いタイトル集』福井県立図書館 編著 講談社 2021.10

夏目漱石の『僕ちゃん』？ ハリーポッターが書いたうさぎの本？ 図書館に寄せられた利用の覚え違いタイトルの事例集。名探偵になって、正しいタイトルを推理してみて。



【1類 哲学】

〈141〉『こども問題解決教室』バウンド 著／小林 宏之 監修 カンゼン 2023.5

自分の悩みを自分の力で突破できるようにする、問題解決能力。その力を身に付け、自分の日常、そして未来の選択肢をひろげよう！

〈159〉『さみしい夜のページをめくれ』古賀 史健 著／ならの 絵 ポプラ社 2025.3

進路に迷う中学3年生のタコジローくんが、ヒトデの占い師さんに導かれて、自分にとって本当に大切な本との出会い方について学んでいくお話。ひとりの時に扉が開く？？ ふだんあまり本を読まない人におすすめ。



【2類 歴史】

〈210〉『歴史的に考えること——過去と対話し、未来をつくる』（岩波ジュニア新書 994）

宇田川 幸大 著 岩波書店 2025.1

私たちが生きている社会では、昔の歴史と関係のある問題が今も続いている。過去と向き合うことで、今の社会を深く考え、よりよい未来をつくるヒントを教えてくれる本。

〈289 ハ〉『小泉八雲——日本を見つめる西洋の眼差し』（ちくま評伝シリーズ〈ポルトレ〉）

筑摩書房編集部 著 筑摩書房 2015.12

朝ドラ『ばけばけ』の主人公夫妻のモデルになった小泉八雲（ラフカディオ・ハーン）。ギリシャに生まれ、さまざまな国をわたったのち、日本へとやってきた彼の書いたエッセイと人生を紹介する。



【3類 社会科学】

〈329〉『難民・移民のわたしたち——これからの「共生」ガイド』（14歳の世渡り術）

雨宮 処凛 著 河出書房新社 2024.8

難民や移民の人たちが日本にいる理由って？ 彼らはどんな生活をして、なにに困っているのか。さまざまな事情で日本にやってきた難民や移民を知るための超入門書。

〈371〉『わたしはわたし。あなたじゃない。10代の心を守る境界線「バウンダリー」の引き方』

鴻巣 麻里香 著 リトルモア 2024.9

バウンダリーとは、「わたしはわたし、あなたはあなた」という、自分と相手の間に引く境界線のこと。バウンダリーを引き直すことで、自分の悩みやしんどさの解決への手がかりを探ってみる。

〈383〉『世界一くさい食べもの——なぜ食べられないような食べものがあるのか?』**(ちくまQブックス) 小泉 武夫 著 筑摩書房 2021.11**

大学の先生である著者が、猛烈にくさくて、奥深くて、おいしい食べ物の世界を、くさい度数を示す星の数とともに案内。一度は食べてみたくなる?

**【4類 自然科学】****〈470〉『ほんとうはびっくりな植物図鑑——ありふれた草花の秘密が面白い!』****石井 英男 文/稲垣 栄洋 監修/下間 文恵 イラスト SBクリエイティブ 2021.7**

やっと水をもらえたトマトは超音波で大喜びする、音楽を聞いたブドウはおいしくなるなど、身近な植物の豆知識が楽しい一冊。読んだらこれまでと違った世界が広がるかも。

〈486〉『ウルド昆虫記 バッタを倒しにアフリカへ』前野ウルド浩太郎 著 光文社 2020.5

バッタを愛してやまないバッタ研究者の著者が、自身の夢を叶えるため、アフリカの人々を救うため、アフリカのモーリタニアで大量発生するバッタと繰り広げた死闘の日々を綴る。抱腹絶倒間違いなし!

〈498〉『教えて! 栄養素男子——気になるあの栄養素がよくわかる』**女子栄養大学栄養クリニック 監修/奥田 直子 イラスト 日本図書センター 2020.7**

栄養素の特徴を擬人化した50人の栄養素男子達が、自分の役割や能力をやさしく教えてくれる。「不足したら?」「摂りすぎたら?」など楽しく栄養学を学べる本。

**【5類 技術】****〈507〉『発明が変えた世界史——ビフォーとアフターが一目でわかる』****祝田 秀全 監修/かみゆ歴史編集部 編集/朝日新聞出版 編著 朝日新聞出版 2025.2**

現代社会のあたりまえはどのようにして生まれたのか。世界史を変えた60の発明を、発明が生まれた時代順にフルカラーで紹介。

**〈518〉『すごいゴミのはなし ゴミ清掃員、10年間やってみた。』****滝沢 秀一 文/スケラッコ 絵/萩原 まお 絵 学研プラス 2022.7**

ゴミ清掃員でお笑い芸人でもある著者が、仕事でのエピソードやゴミについて、分かりやすく紹介。ゴミから見えてくるものって? ゴミって一体何だ?

〈576〉『なんで人は青を作ったの? 青色の歴史を探る旅』(13歳からの考古学)**谷口 陽子 著/高橋 香里 著/クレメンス・メッツラー 画 新泉社 2025.1**

かつて青色1グラムは金1グラムと同じ価値だった!? 中学一年生の蒼太郎と律は、どのようにして人類が「青色」を手にしたのかを証明する壮大な実験に挑戦する。

【6類 産業】**〈611〉『SDGs時代の食べ方——世界が飢えるのはなぜ?』(ちくまQブックス)****井出 留美 著 筑摩書房 2021.10**

食欲の秋、おいしいものがたくさん。でも、ちょっと待って！日本が捨てている食べ物の量は、国連の食糧支援の1.4倍?!外国から買っている食料と同じくらいの量を捨てている?!
今こそ、食べ物について考えてみよう。

**【7類 芸術】****〈704〉『自分につながるアート』(ちくまQブックス) 池上 英洋 著 筑摩書房 2024.12**

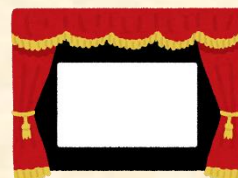
一冊のノートを選ぶだけでも、私たちは頭の中にある「これが美しい」と思える基準に照らして判断を下している。人間はなぜ「美」にこだわるのか。人間の持つ不思議な価値観をひも解いていく。

〈721〉『絵で見て楽しい! はじめての浮世絵』(イチから知りたい日本のすごい伝統文化)**藤澤 紫 著/藤澤 茜 著 すばる舎 2025.2**

江戸時代に誕生した浮世絵は、江戸の庶民を中心に流行した。成立してから数百年後の現在も人気を誇る、浮世絵の魅力について紹介する。

〈778〉『14歳からの映画ガイド——世界の見え方が変わる100本』(14歳の世渡り術)**河出書房新社 編 河出書房新社 2023.9**

作家、脚本家、映画監督など各分野で活躍する25人が、「悩んだ時に観る映画」などのテーマに沿って、14歳に観てほしい映画を紹介。“映画の秋”はいかが?

**【8類 言語】****〈816〉『いい音がする文章——あなたの感性が爆発する書き方』****高橋 久美子 著 ダイヤモンド社 2025.1**

元人気スリーピースバンド・チャットモンチーのドラマーの著者が、言葉とは「音」で、「いい文章からはいい音がする」、という角度から「いい文章」について語る。

【9類 文学】**〈916〉『人は見た目! というけれど——私の顔で、自分らしく』(岩波ジュニア新書926)****外川 浩子 著 岩波書店 2020.11**

自分の見た目が、生まれつき、もしくは病気や事故で、他の人とは大きく違っていたら? 見た目を理由とする差別や偏見によって生じる「見た目問題」を、様々な視点から問い直す。

