



## これからの「生き方」を考える

大人も子ども、科学者も政治家も、世界中の誰もがコロナの恐怖、そして自分の命を失うかもしれない恐怖を感じました。では、これからの激動の時代を生き抜くためには、どうすればよいのでしょうか？そう、「自分を鍛える」しかありません。歴史から学ぶ、自分の考え方や行動の「当たり前」を疑う、漠然とした情報の海に溺れない、自分のリフレッシュ方法を持つ…等、今から知って、考えて、学んでと、できることをやるのみです。

### 歴史から学ぶ 見えない恐怖と闘った人達

#### 『氷石』

久保田香里／作 飯野和好／画  
くもん出版 K 913

舞台は疫病（天然痘）が流行した奈良時代。母を亡くした千広はまがいのもの石やお札を売り、人をだまして生計を立てていた。ある日千広は、売り物の石を熱心に見つめる女の子宿奈に出会う。ゆがんだ千広の心は周りの人々によって、段々と変化してきて…。1300年以上前の混乱の中を、強く生きる登場人物に現在読んでも共感できるはず。（担当 I）

#### 『この海を越えれば、わたしは』

ローレン・ウォーク／作  
中井はるの／訳 中井川玲子／訳  
さ・え・ら書房 K 933

生まれてすぐに海へ流され、流れ着いた島で育ったクロウ。多くの人々が、彼女はハンセン病患者の療養所があったペニキース島から来たと信じて、彼女をさけて、こわがっていた。彼女は自分の生まれの秘密を知るために、ペニキース島に行くが、そこで大きな事件に巻き込まれていく。真実を知ることが恐れない勇敢な少女の物語。（担当 I）

#### 『大森林の少年』

キャスリン・ラスキー／作  
ケビン・ホークス／絵  
灰島かり／訳  
あすなろ書房 E（絵本）

1918年冬、アメリカのダルスでは、インフルエンザが流行して、たくさんの方が死んでいた。両親は、10歳の息子マーベンを、病気から遠ざけるために、北の町の友達に預けた。そこは、一面が雪の大森林。マーベンは森林伐採現場で会計係を任される。大自然の中、少年は木こりの男たちと共に暮らし、たくましく成長していく。（担当 I）

### こころと頭 こころの持ちよう、頭の使い方が、キミの力になる！

#### 『10代のうちに知っておきたい 折れない心の作り方』

水島広子／著  
紀伊國屋書店 Y 146

人間関係や将来のこと…誰もが悩みを抱えている。そんな時、自分の心を守るためにはどうすればよいのだろうか？

持って生まれた性格や特徴をガラリと変えることは難しい。キミにできるのは、「そんな自分をどうとらえるか」だ。自分の心を守り、自分らしく堂々と生きる方法を学んでみよう。（担当 0）

#### 『世界一やさしい 問題解決の授業』

渡辺健介／著  
ダイヤモンド社 Y 141

新型コロナウイルスの流行による先の見えない時代。こんな時代だからこそ、目の前の課題を一つ一つ解決する力が必要だ。

課題を解決するためにはどのように考え、実行すればよいのかを、中高生に向けてやさしく解説する。

頭を目一杯使って、人生を切り開こう！（担当 0）

#### 『じぶんリセット つまらない大人にならないために』

小山薫堂／著  
河出書房新社 Y 159

当たり前の日常が激変したこの数か月。今こそ、「当たり前のことをリセットする」力が必要だ。頭の使い方をちょっと変えて物事を見ると…心も段々と変化して、素敵なことに気が付いたりするかもしれない。

長い休校中に、そんな体験をした人もきっといるでしょうね。（担当 0）

## リフレッシュ 自分のリフレッシュ方法、知っていますか？

### 『魔法のてぬきおやつ』

てぬキッチン／著  
ワニブックス Y 596

### 『月神の統べる森で』

たつみや章／作 東逸子／絵  
講談社 Y 913

※注意：料理好きの方には、過程が簡単すぎて物足りません。料理本とは言えないほどの簡単さで、1ページに収まるステップで作ることができます。綿密な計量は無理だと敬遠していた私ですが、これならできた！私のおすすめは、これからの夏にぴったり「そのままフローズンヨーグルト」です。(担当 T)

### 『風をつかまえた少年』

ウィリアム・カムクワンバ／著  
ブライアン・ミーラー／著  
田口俊樹／訳 文藝春秋 936

これは、遠いアフリカの最貧国マラウイの少年の実話。2001年の大ききんで餓死する多くの級友たち。そんな中でも、ウィリアムは、図書館の科学の本をヒントに、風車づくりを決意する。電気も水もない中で、一体どのように風をつかまえたのか。

貧しくても、行動力・諦めない力・希望がそこにはあり、パワーをもらう1冊。(担当 T)

リフレッシュしたいなら…ファンタジーに没頭するのはいかが？太古の昔、地上にもたくさんの神々がいた時代。ムラの若きアテルイと巫者のシクイルケは、敵対する者たちから逃亡の途中、ポイシュマという一人の少年に会い…。縄文から弥生へと変わる時代を舞台にした神秘のファンタジーシリーズ第1作。(担当 O)

### 『だらだら動物図鑑』

だらけた一日をすごしたい、あなたへ』  
エクスナレッジ 480

たまには、だらだらしたいよね。たまには……！？

動物のだらだらする姿をだらだらしながら見て笑って癒されるなんて、だらだらの極みだ。オン・オフをつけることが大事。だらだらを制する者が、厳しい自然(人間)社会を制する。(担当 T)

## 情報 正しく使うために！

### 『その情報はどこから？』

ネット時代の情報選別力』  
猪谷千香／作 筑摩書房 YO70

コロナの情報、色々と収集しましたよね。どんなウイルスなのか、感染状況は、予防方法は…？

情報収集は大切だけど、ネット上にはデマもたくさんありました。ネットの情報はとても便利だけど、もしそれがデマだったら、誰かを傷つけているかもしれない…。

デマに惑わされないための、情報選別力が、今こそ必要です。(担当 O)

### 『世界を信じるためのメソッド』

ぼくらの時代のメディア・リテラシー』  
森達也／著  
100%ORANGE／装画・挿画  
理論社 Y361

テレビやネットは便利で、私たちの生活には欠かせません。しかし、もしメディアが誤った情報を流してそれを多くの人が信じたら…この本ではメディアの大切さも怖さも学べます。人の言うことを素直に聞くことは大事だけど、それを鵜呑みにしないで、自分の頭で考えるのも大事。メディアと正しい距離をとり、上手に活用しよう。(担当 I)



図書館では、コロナウイルス感染拡大防止のため、一部サービスを制限して開館をしています。詳しい情報はホームページで確認をしてください。自分と周りの人の健康を第一に考えた上で、ぜひ図書館に来て読書を楽しんでください。



## 編集後記



(担当 I) 過去の疫病が流行した時の物語を読むと、今の医療技術をありがたく感じます。未来はさらに進歩していることを願うばかりです。

(担当 T) 「当たり前は当たり前じゃなかった。」それに気付けたことに感謝。そして、このピンチをチャンスに変えていきたいですね。

(担当 O) 休校中、見知らぬ者同士の高校生と小学生と一緒にサッカーをする場面に遭遇。素敵な光景で、つい観戦しちゃいました。