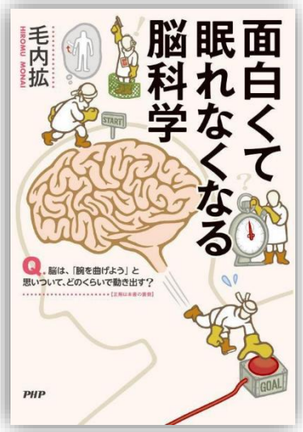
ためになった！部門おすすめ！



書名：『面白くて眠れなくなる脳科学』
著者：毛内拡　出版社：ＰＨＰエディターズ・グループ
請求記号：491.3 モ　所蔵：目

『神秘（人の脳はＡＩ以上）』
タイトルを見て「本当に！？」と思いこの本を手に取りました。私は未だかつて脳を意識したことがありませんでした。取りたいものを掴み、歩きたい方向に足を出し、食べたい物を噛む。脳の神経細胞のやり取りをイメージしてみました。モノを掴む。そして離す。脳は「こうしたい」と思う 0.35 秒前に動き出しているとか。不思議です。まして脳ミソは油の塊です。液体に浮かぶ脳を想像すると正直気味が悪い。著者は冒頭で「死んでいるはずの脳が生き返った」と記しています。驚愕！！真相は読んで確かめてください。脳は生命の神秘としか表現できない程、緻密に構成されています。是非お手に！
【おすすめした人　とんすけさん】

書名：『すべての恋が終わるとしても～140 字のさよならの話～』
著者：冬野夜空　出版社：スターツ出版　請求記号：Ｙフユ　所蔵：千

『恋バナをしたいあなたへ』
出会い、別れ、再会。すべてを詰めた本をあなたへ。この本は３９個の約１４０字で書かれた小説と、一個の短編小説が書かれている本です。この本はフィクションですが、日常生活でも有り得そうな出来事や、恋をしている女の子、男の子の心情がリアルに書かれています。
例えば、『マスク越しの恋』という小説では彼との出会いがお互いマスクをしている状態で、お互いマスクを外さずにキスをしてしまう。次、会うときにはマスクを外す！と意気込む女の子のお話です。この女の子のように頑張ろうと思いませんか？
【おすすめした人　ま～やさん】

書名：『人間失格』
著者：太宰治　出版社：角川書店　　請求記号：YB タサ　所蔵：中

【文学を味わってみたい　あなたへ】
「なんでうまくいきられないんだろう」そう思ったこと、ありませんか？
実はこの本の主人公・要蔵も、ずっとそんな気持ちを抱えて生きています。
明るくふるまいながらも、心の中では人にどう思われているかにおびえ、自分を見失っていく…
ちょっと重たいけれど「わかるかも」と共感したりする場面がたくさんあります。
８０年前の小説なのに、びっくりするほどリアル。悩んでいる人や、自分を見つめ直したい人の心にそっと寄りそう一冊です。
【おすすめした人　岡本祐葉さん】

豊島区立目白図書館

わたしのイチオシ本！ 図書だより

本を読んで、感動した！　ハマった！　ためになった！

その気持ちを、図書館を通して誰かにおすすめしませんか？

「わたしのイチオシ本！」は当館で実施した書籍紹介イベントです。
「感動した！」「ハマった！」「ためになった！」の３部門へ、皆さまからのおすすめ本を募集し、来館者の方々に投票いただきました。

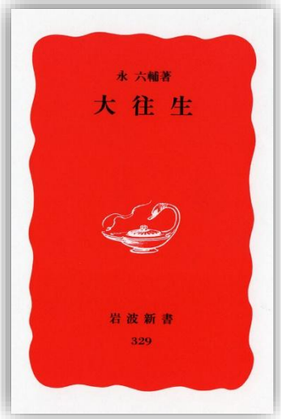
応募総数５５枚のアツいイチオシ本の中から、人気の高かった本に加え、ぜひ読んでほしい本を各部門から選び、図書だよりにまとめました。
あなたの気になる本はありましたか？

イベント概要
募集期間：6/5～7/15
応募総数：５５名
Special Thanks!　西池袋中学校の皆さん

豊島区立目白図書館　2025/10/1

感動した！部門おすすめ！

書名：『大往生』
著者：永六輔　出版社：岩波書店
請求記号：エイ　所蔵：目



『生きていることと、生きてゆくこと』
著者の父親は僧侶で、その言葉を著者が詞にした次の一節が本書に載っています。
「生きているということは誰かに借りをつくること　生きてゆくということはその借りを返してゆくこと」
人は必ず死にます。これは避けることができません。また一方、人はひとりでは生きてゆくことができません。お互いに助け合い、その時々を一所懸命に生きてゆくことが大切であることを改めて教えられました。本書は約 30 年前のベストセラーです。平易な文章でユーモアにも富んでおり、是非お薦めする一冊です。
【おすすめした人　ダイナミックおっさん】

書名：『キッチン戦争』
著者：樋口直哉　出版社：　講談社
請求記号：ヒク　所蔵：目

『祖父の味をさがし続けて』
キッチン戦争は、女性の料理人を誕生させるため、すごうでの料理人の孫がコンクールに出る話だ。「祖父の味を再現すればいい」と言われながらも祖父の味が分からない孫。苦しみながらもそこの中に楽しさを見つけ、様々な人に支えられ、祖父の味を、自分の味を見つけてゆく姿に感動する。
コンクールは予選と決戦があり、それぞれに緊張感を持っている。彼女の運命はコンクール開始と同時に何を告げるのか・・・。そして祖父の味、自分の味を審査員に認めさせることはできるのか・・・。最後の最後まで目が離せない！
【おすすめした人　マロンツリーさん】

書名：『とりつくしま』
著者：東直子　出版社：ちくま文庫　請求記号：Ｂヒ　所蔵：池

『大切な人との時間や命を大切にしたい、あなたへ』
あなたは、家族や友達など、日々お世話になっている身近な人との時間を大切に過ごせていますか。
これは、まだ誰かと一緒に過ごしていたいと思っている亡くなった人を「物」に生まれ変わらせる「とりつくしま係」にやってきた人たちの物語です。いろんな過去を持った、いろんな大切な人を持った、それぞれの人の切なく、優しい、ときには恐ろしい、愛と憎しみでいっぱいの物語が詰まっています。この本を読んだあとはこれからの人との付き合い方や一緒にいれる嬉しさや素晴らしさを改め、実感できるのではないでしょうか。
【おすすめした人　加隈希実さん】

ハマった！部門おすすめ！

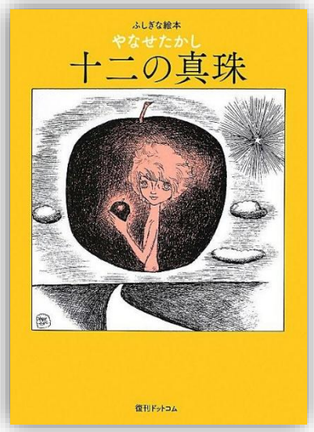
書名：『奇譚ルーム』
著者：はやみねかおる　出版社：朝日新聞出版
請求記号：Ｙハヤ　所蔵：目

『あなたの奇譚は、なんですか？』
物語の舞台はＳＮＳの仮想空間「奇譚ルーム」。奇譚とは、不思議な話のこと。
奇譚を語り合うために集まった物語の語り手のぼくと、ぼくをふくむ１０人のゲストたち。すると突然、発言主不明のふきだしが現れる。「わたしは殺人者。これから、きみたちをひとりずつ殺していくのだよ。」殺人者の制裁から逃れるには、ひとつ面白い奇譚を披露しなければならない。だが、殺人者がその奇譚を面白くないと思えば、披露した者は殺されてしまう。
はたしてぼくとゲストたちは、どうなるのか。殺人者は誰なのか。ぜひ殺人者の正体を推理しながら、後半の衝撃の展開をお楽しみに！
【おすすめした人　遠ノ井いちさん】

書名：『本と鍵の季節』
著者：米澤穂信　出版社：集英社
請求記号：ヨネ　所蔵：目

『図書館ミステリーの醍醐味と伏線回収の快感を一冊で』
図書委員の男子高校生 2 人が、本や分類記号にまつわる謎を解き明かす連作短編集。図書館が好きな人にはたまらない題材が満載です。ミステリーながら人が死なないため、事件ものが苦手な方にも安心しておすすめできます。主人公同士のやりとりと人間ドラマも魅力で、考えさせられる余韻も味わえます。さらに最終話では、各話に散りばめられていた伏線が見事に回収され、長編を読んだような満足感も。謎が解けて終わりかと思いきや、「そこも伏線だったのか！」と驚く展開もあり、ミステリー初心者から読み慣れた人まで幅広く楽しめます。【おすすめした人　しおりさん】

書名：『チリンの鈴（「十二の真珠」収録）』
著者：やなせたかし　出版社：復刊ドットコム　請求記号：ヤナ　所蔵：巣



『狼を殺してしまった羊は…何者になるのか』
朝ドラ「あんぱん」で注目されるずっと以前よりこの話が好きでした。この話を読むと、胸が苦しくなって切なくなって、どうしようもなくなります。
自分の母を殺した狼に近づき、弟子になりたいと言った子羊。チリンは、強くなって母の敵を討とうと考えたのです。でもこれは単純な復讐劇にはなりません。だって、狼を殺してしまった羊は、もうどうやっても羊ではなくなってしまうのですから。
チリンに殺されることを心のどこかで願っていた狼と、狼にも羊にもなれなくなったチリン。何度読んでも涙が止まらなくなる名作です。
【おすすめした人　ＦＡＲＡさん】

書影(画像)引用：「BOOK データ ASP サービス」より