

からだと心の対話術

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

近藤良平／河出書房新社／2011

所有しているにも関わらず完全にはコントロールできない自分の体。だから、早々にあきらめてしまう人もいます。番外編に紹介された動きを試してみれば、心に及ぼす効果が実感できるはず！学ラン姿で踊るコンドルズの主宰者が体を張って伝える世渡り術。

スポーツと君たち

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

佐藤善人／大修館書店／2019

スポーツは遊びと達成、2つの楽しさを含んだ人類共通の文化として受け継がれてきました。「する」「みる」「支える」という多彩な関わり方があり、自分好みの立場で楽しめます。スポーツが与える脳や心身への効果や部活の悩みなどについての専門家からの情報を得て、生涯に渡ってスポーツを楽しむ経験積み重ねていこう。

星くずクライミング

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

榎崎茜／くもん出版／2019

スポーツクライミングに挫折しかけていた中学1年生のあかりは、視覚障害のあるすばると出会い、一緒にブラインドクライミングに挑戦します。パートナーとしてすばるに指示を出すうちに、あかりはまた、クライミングに向き合うようになり…。生きる力が湧いてくる1冊です。

蝶の羽ばたき、その先へ

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

森楚こみち／小峰書店／2019

中学2年生の結は、新学期に耳鳴りが始まり、そのうち治ると思っていました。突然発性難聴と診断されます。聴こえなくなる不安を抱えつつ、母や友達に支えられていることに気付きます。新しく手話を学び始め、悩みながらもマイペースに前向きに生きようとする姿に胸を打たれます。

大人になる前に知る命のこと

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

加納尚美／ペリかん社／2019

かけがえのない存在であるあなたの命について考えてみませんか。助産師などの専門家が、思春期の心と体の変化について大切なことをわかりやすく説明します。男女の性に対する違い、恋愛の心理についても触れています。人には様々な個性や悩みがあります。自分らしく生きていけるよう、あなたを応援する本。

ゴースト

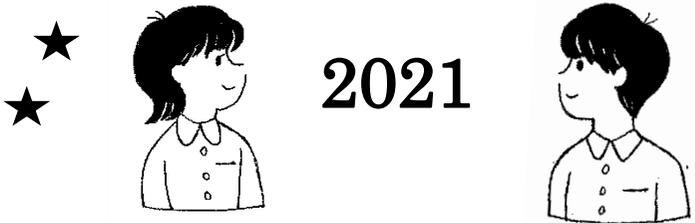
| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

ジェイソン・レノルズ／ないとうふみこ訳／小峰書店／2019

ゴーストは母とスラム街で暮らす少年。父が三年前に酔ってゴーストと母に発砲し、逮捕されてしまいますが、その時逃げたことがきっかけで自分の足の速さに気付きます。ある日、陸上のトレーニングをしているチームの入団テストで走ることになり…！

春のティーンズ応援フェア

2021



ぼくがスカートをはく日

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

エイミー・ポロンスキー／西田佳子訳／学研プラス／2018

大きな秘密を抱え、周囲と関わらぬように過ごしてきたグレイソン。偶然に文化祭の演劇のオーディション募集チラシを見つけ、主役のギリシャ神話の女神役に挑みます。勇気を持って行動する人には手を差し伸べてくれる人が現れる…恩師の言葉を支えに、グレイソンは一步前に踏み出します。

あわせて読みたい **LGBTってなんだろう？ 改訂新版**
薬師実芳ほか／合同出版／2019
基本的なことや当事者の気持ちを知ろう。

セブン・レター・ワード

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

キム・スレイター／武富博子訳／評論社／2017

母親が家を出てしまってからフィンレイは、言葉がつかえるようになってしまいました。アルファベットで単語を作る「スクラブル」で毎日言葉の勉強をしているのは、母さんに僕を誇りに思っていて欲しいから。学校の図書館でスクラブルの名手マリアムの手ほどきを受け、大会に出場するフィンレイ。試合の方は？母さんと会える日はくるのでしょうか？

SNSトラブル連鎖

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

高橋幹子ほか／金の星社／単 2018 文 2020

高校に入学し、友達を作りたいという思いからSNSでつながる仲良しグループに入った葵。一度入ったグループのメンバーが自分とは合わない気付いても、抜ける勇気がありません。そのうえ、グループから外されるのが怖くて友達の紗彩を裏切ってしまいます。

あわせて読みたい **「いじめ」や「差別」をなくすためにできること**
香山リカ／筑摩書房／2017
「違い」を攻撃されることが、いじめや差別につながります。どう解決する？

**自分のことと
うまく付き合う方法**

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

アリス・ジェズほか／西川知佐訳／東京書籍／2020

自分はどんな人間？悩んで混乱することも多いけどワクワクすることも多い十代。そんな気持ちの浮き沈みや、家や学校生活で起こる具体的な悩みへの対処法をまとめた本。

答えより問いを探して

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

高橋源一郎／講談社／2019

本は時代を越えて素晴らしい人生の師と出会えるチャンスの宝庫。答えを探す生き方だけでなく、違う世界を見せてくれる人に出会えます。

**話し方ひとつで
キミは変わる**

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

福田健／PHP 研究所／2017

「自分でできるチェックリスト」と「今すぐ役立つポイントリスト」でコミュニケーションの向上に役立つ本です！



僕は、そして僕たちはどう生きるか

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

梨木香歩／理論社／2011

『君たちはどう生きるか』の主人公にちなんで「コペル」と呼ばれる14歳の僕。ある日、叔父のノボちゃん、学校に行くのをやめたと、友人ユージンに会いに行くことに…。「やあ、よかったら、ここにおいでよ。気に入ったら、ここが君の席だよ。」文中の温かい言葉に力をもらえます。

アナザー修学旅行

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

有沢佳映／講談社／単 2010 文 2017

それぞれの理由で修学旅行に行けない中学生7人の物語。学校に残った3日間、ひとつの教室に集まり、戸惑いながらも徐々に距離を縮めていくなかで、ある事件が起きます。皆で協力していくことで、日常では分からなかったみんなの違う一面を知って仲間になっていきます。

マイク

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

アンドリュー・ノリス／最所篤子訳／小学館／2019

全英ジュニア選手権大会で優勝を目指すフロイドは、テニスコートに現れるマイクに悩まされますが、誰の目にもその男の姿は見えません。テニス界期待の新人を相手に、伝説に残るような勝ち方で最年少優勝を果たしたフロイド！彼の人生の第2章は…。



2021 春のティーンズ応援フェア
「ここからだ」ブックリスト
みんなの悩み解決のヒントに！

令和3年3月
編集・発行：上越市立高田図書館
住所：上越市本城町8-130
電話：025-1523-12603

単：単行本 文：文庫本
所蔵館：網かけのアルファベット
T：高田図書館 U：浦川原分館
N：直江津図書館 K：頸城分館

答えは本の中に隠れている

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

岩波ジュニア新書編集部／岩波書店／2019

中学高校生向けの「岩波ジュニア新書」編集部が悩みのヒントを本にしました。12人の各方面の著名人が「生きることを楽しみたいとき」「ネガティブ思考に陥ったとき」「こじらせ女子を楽しむ方法」などをテーマに、おすすめ本を紹介します。



ともだちは実はひとりだけなんです

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

平岡あみ／ビリケン出版／2011

「ともだちは実はひとりだけなんです認めるまでに勇気が必要」。この一首は著者が15歳の時に詠んだ短歌。「我が家は複雑なので」と日常生活を短歌にした著者12～16歳までの短歌集。「クレープのチョコを頼んで待っている渋谷に春の風が吹く午後」など、10代のありのままの思いが伝わってきます。

本屋さんのダイアナ

| | |
|---|---|
| T | N |
| U | K |

柚木麻子／新潮社／2014

「大穴」(ダイアナ)は髪を金髪に染めた小学生の女の子。全く違う環境で育った彩子とは、何もかもが正反対なのに本好きの一点で気が合います。自分にはないものにひかれつつも、成長するにつれ2人の間に距離ができ…。

『赤毛のアン』など有名作品を思わせる設定にも注目！

