



図書館だより

第6号 2025年10月



毎年10月27日から11月9日まで、全国の書店や出版社、公共図書館を中心に「読書週間」が行われます。これは、戦後に「読書の力によって、平和な文化国家を創ろう」として始まったものです。今年のテーマは「こころとあたまの、深呼吸。」。図書館でも、この期間から11月21日までを読書月間とし、図書委員会でスタンプラリーを企画しました。これを機会に情報に溢れた日々から抜け出て、図書館で借りた本で読書し、プレゼント獲得を目指そう！

2025・第79回 読書週間

10/27～11/9

こころとあたまの、
深呼吸。



- 特別貸出期間 10/27(月)～11/21(金)
- 貸出冊数 一人3冊まで (通常は2冊)
- 貸出期間 2週間 (通常は1週間)

読書月間

読書月間スタンプラリーについて

詳しくは校内掲示でお知らせします！

特別貸出期間にスタンプラリーを行います。ルールは簡単！

1. スタンプは1日1回です。
2. 図書館で1冊本を借りたら 1個押します。(漫画は6冊まで)
3. 7個たまったら、本の感想カードを書いてくれるとプレゼントと交換できます。
4. プレゼントは一人1つまで、なくなり次第終了となります。

台紙は図書館の
カウンターで
配布します！



とよいいん /



おすすめの本

RECOMMEND BOOK

「こどものやり抜く力と自己肯定感を一気に高める超メンタルコーチング BOOK」 飯山 昶朗 // 著 KADOKAWA (刊)

この本は、スポーツや勉強、日常生活の中で本番に強くなる心の作り方についてわかりやすく教えてくれる本になります。著者の飯山さんは、多くのアスリートを指導してきたコーチで、その経験をもとに書かれています。この本を読んでいて少し言い方が違うだけで相手側は褒めているつもりでも、それを受け取る側次第でもっと頑張らなくちゃという気持ちになり完璧主義になってしまうと書かれています。共感しました。この本はそういった発言を前向きな発言にする方法などが書かれています。また、他にもスポーツや勉強の場面で緊張や不安を感じたときにどう心を整えるかを教えてくれます。私は試合前など緊張することがありますが、この本の考え方を知って、実践してみたいと思いました。緊張しがちな人や人に指導する人、挑戦するすべての人におすすめします。

【2年2組 図書委員】



とよいいん /



おすすめの本

RECOMMEND BOOK

「なぜ超一流選手がPKを外すのか」
ゲイル・ヨルデット // 著
福井久美子 // 訳 文藝春秋 (刊)

この本は、長年PKを研究してきたスポーツ心理学者が、なぜ一流選手がPKを外すのかをテーマにしたプレッシャー心理学です。ゲームの流れの中では、何も恐れずスーパーゴールを決められる超一流選手が、PKスポットに立ったとたん、緊張に襲われてキックを失敗するのはなぜなのか？著者が何千ものビデオを分析して見出した「極限のプレッシャー」の正体、そして「対処法」を読むとPK戦を見る目が一变し、日常で自分や仲間がプレッシャーを感じたときの対処法もわかります。

この本で印象に残っているのは、オランダ代表のヨハン・クライフさんが言っていた「PKは実にシンプルに見える。だから難しいんだ。」と言っていたところです。この本を読めば、大事な試合で緊張したときの対処法を学べると思うので気になった人ぜひ読んで欲しいと思いました。

【2年2組 図書委員】





新しい本のおしらせ

書名	著者名	出版社	請求記号	備考
200 歴史				
Segue 音楽とともに生きた家族の物語	松浦友紀 // 編	パレード	288.3 マ	寄贈
逃げ続けたら世界一周していました (岩波ジュニア新書)	白石あづさ // 著	岩波書店	290.9 ヨ	
宮城の地誌 震災14年	宮城県高等学校社会科教育研究会地理部会 // 編	宮城県高等学校社会科教育研究会	291.2 ミ	寄贈
300 社会科学				
スガモブリズン 占領下の「異空間」 (岩波新書)	内海愛子 // 著	岩波書店	329.6 ウ	
世界国勢図会 2025/26 第36版	矢野恒太記念会 // 編集・発行	矢野恒太記念会	350.9 キ 25/26	
文化が違えば、心も違う? 文化心理学の冒険 (岩波新書)	北山忍 // 著	岩波書店	361.5 キ	
登山家・冒険家になるには (なるにはBOOKS)	神長幹雄 // 著	ぺりかん社	366 ナ 4	
難聴を生きる 音から隔てられて (岩波新書)	宿谷辰夫 // 編 宇田川芳江 // 編	岩波書店	369.2 ヨ	
17歳のときに知りたかった受験のこと、人生のこと。	びーやま // 著 高田ふーみん // 協力	ダイヤモンド社	376.8 ビ	
700 芸術				
フットボールTV ワールドカップがもっと楽しめる サッカー中継舞台裏	村社淳 // 著	みらいパブリッシング	783.4 ム	寄贈
800 言語				
最新時事用語 月刊新聞ダイジェスト 2025年9月増刊号		新聞ダイジェスト社	814.7 ヨ '25	
900 文学				
マスカレード・ライフ Masquerade life	東野圭吾 // 著	集英社	913.6 ヒ 5	
青春グシュタルト崩壊 (スターツ出版文庫)	丸井とまと // 著	スターツ出版	913.6 マ	
愛蔵版 宮沢賢治童話集	宮沢賢治 // 著	世界文化社	913.6 ミ	

新着図書から

おすすめ★ 「17歳のときに知りたかった受験のこと、大学のこと」
びーやま // 著 ダイヤモンド社(刊)

ドキッとするタイトルの本です。高校時代偏差値37だった著者が、一浪の末、早稲田大学に合格した大人気 YouTuber が語る、受験や人生の指南書です。

「大人になってから知らなかった! 聞いてなかった!」が少なくなるように、「受験のモチベーションが上がる」ように書いたそうです。自分で意思決定した進路を目指し、「つらい=成長している証拠」と思い、人生最大の努力で乗り越える。部活との両立、大学選びやおすすめする参考書リストも掲載されています。



芸術鑑賞会



10月10日(金)に東京エレクトロンホール宮城において、わらび座による「イーハトーブシアター 真昼の星めぐり: the Musical」を鑑賞しました。イーハトーブとは、宮沢賢治が童話の中で描いたドリームランドとして日本の岩手県のこと(「愛蔵版 宮沢賢治童話集」より)を指します。皆さんも、公演中歌われた「星めぐりの歌」(童話「双子の星」の第一話)を耳にしたり、小学生の教科書に「注文の多い料理店」が掲載されたりしているので、賢治の世界に触れていると思います。文学者として有名な宮沢賢治ですが、化学や英語の先生でもありました。

図書館では、作中に出てきた宮沢賢治の著作を展示しています。自然や鉱物好きの賢治が愛した岩手県とファンタジーの世界は、全ての生き物の幸いを願って描かれ、光を放ち続けています。

「虔十公園林 ざしきぼっこのはなし」宮沢賢治 // 作
はたこうしろう // 絵 岩崎書店(刊)



公演に登場したキャラクターと掲載作品
「虔十公園林」:
黙々と杉の世話を
する青年



「愛蔵版 宮沢賢治童話集」
宮沢賢治 // 著 日下明 // 絵
世界文化社(刊)



～公演に登場したキャラクターと掲載作品～
「どんぐりと山猫」: 裁判で争うどんぐり達
「鹿踊りのはじまり」: 山の神のような鹿達
「やまなし」: 川底に生きるカニの兄弟
「なめとこ山の熊」: 母熊・小熊と雄熊、熊取名人の小十郎
詩歌「星めぐりの歌」