



生き抜くためのごはんの作り方
有賀薫／[ほか]著 河出書房新社
食べることは生きること。調子の悪い時や頑張りたいこそという時など、様々なシチュエーションに合わせたレシピを16人の料理家が紹介しています。どんな時もごはんが作れたらきっと大丈夫、そう思わせてくれる一冊です。



悪口ってなんだろう
和泉悠／著 筑摩書房
会話をしている中で、軽い冗談のつもりだったのに相手を傷つけてしまったということはありませんか。悪口を言ったことがある人も言われて悩んでいる人も、この本を読んで悪口とどうつき合っていけばいいか考えてみましょう。



僕は猛禽類のお医者さん
齊藤慶輔／著 KADOKAWA
猛禽類のお医者さんである齊藤慶輔氏の仕事は、人間との関わりで傷ついた個体の治療や保護ではありません。人間と野生動物が安心して暮らせる環境を守る「保全医学」の活動を通して、共生について考えていきます。



南極ではたらく
渡貫淳子／著 平凡社
渡貫さんは映画「南極料理人」を観て南極で働きたいと思い、南極地域観測隊の調理隊員の試験に挑戦しました。3度目の試験で合格し、昭和基地での生活が始まります。南極での生活や、話題となった「悪魔のおにぎり」の誕生秘話が語られています。



もし、
世界にわたしがいなかったら
ビクター・サントス／文 金原瑞人／訳
アンナ・フォルラティ／絵 西村書店
クイズです。「わたし」はどこにでもいる。赤ん坊のときは知らないけれど、そのうち、少しずつわかるようになり、年をとると、「わたし」をわすれはじめる。さあ「わたし」はなんでしょう？最後に答えが出てきます。



レオがのこしたこと
ヴェステルボルク収容所の子どもたち
マルティネ・レテリー／作 静山社
ある日突然、両親とともにユダヤ人収容所に連れてこられたレオ。収容所で先の見えない日々を過ごしますが、大好きな絵を描くことがレオにとっての希望です。実在したユダヤ人の少年レオの7歳から9歳までの日々が描かれています。



おとぎ話はなぜ残酷でハッピーエンドなのか
ウェルズ恵子／著 岩波書店
誰もが知るおとぎ話を入りに、「残酷な場面が何を象徴しているのか」「どんな選択が幸せな結末につながるのか」など、物語の結末や登場人物の行動を時代背景や宗教観、暮らしや文化に沿って現代のアニメや漫画も交えて考察した一冊です。物語に込められた教訓とともにその奥深い魅力に気づかせてくれます。

発行 文京区立図書館 2026年7月
真砂中央図書館 TEL 03-3815-6801
<https://www.lib.city.bunkyo.tokyo.jp/>

yomitan

— 読書探偵 — 2026 Vol.20



文京区立図書館 yomitan

検索

江戸川橋探偵&にゃんぽのおすすめ本がいっぱい。
今年の夏あなたは、どんな世界を探索する？
お気に入りの1冊を探してみよう！

真砂中央図書館	本郷図書館
小石川図書館	本駒込図書館
水道端図書館	目白台図書館
千石図書館	湯島図書館
根津図書室	
大塚公園みどりの図書室	



教室に並んだ背表紙

相沢沙呼／著 集英社
このお話は6編からなる連作短編集です。主人公の女子中学生はそれぞれ人間関係への不安や居場所のなさに悩んでいました。しかし、物語を通じ、司書の先生と関わるうちに気持ちが少しずつ前向きに変わっていきます。



聞こえない羽音

舟崎泉美／作 小学館
中途失聴により、以前の明るさを失った花音。デフバドミントンの練習会で、ある男の子のキラキラ輝くプレー姿から目が離せなくなります。スポーツを通じて友人や家族、自分自身と向き合う姿に勇気をもらえる物語です。



ルーミーとオリーブの特別な10か月

ジョーン・パウアー／作 小学館
杉田七重／訳
12歳の少女オリーブは、パピーウォーカーとして子犬のルーミーを盲導犬に育てようと奮闘します。両親のいないオリーブにとって、ルーミーと強い絆で結ばれた10か月はかけがえのないものになりました。そして、ルーミーが盲導犬として巣立つ日がやってきます。



カンフー&チキン

小嶋陽太郎／作 ポプラ社
松林竹人は「夜明けスコピオン」という不良チームに襲われてしまいます。大事なものを取り戻すために、風変わりな少年クラゲと「朝ガエルズ」を結成し、クラスメイトの三森花、引きこもりの兄も巻き込み強大な敵に挑んでいきます。



森と、母と、わたしの一週間

八束澄子／作 ポプラ社
野々歩は、母親が祖母の葬式後自宅に戻らず寂しい思いをしていました。ある朝、吹いてきた風によばれるように祖母の家へ電車で向かいます。そこで母親と一緒にボランティアに参加し「森のようちえん」の子どもたちと一緒に過ごします。



この夏の星を見る

辻村深月／著 KADOKAWA
コロナ禍で学校生活が制限された2020年の夏に、中高生たちがそれぞれの地域からオンラインで繋がり、手づくりの望遠鏡を使って星を探すスターキャッチコンテストに挑戦します。離れていても繋がっている安心感を与えてくれます。



迷い沼の娘たち

ルーシー・ストレンジ／作 静山社
中野怜奈／訳
古い言い伝えがあるイギリスの村で、祖母と父と暮らす6人姉妹。ある日、サーカスの一座「満月座」を見に行ったあと長女が姿を消しました。妹ウィラは姉を連れ戻すために湿地を旅し、「沼の王」と対決します。



スラムに水は流れない

ヴァルシャ・バジャージ／著 ありすなろ書房
村上利佳／訳
ムンバイのスラム街に暮らすミンニは水不足がきびしくなるある日、兄や友人と共に、水を盗む「水マフィア」を目撃してしまいます。貧困や差別、闇の世界など様々な困難に直面しながらも自らの未来を切り開こうと努力する少女の物語です。



この銃弾を忘れない

マイテ・カランサ／作 徳間書店
宇野和美／訳
1938年のスペイン内戦時。13歳のミゲルは、遠い収容所に囚われた父を取り戻すため、たったひとりで旅に出ます。忠犬グレタだけを連れて。ミゲルは父のもとへ無事にたどり着けるのでしょうか。実際の出来事をもとに描かれた物語です。

