

別表 1

令和8年度 第1回 長野県青少年向け推薦図書一覧表 (2026-1回)

長野県社会福祉審議会 児童福祉専門分科会 図書審査部会

	書名	著者名	対象	本体価格(円)	発行所・ 発行年月日
1	1がかけたよ	作 ウー・ヤーナン 訳 木坂 涼 絵 リウ・ロンシャ	幼児～	1,500	岩崎書店 2026年3月
2	あっていった！	作 スギヤマカナヨ	幼児～	1,200	アリス館 2026年3月
3	おならはえらい	詩 まど・みちお 絵 岡本 よしろう	幼児～	1,500	ほるぷ出版 2026年5月
4	たけのこ のびのーび	文 すとうあさえ 絵 かじり みな子	幼児～	1,080	ほるぷ出版 2026年3月
5	へんしん みず！	文 川村 康文/小林 尚美 写真 遠藤 宏	幼児～	1,400	岩崎書店 2025年7月
6	ガリレオとアントニ 遠くをみた 科学者と近くをみた科学者	文 メアリー・アールド 文・絵 エイドリア・メサーブ 訳 千葉 茂樹	小学校高学年～	1,800	光村教育図書株式会社 2025年10月
7	本当にやる！できる！必ずやる！ アイスランドの「女性の休日」	作 リンダ・オウラヴスドッティル 訳 朱位昌併	小学校高学年～	2,100	ゆぎ書房 2025年10月
8	あいことばはアバイケボン	作 ばんひろこ 絵 羽尻利門	小学校中学年～	1,500	新日本出版社 2025年11月
9	中受 12歳の交差点	著 工藤 純子	小学校高学年～	1,500	講談社 2025年6月
10	ある星の汽車	作 森 洋子	小学校、中学校、高校	1,800	福音館書店 2025年10月
11	エントラーダの子どもたち	編 エレン・オー 他 訳 原田勝 他	中学生～	1,800	あすなろ書房 2026年6月
12	サフィヤの戦争	作 ビバ・ヌール・カーン 訳 児玉 敦子	中学生～	1,900	静山社 2026年3月
13	透明なぼくらのレモンとキス	作 神戸遥真	中学生～	1,500	偕成社 2026年5月
14	パルティータを鳴らすまで	著 せやま 南天	中学生～	1,700	朝日新聞出版 2025年11月
15	わたしが戦場にいる	著 小手鞠るい	中学生～	1,400	偕成社 2025年12月
16	劇場という名の星座	著 小川 洋子	高校生～	1,750	集英社 2026年3月
17	翠雨の人	著 伊与原新	高校生～	1,800	新潮社 2025年7月
18	ふたりの読書会 無期受刑者 との本をめぐる往復書簡	著 向井 和美	高校生～	2,200	岩波書店 2026年4月
19	作り方を作る	著 佐藤雅彦	高校生～	2,700	左右社 2025年6月
20	長野県市町村合併図説 明治－ 昭和－平成 廃置分合の変遷	編 信濃毎日新聞社出版部	高校生～	2,200	信濃毎日新聞社 2025年7月

別表2

(2026-1回)

	1		クマ先生のクラスでは、みんなで数字の「1」を書いてみることになりました。ちいさなカニは、筆をもって横へ歩きながら1を書きました。クマ先生は、「しー、ねむっている1だね」と言いました。ちいさなアリ、ひよこ、モグラ、ことり、こいぬ、カメ、こぶたが1を書き終わるとクマ先生は、「どの1も、みんな、いい1です」と、それぞれ違う一人一人の1のよさを認め、ほめてくれました。小学校入学前の子どもたちは、勉強や学校生活に対して緊張している子もいるでしょう。そんな子ども達の心を優しくほぐし、色々な友達との出会いが楽しみになりそうです。お互いを認め合いながら、一緒に参加し、共生することの大切さを伝えるインクルーシブ絵本。
	書名	1がかけたよ	
	著者等	作 ウー・ヤーナン	
		訳 木坂 涼	
		絵 リウ・ロンシャ	
	出版社	岩崎書店	
	定価	1,500	
	2		「あ」と言ってみてください。どんな気持ちで言いましたか。声の大きさはどうでしたか。初めのページをめくると、「おおきく あっていった」と大きく口をあけている絵があり、隣のページには大きく「あ」と書いてあります。そして、「ちいさく」「長ーく」「だんだん たかく」「びっくりして」「がっかりして」「なきながら」「おこって」「おばけをびっくりさせて」と色々な言い方で「あ」と言ってみます。「あ」の形も、言い方によっていろんな「あ」になっています。「あ」を見ているだけでも楽しくなります。一緒に声を出すことで緊張がほぐれて心も体も柔らかくなります。「あ」だけなのに、親子やグループで楽しく盛り上がる事ができる参加型絵本。
	書名	あっていった！	
	著者等	作 スギヤマカナヨ	
	出版社	アリス館	
	定価	1,200	
	3		「ぞうさん」「やぎさんゆうびん」など数多くの詩を生み出した詩人、まど・みちお。まどさんは、この世に存在するあらゆるものへ温かな眼差しを向けて、優しい言葉で大切なことを詩として綴ってこられました。「おならはえらい」は、長い間、多くの人々に愛されてきたまどさんの詩です。その作品に岡本よしろうさんが迫力ある絵を描き、一冊の素敵な絵本となりました。おならから、大地の虫たち、空を飛ぶ蝶、鳥、そして宇宙にまで視点が広がっていきます。まどさんは、色々なものをよく見た人でした。同じものを見ても人によって感じることはありません。情報過多の今、大切にしたいことは、自分が見て自分がどう感じたかを伝えてくれる詩の絵本。
	書名	おならはえらい	
	著者等	詩 まど・みちお	
		絵 岡本 よしろう	
	出版社	ほるぷ出版	
	定価	1,500	
	4		「たけのこ」という言葉を聞いて思い浮かべる季節は、いつですか。日本には、春、夏、秋、冬の四季があります。先人達は、一年を更に二十四に分けて季節を知ることによって日々の暮らしや農耕の目安としてきました。それが「二十四節気」です。この本で取りあげている節気は、5月5日ごろから、2週間ほどの「立夏」です。木々の葉は、鮮やかな緑色となり、さわやかな風が吹いてきます。たけのこが、のねずみと出会って友達になり、「のび のーび」とぐんぐん伸びて立派な竹へと成長していきます。二十四節気は、私たちにその季節の自然や食べ物、行事などを教えてくれる素敵な暦です。二十四節気を窓口として季節を感じる暮らしを楽しむことができる「こよみ」絵本。
	書名	たけのこ のびのーび	
	著者等	文 すとうあさえ	
		絵 かじり みな子	
	出版社	ほるぷ出版	
	定価	1,080	
	5		私達の周りには、水がたくさんあります。水道の蛇口から勢いよく水が出ている写真から絵本が始まります。水を触ることはできるけれど、つかむことはできないので風船に水を入れて冷凍庫で凍らせてみます。水が入ってぷるんぷるんだった風船が、次の日にはカチコチの氷に変身しました。今度は、カチコチの氷をかなづちで割ってみると・・・。水が姿を変えていく様子が写真で分かりやすく紹介されています。水を凍らせたり温めたりすることで、その変化を楽しむことができます。私達の身近にある水を題材として「くすっ」と笑えて、科学の面白さも感じる事ができる「かがくすっ」絵本。
	書名	へんしん みず！	
	著者等	文 川村 康文/小林 尚美	
		写真 遠藤 宏	
	出版社	岩崎書店	
	定価	1,400	

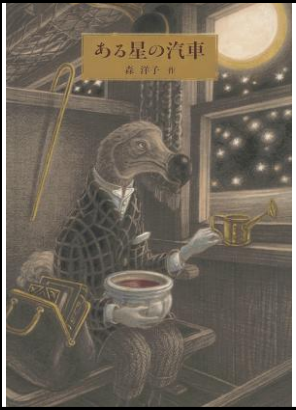
(分類番号 9 2 3)

(分類番号 9 1 3)

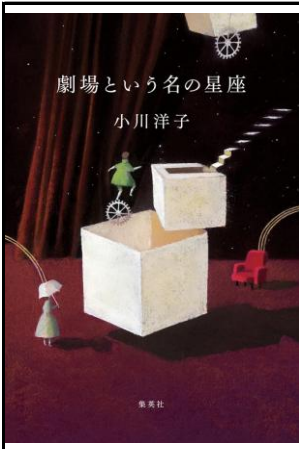
(分類番号 9 1 1)

(分類番号 3 8 6)

(分類番号 4 3 1)

	6		望遠鏡を作り「物理学の父」と呼ばれるようになったガリレオ・ガリレイと、顕微鏡を作り「微生物学の父」と呼ばれるようになったアントニ・ファン・レーウェンフック。ガリレオは遠くにある星や宇宙を、アントニは近くにある水の中にいる生き物や小さな昆虫を、レンズを通して研究し続けた。二人が誰も見たことない世界を見つけて、解き明かそうと奮闘する姿を左右のページに対比させながら描いている。レンズを工夫し、新たな発見を世界に広めた二人は対極的な人生を歩むこととなる。ガリレオとアントニの伝記絵本でもあり、自然科学絵本でもある1冊。
	書名	ガリレオとアントニ 遠くをみた科学者と近くをみた科学者	
	著者等	文 メアリー・アールド 文・絵 エイドリア・メサーブ 訳 千葉 茂樹	
	出版社	光村教育図書株式会社	
	定価	1,800	
	対象	小学校高学年～	
	発行	2025年10月	
(分類番号 289)			
	7		アイスランドに住む女の子ヴェーラはママといっしょに「女性の休日」(女性のストライキ)へ出かける。ママはヴェーラの準備をしながら、子どもの頃に参加した「女性の休日」のときのことを語ってくれた。1975年10月24日アイスランドの9割の女性が職場と家庭の仕事を一斉に放棄した。この歴史的な一斉ストライキのことを、様々な立場の女性たちや家庭や職場に残された男性たちの「長い金曜日」の様子を描く絵本。巻末には原作者による「女性の休日」の解説がついている。
	書名	本当にやる!できる!必ずやる!アイスランドの「女性の休日」	
	著者等	作 リンダ・オウラヴスドッティル 訳 朱位昌併	
	出版社	ゆぎ書房	
	定価	2,100	
	対象	小学校高学年～	
	発行	2025年10月	
(分類番号 367)			
	8		小学3年生のめいとたいきは同じ団地に住み、保育園のころからの友達だ。二人は団地のおじさんに「めいわくチャンピオン」と呼ばれるほどに元気いっぱい、それはもちろん学校でも同じだ。いっしょに先生に怒られた日に、二人は悪口を言っても怒られないように二人だけがわかる最強の悪口「アバイケポン」という言葉を考える。むしゃくしゃすることがあっても「アバイケポン」と叫べば、すっきり。ある日、めいは同じ団地仲間のしんごがクラスで根も葉もない噂を流され嫌な思いをしていることを知る。アバイケポンな噂に腹をたてためいは、たいきと一緒になんとかしようとする。元気いっぱいなめいとたいきにつられて楽しい気持ちになれる物語。
	書名	あいことばはアバイケポン	
	著者等	作 ばんひろこ 絵 羽尻利門	
	出版社	新日本出版社	
	定価	1,500	
	対象	小学校中学年～	
	発行	2025年11月	
(分類番号 913)			
	9		好きだったサッカーもやめて難関の都立中学を受験するために塾に通う新は、6年生になりだんだんと下がる偏差値や大人の言葉にイライラを募らせていた。「なんのために中学受験をするのか」と考えるようになるが、その答えを見いだせずにいる。新のクラスメイトの広翔は集中力が続かず、発言することも苦手で、クラスメイトからからかわれている。「友達ができる学校にいきたい」という思いから中学受験を決めた広翔は、行きたい学校を見つけて苦手な勉強に挑み始める。もう一人のクラスメイトのつむぎはバレエが大好き。けれど、進学予定の公立中学校にはバレエ部がない。つむぎは「好きなことをあきらめない」ために、12月にAO入試での中学受験を決意する。三者三様の中学受験を通して、自分と向き合う物語。
	書名	中受 12歳の交差点	
	著者等	著 工藤 純子	
	出版社	講談社	
	定価	1,500	
	対象	小学校高学年～	
	発行	2025年6月	
(分類番号 913)			
	10		広い台地を走る汽車の中には、たくさんのお客が乗っている。それは人間だけではなく、たくさんの生き物たちだ。乗客のひとり、人間の男の子はふと周りの客の様子に耳をすます。寝息をたてるナマケモノ、汗を拭くシロクマ、産まれたばかりの赤ちゃんを追いかけるカエル…車内はとてにぎやかだ。だが、4桁の数字の書かれた駅につくたび、車掌さんに声をかけられたお客は、一人また一人と汽車を降りていく。絶滅した生き物たちが汽車から降りていくのだ。人間はいつまで乗っていられるのだろうか。汽車は未来に向かって走り続ける。美しい絵を楽しみながら考えさせられる絵本。
	書名	ある星の汽車	
	著者等	作 森 洋子	
	出版社	福音館書店	
	定価	1,800	
	対象	小学校、中学校、高校	
	発行	2025年10月	
(分類番号 913)			

	11		この本は、アメリカのある街に建つ、黄色いアパート「エントラーダ」を舞台に、ここに住む11歳から13歳の子どもたちを主人公とした12編の物語からなる連作短編集。さまざまなルーツを持つ子どもたちとその家族の暮らしが12名の作家によって一編ずつ描かれている。おもな住人は、日本を含むアジア、中米、中東などからの移民やその子孫たちで家主はロシア系ユダヤ人の一家だ。多様な背景や心情を持つ子どもたちがアパートでの生活を通して家族や隣人を理解しあい、各家庭で作る料理が物語をつないでラストへ向かう。作中で紹介される料理をつくる様子も興味深く、付録で楽しめる完成した料理の写真も魅力的な一冊。
	書名	エントラーダの子どもたち	
	著者等	編 エレン・オー 他 訳 原田勝 他	
	出版社	あすなる書房	
	定価	1,800	
	対象	中学生～	
	発行	2026年6月	
			(分類番号 933)
	12		物語の舞台は第二次世界大戦中、ナチス占領下のパリ。探検家を夢見て、図書館で地図を見るのが大好きな少女サフィヤは11歳。北アフリカにルーツを持つ家族とイスラム教モスクの職員宿舎で暮らしている。街を自由に歩くこともできなくなった頃、父親が夜中に人知れず出かけている様子に気づいたサフィヤは、持ち前の冒険心から父親らが秘密に行うモスクでのレジスタンス運動のことを知る。ムスリムの大人たちがモスクにユダヤ人たちをかくまい、地下のカタコンベを通して市外に逃がしていたのだ。ついにモスクがナチス兵に囲まれた。サフィヤは絶体絶命の危機を乗り越えられるのか？史事をもとに描かれた、勇気と未来への光に満ちた物語。
	書名	サフィヤの戦争	
	著者等	作 ビバ・ヌール・カーン 訳 児玉 敦子	
	出版社	静山社	
	定価	1,900	
	対象	中学生～	
	発行	2026年3月	
			(分類番号 933)
	13		表紙とタイトルから、二人の爽やかな友情や恋の物語を想像するかもしれないが、本書は男子視点に立つ性被害について書かれた物語だ。主人公は、電車で痴漢にあった湊斗と特別に好きでもない先輩女子から人前でキスされてしまった風 of 2人の高校一年生。恐怖から電車に乗れずに困っていた湊斗を風が助けたのがきっかけで知り合った2人は、お互いに不快感や傷ついた心を誰にも話せずにいたのだ。痴漢行為や望まない性的な接触は男女に関わらず性被害であるのに「男子だから」こそ、その苦しさを人に打ち明けづらいという主人公たちの心情から新たな気づきを得る人もいるだろう。抱えた傷と向きあい、透明化されそうな痛みを乗り越えていく物語。
	書名	透明なぼくらのレモンとキス	
	著者等	作 神戸遥真	
	出版社	偕成社	
	定価	1,500	
	対象	中学生～	
	発行	2026年5月	
			(分類番号 913)
	14		中学2年生の拓実は、4歳から養育里親のもとで里子として生活している。里父は弦楽器職人だ。10年間という期限付きの養育期間を終え、実母との暮らしに戻るまであと半年となった。幼い頃から実母、施設、里親の間を行き来するうちに、叶わぬ希望は持たず、寂しさや悲しさの感情を見せない、年齢よりも落ちついた雰囲気を持つ拓実。だが、委託期間が終われば里父母とは会えなくなる現実を前にして、自分の本当の気持ちと向き合いはじめる。拓実を愛し支え続ける養父母、一緒に暮らす努力を続ける実母、友人との関わり、バイオリンを弾く時間、どれもが拓実にとってかけがえのない、大切なものなのだ。人の思いに心打たれる、繊細で優しい物語。
	書名	パルティータを鳴らすまで	
	著者等	著 せやま 南天	
	出版社	朝日新聞出版	
	定価	1,700	
	対象	中学生～	
	発行	2025年11月	
			(分類番号 913)
	15		本書は、さまざまな戦争文学を通して、若い読者に「戦争とは何か」を語りかける。ヘミングウェイ、遠藤周作、吉行淳之介、やなせたかし、村上春樹など古今東西の多くの作家や詩人たちの作品が紹介されている。それらの舞台はアジア、アメリカ、ヨーロッパと広く、さまざまな視点から戦争の実相が語られている。作家たち自身、あるいは父親などの戦場体験を描いた作品では、まさに読み手が戦場にいるかのような描写に言葉を失う場面もある。だが、過去の歴史に目を背けて私たちの平和な未来を語ることはできないだろう。著作を通して戦争、平和について問いかけ続ける著者渾身の、幅広い世代に読んでほしいエッセイ。
	書名	わたしが戦場にいる	
	著者等	著 小手鞠るい	
	出版社	偕成社	
	定価	1,400	
	対象	中学生～	
	発行	2025年12月	
			(分類番号 914)

	16		建て替えのために一時休館を迎えた帝国劇場。長きにわたりこの劇場を愛し、支え続けてきた人々の記憶を小説という形で未来へ残す——そんなコンセプトから生まれた連作短編集。作中でスポットライトを浴びるのは、華やかなスターだけではない。白杖の父が遺したパンフレットに記憶を刻んだ案内係、ステンドグラスの裏に潜む少年、幸運の椅子を守る売店スタッフ、客席からは見えない裏側で上演を支えるエレベーター係や幕内係、そしてそれぞれの事情を抱えて客席に集う観客たち。名も知られぬひとりひとりの想いが見えない線で繋がり、美しい星座のように劇場の歴史を形づくっていく。光と影が渦巻く非日常の空間で織りなされる、温かくも切ない人間模様を描いた8編の物語。
	書名	劇場という名の星座	
	著者等	著 小川 洋子	
	出版社	集英社	
	定価	1,750	
	対象	高校生～	
	発行	2026年3月	
(分類番号 913)			
	17		「雨は、なぜ降るのだろう」——少女時代にそんな素朴な疑問を抱いた猿橋勝子は、女性が理系の高等教育を受ける機会すら限られていた時代に、強い決意を持って科学の道を志した。戦時下の混乱や女性ゆえの数々の壁に直面しながらも懸命に研究へ打ち込み、やがて気象研究所で頭角を現していく。戦後、アメリカのビキニ水爆実験で降った「死の灰」による放射能汚染の測定に携わると、緻密な微量分析によって汚染の深刻な実態を証明し、国際社会の核実験抑止に多大な影響を与える足跡を残した。時代の荒波に翻弄されながらも科学が導く真実を追い求め続けた、そのひたむきな生涯と情熱を鮮やかに描き出す、実在した女性科学者の軌跡を追った物語。
	書名	翠雨の人	
	著者等	著 伊与原新	
	出版社	新潮社	
	定価	1,800	
	対象	高校生～	
	発行	2025年7月	
(分類番号 913)			
	18		「こんな私でも参加させていただけるような読書会はないでしょうか」——翻訳家の元に届いた一通の手紙。その白い便箋の隅には、刑務所の検閲を経たことを示す、小さな校の印が押されていた。差出人は、強盗殺人の罪で服役している無期受刑者の男性。文面には、過去の罪に対する深い悔恨と、本を介して人とつながりたいという切実な願いが綴られていた。その想いに突き動かされた著者は、塙の中の彼へ本を送り、往復書簡を通じた二人だけの「読書会」を開始する。一冊の書物を媒介に、受刑者は自らの人生や過ち、家族との関係、贖罪の意味に向き合い、著者もまた一人の読者として真摯に応えていく。刑務所という隔絶された環境を越えて育まれる、魂の交流を描いたノンフィクション。
	書名	ふたりの読書会 無期受刑者との本をめぐる往復書簡	
	著者等	著 向井 和美	
	出版社	岩波書店	
	定価	2,200	
	対象	高校生～	
	発行	2026年4月	
(分類番号 019)			
	19		「ピタゴラスイッチ」や「だんご3兄弟」など、誰もが一度は目にしたことのある作品を生み出してきた佐藤雅彦。その発想の源にあるのは、特別な才能やひらめきではなく、ものの見方を変え、考え方の仕組みそのものをつくることだった。本書では、身近な出来事や現象を観察し、そこから新しい表現を生み出していく過程を、豊富な図版や具体例とともに紹介する。「どう作るか」ではなく「作り方をどう作るか」。この問いは、あらゆる企画や課題解決に応用できる画期的なメソッドでもある。当たり前だと思っていたことを少し違う角度から眺めることで、世界の見え方まで変わっていく。創造することの面白さと、その背後にある思考の方法を体験できる一冊。
	書名	作り方を作る	
	著者等	著 佐藤雅彦	
	出版社	左右社	
	定価	2,700	
	対象	高校生～	
	発行	2025年6月	
(分類番号 674)			
	20		長野県にはかつて1,775もの町村が存在したが、明治、昭和、平成という三度の大きな合併を経て、現在の77市町村へと姿を変えてきた。今の地番のルーツである江戸期の村々から現在に至るまで、廃置分合の歴史を、豊富な地図や変遷図、年表、コラムなどでたどるオールカラーの図説本。明治の大合併から戦後の昭和、そして「平成の大合併」まで、市町村の境界がどのように変わり、地域の姿が形づくられてきたのかを視覚的に描き出す。「なぜ、この町の名前になったのか」「かつてここにはどんな村があったのか」——そんな素朴な疑問にも答えながら、合併をめぐる紛争や越県合併など、地域に刻まれた歴史にも光を当てる。地図から読み解く、知られざる変遷の物語。
	書名	長野県市町村合併図説 明治－昭和－平成 廃置分合の変遷	
	著者等	編 信濃毎日新聞社出版部	
	出版社	信濃毎日新聞社	
	定価	2,200	
	対象	高校生～	
	発行	2025年7月	
(分類番号 318)			