別表 1

令和6年度 第3回 長野県推薦図書一覧表

(2024-3回)

	書名	著者名	対象	本体価格(円)	発行所・発行年月日
1	ともだち ともる	作 内田麟太郎 絵 黒井 健	幼児～小学校低学年	1,500	文研出版 2024年3月
2	このかべどうする？	作 二歩 絵 二歩	小学校低学年～	1,400	くもん出版 2024年3月
3	いろ いろ 色覚と進化のひみつ	作 川端裕人 絵 中垣ゆたか	小学校低学年～	1,950	講談社 2024年3月
4	鳥がおしえてくれること	文 鈴木まもる 絵 鈴木まもる	小学校低学年～	1,600	あすなろ書房 2024年3月
5	かげわに	作 岩田明子 絵 岩田明子	幼児～小学校低学年～	1,500	文溪堂 2024年3月
6	パパはたいちょうさん わたしはガイドさん	作 ゴンサロ・モウレ 訳 星野 由美 絵 マリア・ヒロン	小学校中学年～	1,700	PHP研究所 2024年1月
7	いいわけはつづくよどこまでも	作 岡田淳 絵 田中六大	小学校中学年～	1,200	偕成社 2024年6月
8	改訂版 あの恐竜どこにいた？地図で見る恐竜のくらし図鑑	監修 ダレン・ナイシュ 著 クリス・バーカー、ダレン・ナイシュ 監訳 田中康平 訳 喜多直子	小学校中・高学年～	2,700	創元社 2024年5月
9	オランウータン 森のさとりびと	文 前川貴行 写真 前川貴行	小学校高学年～	1,800	新日本出版社 2024年6月
10	君色パレット 多様性をみつめるショートストーリーⅡ きらいなあの人	著 工藤純子 蓼内明子 著 花里真希 黒川裕子 絵 いつか	小学校高学年～	1,500	岩崎書店 2024年2月
11	夜の日記	著 ヴィーラ・ヒラナンダニ 訳 山田文	中学生～	2,200	作品社 2024年7月
12	シンプルとウサギのパンパンくん	作 マリー＝オード・ミュライユ 訳 河野万里子	中学生～	1,800	小学館 2024年7月
13	呼人は旅をする	著 長谷川まりる	中学生～	1,500	偕成社 2024年10月
14	35年目のラブレター	著 小倉孝保	中学生～	1,800	講談社 2024年4月
15	I am a Dreamer 最速で夢を叶える逆境思考	著 小田凱人	中学生～	1,500	KADOKAWA 2024年6月
16	夜と跳ぶ	著 額賀澪	高校生～	1,700	PHP研究所 2024年7月
17	二人目の私が夜歩く	著 辻堂ゆめ	高校生～	1,700	中央公論新社 2024年4月
18	くちを失くした蝶	著 星田英利	高校生～	1,600	角川書店 2024年9月
19	あいだのわたし	作 ユリア・ラビノヴィチ 訳 細井直子	高校生～	2,000	岩波書店 2024年8月
20	君の声が聴きたい	著 NHK「君の声が聴きたい」プロジェクト	高校生～	1,500	双葉社 2024年4月

別表2　　(2024-3回)

1		
書名	ともだち　ともる	ある時、一匹のアマガエルとウシガエルが出会いました。けれども、お互いに声をかけることができませんでした。なぜなら、同じカエルの仲間らしいけれども、あまりにも体の大きさが違っていたからです。でも、お互いに（あの人がぼくの友だちだったら　あいつが、俺の友だちだったら、いいのになあ）と思っていたのです。それは、夕日がとてもきれいな日のことでした。ウシガエルはアマガエルの隣にそっと座りました。そして、アマガエルもちょっぴりそばによりました。さあ、ふたりは友だちになれるのでしょうか。黒井健さんの絵があたたかな気持ちにさせてくれます。友だちとは何だろうと考えるきっかけを与えてくれる友情絵本。
著者等	作　内田麟太郎	
	絵　黒井　健	
出版社	文研出版	
定価	1,500	
対象	幼児～小学校低学年	
発行	2024年3月	（分類番号　７２６）

2		
書名	このかべどうする？	ぼくは、決めた、何があっても、まっすぐ進むと。ぼくの背丈は、消しゴムくらい。そんなぼくの前に現れたのは、ノートより高い壁。このかべをどうしよう？ぼくは、もっている道具を使って壁を乗り越えようとします。「きみなら、何を使う？」と問いかけています。「てつだって」と言って、誰かの力を借りてもいいんだとして、ここではトカゲやモグラが登場します。それとも、何かを作る？と熱気球やハングライダー。石飛ばしなどの設計図が紹介されています。どれも作ってみたくなるような素敵な設計図です。そして、実は壁は固いと思っているけれど、本当は柔らかいかも、とか中に誰か住んでいるかもとか想像を働かせることの大切さも教えてくれます。さあ、ぼくは、この壁を超えることができるでしょうか。壁を超える方法は一つではない、君ならどうやって壁を超える・と問いかけて本が終わります。この本には、ワークシートもついていて、自分ならどうするかを考えて記入することができるようになっています。一人で、または友達と一緒に考えることができます。答えが一つではない問題に柔軟に挑んでいく問題解決力について学ぶことができる絵本。
著者等	作　二歩	
	絵　二歩	
出版社	くもん出版	
定価	1,400	
対象	小学校低学年～	
発行	2024年3月	（分類番号　７２６）

3		
書名	いろ　いろ　色覚と進化のひみつ	「色は自然の中にあるのではなく、私たちの目と脳のはたらきで頭の中にできるものである」とこの本の見出しの「この本を読んでくれるみなさんへ」という文章の中で説明されています。多くの人にとって、はっきりと違って見える「赤と緑」が「近い色」に見える人のことを「進化型」と紹介しています。正常と異常、に固執しがちなこれまでの社会通念を解きほぐし、色の見え方の違いにかかわらず互いに敬意を払えるきっかけになればという思いで、この本が作られました。「多数派」と「進化型」という分類の仕方がとても素敵です。ただし、「進化型」の中にも、いろいろあると、本の最後の部分に説明もあるので、興味をもった人はさらに詳しく調べるきっかけとなることでしょう。色の見え方が違っていて、それぞれが素敵と認め合うことの大切さを学ぶことができる絵本。
著者等	作　川端裕人	
	絵　中垣ゆたか	
出版社	講談社	
定価	1,950	
対象	小学校低学年～	
発行	2024年3月	（分類番号　７２６）

4		
書名	鳥がおしえてくれること	著者の鈴木まもるさんは、絵本作家にして、鳥の巣研究家でもあります。鳥の巣についての本も書かれています。鈴木さんは、「あなたのまわりにはどんな鳥がいますか。鳥の声がきこえますか？」と私たちに問いかけています。自分の耳で、身のまわりにいる鳥の声を聞いている、自信をもって答えることができる人はどの位いるのでしょうか。鈴木さんは、私たち人類が歌を歌うことや、ナイフややりを作るようになったことや、草を集めて家を作るようになったことや、土に枯草をまぜて家を作るようになったことや木を組み合わせて家をつくるようになったことや踊りなどは、私たちの祖先の人々が鳥の生活から学んできたのではないかと、語りかけてくれています。その言葉と鈴木さんのパステルタッチの絵があたたかみを感じます。バーチャルな情報が溢れている時代だからこそ、身近な自然や鳥たちの声に耳をすますことの大切さを教えてくれる絵本。
著者等	文　鈴木まもる	
	絵　鈴木まもる	
出版社	あすなろ書房	
定価	1,600	
対象	小学校低学年～	
発行	2024年3月	（分類番号　４８８）

5		
書名	かげわに	ある夜のことです。とらたは、おしっこがしたくて、目を覚ましました。トイレに行くには、廊下を通らなくてはいけません、そこには、たくさんの影があります。とらたは、一つひとつの影に名前をつけていました。その中で一番こわい影が、「かげわに」という影です。ギョロリとした目玉に、ギザギザの背中、鋭いカギ爪をしている、こわい影です。「かげわに」たちは、とらたがいることも知らずに、いつものように遊びに行こうとしていました。そこで、かげわには、とらたをひょいと背中に乗せて、真っ暗な空の上にある大きな雲に入っていきます。すると、そこには・・・影たちには人間が知らない別の世界があり、その世界に冒険に出かけていくとらたと影たちとの一夜の秘密の物語絵本。
著者等	作　岩田明子	
	絵　岩田明子	
出版社	文溪堂	
定価	1,500	
対象	幼児～小学校低学年～	
発行	2024年3月	（分類番号　７２６）

6	
書名	パパはたいちょうさん わたしはガイドさん
著者等	作　ゴンサロ・モウレ 訳　星野　由美 絵　マリア・ヒロン
出版社	PHP研究所
定価	1,700
対象	小学校中学年～
発行	2024年1月

わたしは学校までパパといっしょに歩いて登校する。わたしの一番好きな時間だ。通学路はいろんな音であふれていて、ジャングルの中を探検しているようだ。車はパンダやジャガーのようだし、横断歩道はまるで大きな川のよう。少し見えるわたしにパパは「ぼくのガイドさん」というけれど、目の見えないパパは他の人が見えないものを見ている「わたしのたいちょうさん」だ。親子の信頼と愛情にあふれた物語。音の溢れる世界に気づかせてくれる、色彩豊かな美しいスペインの絵本。

（分類番号　７２６）

7	
書名	いいわけはつづくよどこまでも
著者等	作　岡田淳 絵　田中六大
出版社	偕成社
定価	1,200
対象	小学校中学年～
発行	2024年6月

近くのアパートに住むおじいちゃんはびっくりする話をたくさんしてくれる。おじいちゃんがすごいクシャミの才能で島流しになったときのことや、友達が先生に奇想天外な遅刻のいいわけをしたときのことなど、6つのゆかいな物語が収録されている。とんでもない話を関西言葉で話すおじいちゃんと、ときにツッコミをいれながらそのはなしを聞くぼくとのやりとりが楽しいシリーズ短編集。

（分類番号　９１３）

8	
書名	改訂版　あの恐竜どこにいた？地図で見る恐竜のくらし図鑑
著者等	監修　ダレン・ナイシュ 著　クリス・バーカー、ダレン・ナイシュ 監訳　田中康平　訳　喜多直子
出版社	創元社
定価	2,700
対象	小学校中・高学年～
発行	2024年5月

恐竜が生息していた頃の地球の大陸の地図と現代の地図を比べながら、どの恐竜が現在のどの大陸のあたりに生息していたのかわかりやすく示されている。近年の研究でわかってきた姿や食べていたもの、子育ての様子なども詳しく載っている。人間と比較した大きさ見本も、実際の大きさがイメージできる。迫力のあるイラストを眺めているだけでも発見があるが、読み込むことでより深く恐竜の生態に迫ることができる。近年の研究で解明した恐竜たちの新たな生態がわかる図鑑。

（分類番号　４５７）

9	
書名	オランウータン　森のさとりびと
著者等	文　前川貴行 写真　前川貴行
出版社	新日本出版社
定価	1,800
対象	小学校高学年～
発行	2024年6月

赤道の上に浮かぶ熱帯の島ボルネオ島。そこには、島の人々から愛情と畏敬の念を込めて「森の人」と呼ばれる生き物が暮らしている。世界の大型類人猿４種にうち唯一東南アジアに生息しているオランウータンだ。写真家である著者はオランウータンに会うためにボルネオ島を訪れる。体重が80キロを超える巨大なフランジオスや赤ちゃんを連れたメスと出会っていく。オランウータンはニホンザルなどと違い目が合うと見つめ返してくれるそうだ。湿度を感じるような熱帯の森の写真やオランウータンの眼差しが美しい写真絵本。

（分類番号　４８９）

10	
書名	君色パレット　多様性をみつめるショートストーリーⅡ　きらいなあの人
著者等	著　工藤純子　蓼内明子 著　花里真希　黒川裕子 絵　いつか
出版社	岩崎書店
定価	1,500
対象	小学校高学年～
発行	2024年2月

君色パレットシリーズの第二期。今回は多様性をテーマに主人公にとって「すき」「きらい」「なんでもない」人たちとの物語を収録したシリーズになっている。こちらは「きらいなあの人」とのショートストーリーが4編収録されている。友達の中での自分の在り方に悩む主人公たちが、クラスにいる苦手な(きらいな)あの人と接点をもっていく。しかし、嫌々ながら接していた関係の中で気づくことがある。相手の新たな魅力に気づくとき、新しい自分や気づいていなかった自分の姿に気づくことがある。「きらいなあの人」を通して自分を見つめる、そんな物語たち。

（分類番号　９１３）

11		
書名	夜の日記	物語の主人公は１２歳の少女ニーシャー。人前で話すことが難しく、亡き母にあてて手紙のように書く日記に、毎日の出来事や心情を綴る。ニーシャーと双子のアーミルの出産時に亡くなった母はイスラム教徒、父親はヒンドゥー教徒で医師という両親のもとに生まれ、父方の祖母と料理人のカジも一緒に暮らしていた。インド独立のうわさが流れるある日、インドとパキスタンを隔てる国境線が引かれ、昨日までインドだった我が家はパキスタン領となり、親しかった人々の間にも宗教上の違いから激しい対立が生まれていく。一家は命がけの脱出から新しいインドの地をめざして、過酷な旅に出る。本書は著者の父親が体験したことをもとに書かれた、１９４７年のインド・パキスタンの分離独立がテーマの物語だ。
著者等	著　ヴィーラ・ヒラナンダニ 訳　山田文	
出版社	作品社	
定価	2,200	
対象	中学生～	
発行	2024年7月	（分類番号　９３３）

12		
書名	シンプルとウサギのパンパンくん	２２歳のシンプルとぬいぐるみのうさぎパンパンくん、そして１７歳の弟クレベールは3年前に母を亡くした。父親は再婚し、知的障碍をもつシンプルを施設に入れようとする。そこで兄が辛い思いをした過去を知るクレベールは、兄を守ろうと2人で暮らす部屋を探す。何とか入居が決まったパリのシェアアパルトマンでは、大学生や高校生たちが共同で住んでいた。知的障害のある人と暮らす毎日はハプニング続きで、先住者の四人の若者たちはその大変さに戸惑いながらも、シンプルの魅力的な人柄にふれるうちに少しずつ理解し合い、お互いを受け入れていく。大学生や高校生たちの青春、友情や恋模様も生き生きと描かれ、パンパンくんも加わって笑いあり、スリルありの心温まる物語。
著者等	作　マリー＝オード・ミュライユ 訳　河野万里子	
出版社	小学館	
定価	1,800	
対象	中学生～	
発行	2024年7月	（分類番号　９５３）

13		
書名	呼人は旅をする	表紙の少女、中２のつづみは、たんぽぽの「呼人(よびと)」だ。呼人とは、本人の意思と関係なく植物・動物・人・自然現象などを集中的に呼び寄せてしまう体質を持つ人のことだ。本書は、ほかにも雨の呼人、鹿の呼人などの5人の少年少女の物語。彼らはある日突然呼人になるが、その原因は不明。政府機関の認定を受けると呼人支援局の援助を受けられるものの、多くの制限を受ける。その特性のために一つの場所にとどまることができず、家や学校を離れて常に旅をする生活だ。物語に登場する呼人とその家族や友人の戸惑いや悩みは深い。社会の中では少数者である呼人として生きることとはどういうことなのか。彼らの苦しさとそれを受け止める人たちの姿を通して、多様な私たちが共に生きることを描く。痛みと希望のファンタジー。
著者等	著　長谷川まりる	
出版社	偕成社	
定価	1,500	
対象	中学生～	
発行	2024年10月	（分類番号　９３３）

14		
書名	３５年目のラブレター	この物語は、長年連れ添った妻にラブレターを書くために読み書きを覚えようと、６４歳で夜間中学に通い始めた西畑保さんの実話である。貧しい両親のもとに生まれ、炭焼き小屋で育った西畑さんは、小学校に入学すると１２キロの道のりを３時間かけて通った。だが、貧しさ故に盗みを疑われ、教師や仲間からのいじめにより小学２年生で学校に通わなくなった。仕事に就いてから体験した読み書きができないことによる困難さ、社会の生きづらさは私たちの想像を超える。結婚して家庭を持ってからも、愛する妻にすら打ち明けられない苦しさを長年抱えていた。現在８８歳、４年前に夜間中学を卒業した西畑さんは、講演会などで夜間中学の必要性を説く。本書は、西畑さん本人に取材した著者による、学びの尊さを伝えるドキュメンタリー作品。
著者等	著　小倉孝保	
出版社	講談社	
定価	1,800	
対象	中学生～	
発行	2024年4月	（分類番号　９１６・２８９）

15		
書名	Ｉ　ａｍ　ａ　Ｄｒｅａｍｅｒ　最速で夢を叶える逆境思考	２０２３年には１７歳で史上最年少の世界ランキング１位に輝き、パリパラリンピックの車椅子テニスでは、見事金メダルを獲得した小田凱人選手。本書は小田選手のこれまでの歩みと夢を叶えるための最強の思考法を伝える。小学校３年生で骨肉腫と診断され、手術を受けて車いす生活となった。入院中にサッカー選手になる夢をあきらめたとき、医師から紹介された車いすテニスと出会い「車いすテニスで世界一になる」という新たな夢を持つ。その後、がんの転移による闘病をはさみながら、わずか８年で世界の頂点に立ったのだ。「子どもたちのヒーローになりたい」と語る小田選手の家族や友人、スタッフに寄せる思いと逆境を乗り越えるパワー、生きるエネルギーに満ちた一冊だ。
著者等	著　小田凱人	
出版社	ＫＡＤＯＫＡＷＡ	
定価	1,500	
対象	中学生～	
発行	2024年6月	（分類番号　７８３）

16		
書名	夜と跳ぶ	スポーツカメラマンの与野丈太郎は、優勝者の撮影のため競技の邪魔をしたTVカメラマンを殴り、パリオリンピックの取材から降ろされてしまう。38歳で仕事を干された丈太郎は、偶然紛れ込んだ真夜中のストリートコンテストで東京オリンピック金メダリストの大和エイジに出会う。パリオリンピック出場を辞退したエイジは18歳。児童養護施設の出身で、東京オリンピック以降は表舞台から姿を消していた。競技化したスケートボードに嫌気が差し、真剣に遊ぶためにストリートに拘るというエイジに魅入られた丈太郎は、彼のフィルマーとして一瞬のアスリートの輝きを切り取ることに全てをかける。様々なトラブルに巻き込まれ炎上騒ぎを起こす中、反発しあう二人が歩み寄りながら突き進む、渋谷から始まる熱い物語。
著者等	著　額賀澪	
出版社	PHP研究所	
定価	1,700	
対象	高校生～	
発行	2024年7月	（分類番号　９１３）

17		
書名	二人目の私が夜歩く	高校三年生の茜は10年前に両親を交通事故で亡くし、祖父母に育てられている。祖母の知り合いに誘われ、お話ボランティアをすることになった茜は、10代の頃にあった交通事故で半身不随になり寝たきりの咲子と出会う。内気でほとんど友達のいない茜にとって、咲子と過ごす時間は楽しく、癒しでもあり励みでもあった。しかし、体調不良や祖父母の目撃証言等から、夜に自分とは違う人物が茜の身体を使って動き回っていることに気づく。サキというもう一人の私は咲子なのか？そして、「昼のはなし」で語られる茜のストーリーから「夜のはなし」へと移り、サキによる物語が始まる。咲子とサキによって、昼には見えなかった事実や関わり、真相が語られる。人の本質が見える、ファンタスティックでミステリアスな物語。
著者等	著　辻堂ゆめ	
出版社	中央公論新社	
定価	1,700	
対象	高校生～	
発行	2024年4月	（分類番号　９１３）

18		
書名	くちを失くした蝶	竹下ミコトの父は5歳の時に出ていき、専業主婦だった母が働くことになった。しかし、小学3年生頃には母は何日も家を空けるようになり、ミコトは満足な食事もできず邪険にあつかわれる。小中学校でもつらい体験をし、卒業と同時に他県に引っ越したミコトは順調に高校生活をスタートさせたが、経済的な理由で友人の誘いに乗ることが出来ず、生活のために日々アルバイトをこなす。それが周囲にバレて、親友だと思っていた四人に酷いことを言われたミコトは、逃げ出した河川敷で老人に出会う。そして高校三年生の誕生日、ミコトは自殺するつもりで変わらない1日を過ごし、あの河川敷へと向かう。そこで再び老人に会い、思いもよらない真実と生きる力を見出す。恐怖や絶望から抜け出し、生きる答えを見つけていく物語。
著者等	著　星田英利	
出版社	角川書店	
定価	1,600	
対象	高校生～	
発行	2024年9月	（分類番号　９１３）

19		
書名	あいだのわたし	マディーナは15歳の少女。戦争でめちゃくちゃになった自分の故郷からドイツ語を話す国へ、家族と一緒に逃げてきた。現在、一時滞在施設で両親と弟ラミィとアミーナ叔母と一部屋に暮らしている。難民として認定されれば新しい住居が世話され、仕事もできるようになって生活も安定するが、認定されなければ強制送還されてしまう。そんな中、マディーナは施設から地元の学校へ通い、ドイツ語を覚え必死に勉強する。施設や役所で差別的な扱いを受けたり、伝統的な価値観に縛られた父と対立したりしながらも、親友のラウラや親切な何人かの大人たちの手を借りて活路を見出そうとする様子をマディーナは日記に書きつける。大人と子ども、古い世界と新しい世界のあいだで揺れるマディーナの反戦をこめた変化の物語。
著者等	作　ユリア・ラビノヴィチ 訳　細井直子	
出版社	岩波書店	
定価	2,000	
対象	高校生～	
発行	2024年8月	（分類番号　９４３）

20		
書名	君の声が聴きたい	2022年5月、NHKにより「君の声が聴きたい」プロジェクトがスタートする。今年3年目をむかえるこのプロジェクトには40以上の番組が参加し、10代を中心とした若者からたくさんの声が届いている。「もし一つだけ願いが叶うとしたら、あなたは何を願いますか？」「大人や社会に対して、言いたいこと、お願いしたいこと、こうしてほしいということはありますか？」という番組からの質問に多種多様な声が集まり、彼らがいろいろな問題に直面していることが伝わってくる。そして話したくても聴いてくれる場所や人が圧倒的に足りない現状の中で、本書はウェブサイトに寄せられた379の「声」を届ける。現代に生きるリアルな子どもたちの言葉を伝える一冊。
著者等	著　NHK「君の声が聴きたい」プロジェクト	
出版社	双葉社	
定価	1,500	
対象	高校生～	
発行	2024年4月	（分類番号　３６７）