



図書館だより

令和6年3月
八尾高校図書館
13H 北山・久和
14H 扇割・酒井

スポーツに関する本



「中高生のスポーツハローワーク

スポーツを仕事にしたい君へ」

中高生のスポーツハローワーク編集部 Gakken



この本は、「競技者としてでなくとも、スポーツに関わり、やりがいや感動を覚えることができる仕事はたくさんある」ということを中高生に伝えるために作られました。アスリートを直接支える仕事として、監督や理学療法士、管理栄養士など様々なものがあり、それぞれに大切な役割があります。また、アスリートが活躍する環境をつくる役割として、スポーツメーカーで用具を開発する人や大会の企画・運営という仕事もあるということを教えてください。(k)

「栗山ノート」 栗山英樹 光文社

2023年3月22日、侍ジャパンを日本一へ導いた栗山監督の習慣・ルーティーンや、球団を日本一にするための物事への考え方を栗山監督本人が記した本です。子供のころからの「野球ノート」を引用した内容もあり分かりやすいです。監督就任1年目はリーグ優勝を果たしたが翌年には最下位となってしまった。その中で色々な情報を模索してきた監督の言葉が書いてあります。競技の指導者にも見てほしい一冊です。(k)



「基礎から学ぶ！筋力トレーニング」

有賀誠司 ベースボール・マガジン社



僕が紹介するこの本は、いよいよ本格的に部活動が始まってくる運動部の人たちにピッタリの本です。僕がこの本をお勧めする理由は、トレーニングの内容だけでなく、トレーニングを始めるに当たって必要な知識も載っているので、知識不足故の事故を事前に防いでくれる役割を果たしてくれるところです。僕も、この前足首を捻挫し、一週間痛みが引かなかったので、しっかり運動についての知識を深めておくべきだったと枕を濡らしたので、皆さんもこの本を読んで、僕のようにならないように気を付けてください。(0)

「超筋トシが最強のソリューションである
筋肉が人生を変える超・科学的な理由」

Testosterone/久保孝史 文響社

学べる！笑える！泣ける！筋肉がつく！筋トシ系自己啓発書の最高峰、13万部突破のベストセラー「筋トシが最強のソリューションである」が超パワーアップ！この本は、筋トシが持つ素晴らしい効力について書かれた本です。文章内に行間が多く、普段あんまり読書をしない方でも読みやすいように書かれています。時々漫画や著者の名言を踏まえて笑えるところがあります。かと言って完全にふざけている訳ではなく、専門家を交えて過去の実験データも踏まえて本当に効力があることを教えてください。筋トシに少しでも興味がある人、自信がない人は読んでみてください。(s)



令和5年度

個人貸出冊数ランキング！

2年生 1位39冊 2位29冊 3位26冊

1年生 1位27冊 2位9冊 3位7冊 でした！

貸出 BEST 5



エモい古語辞典／わたしの幸せな結婚／そして、バトンは渡された
52ヘルツのクジラたち／六人の嘘つきな大学生

図書館からのお知らせ

3月23日(土)～4月7日(日)まで休館します。
来年度も来館をお待ちしています！