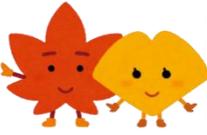


図書館だより

令和7年9月
八尾高校図書委員会
34H 渡辺・窪

スポーツの秋



9月になりましたが、暑さは和らぐことなく秋の訪れが来るのを皆さん待っていることでしょう。今回は、スポーツの秋と題してそんな暑さに負けないスポーツの本を紹介していこうと思います。



「長友佑都体幹トレーニング20」 長友佑都 kkベストセラーズ

長友 佑都は、愛媛県東予市出身のプロサッカー選手でJリーグ・FC東京に所属しています。ポジションはディフェンダー、ミッドフィールダー。日本代表を経験に持っており「ブラボー」が有名です。年齢を重ねても活躍している長友選手のトレーニングが書いてあります。世界的なアーティストの体幹トレーニングを知ることができるので、健康に過ごしたい方やスポーツをしている人にはぜひ読んでほしいです。

「SHO-TIME 3.0

大谷翔平 新天地でつかんだワールドシリーズ初制覇

ビル・プランケット 徳間書店

世界一を獲るために大谷翔平はドジャースという新天地を選びました。しかし、開幕早々に悲しい大事件が彼に襲いかかりました。いったい、大谷翔平は、どのようにしてメンタルとフィジカルを保ち、50—50という MLB 史上初となる歴史的偉業と、悲願のワールドチャンピオンを獲得するに至ったのでしょうか。現地のドジャース番記者が、チームスタッフ、選手たちの証言によって明かす、生きる伝説・オオタニショウヘイの真実の肖像が今明らかになります。また、この本には「SHO-TIME」「SHO-TIME 2.0」という前項本がありそれと一緒に読むと、また大谷翔平のすごさが分かります。



「ハイキュー！！」

古館春一 集英社



幼い頃テレビのバレー中継で小さな巨人が活躍しているのを見た主人公が、憧れの鳥野高校に入学してセッターの影山と全国優勝を目指す物語です。個性的な仲間と共に成長しながら強敵との試合を繰り返します。主人公は身長が小さくバレーでは不利にもかかわらず強くなるようとしており、仲間とともに目標に向かって努力している姿に心が動かされると思います。部活をやっている人や、何か目標をもって取り組んでいる人には特におすすめしたい本です。アニメなどもあるのでぜひ見てみてください。



読書をしようぜ！

「ブッダの智慧で中高生の悩みに答えます」著者 アルボムツレ・スマナサーラ

タイトルの「ブッダ」は仏教の開祖であり、悟りを開き、人々に教え「智慧(ちえ)」を説き続け、仏教の基礎を築いた人物です。「智慧」とは、物事の真実の姿や道理を見極め、正しく判断する能力のことです。知識が「知ること」であるのに対し、智慧は単なる知識ではなく、人生や人間関係において真の幸福を見出すための重要な力とされています。その仏教(智慧)を学んだ著者(長老)が、日本の中高生のよくある悩み(質問)を分かりやすく答えています。本書の質問をいくつか紹介します。

- ・「自分の将来のイメージがつかえません。将来の夢はどのように見つけたらいいですか」
- ・「生きがいの見つけ方を教えてください」
- ・「親は、いつでもなぜおこるのでしょうか、ヒステリックなのでしょうか」
- ・「「病み期が来た」と誰かに相談することは迷惑ですか」
- ・「どうやったら他人や友人からの評価を気にしないで生きることができますか」
- ・「人生で一番幸せは何だと考えますか」



本書の気になる質問の答えから「自分の気づき」をひとつ見つけてください。読者の智慧になるかも。

新着図書紹介

今月の新着図書は校外選書で図書委員が選んだ本が中心です！



〈読んだふりしたけど〉ぶっちゃけよく分からん、あの名作小説を面白く読む方法:三宅香帆		
5分後に意外な結末ベスト・セレクション(心震える赤の巻):桃戸ハル		問題.:早見和真
ブッダの智慧で中高生の悩みに答えます:アルボムツレ・スマナサーラ		のだ:真野 真央
栄養整形外科医の一生折れない骨をつくる「強骨みそ汁」:大友通明		風に恋う:額賀滯
専門医がやっている「がん」にならない50の習慣:佐藤 典宏		冥界転生:眞邊明人
本当の自由を手に入れるお金の大学 改訂版:両@リベ大学長		僕の殺人計画:やがみ
SNS 選挙という罠:自分の頭で考え直すために:物江瀧		SHO-TIME3.0:タカ大丸
すべての人にいい人である必要なんてない:キムユウン		恋のありがち:青春 bot
世界のニュースを日本人は何も知らない:谷本真由美		右園死児報告:真島文吉
エブリトルシング夏休みのキセキ:大村あつし		フラット登山:佐々木俊尚
大谷翔平勇気をくれるメッセージ 80:児玉光雄		なるようになる。:養老孟司
ぼくらは、まだ少し期待している:木地雅映子		1億人の英語習得法:斉藤淳
大の里を育てた(かにや旅館)物語:小林信也		この世の喜びよ:井戸川射子
だから殺し屋は小説を書けない。:岡崎隼人		青く滲んだ月の行方:青羽悠
レミたんのポジティブ思考:土井レミイ杏利		IT 戦争の支配者たち:深田萌絵
物語のある中世ヨーロッパ解剖図鑑:河原温		ヴァイキング解剖図鑑:小澤実
怖い間取り:事故物件怪談 4:松原タニシ		人体、5億年の記憶:布施英利
明日もいっしょに帰りたい:織守きょうや		この恋だけは推理らない:谷夏詠
プレミアリーグ全史 1:ベン・メイブリー		料理山海郷/料理珍味集:博望子
生成AIで世界はこう変わる:今井翔太		14歳からの「孫子の兵法」:齋藤孝
あなたを陰謀論者にする言葉:雨宮純		植物たちに心はあるのか:田中修
長嶋茂雄物語かたり取材記:山田雅人		伝言猫がカフェにいます:標野風
ノーゲーム・ノーライフ 1:榎宮祐		靈感インテグレーション:新名智
完璧な彼女が死にました:此見えこ		茜さす日に嘘を隠して:真下みこと
「迷わない心」のつくり方:稲盛和夫		復讐の準備が整いました:桜井美奈

