

## 【BOOK INFO 2026】

タイトル	著者	出版社	出版年	電子	内容
<b>TOPIC / 話題の本</b>					
少年とクスノキ	東野 圭吾 よしだ るみ	実業之日本社	2025		ベストセラー作家・東野圭吾氏による初の絵本作品。その人の未来を見せるといわれる「クスノキの女神」に出会い、少年はなにを得るのか…。爽やかなタッチが美しい、よしだるみ氏の優しい絵とともに描かれる、大人にこそオススメの物語。
僕には鳥の言葉がわかる	鈴木 俊貴	小学館	2025		著者は何年もの間、地道にシジュウカラの「言語」の研究をし、動物言語学という新たな分野を創設しました。飾らない言葉で描かれた調査の過程と、情熱的な人間性に強く魅せられます。読後には世界が変わって見えるかも。そんな素敵な一冊です。河合隼雄学芸賞ほか数々の賞を受賞した話題作！
ハーバード、スタンフォード、オックスフォード…科学的に証明されたすごい習慣大百科 人生が変わるテクニック112個集めました	堀田 秀吾	SBクリエイティブ	2025		三日坊主のあなたのために！言語学者が、様々な有名研究機関において証明された、ラクに自然習慣化するための112個のテクニックを紹介。 まずは、目次を読む → 気になるページを開く → 太字を読む → ふむふむと思ったら本格的に読む → 自分にとっての習慣を実践！ あなたの人生が変わるかも！
さみしい夜にはペンを持って	古賀 史健	ポプラ社	2023	○	うまく自分の気持ちを表現できない。言葉にしたいのに、まとまらない。悩みを抱えたまま、夜中にもやもやする日はありませんか？そんなときに、そっと力をくれる本です。
<b>MASTERPIECE / 名著</b>					
君たちはどう生きるか	吉野 源三郎	マガジンハウス	2017		「どう生きてゆこうか」「どう生きてゆくのが正しいのだろうか」そんな普遍的な問いにあなたならどう答えるか。出版後80年経った今もお輝き続ける、一度は読んでおきたい、人生の道しるべになるであろう1冊。
思考の整理学	外山 滋比古	筑摩書房	1986		インターネットを使えば簡単に情報を得られる今だからこそ、思考の世界で自分の力で飛び回れる力が必要とされているのでは？刊行から30年以上たった今も読み継がれる名著、ぜひお試しあれ！
道をひらく	松下 幸之助	PHP研究所	1968		パナソニック(旧松下電器産業)グループ創業者の松下幸之助が、自分の体験と人生に対する深い洞察力をもとに綴った短編随想集。1編見開き2ページの短さなので、「道」「心配またよし」「転んでも」など興味を持った単語から気軽に読んでみよう。
<b>CULTURE / 教養</b>					
芸術から空の色まで、世界は「数」できている 明日、誰かに話したくなる数学の話	松岡 学	大和出版	2025		コーヒーに黄金比？色も数なの？この宇宙はどうなっているのか… 美しいものも、目に見えないものも、実は、世界は「数」できているってご存知でしたか？“苦手な人でもハマってしまう、好きな人はもっと前のめり”になれる数学の魅力がたっぷりの本です。
自分のあたりまえを切り崩す文化人類学入門	箕曲 在弘	大和書房	2024		異文化の儀礼や慣習を分析することで、私たち自身の考え方や常識を見つめ直す学問、文化人類学。本書は、この学問の知見をもって、現代日本の「あたりまえ」を問い直します。成人式と就活、そして大人⇄社会人になることについての考察も収録！
半径5メートルのフェイク論「これ、全部フェイクです」	岡田 憲治	東洋経済新報社	2024		あなたの知識は本当に「正しいもの」ですか？他人から言われたことをそのまま信じていませんか？SNS、インフルエンサー、コメンテーター…もっともらしく語られては流れていく「フェイク」情報に騙され、いつの間にか思考を止めてしまわないために、これから社会と戦うためのヒントにして欲しい1冊。
たった3分間のすごい世界 美しい写真でたどる科学の教養	大崎 章弘	えほんの社	2023		人間の体内で、地球上で、宇宙で、「3分間」に何が起きているのでしょうか。私たち人間が、ちょうどよいと感じる「3分間」で切り取ってみると、いろいろなことが見えてきます。
ゼロから楽しむ古生物 姿かたちの移り変わり	土屋 健	技術評論社	2021		現代の生物たちは最初から今の姿ではなく、生き残りをかけてどんどん進化してきました。生命誕生から約40億年。現代を生きる生物の祖先の姿やその進化の過程をわかりやすく解説した本です。
<b>VISUAL / ビジュアル</b>					
きみの価値観を変える風景 世界45カ国をめぐる旅	TABIZINE	パイインターナショナル	2025		世界には暮らしのあり方や宗教の形など、多様性に満ち溢れています。日本国内では見ることができない世界をパスポートなしで感じてみませんか？今の自分を変える新しい価値観を見つけることができるかも。
1日5分で名画をめぐるごほうび美術の旅	らち まゆみ	JTBパブリッシング	2025		世界の名画のポイントを紹介。作品だけでなく、画家の人生やエピソードも掲載されています。スキマ時間で、気軽に芸術を楽しめる素敵な本です。
ほくのへや	伊藤 ハムスター	KADOKAWA	2023		手放して、初めて気づく自分の本当に好きでたいせつなものたち。 あらいぐまくんの「たからものたち」をいっしょに探しながら、あなたの「たからものたち」も改めて考えてみませんか？(探し絵も楽しめる絵本です！)
里山のことは	ネイチャー・プロ編集室	幻冬舎	2009		「枯野(かれの)」「風花(かざはな)」「冬籠(ふゆごもり)」——あたたかくどこか懐かしい里山の写真とともに、美しい日本の言葉がこめられた本。「タイパ」やスマホから離れて、ぼーっと眺めてほしい。日本の情景に癒される1冊です。
<b>HOW TO / 実用</b>					
群れから逸れて生きるための自学自習法	向坂 くら 柳原 浩紀	明石書店	2025		自分の頭で考え、自分の学ぶ力を自ら鍛えていくことが勉強だと著者は言います。それが抵抗する力にもなると。学校での勉強ではなく、自分のために自分ひとりで行うもの。大人の勉強法のひとつとして試してみては？
20代で学んでおきたい33のこと	肘井 学	KADOKAWA	2025		20代は、仕事や結婚など物事を自分で決めることが多くなる年代です。様々な選択に迷う時もあるかもしれませんが。この本は、著者自身の経験をもとに、20代にしかできないことを楽しむヒントが書かれています。人生に悩んだり迷ったりした時におすすめです。

## 【BOOK INFO 2026】

タイトル	著者	出版社	出版年	電子	内容
正しい目玉焼きの作り方 きちんとした大人になるための家庭科の教科書	森下 えみこ	河出書房新社	2025		学校の家庭科で習ったような家事をもう一度勉強して、ひとりでも暮らせる基本的なスキルを身に付けましょう。
キミが信頼されないのは話が「ズレてる」だけなんだ	横山 信弘	すばる舎	2023		人間関係や仕事がうまくいかない…それ「ズレてる」だけなのかも。信頼される人になるにも、ちょっとしたコツが必要みたいです。
推しの素晴らしさを語りたいのに「やばい！」しかでてこない 自分の言葉でつくるオタク文章術	三宅 香帆	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2023	○	推しの素晴らしさを語りたいのにうまく言葉がでてこない、いつも同じ表現になってしまう…そんなもどかしさを抱えている人へ。「自分の言葉をつくる」ための言語化のコツを教えてくれる実用書です。現代社会で役立つ発信スキルを身に付けましょう！
<b>HOMETOWN / 故郷</b>					
明治のナイチンゲール大関和物語	田中 ひかる	中央公論新社	2023		栃木県の偉人・大関和の評伝です。本書は、下野国黒羽藩(現栃木県大田原市)に生まれ、当時はまだ社会的地位の低かった看護師となり、職業の制度化と技術の向上に尽力した彼女の人生を描きます。2026年のNHK連続テレビ小説「風、薫る」の原案作品です。
負けるな！ギョーザランド！！	いちごとまるがおさん	小学館	2025		宇都宮の餃子や佐野のいもフライ、鹿沼の大麻草(野州麻)などの歴史を学び、魅力を知ることのできる一冊。栃木だけでなく群馬・茨城・埼玉の個性豊かなキャラクターが登場し、マンガ形式で紹介。
栃木カフェごよみ	ゆたり編集室	メイツユニバーサルコンテンツ	2025		宇都宮市をはじめ、栃木県内のすてきなカフェを紹介！お店のこだわりのつまごはんやおかしは、読んでいるだけで思わずお腹が空いてしまうかも。この本を持って気になるお店を巡ってみよう！
<b>STORY・ESSAY / 物語・随筆</b>					
女の国会	新川 帆立	幻冬舎	2024		昨年、高市早苗氏が女性初の内閣総理大臣に選ばれましたが、本書は女性政治家を中心とした政治ミステリーです。政治の世界で、「女性はあくまでピンチヒッターなの。困ったときだけ、目新しい印象を与えたいときだけ、女性を入れればいい」(p.67)という作中の言葉が、はやくフィクションの世界だけのものとなることを願います。
すばらしき新式食 SFごはんアンソロジー	新井 素子ほか	集英社オレンジ文庫	2025		『宝石商リチャード氏の謎鑑定』シリーズの辻村七子氏や、『これは経費で落ちません！』シリーズの青木祐子氏など、8人の作者がごはんをSFをテーマにして書いた物語のアンソロジー。ちょっとした空き時間に楽しめる、素敵な短編集です。
地雷グリコ	青崎 有吾	KADOKAWA	2025	○	グリコ、じゃんけん、だるまさんがころんだ…誰もが知る遊びが壮絶な頭脳バトルに！ゆるい女子高生・真兇が、次々と勝負ごとに巻き込まれ、バトル漫画ながらに強者を打ち破っていく短編集。ゲーム、スリル、青春、このキーワードにピンときた方へ。
54字の物語 意味がわかるとゾクゾクする超短編集小説	氏田 雄介	PHP研究所	2018		一つの話が54字の短編集小説です。意味がわかるとゾクゾクする話や、なるほど！と納得する話など、盛りだくさん♪スキマ時間の読書に最適です。シリーズあります。

「電子」の欄に○がついている本は宇都宮市電子図書館で、電子書籍としても読むことができます！

宇都宮市電子図書館はこちら →

