

MIYATEEN XVII

ことばの薬箱
くあなたに本の処方箋く

17
Vol.

宇都宮の高校生のための
読書情報誌

ほっこりしたいとき

『満月珈琲店の星詠み』

(文春文庫)

望月麻衣／著 桜田千尋／画 文藝春秋

満月の夜に気まぐれに現れるカフェ「満月珈琲店」は、猫の店員たちが営む不思議なお店。占星術が得意な三毛猫のマスターが、悩みを抱えたお客さんたちの星を詠み、幻想的なスイーツを振る舞う。人生に迷った人々の心を癒す、珠玉のスイーツ小説。



日常に少し疲れてしまったあなたにぜひ読んでほしい1冊。見ているだけでお腹がすいてくる美しいスイーツのイラストに、気持ちが少し前向きになれる物語。きっとあなたの心の癒やしになるでしょう。(Uz)



『ランチ酒』

原田ひ香／著 祥伝社

アラサーバツイチである主人公の犬森祥子は、「見守り屋」という夜から朝にかけて依頼人を見守る仕事をしている。そんな彼女の楽しみは仕事終わりのランチ酒。美味しい料理と一杯の酒を味わいながら娘との関係や過去を見つめ直していく心温まる話。



私の思うこの話の見どころは、主人公である犬森祥子がランチを楽しむ場面です。絵などは一切ないのに、その料理の見た目や味がぱっと思い浮かび、とても食欲をそそられます！(たると)



『木曜日にはココアを』

青山美智子／著 宝島社

「僕」が勤めている「マーブルカフェ」に来たお客さん達の物語です。常連であるココアさんから派生して明らかになっていく人間関係に引き込まれます。息子のお弁当を初めて作るキャリアウーマンや、厳しい先輩の先生のもとで働く幼稚園の新米先生など、人知れず頑張っている12人の温かな物語です。



複数の短編から成っているので、本が苦手な方や感動系が好きな方におすすめです。人の優しさに触れられる1冊となっています。12人の温かな物語をぜひ見届けてみてください。(あめ)



『博士の愛した数式』

(新潮文庫)

小川洋子／著 新潮社

不慮の事故で記憶が80分しか持たないという障害を負ってしまった「博士」と、その博士の家政婦として働く主人公とその息子が織りなす温かい関係性を描いた作品です。博士が数式と称した不器用な愛情と、それに込められた真の意図。じっくり読めば読むほど、新しい視点が見つかって温かい気持ちになれる、優しい作品です。



博士と家政婦とその息子の関係性を見てみると、とても心が温かくなります。特に印象に残ったのがラストシーンです。とても素敵な最後だったので、ぜひ最後まで読んでください！(浅葱)



『猫を処方いたします。』

(PHP文芸文庫)

石田祥／著 PHP 研究所

様々な心の悩みを抱えた人が「中京こころの病院」に訪れます。訪れた人にノリの軽い医者が処方するのは薬ではなく、本物の「猫」でした。決められた期間、猫を「服用」する人たちは、猫と共に暮らすことで少しずつ心が変化していきます。そして、医者が猫を処方するには理由があるという心温まる物語です。



とても温かくて癒されました。猫を処方されて変わっていく人の心は印象的でした。物語の大筋はあらすじの通りですが、だんだんと伏線が張られ、最後の展開に驚きました。猫好きの方にぜひ読んでもらいたいです。(みかん)



『麦本三步の好きなもの』

住野よる／著 幻冬舎

図書館司書として働く麦本三步の日常には、好きなものがあふれている。何も特別なことは起こらないけれど、ささやかな幸せに満ちた日々。チーズ蒸しパン、寝坊、本、漫画など、好きなものに囲まれた生活を送る彼女の生活は確かに輝いている。



自然体の自分のまま生きる麦本三步の物語にクスッと笑って、どこか肩の力が抜ける短編集。軽やかに読みやすい文体なので、普段あまり本を読まない人にもおすすめです。(moca)

ときめき



『ヴァイオレット・エヴァーガーデン 上・下』

(KA エスマ文庫)

暁佳奈／著 高瀬亜貴子／イラスト
京都アニメーション

感情を持たない「武器」として育てられた、元兵士の少女ヴァイオレット。戦後、彼女は「自動手記人形」と呼ばれる手紙の代筆業に従事しながら、かつて大切なギルベルト少佐に告げられた「愛している」という言葉の意味を探している。「武器」として育てられた少女の「愛」を知るまでの物語。



この本はアニメ映画化もされており、本を読むことが苦手な方でも手に取りやすいと思います！美しい挿絵などもぜひ注目しながら読んでみてください。(夜風)



『わたしの幸せな結婚』

(富士見L文庫)

顎木あくみ／著 月岡月穂／イラスト
KADOKAWA

名家に生まれた美世は、実母を早く亡くし、継母と異母妹に虐げられて育った。嫁入りを命じられたかと思えば、相手は冷酷無慈悲とうわさの若き軍人、清霞。初めは冷たく当たられていたが次第に…。少女が愛されて幸せになるまでの物語。



主人公の美世は意志が弱いかと思っても、強かなところがあって、儂くもしっかりとした女性です。和風のシンデレラストoryはいかががでしょうか…？(夜風)



『オートリバーズ』

高崎卓馬／著 中央公論新社

1980年代のアイドルと親衛隊の全盛期。デビュー直後の小泉今日子を1位にするという熱い2人が織りなす物語。熱狂的な時代を背景に、友情、恋、憧れが複雑に絡み合い、衝突する2人の青春が想像できない結末へと向かっていく。



この本は著者が小泉今日子や関係者から話を聞き、書かれた作品です。2人がアイドルに夢をもらったように、今の表現で言えば、“推し”に夢をもらい、推しの為に何かを頑張るというのも1つの青春で、ときめきだと感じました。(みかん)



『宝石商リチャード氏の謎鑑定』

(集英社オレンジ文庫)

辻村七子／著 集英社

大学生の正義はある日、酔っ払いに絡まれていた美貌の宝石商、リチャードを助ける。彼に祖母の遺品であるピンクサファイアの鑑定を依頼した正義だったが、どうやら宝石には秘められていた、ある「秘密」があるようで…。美しい宝石に宿る謎を、正反対の2人が鮮やかに解き明かしていくミステリー。



宝石を通して繋がる2人の関係がとても魅力的。あなたもきっと美しい宝石商の華麗な謎解きにときめくこと間違いなし！「美しさ」とは何なのかについても深く考えさせられる作品です。(moca)



『小説 秒速5センチメートル』

(新海誠ライブラリー)

新海誠／著 汐文社

小学生のころから仲の良かった貴樹と明里。しかし、2人は明里の転校によって離れ離れになってしまいます。この本は、「2人の小学生から中学生時代」・「貴樹の高校生時代」そして、「大人になった2人」の3編の短編で構成されています。2人の淡い恋心の結末をぜひ見届けてください。



この本は、景色の描写の表現がとても繊細で綺麗で人物の心情が伝わってくるところや、自分がいつの時代に読むのかによって考え方の視点が全く違うものになるということが素晴らしいと思いました。(わらびもふい)



『やさしい日本語 ー多文化共生社会へー』

(岩波新書)

庵功雄／著 岩波書店

著者は、多文化共生が進む日本において、共通言語として英語や日本語ではなく、「やさしい日本語」が最適であると述べています。外国語話者だけではなく、障がい者や日本語を母国語とする者にとって、やさしい日本語がもつ意義とは何でしょうか。



国語の問題で出会ったことをきっかけに、本書を手に取りました。具体例を挙げて、やさしい日本語の必要性が分かりやすく説かれているため、社会包括に興味を持ち始めた高校生にぴったりな1冊です。(ねぎ)

落ち込んだとき



『キノの旅
the Beautiful World』
(電撃文庫)
時雨沢恵一／著 黒星紅白／イラスト
KADOKAWA

いろんな国を旅しているキノと言葉を話す二輪車のエルメス。そんな2人は、訪れた国には3日間しか滞在しないという独自のルールによる旅を通し、その国の文化や生活にふれて何を思うのか。キノと一緒に旅をすることで、自分には無い考え方に気づかせてくれる物語です。



キノが訪れる国には、自分には無い様々な考え方を知ることができ、新しい視野も届けてくれます。落ち込んでいる人にこそ届いてほしいと思います。(わらびもふい)



『ガラスの海を渡る舟』
寺地はるな／著 PHP 研究所

大阪に住んでいた兄妹、道と羽衣子は、亡くなった祖父のガラス工房を継ぐことになる。周囲と同じことができない道と、何事も平均的にしかできない羽衣子。正反対の性格を持つ二人が、ガラスの骨つぼの製作を通して成長していく物語。



この物語は単なるガラス作りの話ではなく、自分に自信が持てないとき、そっと背中を押してくれます。ぜひ一度手にとってみてください！(たると)



『嫌われる勇気
自己啓発の源流「アドラー」の教え』
岸見一郎／著 古賀史健／著
ダイヤモンド社

アドラーの心理学について、小説のような形式でわかりやすく書かれている、現代人の悩みに寄り添った1冊です。人の顔色をうかがいすぎて疲れてしまったり、人間関係に不安を抱えていたりする人におすすめの1冊です。



私はこの本を読んで価値観が変わりました。この本を読む前は少し生きづらさを感じていたのに読んだあとは曇った視界が晴れるように心がスッキリしました。ぜひ一度読んでみてほしい1冊です。(浅葱)



『こちらあみ子』 (ちくま文庫)
今村夏子／著 筑摩書房

少し風変わりな少女・あみ子。優しい父や兄、お腹に赤ちゃんがいる母、同じクラスで大好きな、のり君。純真無垢な「あみ子」の行動が周囲を巻き込み、日常を少しずつ歪めていく。彼女の目線で鮮烈に描き出された、今村夏子のデビュー作。



懐かしく温もりのある描写と、あまりの純粋さから冷たく見えてしまう「あみ子」の態度とが鮮やかなコントラストをなしていて、「とんでもない本を読んだな」と思いました。長いようで一瞬で読めるので、是非お気軽に。(すぐり)



『対岸の家事』 (講談社文庫)
朱野帰子／著 講談社

専業主婦の詩穂は、毎日子どもの母と2人だけ。周りは家事・子育てをしながら働く人が多い世の中で、詩穂は娘と2人、取り残されたような気分になります。専業主婦にも悩みがあるように、性別や立場が違う「だれか」にもきつと悩みはある。そんな「だれか」に優しく寄り添い段々と周りの人を変えていく。



思い詰めていても気づいてくれる。助けてくれる。そんな人がいるだけで、心は温かくなり、安心すると思います。家事をしてきている親に感謝すると同時に、自分が誰かを支えられる人になりたいと思いました。(わらびもふい)



『虹の岬の喫茶店』 (幻冬舎文庫)
森沢明夫／著 幻冬舎

小さな岬の先端にある喫茶店。そこでは美味しいコーヒーとともに、お客さんと人生に寄り添う音楽を選曲してくれる。この店を訪れる心に傷を抱えた人々。女店主のやさしさが心に染み入り、温かな感動で満たされる癒しの物語。



喫茶店を訪れた人々が女店主のコーヒーと音楽、そしてなによりも、そのやさしさで心の傷を癒して前へ進んでいく様子にとっても心温まりました。(みかん)

勇気がほしいとき



『舟を編む』 (光文社文庫)

三浦しをん／著 光文社

大手出版社で働く、馬締光也が「大渡海」という辞書を作るために奮闘するお話です。個性的な社員たちの情熱と、馬締の不器用すぎる恋心が描かれた作品です。泣けて、笑えて、ほっこりする。そんなお話です。



場面ごとに主人公が変わるので、読んでいて飽きない作品です。登場人物たちの情熱に、思わず涙してしまいました。そして、辞書を作るために奮闘する登場人物たちを見ていると、自分も頑張らなきゃと、心に火がつかます。(浅葱)



『夜明けのすべて』 (文春文庫)

瀬尾まいこ／著 文藝春秋

月に一度のPMS(月経前症候群)でイライラがなかなか抑えられない美紗。無気力でやる気がないと思っていた同僚の山添は、ある日突然パニック障害になり、生きがいも気力も失っていた過去があった。周りになかなか理解されづらい生きづらさを抱える2人は、互いに助け合い、支え合い、日々を乗り越えていく。



相手を「どうせ、こうだろう」と決めつけるのではなく、少しでも相手のことを理解しようとする心遣いが大切だと教えてくれる。さらに、2人が支え合う姿に心がふと優しくなれる物語だと思います。(わらびもふい)



『かかみの孤城』

辻村深月／著 ポプラ社

中学生のころは学校に居場所を無くし、部屋にこもる日々を送っていた。そんなある日、部屋の鏡が突如として光を放ち始める。鏡の中に吸い込まれるように入っていくと、そこには、おとぎ話に出てくるお城のような建物と、6人の見知らぬ中学生、そして自らをオオカミと名乗る少女がいた…。



伏線が多くあり、最後にすべてが解き明かされる場所がおすすめです。現代社会の問題の1つでもある「いじめ」について、ほんの少しでもこの本を通して触れてみてはいかがでしょうか。(夜凧)



『21 Lessons 21世紀の人類のための21の思考』

ユヴァル・ノア・ハラリ／著 柴田裕之／訳 河出書房新社

歴史学者ハラリ氏が、私たち人類が直面している21の重要課題を取り上げ、正解の見えない今の時代に、どのように思考し行動すべきかを問う1冊です。



移民章内の「人種差別から文化差別へ」という節が強く印象に残りました。災害や戦争などの有事によって日本人も他国の移民になり得る時代だからこそ、自分事として目を背けずに深く考える必要があると感じました。(ねぎ)



『成瀬は天下を取りに行く』

宮島未奈／著 新潮社

滋賀県に住む主人公の成瀬あかりは、とにかく変なことを言い出す。中2の夏は閉店する西武に毎日通ったり、高1の春は坊主にしたり、と自分がやりたいことに向かってまっすぐ突き進む成瀬。いつのまにか自分の周りの人にも影響を与えていく成瀬の学生時代の物語。



後の結果や後悔など、細かいことを気にせず堂々と突き進んでいく成瀬に魅了されました。やりたいことへの1歩がまだ怖くて踏み出せない方や、元気をもらいたい方におすすめです。(あめ)



『塞王の楯 上・下』 (集英社文庫)

今村翔吾／著 集英社

主人公の匡介は石垣作りの職人集団「穴太衆」の飛田屋で育ち、絶対に破られない「最強の楯」である石垣を作れば、戦を無くせると考えた。一方、「至高の矛」である鉄砲を作り、恐怖で戦を阻止できると考える国友衆の彦九郎。関ヶ原の戦いの前哨戦となる大津城の戦いを舞台に、「最強の楯」と「至高の矛」が激突する。



戦の無い世を目指して相反する方法で高みを目指す2人の最初で最後の対決は圧巻でも高揚しました。それぞれの信念のために命を懸けて戦う姿に感動しました。(みかん)



別世界に行きたいとき



『魔女の子供はやってこない』

(角川ホラー文庫)

矢部嵩／著 小島アジコ／イラスト
KADOKAWA

「606号室まで届けてください。お礼します。魔女」と書かれたステッキを拾った小学生の夏子。不思議に思いながら友達5人と部屋を訪ねるが、奇天烈な魔女の早とちりと暴走であつという間に2人が殺されてしまい、パニックに。反省した魔女のお詫びの提案とは一。



感想 夏子ちゃんたちの小学生らしい無邪気でけろっとしたテンションのまま、真っ黒血みどろ事件が次々解決(?)されていくところが闇深く、それでいて超キュートな1冊。気持ち悪さが癖になる感覚を味わってみませんか? (すぐり)



『白線以外、踏んだらアウト』

田丸雅智／著 光文社

ネクスト星新一との呼び声が高い田丸雅智の作品は、日常の中の非日常の捉え方が愉快! 風刺色が強い星新一とはまた毛色の違う、迷信をアレンジした、ほっこり優しい気持ちになれるSF現代ショートショートです。



感想 「道路の白線を踏み外したら死ぬ」幼い頃、誰もがこんなひとり遊びをしたのではないのでしょうか? ちよつと疲れたときにでも、小学生に戻った気分でサラッと読んで、クスッと笑えるそんな1冊です。 (ねぎ)



『煌夜祭』

(中公文庫)

多崎礼／著 中央公論新社

舞台は死の海に浮かぶ十八諸島。語り部たちは年に一度、冬至の晩に開かれる煌夜祭で恐ろしくも美しい魔物たちの物語を語り始める。なぜ魔物は人を食べるのか。語り部たちの正体とは何なのか。その謎が明かされる時、あなたもきつと魔物の愛と哀しみに涙せずにはいられないはず。



感想 独特の世界観と複雑に隠された伏線が魅力の1冊。読み終わった後も、なかなか現実世界に帰って来られないかもしれません。重厚なファンタジーを味わいたいときにどうぞ。 (moca)



『精霊の守り人』

上橋菜穂子／作 二木真希子／絵 偕成社

腕利きの女用心棒・バルサは新ヨゴ皇国の皇子・チャグムの命を助けたことがきっかけで、チャグムの用心棒をつとめることになる。ある事情によって、実の父である帝から命を狙われるチャグム。差し向けられた刺客を掻い潜った先で、2人を待ち受ける運命とは…。壮大な冒険譚が今、始まる。



感想 書かれた言葉の端々から、バルサたちの生活感が伝わってきて、とても魅力的な作品です。はじめは心を閉ざしていたチャグムが、成長とともにバルサに信頼を寄せていく様子も見どころです! (Uz)



『ミミズクと夜の王』 (電撃文庫)

紅玉いづき／著 磯野宏夫／イラスト
KADOKAWA

ある夜、魔物のはびこる森にミミズクと名乗る少女が現れる。奴隷として生きてきた彼女は、その森の奥深くにいる強大な力をもつ恐ろしい魔物・夜の王に自分のことを食べてほしいと懇願する。そんな2人の崩壊と再生の物語。



感想 すごく幻想的で素敵な話で、読破後の切なくも温かい感覚が忘れられません。ファンタジーが好きな人にはぜひとも読んでほしい1冊です! (たると)



『妖精配給会社』 (新潮文庫)

星新一／著 新潮社

突然地球に現れた妖精は孤独な人々に寄り添い、たえず感謝し、褒めたたえてくれる。しかもその声は耳の奥をくすぐるような声だという。妖精配給会社に勤める耳の不自由な老社員が仕事を通して妖精たちの企みに勤づいていく。人間を敬い、従う妖精たちの企みとは…?



感想 結末の予測ができない不思議な物語が多く収録されています。私たちの世界でももしかしたら起こるかもしれません。星さんの不思議な世界観という別世界をぜひお楽しみください。 (あめ)



眠れないとき



『さみしい夜にはペンを持て』

古賀史健／著 ならの／絵 ポプラ社

悩めるタコの中学生、タコジローは学校でも家でもどこか息苦しさを感じていた。学校をサボってしまったある日、タコジローはヤドカリのおじさんに出会い、日記を書くことを勧められる。書くことを通して自分自身を見つめ直していったタコジローが見つけた「答え」とは？



自分の気持ちを言葉にすることの大切さや文章を書くことの面白さが分かりやすい言葉とかわいい絵で描かれています。心がぐるぐるして眠れない夜に、あなたも気持ちを言葉にしてみませんか？
(moca)



『よるのばけもの』

住野よる／著 双葉社

「夜になると、僕は化け物になる。」深夜になると、得体の知れない化け物に姿が変わる安達。ある日、化け物の姿で夜の学校に忍びこんだ安達は、クラスでいじめられている女子・矢野さつきと遭遇する。昼は被害者と傍観者でしかなかった2人の関係は、夜の出会いを機に、徐々に変化していき…。



安達の中から見た学校生活と、ひしひしと伝わってくる息苦しき。「自分らしく生きること」について考えさせてくれる1冊です。
(Uz)



『高校生からの法学入門』

中央大学法学部／編 中央大学出版部

SNS、18歳選挙権、ブラックバイトなど、高校生でも身近に感じられる話題から、法学部で実際に教鞭をとる教授陣が私たち高校生を法学の道へ誘います。



成年年齢が18歳に引き下げられ、高校3年生にも自由という名の責任が与えられました。今まで法を意識して生活していませんでしたが、本書で自分と法との距離を縮め、「法的なものの考え方」を培いたいと考えました。
(ねぎ)



『コーヒーが冷めないうちに』

川口俊和／著 サンマーク出版

舞台とはある街の喫茶店。そこには「ある席に座れば、望んだ過去に戻れる」という都市伝説があった。そんな喫茶店を訪れる、過去に思いを抱く人々を描いた心温まる物語。



この物語は過去は変えられずとも人の気持ちは変えることができるということを教えてくれました。過去につらいことがあって眠れない夜にぜひ読んでほしい1冊です。
(たると)



『給食アンサンブル』

如月かずさ／著 光村図書出版

転校先の学校に馴染むのを拒む美貴、子どもっぽいのがコンプレックスの桃など、様々な悩みを抱えている6人の中学生に焦点を当てた作品です。短編集のような形式で、サクッと読めますが、それぞれつながりがあるので、物語としての深みと読みやすさを両立している作品です。



中学生たちの感情の明るさと暗さがリアルに描かれています。それぞれの章を読み終わったらとてもほっこりできる作品なのでおすすめです！短編集のような形式なので、普段あまり本を読まない人でも読みやすいと思います。
(浅葱)



『檸檬』

(角川文庫)

梶井基次郎／著 KADOKAWA

※カバーの絵柄は(株)かまわぬの風呂敷柄を使用しています。

体調が悪いと、美しいものを眺めたくなくなる。だが、馴染みの丸善に足を運ぶのもここ最近では億劫でならなかった。ある日買った檸檬の鮮やかさや香りに刺激され、私はそれを丸善の棚にそっと置いて、店を後にする。鋭く繊細な感性で描かれる表題作に続き、「Kの昇天」・「桜の樹の下には」などの名作を収録。



一言一句が美しく、読んでいて贅沢をしているような気持ちにしてくれる1冊です。読んでみると、気付けば心が透き通り、満たされている……。そんな本を求めている方、ここでは『檸檬』を読んでみてはいかがでしょうか。
(すぐり)



編集委員紹介 EDITOR'S NOTE

- ・ペンネーム
- ・役割[担当]
- ・学校
- ・感想



ねぎ 編集長

宇都宮短期大学附属高等学校
3年間楽しく活動できました。
MIYATEEN 大好きです!



moca 副編集長

宇都宮中央高等学校
編集委員のみなさんと活動でき
て楽しかったです。



たると 書記

宇都宮短期大学附属高等学校
初参加でしたが楽しく活動する
ことができました。



あめ 書記

文星芸術大学附属高等学校
初めて参加しましたが、皆さんと一緒に
作業できてとても楽しかったです。



すぐり イラスト

宇都宮北高等学校
とっても楽しいので是非参加して
みてください!!



あらびもふい イラスト

宇都宮商業高等学校
2年目も読んだことのない本にた
くさん出会えて幸せでした!



浅葱 イラスト

宇都宮女子高等学校
本が好きな人たちと交流ができ
て楽しかったです!



Uz ページリーダー

作新学院高等学校
活動を通じて新たな出会い・経験がた
くさんありました。楽しかったです。



夜凧 ページリーダー

宇都宮南高等学校
2度目の編集委員も楽しかった
です!



みかん ページリーダー

宇都宮クラーク高等専修学校
私の好きな本をたくさんの方々に
読んでもらえたら嬉しいです。

編集委員募集

あなたも本の紹介をしてみませんか? 次号Vol.18でも高校生編集委員を募集します。本好きの高校生の皆さん、ぜひご参加ください! 詳しくは中央図書館まで。

要チェック!!

24時間いつでもどこでも!

「宇都宮市電子図書館」

MIYATEENで紹介している本の一部が電子書籍で読めます。

「電子図書館」



詳しくはこちら!

読めば
愉快だ
宇都宮

UTSUNOMIYA

宇都宮の高校生の
ための読書情報誌

MIYATEEN Vol.17



リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

発行 令和8年3月 編集 MIYATEEN編集委員

お問い合わせ 〒320-0845 宇都宮市明保野町7-57 宇都宮市立中央図書館 TEL028-636-0231