

高校生への**おすすめ本**リスト

ノンフィクション編



難易度について

……………高校生がやさしく読める本

……………高校生に適した本

……………高校生にできればチャレンジしてほしい本

本を味方につける本 自分が変わる読書術

永江朗 / 著

河出書房新社 2012年 01ナ



何かを考えるとき、本はヒントを与えてくれる。でも、世の中には、たくさん本がある。どうすれば、本を味方にすることができるか。

本は探さなくてもいい、本屋さんの本棚を眺めていると本が向こうからやってくる。バラバラにして持ち歩いてもいい、忘れてもいい、歯磨きをしながら読んでもいい。

本読みのプロが、本の探し方や楽しみ方など本とうまく付き合い、手なずけるコツを大公開。

悩む力

姜尚中 / 著

集英社 2008年 159カ



「私とは何か」「世の中すべて金なのか」「何のために働くのか」「なぜ死んではいけないか」など、誰もが一度は悩んだことがあるテーマについて、政治学者である著者が、文豪夏目漱石と社会学者マックス・ウェーバーをヒントに考える1冊。

必ずしも解決策があるわけではない難問ばかりだが、今を生きる人たちが、悩みながら真の強さを手に入れるための提言にあふれている。

誰も戦争を覚えてくれなかった

古市憲寿 / 著

講談社 2013年 209フ



終戦から40年が経過した1985年に生まれた著者が、さまざまな国の戦争博物館・平和博物館を訪れ、国家がどのように戦争を後世の人々に伝えたいのか考察する。

第2次世界大戦で日本に勝利した国、アメリカと中国の戦争博物館の描く物語からは、両国家の対日観が可視化されている。歴史にはいくつもの描き方があり、たった一つの真実としての歴史を描くことは非常に難しい。階級や年齢、性別、所在地などによって、戦争の姿はまるで違うものとして認識されている。

宗像遺産 文化遺産編

西谷正 / 監修

宗像市 2007年 219ム



地理的条件を背景に、海の要衝として古代から連綿と歴史を刻んできた宗像。ここには、「海の正倉院」と呼ばれる沖ノ島からのおびただしい出土品をはじめ、歴史をひもとく上で見逃せない文化遺産が数多く遺されている。

宗像の永い歴史と、海を舞台に生きた人々の息吹を感じさせる貴重な品々を網羅した1冊。

他に、自然遺産編、暮らし遺産編がある。

ロケットボーイズ 上・下

ホーマー・ヒッカム・ジュニア / 著
草思社 2000年 289.3ヒ



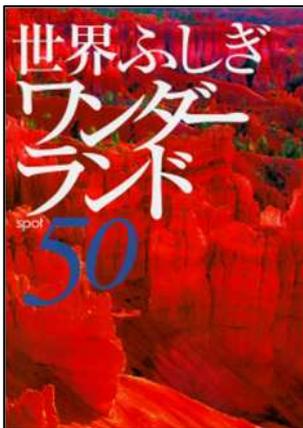
NASA の元エンジニアが、ロケットづくりに打ち込んだ高校生時代の姿を描いた作品。

アメリカの炭鉱の町に生まれた著者が、幼なじみの仲間たちとアルミ管に火薬をつめて飛ばす実験をはじめ。失敗を繰り返しながらも、工夫を重ねてロケットを作っていく。やがて学校の先生や町の人々の応援を得られるようになり、さびれていく町の希望となる。

また、反対している父との対立をこえ、精神的にも成長し、やがて夢をかなえていく。

世界ふしぎワンダーランドspot50

渋谷育由 / 編
河出書房新社 2011年 290セ



世界各地の不思議な絶景ポイント 50 をおさめた写真集。

スペイン北部の郊外に立つ水道橋が陽を受け、光と影が美しく、まるで幻想的な絵画を見ているような荒野の風景。オーストリア、ホーエンザルツブルク城の裏手のふもとに広がる草原に世界一美しい十字架と言われるドラマティックな道。スケールの大きいアメリカの国立公園、ブライスキャニオン。龍が舞っているようにも見える秋の陽を受けて雲海に浮かぶ万里の長城など、世界各地の不思議な風景を見ることができる。

アグルーカの行方 129人全員死亡、フランクリン隊が見た北極

角幡唯介 / 著

集英社 2012年 297カ



「アグルーカ」とは、北極の先住民イヌイットが、体格が大きく大胆な行動をとる男に対して付けた呼び名。

19世紀半ば、ヨーロッパとアジア大陸を結ぶ幻の北西航路を発見するため北極圏を探検したイギリスのフランクリン隊は、目的を果たせないまま全員が消息を絶った。なぜ彼らは全滅しなければならなかったのか、彼らが見たであろう風景を自分の目で確かめたい。著者はフランクリン隊の足跡をたどり、自力で橇そりを引き、徒歩で1600キロを踏破する。極限の寒さ、行く手を阻む乱氷帯、北極熊の脅威、飢えなどに苦しみながらも、「アグルーカ」と呼ばれた隊員とフランクリン隊全滅への考察を深めていく。

ルポ貧困大国アメリカ

堤未果 / 著

岩波書店 2010年 302ツ



経済危機後のアメリカでは、社会の貧困化が加速している。職がないにも関わらず、学資ローンに追い立てられる若者たち。老後の生活設計が崩れ、絶望の淵に立たされた高齢者たち。教育や年金、医療、刑務所までが商品化され、巨大マーケットに飲み込まれている。オバマ大統領の登場で状況は変わったのか。人々の肉声を通して、オバマ就任後1年のアメリカを活写するルポの第2部。

急激に進む社会の二極化の中で追いやられる人々の肉声を通して、その現状を報告する第1部。あらゆるものが巨大企業にのまれ、株式会社化が加速する世界の中で、日本の近未来を予言する完結編『(株)貧困大国アメリカ』あり。

池上彰の政治の学校

池上彰 / 著

朝日新聞出版 2013年 312頁



国民が政治に参加するために、自分たちの代表を選ぶ選挙。若者を中心に、日本人は選挙に興味を示さなくなり、投票率が下がっている。

高齢者は若者よりも選挙に行く人が多いので、政治家は高齢者が損をする政策を先送りする。もし、政治家が若者たちの票によって当選できると思えば、若者のための政治改革が進むのではないか。

アメリカやデンマークなど、外国の政治の例を挙げながら、日本の政治の基本的な仕組みを解説した1冊。

法とは何か 法思想史入門

長谷部恭男 / 著

河出書房新社 2011年 321頁



法と道德の關係を中心に、ホッブス、ロック、ルソー、カントなど先人の思想家たちの系譜を読み解き、時に現代の問題を例に挙げながら、どうして人間の社会には法があるのか、その成り立ちから説明している。教科書に必ず出てくる思想家について書かれた法思想史の入門書である。

各章ごとに、参考文献についても解説しているので、取り上げられた思想家に興味を持ったら、この文献を読むこともできる。

高校生からわかるマクロ・ミクロ経済学

菅原晃 / 著

河出書房新社 2013年 331ス



工務店は家を建てる時、全てを自分でやると時間がかかり非効率なので、電気・畳・ガラスなどは専門業者から買う。自動車メーカーは車を生産し、売ったお金で会社に必要なものを買う。このような社会的分業は、国家間では貿易と呼ばれ、自給自足するよりも豊かな消費生活となっている。

経済の基礎知識について、現役の高校教師が具体例を挙げて、教科書・資料集に出てくる用語で解説した入門書。

東日本大震災 報道写真全記録 2011.3.11 - 4.11

朝日新聞社・朝日新聞出版 / 著

朝日新聞出版 2011年 369ヒ



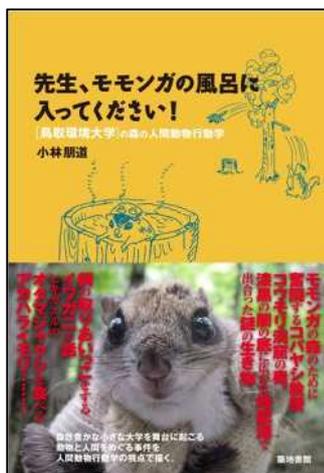
2011年3月11日の東日本大震災発生直後から一ヶ月間の記録。報道カメラマンたちが撮影した写真を中心に、地震と巨大津波の衝撃、原発事故、放射能の拡散について、発生日時と事後対応を分単位で記した記録も掲載。時間を追うごとに災害の甚大さが浮き彫りになっていく。

200枚を超える写真には、被害の惨状と、被災の苦しみに向き合わざるをえなくなった人々の姿が写し出され、大震災の脅威が伝わる。

先生、モモンガの風呂に入ってください！

小林朋道 / 著

築地書館 2012年 481頁



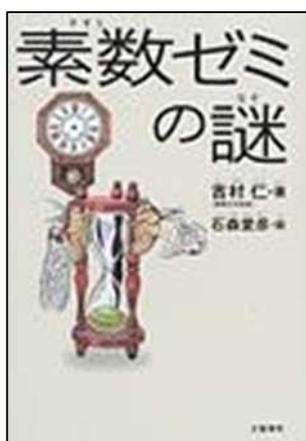
「モンマルトル通りの石造りの家の窓から、おしゃれな女性が通りを眺めているような」感じで、人間を見つめている動物。鳥取環境大学で動物行動学を専門に研究している小林さんと、野生のモモンガとの出会いの瞬間。その2ヵ月後、小林さんは同じ場所で、モモンガの巣を発見する。巣の中には、まだ毛も生えていない、目も開いていない子どもがいた。巣からでてきた母モモンガの写真からは、子どもを守ろうとする親の気迫が感じられる。

人間と動物をめぐる珍事件を人間動物行動学の視点から描いた「先生！」シリーズの6巻目。

素数ゼミの謎

吉村仁 / 著

文藝春秋 2005年 48頁



アメリカに、羽化するまで13年あるいは17年もの長い年月を地中で過ごす不思議なセミが生息する。素数の年数を経て大発生するこのセミを著者は「素数ゼミ」と名付けた。なぜ12年や16年ではなく、13年と17年に一度しか地上に出てこないのか、なぜ長年をかけて成虫になるのか、なぜ同じ場所で大発生するのか、昔から多くの科学者が取り組んできたこの謎を、著者は初めて解き明かした。

「素数ゼミ」の謎を追究することで、地球の歴史、数学、生物の「進化」が深く結びついていることが見えてくる。

病の皇帝「がん」に挑む 人類 4000 年の苦闘 上・下

シッダールタ・ムカジー / 著
早川書房 2013 年 464 ム

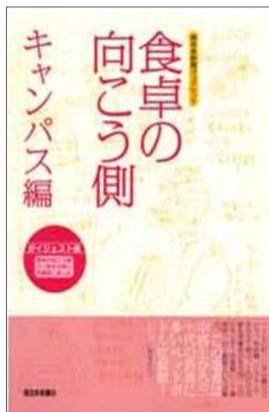


地球全体で、年間 700 万人以上の命を奪うがん。紀元前の昔から現代まで、人類を苦しめてきた「病の皇帝」の真の姿を患者、医師の苦闘の歴史を通して明らかにする。20 世紀に入り、怪物「がん」と闘うには、「治療」という攻撃だけでなく、「予防」という防御が必要であることがわかる。人類とがんとの 4000 年にわたる果てしない闘いの軌跡。

上巻は、1980 年頃までのがんの治療法の進歩について、下巻では、がんの予防についての取り組みやがんの根本的な原因を述べている。

食卓の向こう側 キャンパス編

西日本新聞社「食くらし」取材班 / 著
西日本新聞社 2006 年 498.5 シ

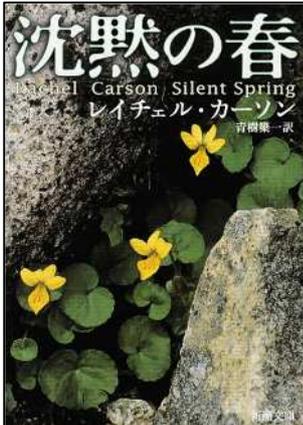


加工食品、添加物、食の地産地消、食育など、西日本新聞に掲載された食をめぐる記事の中から、特に若者の食生活に焦点を当てたものをまとめて再編集した本。実際の大学生がどんな食事を取っているか、写真つきで紹介されており、食の問題が若年層にまで広がっていることがわかる。

また、大学生協での大学生の食と健康を守る取り組みも取り上げている。車麩^ふや玄米を使った、自分で作れる自然食を作るレシピつき。

沈黙の春

レイチェル・カーソン / 著
新潮社 2001年 519カ



アメリカの作家で、海洋生物学者でもある著者が、50年前に出版。当時、アメリカで何の疑いもなく頻繁に使用されていた化学薬品、特に殺虫剤の恐ろしさを初めて告発した作品。

有害な化学物質に含まれている成分の具体的な解説と、その物質がどのように人体に悪影響を及ぼしていくか。さらに、環境を汚染して自然を破壊し、やがて生態系の乱れにつながっていく様子が書かれている。

木のいのち木のこころ 天・地・人

西岡常一、小川三夫、塩野米松 / 著
新潮社 2005年 526キ



法隆寺を1300年守ってきたのは、職人の手から手へと引き継がれてきた技と知恵。それは決して言葉にできない手の記憶である。

「最後の宮大工」西岡常一さんが木と人の育て方を語る<天>の巻。西岡さんに三度追い返されながらもついに唯一の内弟子となった小川三夫さんが、宮大工の未来を語る<地>の巻。小川さんが主宰するいかるが 鶺鴒工舎の若者19人へインタビューした<人>の巻からなる聞き書きの名作。

野口さん、宇宙ってどんなにおいでですか？

野口聡一 / 著 大江麻理子 / 著
朝日新聞出版 2012年 538 /

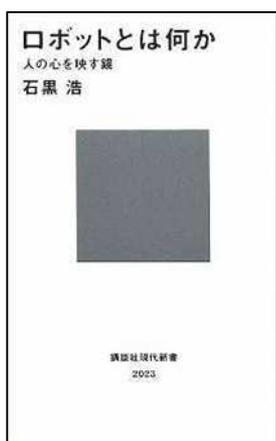


宇宙に行くための準備から、国際宇宙ステーションでの仕事と生活、地球に帰ってきた時の衝撃までを、宇宙飛行士・野口聡一さんが語る。宇宙船の座席は宇宙飛行士一人ずつ専用のものを「石こうで型取りして」作ること、発射の4時間前から身動きのとれない状態のため打ち上げの頃には退屈して帰りたくなることなど、まさに体験した人ならではのコメント。

宇宙実験のエピソードや宇宙飛行について、アナウンサー・大江麻理子さんとの対談形式でまとめられている。都市ごとに解説されている、宇宙から見た地球の写真は必見。

ロボットとは何か 人の心を映す鏡

石黒浩 / 著
講談社 2009年 548 /



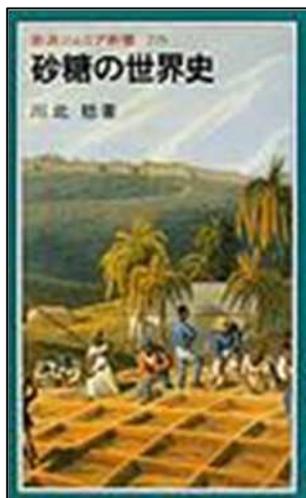
ロボットを作る研究者である著者は、自分や愛娘を模したアンドロイドを作り、肩をたたくと振り向く動作を組み込んだ。また、あらかじめセリフや動きをプログラムすると、感情があるように見えるロボット演劇などの研究をしている。そしてロボットの研究とは人間を知る研究であるという結論に行き着いた。

人間型ロボットの研究を始めるきっかけから、今までの経緯、ロボットと人間の未来について述べている。

砂糖の世界史

河北稔 / 著

岩波書店 1996年 58カ



石油や自動車、携帯電話など世界中の人々に必要とされ、広く取引されるようになった商品を「世界商品」と呼ぶが、最も初期の「世界商品」は砂糖だった。16世紀から19世紀にかけてヨーロッパ諸国はいかにして砂糖の生産を握るか、流通ルートを押さえるかに心血を注いだ。その結果、各国は原料の砂糖きびの栽培に適していた中南米に進出。次々とプランテーションが作られ、そこにアフリカから人々が連行され奴隷制度が確立した。

「世界商品」が人々にもたらした繁栄と貧困。砂糖の生産から消費までの歴史的過程を追うことで、現代につながる課題が浮き彫りになる。

飼い喰い 三匹の豚とわたし

内澤句子 / 著

岩波書店 2012年 645ウ



「自分で豚を飼って、つぶして、食べてみたい。」世界各地の屠畜現場取材してきたイラストレーターが、どうしても「肉になる前」が知りたいという欲望から、豚を飼い育てることになる。

廃屋を借りて豚小屋建設、受精から立ち会った中ヨーク、三元豚、デュロックの3種の豚に「伸」「夢」「秀」と名前をつけて育て、屠畜し、食べる会を開くまでがたくさんのイラストとともに綴られている。

ハチはなぜ大量死したのか

ローワン・ジェイコブセン / 著
文藝春秋 2009年 646シ

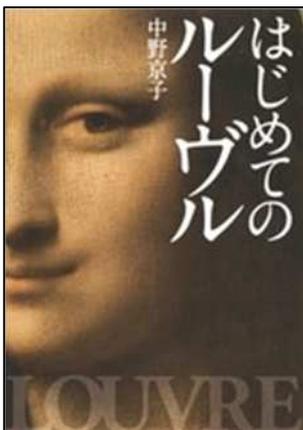


私たちが口にする果実の多くは、ミツバチの受粉によって実ったもの。食物連鎖と現代人の食を陰で支えるミツバチの恩恵は計り知れない。ところが2006年、ミツバチが巣箱から忽然と姿を消す現象がアメリカ各地で確認されはじめ、翌年には北半球からおよそ4分の1のミツバチが失踪した。この現象はCCD(蜂群崩壊症候群)と呼ばれ、養蜂家だけでなく農業全体に深刻な影響を与えている。

なぜミツバチは同時期に世界各地で姿を消したのか。著者は、ミツバチの複雑で「知性」的な生態を解説しながら原因究明へと迫っていく。

はじめてのルーヴル

中野京子 / 著
集英社 2013年 706ナ



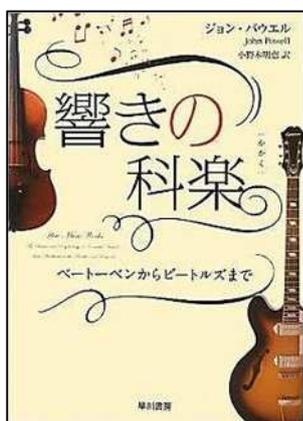
ダ・ヴィンチ「モナ・リザ」、ダヴィッド「ナポレオンの戴冠式」など、ルーヴル美術館に収蔵されている名作について、絵の細部が持つ意味や画家のエピソードを交えて、フルカラーで解説した1冊。アトリビュートと言われる、人物を特定するための持ち物や、クピド(キューピッド)についての豆知識もある。

日本人には馴染みの薄いキリスト教の宗教画についても、詳しく解説されている。

響きの科楽 ベートーベンからビートルズまで

ジョン・パウエル / 著

早川書房 2011年 761頁



音楽の音と雑音の違いは何なのか？短調とは何なのか？なぜ短調は悲しげに聞こえるのか？なぜクラリネットの音はフルートの音と違うのか？ハーモニーとは何であり、どのように作用するのか？

物理学者でミュージシャンでもある著者が、科学とユーモアを駆使して音色の秘密に迫る。楽譜が苦手な人からプロの音楽家まで誰もが楽しめ、音楽を知る喜びがぐんと深まる1冊。

「弱くても勝てます」 開成高校野球部のセオリー

高橋秀実 / 著

新潮社 2012年 783頁



日本一の進学校と言われている開成高校。ところがその野球部で行われているのは、頭脳野球ではなかった。

青木監督は「打撃で大切なのは球に合わせないこと」、守備は捨て「ドサクサに紛れて大量得点」など、一般的なセオリーとは異なる理論を持つ。

指導を受ける選手も、「エラーは開成の伝統」と言い、多少のエラーも気にしていない。むしろエラーが相手の油断を誘うと語る。そんな開成高校の取材を続けた著者は、彼らの甲子園出場を信じている。

日本語という外国語

荒川洋平 / 著

講談社 2009年 810ア



外国人に日本語を20年以上教えてきた著者が、外国語を分析するように日本語の表記・音声・語彙・文法について解説。「私はスミスです」と「私がスミスです」は、何が違うのか。筋道を立てて考えると、いつもは無意識に使い分けている言葉のルールが見えてくる。

また、海外で日本語教育の授業はどう進められているのか、日本語を学ぶ外国人が増えているのはどうしてかなど、近年の日本語を取り巻く状況も詳しく書かれている。

星新一 一〇〇一話をつくった人

最相葉月 / 著

新潮社 2007年 910.2サ



現在でも国語の教科書に掲載され、誰でも一度は作品を読んだことがあると言われる日本のSF界の第一人者、星新一さん。残された構想メモや、作品の下書き、雑誌や新聞の記事、家族への手紙など膨大な遺品や130人以上の関係者へのインタビューなどをもとに、ノンフィクションライターである著者が、丹念に著した伝記。ショートショート of 軽快な文章の裏に隠された意外な実像が明らかになる。

口絵では遺品である『ポッコちゃん』の下書きや幼少時の記念写真などを見ることができる。

困ってるひと

大野更紗 / 著

ポプラ社 2011年 916カ



ビルマの難民を研究していた大学院生の著者に「試練のミルフィーユか！わたしゃブッダか！」と自分に突っ込みを入れたくなるような困難が降りかかってきた。身体中が腫れ上がり、薬を飲んでも熱が下がらない。数々の医療機関を放浪する「医療難民」となってしまう。

だが彼女は、絶望することなく、自分の力で生きる方法を見出していく。

ウェブマガジン「ポプラビーチ」に連載された作品。

風をつかまえた少年

14歳だったぼくはたったひとりで風力発電をつくった

ウィリアム・カムクワンバ / 著 ブライアン・ミラー / 著 田口俊樹 / 訳

文藝春秋 2010年 936カ



アフリカ南東部にあるマラウイ共和国では、国民の多くが農業に専念し、働ける年齢の子どもは、水汲みや農作業を手伝う。そんなマラウイ共和国が、食糧危機に襲われた。14歳のウィリアムは、学費が払えずに中学校を辞めることになる。

餓死者がでるほどの飢饉の後、ウィリアムは本を読んでいた。いれば思考力が鈍らないと考え、近所の小学校に作られた図書室を訪ねる。そこで見つけた本を読み、水力発電や磁石のしくみに興味をもつ。そしてアメリカの教科書『エネルギーの利用』と出会い、その後の人生が変わっていく。

平成27年3月 発行
高校生へのおすすめ本リスト
ノンフィクション編

宗像市教育委員会図書課

〒811-3437 福岡県宗像市久原400番地

TEL : 0940-37-1321 FAX : 0940-37-2956

Eメール : tosyo@city.munakata.fukuoka.jp