

ティーンズのための
読書案内

通号第 15 号

2025 年 4 月発行

Fox Letter for Teens

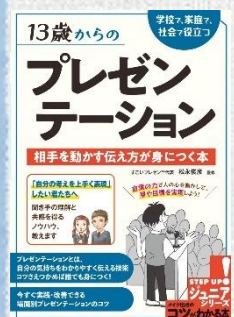


ちょっと…コラム～
こちら編集部

今から始める プレゼンテーション

あなたは今何かにチャレンジしていますか？目標を達成するのにプレゼンテーションが役に立つかもしれません。プレゼンテーションとは人前で発表するだけではなく、他者に自分の気持ちや考えを伝え、「言葉の力で人の心を動かし、夢や目標を実現」するという人生のいろんな場面で必要となる技術です。

上手くなる効果的な練習方法が具体的に書かれていて、苦手意識をもつ人も、もっと上手になりたい人も、まだやったことのないあなたも、今すぐチャレンジできます。

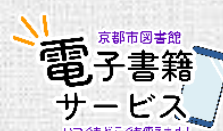


『13歳からの
プレゼンテーション』
松永 俊彦／監修
メイツ出版

発行：京都市伏見中央図書館 Fox Letter 編集部

〒612-8051 伏見区今町 659-1 ☎075-622-6700

(公財) 京都市生涯学習振興財団



障害克服

未来の「あたりまえ」

義足アスリートの活躍はパラリンピックなどで広く知られるようになりました。でも、義足より人間の足で走る方が速いに決まっていると思っていませんか？本書の著者は義足で人類最速に挑戦している義足エンジニアです。それが実現したらどんなことが起きるのでしょうか。技術の進化で障害が障害ではなくなる未来とは。



『だれよりも速く走る義足の研究』
遠藤 謙／著
偕成社

障害克服

明日は今日できなかったことをやりなおす日

著者の東田さんは重度の自閉症です。生まれつきの脳機能障害で人と会話ができません。話そうとすると頭の中が真っ白になるのです。一人の人間として自分の考えを伝えたい。長い時間をかけてパソコンや文字盤で自分の思いを伝えられるようになりました。思い通りにならない身体の中で東田さんは何を考えているのでしょうか。



『跳びはねる思考』
東田 直樹／著
イースト・プレス

国際貢献

いつかは夢にたどりつく！

アフリカの小さな国、ウガンダでバッグを作っている1人の女性がいます。仲本千津さんです。彼女は幼い時から「人の命を救う仕事がしたい」と思ってきました。医師や国連職員を目指すも断念、そんな中、彼女が選んだ道とは…。「自分の好きなこと」「自分のやりたいこと」って何だろう？を考えるきっかけをくれる一冊です。



『アフリカで、バッグの会社ははじめました』
江口 絵理／著
さ・え・ら書房

国際貢献

大変だからこそやりがい十分の国際支援

「渋谷 109」の元ギャル店員が、バックパッカーとして約60ヶ国を旅してたどりついたアフリカ・モザンビークで、女性や子どもを支援する協会を設立した奮闘の記録です。どんなことにもひたむきに取り組む彼女の姿に、とても心を動かされます。国際支援に興味のあるみなさん、思い切って日本を離れてチャレンジしてみませんか。



『ひとりではじめてアフリカボランティア』
栗山 さやか／著
金の星社

目指せ〇〇賞！ プロの小説家への第一歩

小説を読む側から書く側の人へ！

小説を書いてみたいと思ったことのあるみなさん、小説の書き方のコツ、知りたいと思いませんか。この本には、創作に役立つ具体的なアドバイスがぎゅっと凝縮されています。まずは短編小説かショートショートに挑戦してみましょう。「プロの小説家」という大きなチャレンジへの第一歩はこの1冊から！

将来の夢



『中高生のための
小説のつくりかた』
田中 哲弥／監修
メイツ出版

あなたの好きなことは なんですか？

平田彩希は地味で普通の中学生。学校でもなるべく目立たないように生きてきた。そんなある日、ひょんなことから文化祭のクラス劇で主役を務めることに…。演じるってなんて楽しんだらう！演劇を通して、彩希の生き方、考え方が一変する。自分が輝ける場所を見つけた主人公の成長物語。一般書版もあります。

将来の夢



『私のスポット
ライト』（児童書版）
林 真理子／著
ボブラ社

チャレンジ！！ 「ビワイチ」

「ビワイチ」とは、京都のお隣、滋賀県にある「琵琶湖」を自転車で1周することである。この本では、琵琶湖の外周200km近くを2～3日かけて1周する初心者コースから、山間部の道をメインに進む超上級者向けコースまで紹介している。まずは初心者コースにチャレンジして「ビワイチ認定証」を手に入れてみては？

趣味 レジャー



『サイクリストが
選んだニッポンの
じてんしゃ旅 the
BEST』
八重洲出版

まずは美味しく いただく！

この本は、あの「ケンタッキーフライドチキン（KFC）」の「骨付きチキン」を食べた後の骨を使って骨格標本を作ってみようという本です。家にある道具と薬局で買える薬品で簡単に？作れるらしい！KFCで購入できる骨の部位は5種類あって、選べないのが残念だけど、手軽にできる骨格標本作りに挑戦してみない？

趣味 レジャー



『作ろう！フライド
チキンの骨格標本』
志賀 健司／著
緑書房

自己成長

大胆な挑戦を 楽しんでもらいたい

「挫折の数なら負けない」という早稲田大学ラグビー蹴球部監督が実体験を通して挫折に向き合うことの大切さを話します。失敗や挫折を経験した時にこそ、しっかりと自分を見つけ自分を知ります。さらに最高の挑戦ストーリーを描く上で最も重要なこととは何かにも言及しています。「やった後悔と、やらなかった後悔。」あなたはどちらを選びますか？



無情されることの悲しみ
けなばかりするくやしき……
公は戦国時代から主君に慕われ
カリスラ清宮衛門の像を造る
早稲田も優勝に導いた
「日本一」の誇りを「挫折」
のすてい貴書！
夢をかなえるために
全力を出し切りたい君へ！

『挫折と挑戦』

中竹 竜二／著

PHP 研究所

自己成長

ものづくりは なくならない！

北九州工業高校電子機械科唯一の女子生徒である山郷心は将来システムエンジニアを目指している。効率の悪いものづくり研究部での技術はもう古いと考えていたが、先生からものづくり研究部の手伝いを頼まれ、いつの間にか一生懸命に打ち込んでいる自分に気がつく。ものづくりのチャレンジを通して他者の気持ちや思いをくみ取り成長していく物語。



『鉄のしぶきが
はねる』

まはら 三桃／著

講談社

さあ、扉を開けて あなたもチャレンジ！

▶▶ Next 本 ▶▶

これまで紹介した本よりも読み応えのある本を 2 冊ご紹介します。
まだ物足りないあなた、こちらどうぞ！

本を理解するって大変じゃない？

この本での「難しい本」とは、哲学書を指します。タイトルは知ってるけれど、手を出すのはためらわれる。

『資本論』なんて、文庫でも分厚くて、棚に並んでいるのを見るだけで尻込みしてしまう。でも読み切ったらきっと自慢できる！正面から挑まず「解説書を使う」「時代背景を知る」など、本への向き合い方を、実践も交えながら教えてください。



『難しい本を
どう読むか』

斎藤 孝／著

草思社

夢をかなえるために異国へ飛び込む

『ファール昆虫記』に感銘を受け、昆虫学者になりたい一心で単身アフリカへ渡った著者の、現地での生活やバッタ研究の悲喜こももが綴られています。大学の研究室という整った環境を離れ、これまでの常識が通用しないフィールドワークで、四苦八苦しながら知恵を絞り、虫たちに向かっていく姿には、挑戦する勇気をもらえます。



『バッタを倒し
にアフリカへ』

前野ウルド浩太

郎／著

光文社