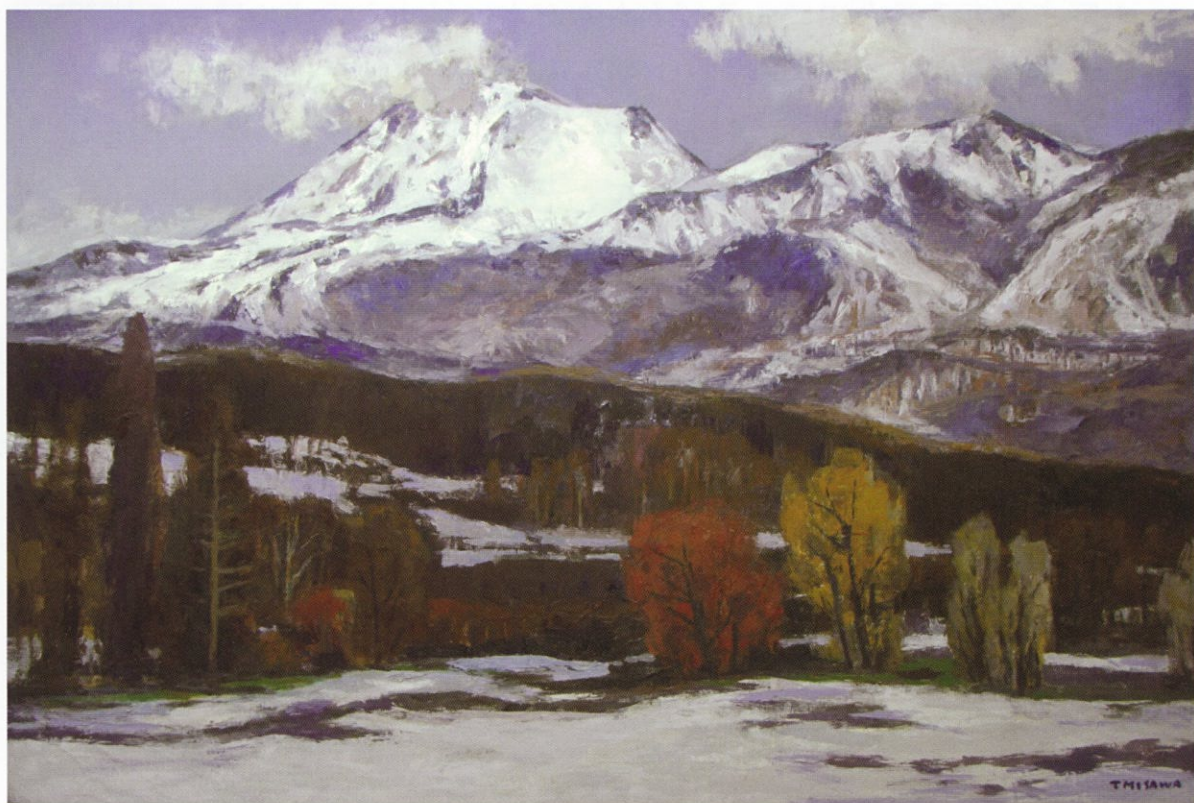


中野市ゆかりの  
著名人が薦める一冊



中野市教育委員会  
中野市子ども読書活動推進連絡会議

# はじめに

一冊の本との出会いは、普段の日常生活とは異なる世界を体験することができます。

本を読むことで、表現力や感性が磨かれ、想像力が豊かになり、生きる力を身につけることが期待されます。

しかし、近年はインターネットやテレビ等メディアの普及に伴い、子どもたちの活字離れが進んでいます。

中野市教育委員会では、子どもたちが本に対する興味や関心を持ち、読書意欲を高めてもらうことを目的に、本冊子を刊行いたしました。

中野市にゆかりの著名人の皆さまには、中野市の子どもたちに読んでほしい本を紹介いただくとともに、その本の感想や、本から受けた影響、また、自分の読書体験などを含め執筆いただきました。

小・中学生の皆さんは、今回執筆いただいた9名の方々が、子ども時代にどんな本を読み、その本が人生にどのような影響を与え、現在の職業とどう関わっているのか、そんなことも考えながら紹介いただいた本を読んでみてください。

本冊子の刊行にあたり、ご多用のなか快くご承諾いただき、ご協力を賜りました皆さまに、心から感謝申し上げます。

中野市教育委員会

表紙絵

● 浅間山 三沢 忠画伯

1935年(昭和10年)、中野市出身。

平成5年に日展会員となり、文部大臣賞受賞。信州の雪を描く作家として、日展理事審査員としても活躍中。中野市民会館の緞帳原画を描かれたことでも知られています。



# 目 次

## ■ 小学校1～3年生の皆さんへ

- ほら かず ひこ 洞 和彦 (北信総合病院 院長) \_\_\_\_\_ 3
- ま い 麻衣 (歌手) \_\_\_\_\_ 4

## ■ 小学校4～6年生の皆さんへ

- おしかね ふ じ お 押鐘 富士雄 (三笠書房会長) \_\_\_\_\_ 5
- おかもと かつ のり 岡本 克道 (信濃グランセローズ監督) \_\_\_\_\_ 6
- にし まる ゆう こ 西丸 優子 (女優) \_\_\_\_\_ 7

## ■ 中学生の皆さんへ

- ひさ いし じょう 久石 譲 (作曲家) \_\_\_\_\_ 8
- やま ざき あき お 山崎 昭夫 (SBCアナウンサー) \_\_\_\_\_ 9
- あお き えり こ 青木 恵里子 (弁護士) \_\_\_\_\_ 10
- ふじ さわ いさむ 藤澤 勇 (陸上選手) \_\_\_\_\_ 11



ほら かず ひこ  
洞 和彦 (北信総合病院 院長)



1954年(昭和29年)長野県東筑摩郡筑北村出身。  
専門は内科。  
信州大学医学部診療教授を経て現在北信総合病院院長。  
2011年に臓器移植の普及啓蒙により厚生労働大臣表彰を受けている。

—— ぎんがてつどう よる ほか みやざわ けん じ ちよ  
銀河鉄道の夜 ほか 宮沢 賢治 著 ——

わたし しょうがくせい ころ どくしよゆうかん ひる ふね みなと ころろ みなと も  
私が小学生の頃、読書週間になるとお昼に、「船に港があるように心に港を持  
ちましょう。読書は必ず日に一度。胸の扉に刻みましょう。」という歌が校内放送  
で流されました。読書感想文を書くのに何を讀もうかと迷ったことが思い出され  
ます。今から50年以上も前ですが、当時は漫画ブームで数多くの漫画月刊誌や週  
刊誌が発行されていました。一人になると漫画を讀みふけていて、ふだんはい  
わゆるぶんがく どくしよ どくしよゆうかん  
わゆる文学の読書はしないほうでしたが、読書週間にはここぞとばかりいろいろ  
な本を讀みました。低学年の時は漢字が良く分からないし、文学的表現もさほど  
りかい できないので、絵本が多かったと思います。それでもおとぎ話、童話、  
ふんがく ぶんがく ぶんがく  
フェアブル昆虫記、シートン動物記、伝記物は讀みやすく、一生懸命讀んだもの  
でした。読書をしていると心がわくわくしてくるのです。小学1年の読書感想文  
は「アリとキリギリス」、2年は「セロ弾きのゴーシュ」、3年は「リンカーン」で  
した。

わたし ていがくねん みな みやざわけん じ どうわ  
私が低学年の皆さんにとくにおすすめたいたいののは、宮沢賢治の童話です。  
ちょっとむずかしいところもあるけれど「銀河鉄道の夜」、「風の又三郎」、  
「オツベルと象」夢があっていいですね。想像力をはたらかせてぜひトライして  
みてください。日本語のすばらしさも理解できますよ。とにかく活字をしっかりと  
よ 読んでください。得るものは大きいはず。最近の子供たちはテレビゲームが  
す 好きなようです。しかし、テレビゲームでは、想像力はみがけません。他の動物  
ちが そうぞうりよく おお も じんるい しんぼ どくしよ ころろ ゆた  
と違い想像力を多く持っていることで人類は進歩してきたのです。読書は心を豊  
かにし、想像力を高め、君たちをきっと成長させてくれることでしょう。

まい  
麻衣 (歌手)



作曲家久石譲を父に持つ。4歳時には、映画「風の谷のナウシカ」幼少時回想シーンで流れる「ナウシカ・レクイエム」(ラン ラン ララ〜)をうたい大きな印象を残した。6歳からNHK東京児童合唱団に所属。2005年韓国映画「トンマッコルへようこそ」(同年韓国興行収入第1位)テーマ曲を、2007年日産スカイラインCM曲「I will be」を、2008年「崖の上のポニョ」のイメージアルバム『ひまわりの家の輪舞曲』をうたう。2009年のサントリー天然水CM曲、2011年の映画「ハリーポッターと死の秘宝 Part 2」オープニングテーマで注目を集めた。2012年からは、大阪城ホールで毎年開催される「母に感謝のコンサート」に出演している。2013年、アルバム『うたうまい 童謡うたう』をリリース。親子愛、日本語の美しさ、童心をテーマに、新しいスタイルで日本を表現。2014年6月中野市の音楽親善アンバサダーに就任。「音楽のある豊かな心」の普及を目指し、日々うたい続けている。

—— ライオンのひみつ マーガレット・ワイルド 著 ——

わたしにほんじんは、はづかしがりやです。思っていることをはっきり言葉にしたり、感情豊かに表現したりすることが苦手です。私は、ここ数年、「歌う」という活動をしているうちに、壁にぶつかりました。自分の歌が、聴いてくれている人たちに届かないと思ったのです。歌う技術を上達させようと、声の出し方を変えたり、音程を安定させたり、色々な曲を歌ったり、様々なことをして自分の歌い方を見直しました。けれど、何をやってもどんなに努力しても、最後の一步、一番大事な何かが出来ていなかったのです。

『ライオンのひみつ』は改めて私にその大事な何かを教えてくださいました。

ずっと図書館の入口にいる石像のライオンは、「走りたい」「飛び回りたい」と思っているものの、それを表す方法がわからずにいました。でも、ある日、女の子のために「動きたい!」と初めて心の底から強く思うのです。自分のためではなく、誰かを守りたいと思った時、ライオンに勇気が湧き、今までの自分とは違う新しい自分になれたのです。そしてライオンは、最後に心の自由を手に入れます。子どもたちが集い、まわりに笑顔があふれ、それを嬉しいと感じる自由な心をもった新しい自分に気づくのです。シンプルだけど、一番難しい「誰かのために何かしたいと思うこと」は、強くなることなのです。

私も、素直に歌を届けたい、誰かのために歌いたいと心から強く思うことをいつからか忘れていました。それではいくら技術を磨いても、歌は伝わりません。このことに気づいた今、私は自由な心で歌を歌えます。自分の気持ちが素直に言えない、格好悪い、恥ずかしいと思って大事な人を助けてあげられない。そんな時は石像のライオンのことを思い出してみてください。勇気の一步を踏み出せば、新しい、自由な自分と出会えるのですから。

おしかね ふじお  
押鐘 富士雄 (三笠書房会長)



1941年(昭和16年)中野市出身。  
平岡小・中、須坂高校、中央大学法学部卒業。1965年 株式会社 三笠書房入社。  
1968年同社が倒産し、再建にたずさわる。1974年取締役就任後、常務、専務を経て、1980年代表取締役社長。1984年「知的いきかた文庫」創刊。1999年「王様文庫」創刊。2009年代表取締役会長就任、現在に至る。  
趣味は歩きゴルフ、登山、ロングウォーク、島歩き、酒。座右の銘は「運命よそこをどけ。俺様が通るのだ」(中央大学 小松春雄教授のことば)。

じ ろう ものがたり しもむら こじん  
次郎物語 下村 湖人 著

『次郎物語』は、『アメリカ合衆国16代大統領 アブラハム・リンカーン伝』  
『少年王者』とともに、私の小学生・中学生時代以降の人生に大きな大きな影響  
を与えてくれた本です。

『次郎物語』が初めて本になったのは、1941年。第二次世界大戦が始まった  
年で、私もこの年に生まれています。

私がこの本を手にしたのは、平岡小学校5年生のときだったと思いますが、主  
人公とは生活の違い、考え方の違いがあったものの、不思議におもしろく感じ、  
どんどん読み進んだことをおぼえています。

それ以後、『次郎物語』から得たなにがしかが心奥深く存在し、私のそのとき  
どきの心のあり方、迷い、考え方などに大きく影響を与えたように思います。

それからもう長い年月がたちますが、私は自分の人生にある種の「こだわり」  
を持って生きてきました。「こだわり」とは、「自分が大切に思うことをおろそ  
かにしない」と理解していますが、これはなかなか難しいことです。

8歳のとき母親を亡くした次郎は、墓参りを大切に思う少年でした。彼の少年  
期は、その年齢なりに四方八方に気を使い、迷いながらも考えぬいて毎日を過ご  
していますが、そのときどきの思いを母に語りかけることによって、成長してい  
くのです。

次郎のおかげで、私も墓参りを大切に思う人間になり、竹原に帰るたびにお墓  
に参ります。そのおりに、「おじいちゃん、おばあちゃん、戦争で死んだお兄ちゃ  
ん、おやじ、おふくろ、天国で楽しく過ごしてね」と、いま自分がここにあるのは  
ご先祖のおかげと手を合わせます。このことは、私の「こだわり」のひとつです。

本は、自分を深め、高めてくれるうえ、楽しい時間をいっしょに過ごしてくれ  
る最高の友だちです。あなたたちも、ぜひよい友だちをたくさん見つけてください。

おかもと かつのり  
**岡本 克道** (信濃グランセローズ監督)



1973年(昭和48年)大阪府大阪市出身。身長/体重…176cm/83kg、O型。右投右打。ポジションは投手。1992年3月、大分県柳ヶ浦高校 卒業。1992年-1996年、東芝。1997年-2006年、福岡ダイエーホークス-福岡ソフトバンクホークス(ドラフト5位入団)。NPB通算9年 291試合17勝16敗51セーブ 防御率2.98。2008年より長崎セインツ 投手コーチ、2009年、香川オリーブガイナース 投手コーチ、2010年-2014年、横浜ベイスターズ-横浜DeNAベイスターズ 投手コーチを歴任。現、信濃グランセローズ第6代目監督。背番号81。

—— シートン動物記 オオカミ王ロボ アーネスト・トンプソン・シートン 著 ——

私がみなさんと同じ小学生の頃は、正直全くといっていい程本を読まない、読まず嫌いな少年でした。読書よりも、大好きな野球や外遊びに夢中でした。

大人たちがなぜ本を読むことを強く薦めるのか、夏休みの宿題にはなぜ読書感想文が必ずあるのか…。読書の楽しみ方をまだ知らなかった私は、なかば強制的な読書に抵抗を感じていました。

今では、もっと早く読まず嫌いを克服していればよかったと思う程、私にとって本は無くてはならない存在になりました。

身をもって読書の大切さを感じたからこそ、声を大にして言いたいのです。

きっかけはどんな本でもいいのです。自分が興味をいだいた本が、その時のベストな本でしょう。悩むことや、困難にぶち当たることは、これからたくさんあると思います。そんな時こそ、本でも読んでみようかなと思ってもらいたいのです。

解決へのヒントをもらえたり、読むことで心が落ち着いたり、夢中で読んでいるうちにいつの間にか気分転換になっていたたり…。

きっと本は、みなさんに乗り越える力を貸してくれると思います。そういう本の大切な出会いをたくさんして、今まで以上にもっと豊かな人生を楽しんでもらいたいのです。

私が、特にお薦めしたい本は、「シートン動物記 オオカミ王ロボ」です。

著者のシートンが経験した事実を、そのままに書かれた物語です。

この本に登場するオオカミ王ロボの圧倒的なかしこさや、どんな罠にもかからず獵師をあざ笑うかのように逃げ延びる描写や、シートンがロボをどんどん追い詰めていく展開のおもしろさに夢中で読んでしまいました。

自然界の厳しさや、誇り高き野生動物の生きるための知恵、人間と同じように感情豊かで、仲間や家族に対してとても愛情深いことなどが、短い文章のなかにたくさん詰まっています。結末にただ悲しい気持ちになるのではなく、命の尊さや様々な事を考える機会を与えてくれた今でも大切な一冊です。

みなさんもたくさん本を読んで、これぞと思う大好きな本を見つけてみてはいかがでしょうか。

にしまる ゆう こ  
西丸 優子 (女優)



中野市出身。テレビドラマや映画、舞台、CMと幅広く活躍する。主な作品はTV-CM『アリさんマークの引越社』、ドラマ「マザー&ラヴァー」「結婚できない男」「明日の光をつかめ2013夏」「ツイズ～早乙女兄弟の推理日誌～」「匿名探偵」、映画「JUDGE」「gift」、ナレーション「ポップメーカー」、舞台「悪」。

2008年より長野県中野市の「なかのバラ大使」となり、イベントに出演している。

—— なにわ しょうねん たんていだん ひがしの けいご 著 ——  
浪花少年探偵団 東野圭吾 著

小学生の頃の私は、TVドラマや映画が大好きで、本も漫画もあまり読まない子供でした。そんな私を、今の推理小説好きに変えてくれた本があります。5年生の時に友達に連れられて行った図書館で何となく手にした、東野圭吾さんの「浪花少年探偵団」。今でこそ難しいミステリーも沢山書かれている東野さんですが、この本はとてもユーモラスで軽いタッチで描かれています。

しのぶ先生という6年生の担任を受け持つ教師が様々な事件に巻き込まれていき、それを解決していくお話の短編集です。まず、短編なので一つのストーリーが短い。長野ではあまり聞きなれないコテコテの関西弁の会話としのぶ先生の男前なキャラクターが妙に魅力的で格好良い。

学校の先生＝私生活が謎というイメージを持っていた私が、しのぶ先生を通して学校の先生のプライベートな部分を覗き見出来たような、自分まで少し大人になれたような感覚が嬉しかった。そんな理由から小さな文字だらけの小説を一気に読み切ってしまいました。一冊読み切れた達成感が気持ちよかったし、白黒の文字だけを読み進めていくにつれ、頭の中で自由に自分だけのカラフルな世界を作り上げていける楽しさを知ってしまい、その中でストーリーと登場人物が動いていく事の楽しさにすっかりはまり、本が大好きになりました。

とはいえその後、色々な本を読んできましたが、いくら読んでも全く頭の中に入ってこなくて、カラフルな世界を作ることが出来ない本もあります。逆にあっという間に世界が出来あがっていく本もある。理由はわかりませんが大人になった今でもそうです。

読めない時は無理をせず、一旦その本はやめて、その時に楽しんで読める本に切り換えるのも良いかな…。と思っています。

またしばらくすると読めなかった本が面白く感じることもありますからね。好きなドラマの原作者と同じだったり、何となく気になるタイトルだったり…。そんなところから選んでみた本が、忘れられないお気に入りの一冊になるかもしれませんよ。



ひさいし じょう  
久石 譲 (作曲家)



1950年(昭和25年)中野市出身。国立音楽大学在学中よりミニマル・ミュージックに興味を持ち、現代音楽の作曲家として出発。1984年の映画『風の谷のナウシカ』以降、『風立ちぬ』(2013年)まで宮崎駿監督の全作品の音楽を担当。その他、滝田洋二郎監督『おくりびと』(2008年)、李相日監督『悪人』(2010年)、高畑勲監督『かぐや姫の物語』(2013年)、山田洋次監督『小さいうち』(2014年)など国内外の数々の映画音楽を手掛ける。2001年、映画監督として初メガホンをとり『Quartet カルテット』を制作し、日本初の音楽映画としてモントリオール映画祭のワールドシネマ部門正式招待作品に選ばれた。演奏活動においては、ピアノソロやオーケストラなど様々なスタイルを披露。近年はクラシックの指揮活動のほか、現代の音楽の作品を手掛ける。「MKWAJU」(1981年)から「WORKSIV-Dream of W.D.O.」(2014年)まで多数のソロアルバムを発表するなど、活躍の場は多岐にわたる。国立音楽大学招聘教授。2009年紫綬褒章受章。

—— 老人と海 アーネスト・ミラー・ヘミングウェイ 著 ——

アーネスト・ミラー・ヘミングウェイはアメリカの作家です。他に『誰がために鐘は鳴る』など沢山の傑作を書いています。主人公には共通する性格があります。

それは勝ち抜き、生き抜くことです。徹底したハードボイルド・リアリズムな描写は、何ら感傷的なところはなく、あくまで肉体的行動によって人生に立ち向かいます。現代に多く見かけるスマホやゲームに現を抜かず、ひ弱な青少年とは真逆な人間を描いています。

本編に登場するサンチャゴも年老いた漁師なのですが、巨大なカジキマグロを4日にわたる死闘の末に仕留め帰途に着く。が、サメに襲われ、船に括りつけた獲物はみるみる食い尽くされていく、というまったく救いのない話です。

それを客観的な状況描写で丹念に描いていくのですが、内面的な葛藤や過酷な現実を嘆き悲しむことは一切ない。まるで目に見えるもの以外は一切描かないと決めているかのようです。それなのに、多くの読者は読み終わったとき、ある種のカタルシス、清々しい人間讃歌のような感動を覚えます。

僕は随分昔に読んだ記憶があるのですが、全く覚えていなかった。が、海外のホテルなどに宿泊しているとサイドボードの引き出しに聖書とこの『老人と海』が置いてあるところが多いのです。もちろん英語版なのですが、そのくらい古典ということか、文体がきれいなかわからなかった。

それで再度読み返してみると(もちろん日本語で)主人公と1メートルくらい離れたところで作者は起こっている出来事をクールに描いている。その目線はまるで映画のカメラワークのようであり、主観を外して起こった事実だけを描くことが、どれだけ力強く読み手に伝えるかを思い知らされます。

それは音楽を作ることと同じです。情緒や雰囲気で作ったものは口当たりはいいがすぐ飽きられる。逆に客観的な論理性のあるものは、感性が遊べるフィールドができ、時代に関係なく生き残る可能性がある。最晩年に書かれたこの作品はそういう創作の原点を教えてください。

やまざき あきお  
山崎 昭夫 (SBCアナウンサー)



1969年(昭和44年)中野市出身。1994年早稲田大学卒業後、SBC信越放送入社。入社半年後、数々のテレビ、ラジオ番組のアナウンサーを幅広く担当し、現在は情報番組「3時はらら」で県内の名所などを巡る旅コーナー「あきおが旅男」を担当して5年目。SBCスペシャルのレポーターなども担当。またナレーションでは系列局のコンテストで優秀賞を受賞。さらに高校野球やワールドカップジャンプなどのスポーツ実況など、常に「元気に丁寧に」を目標に、幅広い分野で活躍。

長野電鉄沿線に生まれ、保育園のころから赤い電車に手を振ってからというもの、他の小さい男の子と同じように鉄道、地元の長野電鉄の電車が好きになり、現在、長野電鉄特急スノーモンキー号の自動車内放送も担当。

—— 「夢の超特急」、走る！ 新幹線を作った男たち 碓 義朗 著 ——

2015年は北陸新幹線延伸の年。飯山駅が開業すると、中野市を含めた北信濃も更なる本格的な新幹線時代の幕開けを迎え、その恩恵を受けることとなります。早く乗ってみたいなあど、楽しみにしている皆さんも多いと思います。私たちの住んでいる地域からも、首都圏が、そして北陸がますます近くなります。

その私たちにとってより身近になる「新幹線」という乗り物のイメージはというと、皆さんはどんなことを思い浮かべるでしょうか？まず「速い」。それから「時間に正確」「快適」「安全で安心」などなど。様々な答えが返ってくることでしょう。

ではそのイメージを現実に作り出したのはどんな人たちか？それが戦後間もなく、東京オリンピック開催直前の1964年(昭和39年)10月1日に開業した「東海道新幹線(東京—新大阪間)」に関わった多くの「鉄道マン」達なのです。当時のプロジェクト名は「東海道広軌新線計画」。GOサインを出した当時の国鉄総裁の強いリーダーシップ。車両開発(当時の技師長・島氏をはじめとする技術陣のゼロからの挑戦、路線建設(新幹線総局トップの大石氏をはじめとする工事スタッフの挑戦)、そして用地買収の苦労などなど。先人達が持ち続けた夢をいかに実現させたのか。『「夢の超特急」、走る！新幹線を作った男たち』は、その軌跡を記したドキュメントです。あっそうそう、当時の日本にはまだお金がなく、資金をなんと世界銀行から借りたりしたのですよ！

東海道新幹線開業から2014年でちょうど半世紀。新幹線網はご存じのとおり日本全国へと拡大しました。そしてあの開業以来、ずっと日本の新幹線は“速く”“正確に”そして“安全に”(乗客から死傷者を出す事故は「新幹線」では一度もありません！)今日も走り続けています。

世界に誇るべきこの鉄道技術に情熱を注ぎ込んだ先人達の熱き想いを感じ、若い皆さんのこれからの糧となる一冊にして頂ければ幸いです。

あおき えりこ  
青木 恵里子 (弁護士)



中野市出身。南宮中学校、長野高校を卒業後、京都大学法学部に進学、弁護士を志す。首都大学東京法科大学院を修了後、司法試験に合格。司法修習修了後、平成22年、長野県で弁護士登録。

平成25年1月、長野市内にグリーンボックス法律事務所を開設。遺言・相続、成年後見、離婚、債務整理等の民事事件から刑事事件まで、幅広い業務を扱う。

にし まじょ し なしき かほ  
—— 西の魔女が死んだ 梨木 香歩 著 ——

私が中学生のみなさんにおすすめしたい本は、梨木香歩さんの小説「西の魔女が死んだ」です。

この物語は、みなさんと同じ中学生の主人公が、クラスで孤立し不登校になってしまうのですが、「西の魔女」との交流や、自然との触れ合いを通じて、生きるリズムを取り戻し、前向きになっていくという物語です。

この物語では、自分のことは自分で決める、ということがテーマになっていますが、これは、中学生の間にとどまらず、人生全体に共通するようなメッセージを伝えていると思います。大人になってからも、悩みや苦勞を乗り越えるときのヒントになるのではないのでしょうか。

そもそも読書の良さは、ひとつのメッセージを教えてくれることだけにとどまりません。私は、自分の中に悩みや葛藤かつとうが生まれたり、進路や人間関係で行き詰ったとき、本に助けられた経験がたくさんあります。本を読むと、頭の中が整理されて、不思議と、目の前の悩みを違った視点からとらえることができる気がするのです。

本には、自分ひとりでは経験できないさまざまな生き方が描かれています。たくさん本を読むと、たくさんの生き方や価値観に出会うことができ、自分の中にたくさんの引き出しを持てるようになります。うまくいかないとき、失敗したとき、壁にぶつかったとき、本で得た知恵や想像力が役に立つはずですよ。そんなところが読書の素晴らしいところだと思います。

私は現在、弁護士という仕事をしています。弁護士は法律を扱いますので、堅苦しくて理屈っぽいというイメージの人もいられるかもしれませんが、実は、理屈にこだわらない柔軟さや、人の生き方に対する想像力も必要な仕事だと考えています。

私は、これからも、自分の生き方や仕事に向き合う上でのヒントを探して、たくさん本を読みたいと思っています。

みなさんも、たくさん本を読んでみてください。そして、柔らかな感覚を大事にしなが、壁にぶつかってもへこたれない強さつちかを培ってください。

ふじ さわ いさむ  
藤 澤 勇 (陸上選手)



1987年(昭和62年)中野市出身。中野実業高校卒業、山梨学院大学卒業、2010年総合警備保障(ALSOK)入社、陸上部所属。

中学校から陸上競技を始め高校の時、顧問の勧めで、競歩に転向。

高校3年生の高校総体5,000m競歩4位入賞、山梨学院大学在学時に5,000m競歩と10,000m競歩で当時の日本記録を樹立。2009年の世界選手権20km競歩日本代表、ALSOK入社1年目、広州アジア大会20km競歩日本代表。

2012年ロンドンオリンピック20km競歩日本代表に選ばれ、18位となる。

——— とううん ぐんぱいしゃ とがしりんたろう 著 ———  
早雲の軍配者 富樫倫太郎 著

私は、中学生の時にオリンピック選手を夢見て陸上競技を始めました。

そのために、毎日一生懸命に練習に取り組み体を鍛え<sup>きた</sup>ました。しかし、心を鍛えることは、難しいことでした。私は、試合本番になると練習してきたことが出せずに悔しい思いをしたことが多くありました。そんな心の弱い私を助けてくれたのが読書でした。試合前に読書をする<sup>こと</sup>で心を落ち着かせられ、本から得られる知識や考え方によって私の心に栄養を与えてくれました。

私の思い出の一冊は、富樫倫太郎<sup>とがしりんたろう</sup>さんの「早雲の軍配者」です。戦国時代に大名の作戦参謀役として活躍する軍配者たちを描いた作品です。主人公の風間小太郎は、皆さんと同じ年頃の13歳。北条家の未来の軍配者となるべく足利学校に入り戦場での兵法や戦術を学びます。5年間の修行を経て北条家へと戻りますが、すぐには小太郎の作戦を家臣たちに受け入れてもらえません。また、先輩軍配者からの嫌がらせも受け思い描くような活躍が出来ません。自分の発言が実現せず理不尽な思いをするのは、現代社会にも通じます。そんな最中、扇谷上杉家との戦が始まり、小太郎はその戦いで初陣を果たします。しかし、途中、相手の罠に嵌り挟み撃ちにされる窮地<sup>きゆうち</sup>を迎えます。初の戦場で矢が飛び交う中、小太郎は落ち着いて心の声を聞き、これまで教わった演習を思い浮かべ作戦を思いつきます。それを武将たちに何とか説得させ、窮地を見事に脱します。

私は、この本をロンドンオリンピックの選考会前に読みました。本に出てくる兵法や戦術を陸上競技に置き換えて読み進めました。この本で得た知識が役立ち、夢のオリンピック出場が実現できたと思います。

苦難に立ち向かう時、自分だけの考え方だけでは限界があります。ですが、本を読むことで新たな可能性を見いだせると私は思います。

## ご紹介いただいた本の一覧

おすすめいただいた本の一覧です。他の学年向けの本でも、興味のある本があれば読んでみてください。

### ■ 小学校1～3年生の皆さんへ

ご紹介いただいた方	著 作 者	書 名
ほら かず ひこ 洞 和彦	みやざわ けんじ 宮沢 賢治	ぎんがてつどう よる 銀河鉄道の夜 ほか
まい 麻衣	マーガレット・ワイルド	ライオンのひみつ

(敬称略)

### ■ 小学校4～6年生の皆さんへ

ご紹介いただいた方	著 作 者	書 名
おしかね ふじ お 押鐘 富士雄	しもむら こ じん 下村 湖人	じろうものがたり 次郎物語
おかもと かつのり 岡本 克道	アーネストトンプソン・シートン	シートン動物記 オオカミ王ロボ
にしまる ゆう こ 西丸 優子	ひがしの けい ご 東野 圭吾	なにわしょうねんたんていだん 浪花少年探偵団

(敬称略)

### ■ 中学生の皆さんへ

ご紹介いただいた方	著 作 者	書 名
ひさいし じゅう 久石 譲	アーネスト・ミラー・ヘミングウェイ	ろうじん うみ 老人と海
やまざき あき お 山崎 昭夫	いかり よしろう 碓 義朗	ゆめ ちょうとつきゅう はし しんかんせん つく おどこ 「夢の超特急」、走る！ 新幹線を作った男たち
あおき えり こ 青木 恵里子	なしき か ほ 梨木 香歩	にし まじょ し 西の魔女が死んだ
ふじさわ いさむ 藤澤 勇	と がし りん た ろう 富樫 倫太郎	そうらん ぐんばいしゃ 早雲の軍配者

(敬称略)

すす どく しょ き ろく  
**お薦めいただいた本の読書記録**

読んだ本の感想を簡単にまとめてみましょう。また、興味をもった作家がいたら、ほかにどんな作品を書いているかなど、自分で調べて読んでみましょう。

年 月 日	書 名	感 想

**市内の公共図書館**

(平成27年2月現在)

図書館名	開館時間	休館日	所在地	TEL・Web
中野市立図書館	【火～金】 9:00～19:00 【土・日】 9:00～17:00	月曜、祝日、月末整理日、 年末年始（12/29～1/3）、 蔵書点検期間	〒 383-0042 中野市大字西条1000	TEL : 0269-26-5841 <a href="http://www.nakano-lib.jp/">http://www.nakano-lib.jp/</a>
中野市立図書館 西部分館	【水】 13:00～17:00 【土】 9:00～17:00	月、火、木、金、日曜、祝日、 年末年始（12/29～1/3）、 蔵書点検期間	〒 383-0052 中野市大字安源寺666-1	TEL : 0269-23-1024
中野市立図書館 北部分館	【水】 13:00～17:00 【土】 9:00～12:00	月、火、木、金、日曜、祝日、 年末年始（12/29～1/3）、 蔵書点検期間	〒 383-0004 中野市大字赤岩1447	TEL : 0269-26-0677
中野市立図書館 豊田分館	【火～金】 9:00～18:00 【土・日】 9:00～17:00	月曜、祝日、月末整理日、 年末年始（12/29～1/3）、 蔵書点検期間	〒 389-2101 中野市大字豊津2509	TEL : 0269-38-2922

お薦めいただいた方に返事を出しましょう!

この冊子さっしを読んだ感想や、書かれた方が紹介した本を読んだ感想などを書いて返事を書きましょう。返事は市教育委員会からお届けしますので、学校の先生に返事の出し方などを教えてもらってください。

返事には必ず次かならのことを書いてください。

○届けてもらいたい人の名前(例：○○○○様へ)

○学校名、学年、氏名

※先生方へのお願い

各学校での読書指導などにこの「中野市ゆかりの著名人が薦める一冊」を活用してください。  
また、児童生徒が返事を書くにあたっては、子どもの読書活動推進のために執筆者が書いてくださったことを踏まえてご指導いただき、各学校で取りまとめて市教育委員会に送付いただくようお願いいたします。

送付先：〒389-2192 中野市大字豊津2508番地  
中野市教育委員会事務局 生涯学習課 生涯学習推進 係

