

おすすめ図書紹介

か「く」「し」「ご」と

この本は5人の高校生が主人公で、それぞれの視点で話が進んでいく青春小説です。少し特別な力を持ったゆえに感じる生きにくさやもどかしさが描かれていて、それぞれの力が様々な感情とぶつかりながら5人を成長させていっている事を実感できます。

読み終わったあとは、5人の力は何ら特別なものではなかったとはっとさせられると思います。思春期の中でこの時期ならではの人間関係や勉強、恋愛の問題と向き合い前進する姿やそれぞれの交差する想いにふれて、世の中はきっとこんな風に繋がっているのだと感じられました。そして、読み終えたあとにこのタイトル以上にぴったりなタイトルはないと思いました。

きっとすてきな「かくしごと」に出会えると思います。

体育学部2年 岩本 理紗子



か「く」「し」「ご」と
住野 よる 著
新潮社

桜のような僕の恋人

もし早く老いる病気を患ってしまったらあなたはどのようになりますか。

この物語は、小説家を夢見る青年・朝倉晴人が美容師の桜井美咲に出会い、運命的に恋に落ちます。互いに惹かれ合い、未来を誓い合った二人でしたが、美咲は突然早老病という急速に歳老いていく難病を患ってしまいます。この病気がきっかけで明るい美咲の性格が徐々に暗くなり、周りへの嫉妬や憎しみが伝わる場面や、自分の力だけでは生きることが難しくなっている場面が多くなっていくことがとても印象的です。残された時間を知りながら、懸命に生きる美咲の姿や、自分やもしくは大切な人が早老病という難病を患ったと考えさせられる本です。年老いた美咲が晴人と再会するシーンも見どころです。

当たり前のように隣にいる人の大切さを強く感じさせる一冊です。

体育学部2年 上岡 姫乃



桜のような僕の恋人
宇山 圭佑 著
集英社文庫

屍人荘の殺人

神紅大学のミステリ愛好会に所属する葉村譲と明智恭介は、美人探偵である剣崎比留子に誘われ、夏合宿として山奥のペンション「紫湛荘（しじんそう）」に向かった。突如として、外と連絡がとれなくなり、夏合宿の参加者たちは「紫湛荘」に閉じ込められ、パニックに。さらに、殺人事件が発生し、そのパニックの中、ゾンビも現れて!? 探偵たちが「密室殺人の謎」と、「ゾンビ出現の謎」に挑むミステリ小説です。

2019年に映画化もされたこの作品は、数多くあるミステリ小説の中、本屋でたまたま手に取った1冊です。私にとっては少し難しい内容ではありましたが、それでもどんどん読み進めたいくなるほど、その世界観に強く引き込まれる作品です。

体育学部1年 清水 優菜



屍人荘の殺人
今村 昌弘 著
東京創元社

図書館ホームページ紹介

開館カレンダーや図書館に関するお知らせ、蔵書検索などを掲載しています。

図書館ホームページは
こちら→



開館カレンダーは
こちら→



ブックリスト紹介

SDGsや授業関連資料、特別展示の各テーマごとのブックリストを公開しています。

ブックリストは
こちら→



編集・発行：東京女子体育大学・東京女子体育短期大学

図書館運営委員会

東京都国立市富士見台4-30-1 TEL.042-572-4131

2025年11月発行

Love goes toward love as schoolboys
from their books,
But love from love, toward school
with heavy looks.

William Shakespeare, *Romeo and Juliet*

恋人に会う時は、下校する生徒のように心がはずみ、
恋人と別れる時は、登校する生徒のように心が沈む。

W. シェイクスピア「ロミオとジュリエット」

(松岡和子 訳)

僕には鳥の言葉がわかる

ある日、新聞の特集記事で「鳥が文節で話す」という驚きの研究に出会いました。目を見開き、記事に釘付けになったのを覚えています。森で長年録音と観察を重ねてきた著者・鈴木俊貴さん。鳥の鳴き声が「敵が来た」「逃げよう」といった複数の情報を、順序立てて伝える「言語」であることを突き止めました。その発見は、異なる知性への扉を開き、「動物言語学」という新たな分野の創出にもつながりました。

本書はその研究の軌跡をたどりながら、自然の中で身体を使って世界と向き合う意味を教えてください。森の音に耳を澄まし、鳥の

動きに目を凝らし、失敗を積み重ねていくプロセスは、フィールドで学ぶ面白さや、感覚を通じて得られる気づきの尊さを描きます。

“知識は頭だけでなく、身体を通して深まる”。この言葉が、本書を読み終えたときに胸に残る実感です。身体で世界を感じ、そこから問いを立てる。その姿勢に共感できる体育大学の皆さんにとって、新しい視点と刺激を与えてくれる一冊です。

スポーツ生理学研究室 小野寺 由美子



僕には鳥の言葉がわかる
鈴木 俊貴 著
小学館

人を動かす! 安西先生の言葉 「スラムダンク」から学ぶ最強のコーチング

漫画から学ぶコーチングの技術

一あの名作スポーツ漫画は“ただの漫画”じゃない! ?

世の中には様々なコーチングの本が存在しています。本学でコーチングを学んでいる皆さんもいろいろな本を手にとることがあると思います。今回紹介する本は人気バスケットボール漫画の「スラムダンク」の名物監督の言葉からコーチングを学ぶというものです。

文章は文字ですが、“こういうコーチングが大事”、“ここがポイント”というコーチングに大事な内容をスラムダンクの名場面を用いて説明してくれるので、ただ文章を読むだけよりも理解しやすいと思います。

もちろん漫画をベースに話が展開されるため、現実のコーチングを対象としているものではありません。ですが、「スラムダンク」の場面に加え、他の書籍の文章も引用して説明することで説得力も上がっています。

「スラムダンク」を読んだ事はある学生はもちろん、読んでいない学生にも一度は目にしてみたいというコーチングの本です。

野外運動研究室 酒井 紳



人を動かす! 安西先生の言葉
「スラムダンク」から学ぶ最強のコーチング
遠越 段 著
総合法令出版

「学ぶ」について 考えてみる

信じ切る力

本を通して「先人に学ぶ」～「信じ切る力」～

学ぶとは、生きることである。人はよりよく生きるために学ぶのだ。人生100年とするならば、学校教育で学べる機会は15年足らず。残りの80年以上をどのように学び、よりよく生きるか。そのためには、本を読んで考えること、そして先人に学ぶことが大切である。それを教えてくれる一冊である。

2023年のWBCで日本代表を世界一に導き、現在、日本ハムファイターズのCBOを務める栗山英樹氏は、「寸暇を惜しんで本を読む」ことを日課としている。朝の時間、移動の時間を有効に活用し

て、ペンを手にしながらいろいろな本を読み進める。「そこに学びが一点でもあればいい」という考えから。

また、氏は古典をよく読む。それは「いろんな偉人たちと一緒に生活しているような感覚が味わえる」とともに「たくさんの教えをもらうことができる」からである。読んだ本についてはノートに書く。ノートは学んだことを残す大事なツールであるからだ。

「信じ切る力」—それは、学び続ける大人になるためのヒントを与えてくれる指南書である。

国語研究室 熊谷 恵子

新版 思考の整理学

街の本屋をのぞくと様々な勉強法の本が並んでいます。そんな本を見回すと自分が何か学んでいるのかという気持ちになります。

ただ、実社会では「学び」の機会はそういった書籍や授業、教科書からだけでなく、日々の生活や部活動などあらゆる場面でその機会にあります。「これは学びだな」と思える機会もあれば、それに気づかないことや、あとから「学びだった」と気づくことは皆さんですでに何度かあると思います。

「学びだった」と思えるときは、自分の中で考え、学びや経験を整理し深化させることができたときですが、誰もがいつもスムーズにできるわけではないですね。むしろ、くるくると思いを巡らすことが多いかもしれません。そして、日々蓄積された「学び」はそのままにしておくと、何となく箱に入っている状態になってしまいます。多くの学生に読まれてきた本ですが、みなさんの学びや日々の経験、もしかすると気持ちさえもより価値のある「学び」にしてくれるヒントをくれる一冊です。

スポーツマネジメント研究室 宮野 陣



新版 思考の整理学
外山 滋比古 著
ちくま文庫



信じ切る力
栗山 英樹
講談社