

月刊

あなたにこの本を！

令和8年
2026年

9月号

大阪市立図書館 「あなたにこの本を！」選定委員会

大阪市立図書館が購入した新しい本の中から、図書館員のおすすめの本を紹介します。



…字が大きめ



…中高生にも



…図・写真が多い

※〔 〕内の番号は、日本十進分類法（NDC）新訂10版による分類記号です。



クマなく伝えたいホッキョクグマのすべて

坪田敏男、鳥居住子 共著

ジャンル：自然・環境を考える

実業之日本社 2025年12月 1700円 ISBN: 978-4-408-53903-4

研究者と飼育員が、ホッキョクグマの魅力や直面する環境問題について解説する。大きい体でおもちゃを大事に抱えて眠る動物園での愛らしい姿から、地球温暖化で海水が減り主食のアザラシが捕れず、個体数が減少している厳しい現状までを幅広く紹介する。カナダのハドソン湾での調査の様子が臨場感あふれる写真とともにつづられ、野生ホッキョクグマの暮らしがよく伝わってくる。可愛いイラストも掲載されており、楽しみながらホッキョクグマへの理解と関心を深められる。〔489.57〕



宇宙にヒトは住めるのか

林 公代 著

ジャンル：知識・教養を深める

筑摩書房 2026年1月 940円 ISBN: 978-4-480-68544-5

宇宙ライターである著者が、宇宙でヒトが定住し快適に暮らすための最新研究取材した。月で作物を作り消費する「月産月消」を目指し、茎が太いトマトなど、限られた空間と厳しい環境下でも育つ品種が開発されている。また、月に住む人の心のよりどころとして、太陽や星の光を反射させ暗闇を照らすシンボルタワーの建設が考えられている。そのほか宇宙での人体の変化や、出産や子育て、障がいのある人が宇宙へ行くための取組などが紹介され、可能性を秘めた宇宙の未来に夢が膨らむ。〔538.9〕



絶対に見たことがあるアレの正体、聞いてみた

井上マサキ 著

ジャンル：暮らしにうるおいを

大和書房 2026年3月 1800円 ISBN: 978-4-479-39474-7

身近にあるが名前や役割を知らない「アレ」の正体を、メーカーや開発者への取材を通して解き明かす。スーパーで耳に残る音楽を流す「呼び込み君」は、人感知センサーで来客に気づくために開発され、人懐っこさを重視したデザインは評判がいいという。街で見かける、保育園児がたくさん運ばれている「おさんぽ車」は、乗降時のスロープや折りたたみ機能など安全性や使いやすさに配慮されている。普段気に留めないモノに意外な開発秘話や工夫が詰まっていて、読後誰かに話したくなる。〔509.21〕

国産の魚はどこへ消えたか？

川本大吾 著

ジャンル：知識・教養を深める

講談社 2025年12月 1100円 ISBN: 978-4-06-542190-1

水産記者が、かつて世界一の漁業国だった日本の水産事情の変化を流通や魚食文化の視点から解説する。豊富に獲れていたマイワシは漁獲量が減少し、その多くが食用ではなく、他の魚の餌などに利用されている。漁師の後継者不足が深刻化する中、男性中心だった漁業の世界で活躍する女性漁師の例など、変化する漁業の担い手についても紹介する。ノルウェー産のサーモンが日本で寿司ネタとして親しまれるようになるまでの道のりや冷凍マグロのおいしい解凍方法など、話題も幅広く楽しめる。〔662.1〕

怒っている子どもはほんとうは悲しい

－「感情リテラシー」をはぐくむ－

渡辺弥生 著

ジャンル：子どもの成長のために

光文社 2026年1月 980円 ISBN: 978-4-334-10846-5

発達心理学の専門家が、自分や相手の感情を理解し、状況に応じて適切に対応する「感情リテラシー」について解説する。誰もが身につけられるスキルとして様々な実践例が紹介される。学校現場では、大阪市立南市岡小学校での登場人物の感情を言葉にする練習をはじめ、登校時の気持ちを表す「チェックインシート」の活用などが行われている。イライラの奥にある不安や悲しみを言語化し、自分の感情と向き合うヒントを得られ、子どもの生きづらさに寄り添うことができる。〔141.6〕

武器としての非暴力 ー日常からはじめる抵抗論ー

中見真理 著

ジャンル：現代社会を見つめる

NHK出版 2025年9月 930円 ISBN: 978-4-14-088749-3

国際関係思想を研究する著者が、米国の政治学者ジーン・シャープの非暴力論に基づき、英雄ではない「普通の人」が暴力によらず戦争や差別を解消する方法を伝える。独裁体制に抵抗するには個人の行動を集団化する戦略性が重要だという。セルビアでは学生グループが主導して活動を広め、国際協力も得て民主化に成功した。シャープがまとめた「非暴力行動198の方法」には「シンボルを身につける」等身近な手段も多数あり、暴力の連鎖を断つために私たちができることを示唆してくれる。〔316.4〕

大阪市立図書館では、図書館で受け入れた一般成人向け新刊図書から、「あなたにこの本を！」選定委員会で推せんする図書を選び、「月刊あなたにこの本を！」を発行しています。生涯学習に役立つよう、また、多くの人々に読書に親しんでいただけるよう、幅広い視点で図書を選んでいきます。

バックナンバーは大阪市立図書館ホームページでご覧いただけます。また、「あなたにこの本を！」に選んだ図書の書誌データと紹介文を、オープンデータとして公開しています。1冊ずつにジャンルと紹介文をつけていますので、ご活用ください。

大阪市立図書館「あなたにこの本を！」 <https://www.oml.city.osaka.lg.jp/page/413.html>

