

# 図書館通信 9月号 宇東図書館委員会

夏休みが終わり、2学期が始まりました。秋が近づき始めています。秋といえばスポーツの秋や読書の秋ですね。ということで、今回はスポーツをテーマにした本の紹介をしたいと思います。



## 『偏差値70の野球部』 松尾 清貴 著

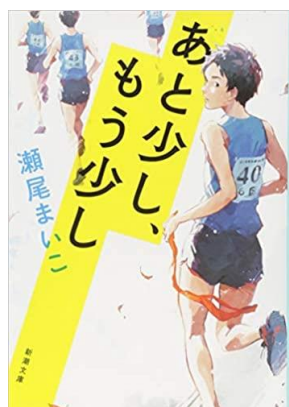
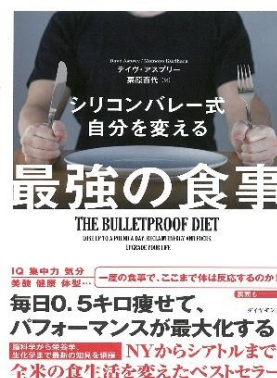
リトルリーグで全国ベスト4、中学2年で全国大会準優勝まで所属チームを導いたピッチャー・新真之介。しかし、甲子園常連校への野球推薦を逃した後、一般入試で猛勉強の末に合格したのは、なぜか野球の名門ではなく、東大合格者数全国1位の超進学校だった!?

頭がいいからこそできる、ある意味「脳筋」な野球を読むことができます。スポーツと物理学を同時に学ぶことのできるお得な本です!

## 『シリコンバレー式 自分を変える 最強の食事』 デイヴ・アスプリー 著

低炭水化物、低カロリー、菜食主義……15年間、30万ドルを投じて世界中の食とダイエットを研究しつくし、あらゆる食事法の「痩せる効果」「健康効果」を検証し、50キロ痩せた「完全無欠」の食事メソッド!また、筆者は食事の持つ「頭をよくする効果」にも着目し、IQを20ポイント上げることに成功しています。そんな「自分を変える」食事法が、読めばわかる!

人間は食べたものからしか体を構成することができません。この本を読んで、「食欲の秋」「スポーツの秋」「勉強の秋」を盛り上げましょう!



## 『あと少し、もう少し』 瀬尾まいこ 著

陸上部の名物顧問が異動となり、代わりにやって来たのは頼りない美術教師。部長の榊井は、中学最後の駅伝大会に向けてメンバーを募り練習を始める。元いじめられっ子の設楽、不良の大田など、寄せ集めの6人は県大会出場を目指して、襷をつなぐ。

襷がつながれた想いに、あふれる涙が止まらない傑作青春小説です。この本を読めば、陸上に興味がわき、スポーツについて学ぶことができます。ぜひ読んでみてください!

## 『あの夏の正解』 早見和真 著

2020年、選抜に続き中止となった夏の甲子園。「目指すもの」を失った球児や指導者はその現実は何を思ったか。得るものはあったのか。そこに「正解」はあったのか……。

済美、星稜の2校を取材し、甲子園のない夏の意味を問い続けた。パンデミックに翻弄され、挑戦することさえ許されなかったすべての人に送るノンフィクション——「あの夏」の物語。

野球部にかかわらず、すべての人に読んで欲しい。選手の言葉が、心に残る作品となっています。

