はじめに

この本を手にとったあなたは、もしかしていま、何か悩みを抱えていて、その答えを探している最中でしょうか？

たとえば、「ふつうすぎる自分をなんとかしたい」とか、「女の子（もしくは男の子）らしくって自分には合わない……」とか、「好きな人と付き合うことになったんだけど、なんかどうしよう……」とか、「部活ってなんのためにやるの」とか……。

それとも、親や友だちのことでしょうか？　それとも学校についてだったり……？

それとも将来のことでしょうか？

ＳＮＳで、たくさんの人とつながっているけど、でも聞けないこともあるし、「へー、そんなこと考えてるんだぁ？」とか言われるのも嫌だし……。

そんなあなたにうってつけなのが、本書です。本と人と言葉とのかかわりがなにかと深い一二人の方々に、一〇代の悩みに沿ってオススメ本を紹介してもらいました（残念ながら、

すべての悩みを網羅できているとは言えませんが……）。すでに皆さんが読んだ本もあるかもしれませんし、聞いたことのない作者の作品もあるかもしれません。一二人の方が取り上げている本は、実にさまざまです。ジャンルも色々です。つい最近のものから、少し前のものもあれば、はるか昔のものもあります。それだけに、あなたの悩みに瞬時に効くアドバイスが書いてある頁や本もあれば、今のあなたには何の力にもならないものもあるかもしれません。でも、ボディーブローのようにあとから効いてくる作品や言葉もあるかもしれません。

えっ、いちいち本なんか読んでいられないって？　まあまあ、そう焦らずに。悩みは、それだけを考えていても、解決策が見つからないことのほうが多いのです。まずは大きく息を吸って、吐いて、そしてじっくりと本と向かい合ってみてはどうでしょう。読み始めは、気になるテーマからでもいいですし、スタンダードに最初からでも、天邪鬼（あまのじゃく）になって後ろからでもかまいません。一冊との出会いが、またそれを紹介してくれた人との出会いが、別の瞬間に希望や、明日への元気、さらにはあなたや誰かの笑顔につながるかもしれません。

本書がそのきっかけになれたら嬉しいです。

岩波ジュニア新書編集部

目 次

はじめに

序章 読書コト始め 梅棹学 …… 3

推理小説の醍醐味／笑う読書／一冊の本をみんなで読む楽しさ／答えを求めて読む／本に即効性はない／新しい視点を得る／そして自分に出会う

1章 生きることを楽しみたいとき …… 19

◆「ふつう」を楽しむ 山崎ナオコーラ …… 21

キャラ立ちしない主人公／周囲が主人公の形を作る／そこに、

日常があるということ／大事なことは……

◆**こじらせ女子を楽しむ方法　トミヤマユキコ** …… 33
流行語大賞／自分らしく生きる「こじらせ女子」／「こじらせ女子」を克服する方法

◆**正しいHの教科書　高橋幸子** …… 43
一六歳の選択／「思いがけない妊娠」は誰にでも起きうる／性感染症は特別なことではない／おわりに

◆**部活、その鮮やかな記憶　高原史朗** …… 57
父がくれたもの／部活、その鮮やかな記憶／諦めた者と勝ち残った者の物語／今、迷いを抱えるあなたへ／まぶしい時間

2章　ネガティブ思考に陥ったとき …… 71

◆ **思春期の憂鬱　金子由美子** …… 73

(母)親からの自立／しあわせとは何か／性との出会い／さみしさに向き合う／男らしさ、女らしさって何？／家族って、やっかい、でも面白い！

◆ **月曜日の朝にお腹が痛くなったら　木下通子** …… 89

プロローグ・明日は月曜日／司書のいる学校図書館／「学校に行きたくない」って思ったら／自分を信じる／独りでいてもいいじゃない／自分らしくあるために／答えはすべて本の中に隠れている／エピローグ・また明日ね！

◆ **友だちのつくりかた　山本宏樹** …… 105

「友だち病」に効く二冊／「人心掌握マニュアル」の誘惑／「仲良く生きること」と「善く生きること」／おわりに

3章　将来を考え始めたとき

◆ **もし、あなたのバイト先が「ブラックバイト」だったら　菅間正道** …… 121

コンビニでこんな働き方をさせられたら？／法律的にはどうなんだろう？／声をあげて、立ち上がった時に武器になる憲法／「何かあったらすぐ団交やります」／おわりに　知は力

◆ **地方で生きるor東京で生きる　阿部真大** …… 123

地方で生きることの変化／「まち」と「田舎」の違い／野心的な若者と東京／「地方で生きる」の二つの類型／自分を変えるための「移動」／移動することで潜在能力を高める／横に向かう生き方

◆ **意識高い系ですが、何か？　打越さく良** …… 139

「他者」という存在／違っても、一緒に生きる／「違い」を知る、そして意識し続ける／感度を常に上げること／生きる …… 151

ことの意味／再び、生きることの意味を考える

終章　本はともだち　夏川草介 …… 167

須坂にて、ある夏の日に／『100万回生きたねこ』／新田次郎作品との出会い／高校生におすすめの本／次のハードル／読書には〝三つ〟のいいことがある／正解のない問題に向き合う／「考える」ということ／さらなる深みへ／おわりに

セレクトブックリスト …… 203

イラスト＝高杉千明

序章

読書コト始め

読書コト始め

梅棹学

読者の皆さん、初めまして。梅棹学（うめさお）と申します。といわれても、知っている人は誰もいないでしょう。

それも当たり前で、私は今日までずっと公立中学校で教えてきた一介の教員にすぎません。ただその間、一つだけ続けてきたことがあります。授業の始めの三分間に読み聞かせをしてきたことです。三〇年以上毎時間続けているので、のべ五〇万人以上の生徒が私のつたない朗読を聞いてくれた計算になります。それ以外の機会でも本を紹介し、生徒からさまざまな反応を受けとってきました。本好きを増やすのに少しだけ貢献できたかな、とも思っています。これらの授業でのエピソードをまじえながら、私自身の読書体験を本とのかかわり方を中心に「読書コト始め」として、少し話していきたいと思います。

私は若いときから、生きづらさをかかえてきました。人と話すのが苦手な少年でした。い

つもどちらかというと少数派に属しているような人間でした。新しい環境に慣れるのが苦手な人間でした。それが少しずつですが、変わってきました。還暦を超えた今が一番生きやすいと感じています。若いときより一層楽しく国語の授業をすることができています。でも、なぜこのように変われたのでしょうか。それはたぶん、本を読んでいくことで何かが心の中に貯まっていき、私の中にあった「生きづらさ」をゆっくりと溶かしていってくれたからではないかと思っています。多くの本と巡りあえたことは、さまざまな人と出会えたのと同じくらい幸運なことだったと実感しています。

中学生に本を紹介しても、いつでも面白がってはくれません。しかし、保護者から反応が返ってくるなど意外なこともあります。思うようにはいかないのは承知の上で、若い皆さんに少しでも役に立つことを願って、始めたいと思います。

◆ 推理小説の醍醐味

小学五年生のとき、図書室から一冊の本を借りました。書棚の天板の上で埃をかぶっていた廃棄寸前の本でした。そのころから古本趣味があったのかもしれません。誰も借りないような本でも、自分にとっては面白いと思える本が図書室の本棚には隠れています。その本は

コナン・ドイルの『バスカヴィル家の犬』でした。その後読み返したことはないのですが、今でも登場人物の名前が出てきます。昆虫学者ステープルトン。怪しげな行動をする執事のバリモア。そして、シャーロック・ホームズと助手のワトスン。最後の二人は、ま、当たり前ですが。推理小説を読むと、しばしの間現実を忘れることができます。授業の始めの読み聞かせにホームズ物の『まだらの紐』や江戸川乱歩の少年探偵団シリーズも取りあげました。謎解きの面白さには生徒もひきつけられるようで、読書の幅を広げていく生徒の姿を見るのは嬉しいことです。ある生徒は自作の犯人当て小説まで書いて読ませてくれました。また別の生徒が教室でP・D・ジェイムズを読んでいるのを見たときは驚きました。推理小説好きの大人でも手を伸ばすのをためらうような、重厚な文学派の作家を読みこなしているのですから。

小学六年生のある日、担任の先生が本を読んであげるから、ホームズと『巌窟王』とどちらがいいかと私たちに尋ねました。私はもちろんホームズを希望したのですが、多数決で『巌窟王』になってしまいました。仕方なく聞いていましたが、結局数ページ読んでもらっただけで終わったような気がします。このことを二〇年近く経って突然思い出しました。授業での読み聞かせにこの、アレクサンドル・デュマ『巌窟王』を取りあげてみようと思い、

初めて読んでみました。これが面白いのです。無実の罪で投獄されたエドモン・ダンテスが復讐をする話なのですが、授業では彼が脱獄をするところまでを読みます。すると、生徒たちは続きを読みたがります。図書室の貸し出しが予約待ちの状態になります。司書さんが泣いて喜んでくれます。学級文庫の蔵書が突然一冊増えたりします。

◆ 笑う読書

高校一年生の春、私は健康診断でひっかかってテニス部を休部することになりました。高校と自宅の往復だけになり、しだいに人とも付き合うことも少なくなりました。一人でいる時間が増えた私は、高校の帰りに毎日貸本屋に寄っては推理小説や漫画を借りるようになりました。あるとき、何気なく手に取ったのが、小林信彦の『大統領の密使』という本でした。世の中にこんなに笑える本があるのかと思いました。パロディといわれるジャンル、そして作品に初めて出会いました。すぐに続編の『大統領の晩餐』も借りました。二年で同じクラスになったM君は話してみると本好きだということが分かり、勧めたら彼も気に入ってくれました。さらに彼には、パロディの真似事を、私がレポート用紙に書いたものまで押し付けました。それがいつのまにか友だちから友だちへと授業中にひそかに回覧されていたようで

す。先生の立場になった今としては言いづらいことですが。

高校と貸本屋と自宅の往復の生活は一年間だけで終わりました。そのころどんなことを考えていたのか、どんな生活をしていたのか、もう何も覚えていません。きっとつまらなそうな顔をして毎日を過ごしていたでしょう。今思い返してもくすんだ印象が残る一年です。しかし本を読むことが、緩やかですが私を支えてくれていたような気がします。小林信彦はその後も読み続けています。一番好きな作家かもしれません。M君との仲が深まる一つのきっかけにもなりました。くすんだ時期もときには人生に彩りを添えてくれるようです。

私は精神的に疲れて何もしたくないときは、身をゆだねるようにして本を読むことがあります。元気が出るわけではありません。でも、本の世界に浸ると落ち着けるのです。小林信彦の短編集『超人探偵』は、そんなときに読む数少ない一冊です。中でも「悪魔が来たりて法螺（ほら）を吹く」「ヨコハマ1958」の二編は、何度読み返したか分かりません。この本に出会えたのも「くすんだ」一年があったからかもしれません。

◆ 一冊の本をみんなで読む楽しさ

『幻影城』という探偵小説専門誌が、高校三年生のときに創刊されました。読者のファン

クラブが東京と京都に設立されました。当時京都に住んでいた私は、入会希望の葉書を出しました。少し勇気がいりました。大げさにいうと、それまで私の世界には自宅と学校だけしかなかったからです。そこから初めて外へ踏み出したのでした。「一三人の会」と名乗ったその会では、毎月読書会が行われました。大学生にまじって参加しました。

これが実に新鮮でした。読書会そのものが初めての体験でした。同じ本を読んでいるのに、他の人は自分とはまったく違う読み方をしていることを初めて知りました。「推理作家Aは文章が下手だな」「泡坂妻夫（あわさかつまお）は文章が上手いね」と言われても、どこが上手くてどこが下手なのか当時の私には、さっぱり分かりませんでした。年の差はあまりないのに、大学生がずいぶん年上に感じられたものです。しかし好きな推理小説のことだけでなく、いろいろな話を聞いていると世界が広がっていくような感じがしました。たまに私の感想を面白がってもらえたときは、とても嬉しかったことを覚えています。ちなみに後年、泡坂妻夫氏とあるパーティでお会いしたとき、氏の作品『しあわせの書』を使って中学生を驚かせていますといったら喜んでくださいました。

読書会には、浪人になっても毎月欠かさず参加しました。予備校にも行かず自宅浪人をしていた私は、高校一年のときよりさらに誰にも会わない生活をしていました。同じく自宅浪

人のO君の家でたまに将棋を指すときと、この読書会だけが安らぐ時間でした。成人式の日も、式に出ないで「一三人の会」に参加し、読書会のあと大学生と一緒に麻雀をしていたことを覚えています。大正生まれの父は、浪人中でも読書会に行くなとはいいませんでしたが、「また人殺しの本を読んでいるのか」と推理小説に偏見を持っていました。だから、私は生徒がどのような本を読んでいても、絶対に否定はしないようにしています。

一冊の本をみんなで読む楽しさを知った「一三人の会」の経験があったからでしょうか、あるとき、中学生たちと読書会をやってみることを思いつきました。卒業間近に会員募集の掲示を貼り出しました。「紙魚（しみ）の会」と名付け、「三人以上集まれば発足します。入会退会再入会いつでも自由。課題図書を読まないで例会に参加することも大歓迎」と書きました。会員が集まるかどうか不安でしたが、幸いにも五、六人集まりました。中学校近くの喫茶店で年に二回、彼らが大学を卒業する歳になるまで七年間続きました。本の話をするのは長くて一時間くらいで、ほとんど近況報告や雑談でしたが、今から思えばとても貴重な時間を過ごしました。そのときの会員のN君が、今、私の家に郵便を配達してくれています。不思議な縁を感じます。彼は中学生のころは週に三冊以上読んでいた、すごい読書家だったということを最近知りました。

◆答えを求めて読む

高校生のとき私は、時々日記をつけていました。そこには人並みに悩みを綴(つづ)っていたと思います。いかに生きるべきか、というようなことをよく考えていたような気がします。当時も今も高校生は大なり小なりそういうことを、考えていると思います。私は、その答えが書かれていそうな本を探していました。

当時、多くの高校生が読んでいた庄司薫の「薫くんシリーズ」や、若くして自ら命を絶った高野悦子の日記である『二十歳の原点』なども読みました。彼女は京都の大学に在学していたので、日記の中に出てくる喫茶店に行ったこともあります。当時の日記をもし読み返してみたら、文体にかなり影響を受けていることが分かるでしょう。でも、その前に恥ずかしくて気絶するかもしれませんが。

しかし、それよりもむさぼるように読んだのは、北杜夫(きたもりお)の『どくとるマンボウ青春記』、小松左京の『やぶれかぶれ青春記』、そして井上ひさしの一連の自伝的小説『青葉繁れる』『四十一番の少年』『モッキンポット師の後始末』といった、戦前、戦中、戦後間もなくに青春を過ごした人たちの作品でした。彼らが過ごした時代は、当時の私にとってもやはり昔の