



はたちの20冊

大人の一步を踏み出すあなたへ
20冊の本を選びました。
たくさんのお本と出会えますように。



横浜市教育委員会

協力 一般財団法人 出版文化産業振興財団 (JPIC)
冊子の構成上、「記念冊子」の表紙とは、上下が逆さまになっています。

二十歳の皆さんへ



最後に本を読んだのは
いつですか？

本書では、
「二十歳の市民を祝うつどい実行委員会」と
5名の著名人が選ぶ
二十歳の皆さんにおすすめの20冊を紹介します。
気になる本を見つけて、
是非手に取ってみてください。

新たな本との出会いによって
あなたの世界がもっと広がるはずです。

横浜市教育委員会

「読書バリアフリー」をご存知ですか？

一みる、さわる、きくー 読書方法にはいろんなカタチ
があります。横浜市読書バリアフリー情報サイトでは、
読書に困難を抱える方が利用しやすいバリアフリー
図書や各種サービスを紹介しています。



横浜市読書バリアフリー
情報サイト

BOOK LIST

1	「奇跡のバックホーム」	横田慎太郎 著
2	「トラベジウム」	高山一実 著
3	「木曜日にはココアを」	青山美智子 著
4	「横浜大戦争」	蜂須賀敬明 著
5	「よるのはげもの」	住野よる 著
6	「20代にしておきたい17のこと」	本田 健 著
7	「和菓子のアン」	坂木 司 著
8	「自分を好きになる方法」	本谷有希子 著
9	「本日は、お日柄もよく」	原田マハ 著
10	「無駄に生きるな熱く死ぬ」	直江文忠 著
11	15歳から学ぶお金の教養 「先生、お金持ちになるにはどうしたらいいですか？」	奥野一成 著
12	「ざらざら」	川上弘美 著
13	「10代の悩みに効くマンガ、あります!」	トミヤマユキコ 著
14	「財布は踊る」	原田ひ香 著
15	「夜明けのすべて」	瀬尾まいこ 著
16	「オーデュボンへの祈り」	伊坂幸太郎 著
17	「イン・ザ・プール」	奥田英朗 著
18	「特搜部Q」シリーズ	エッシー・エズラ・オールスン 著 吉田奈保子 訳
19	「源氏物語」全三巻	角田光代 訳
20	「エルマーのぼうげん」シリーズ	ルース・スタイルス・ガネット 作 わたなべしげお 訳

二十歳の市民を祝うつどい 実行委員会からのおすすめ本



『奇跡のバックホーム』

横田慎太郎 著 幻冬舎/幻冬舎文庫 660円

この本は2023年7月に28歳の若さで亡くなった元プロ野球選手の横田慎太郎さんが、22歳の頃に脳腫瘍に侵され、絶望と苦しみの中でも諦めない自身の壮絶な野球人生について綴ったノンフィクション作品です。

本のタイトル『奇跡のバックホーム』は、横田さんの引退試合で起きた奇跡のプレーとして野球ファンの間で語り継がれています。

どんな絶望の淵に立たされても諦めない心で努力する横田さんの姿は、私たち20歳の若者の背中を押してくれると思います。



『トラペジウム』

高山一実 著 KADOKAWA 1,540円

高校生の東ゆうは、アイドルになるという夢を叶えるため、一緒にアイドルを目指す女子高生のスカウトに奔走する。「人間って光るんだ」ゆうは、アイドルをはじめた時、そう思った。私たちがこれから出会うもの、ことが輝いて見え、一瞬にしてときめくことがあるかもしれない。その瞬間を逃さず、もし夢を見失いそうなときはこの本を読んでいただきたい。困難にぶつかりながらも、夢を追う主人公の姿に勇気もらえるはずだ。



『木曜日にはココアを』

青山美智子 著 宝島社/宝島社文庫 704円

川沿いの桜並木のそばに佇む喫茶店「マープル・カフェ」に勤めるワタルは、毎週決まって木曜日に訪れ、ココアを注文する女性に恋をする。この本は、そんな二人から始まる短編集です。

全12話のストーリーは繋がりがあつみつも1話完結のため、読書が苦手な人にもおすすめです。小さな出来事や人とのつながりをテーマにしており、読み終わった頃にはココアを飲んだ後のような温かい気持ちになり、あなたの日常がいつもより輝いて見えるでしょう。



『横浜大戦争』

蜂須賀敬明 著 文藝春秋/文春文庫 935円

横浜の各区を守護する18の土地神に、その頂点を決める「横浜大戦争」の幕開けが突如として宣言される。土地神たちは舞台を横浜の各地に展開させながら激しい戦いを繰り広げる。

土地神はみな個性豊かで、自分の住んでいる区の神を応援してみたり、「推し神」を作ってみるのも一興。この戦いの中で土地神たちが見出す、平和への思いや友情、絆にも注目してほしい。

横浜市民だからこそわかる面白さが詰まった作品をぜひ読んでいただきたい。



『よるのばけもの』

住野よる 著 双葉社 1,540円

この本は「夜になると、僕は化け物になる。」という一文で始まる。ある夜、巨大な黒い化け物に姿を変えた主人公の安達は、中学校に侵入し、クラスでいじめられている女子生徒の矢野に出会う。昼間の学校で、いじめを見て見ぬふりをしていた安達だが、矢野との「夜休み」を通じて彼女の本当の思いや人柄を知り、心境が変わってくる。

学校という特殊な空間に存在する同調圧力やいじめ。そんな目に見えない力に屈してはいないか問いかけられる1冊である。





カモシダせぶん(かもしだせぶん)

これから担う皆さんの未来が、
明るいものになりますよう折っています。
そして何かに迷ったときは書店で
本を買ってみるのもオススメです。
ふと手に取った一冊が問題解決につながるかもしれません。

1988年生まれ。書店員として働きながら、芸能界随一の書籍に
詳しい「書店員芸人」として、メディアをはじめとした多方面で本の
魅力を紹介するなど、活躍中。執筆活動にも精力的に取り組
んでいる。



はたちの20冊

『20代にしておきたい17のこと』

本田 健 著 大和書房/だいわ文庫 770円

わかりやすく20代の指針になる本だと思います。特に大事なこ
ととして書かれていたのが、「若いうちはやりたいことをやる。失敗
してもいいから挑戦する」。本当にその通りです。ちなみに僕はこ
の本を30歳になる半月前に読み、17章中14章は達成できました
が、残り3章は半月では間に合いませんでした。ぜひ皆さんは時間
をかけて、20代のうちに17章すべてを達成してほしいです。

20代にしておきたい
17のこと



本田 健



『和菓子のアン』

坂本 司 著 光文社/光文社文庫 734円

皆さんは、これから就職やアルバイトなど「仕事」を通じて、社会
に関わるのが、より増えるでしょう。デパート地下の和菓子店で働き
始めた梅本杏子は、仕事中に起こる難題を解決しながら成長し
ていきます。

杏子と同じように、仕事中の「わからない」は皆さんにも必ず訪
れます。先に本書を読んで、「わからない」に備えてみませんか？



和菓子のアン
坂本 司

『自分を好きになる方法』

本谷有希子 著 講談社/講談社文庫 550円

この短編小説集は、リンデという女性の16歳、28歳、34歳、47
歳、63歳の、とある1日を切り取って、一生を「6日間」で書いた
珍しい構成です。大人になって、「自分を変えたい人」「自分を
変えたくない人」という両方の人に「自分を好きになってほしい」と
考えて、この本を選びました。

今年も、そして10年後も読んでほしい一冊です。



自分を
好きに
なる
方法

本谷有希子



国山ハセン(くにやまはせん)

皆さんにはこれから先の未来を変える力があります。はたちの20冊
夢や希望は皆さんの中にあります。恐れず挑戦し続けてください。そして
夢をかなえるためのヒントはきっと、本の中に書かれていると思います。読
書を通して多様な価値観、考え、理論、表現、物語に触れてください。きっと
皆さんの人生を豊かにしてくれるはずです。心から応援しています。

1991年東京都出身。元TBSアナウンサー。TBS時代は
「news23 キャスター」、「アッコにおまかせ!」【Nスタ】「SUPER
SOCCER」などの人気番組を担当。2023年1月よりビジネス映像
メディア「PIVOT」にプロデューサーとして参画。またタレントとし
ても活動している。



はたちの20冊

『本日は、お日柄もよく』

原田マハ 著 徳間書店/徳間文庫 713円

原田マハさんの作品は多く読んできましたが、とりわけ大好きな小説
の一つです。私自身が人前で話す立場ということもあり、スピーチの美
しさ、言葉の持つ力に感銘を受けた一冊で、まるでその場にいるか
のように心を動かされました。いつの日にか私もこんなスピーチをしてみた
い、そんな美しい表現の数々です。スピーチの奥深さ、人の惹きつけか
たなど学びになりました。ぜひ作品の世界に没入してください。



本日は、お日柄もよく

原田マハ

『無駄に生きるな熱く死ぬ』

直江文忠 著 サンクチュアリ出版 1,320円

高校卒業間際に、書店でたまたま目に入って手に取った本です。タイ
トルに衝撃を受けたことを鮮明に覚えています。理不尽なこと、納得い
かないこと、悩んだときに思い出される本です。座右の銘になったと
言っても過言ではないほど、私にとっては核心に触れられたような感覚
でした。常にハングリーに、一生懸命に生きようと考えさせてくれます。



15歳から学ぶお金の教養

『先生、お金持ちになるにはどうしたらいいですか?』

奥野一成 著 ダイアモンド社 1,650円

私がおもっと早く読んでおきたかったなあと思う一冊です。恥ずかしいこと
に経済やお金についてよく理解しないまま20代を過ごしたような気がしま
す。皆さんはお金の価値をどのように捉えていますか? 時代が変わり、社
会のあり方も変わっていく中で、今一度この「お金」について学ぶ必要がある
かと思いますが、この本には基本のキから分かりやすく書かれています。
未来を担う、次の時代を創る皆さんの挑戦を後押ししてくれるはずです。



先生、お金持ちになるにはどうしたらいいですか?

奥野一成



原田ひ香

(はらだひか)

皆さんは、今はまだ何も始まっていなくて、もしかしたら焦ったりしてるかもしれません。でも私が小説を初めて書いたのは36歳の時です。まだまだ、たくさん回り道する時間があることを忘れないでください。

1970(昭和45)年、神奈川県生まれ。2005(平成17)年「リトルプリンセス2号」で第34回NHK創作ラジオドラマ大賞受賞。2007年「はじまらないティータイム」で第31回すばる文学賞受賞。著書に『三千元の使いかた』『そのマンション、終の住処でいいですか?』『古本食堂』『一橋桐子(76)の犯罪日記』『ランチ酒』『老人ホテル』『図書館のお夜食』などがある。



はたちの20冊

『ざらざら』

川上弘美 著 新潮社/新潮文庫 506円

もしも、あなたがこれまであまり小説を読んでこなかったけど、今後読んでみたいという方なら、ぜひ、こんな一冊からはじめてほしい。ざらざらと読めて、でもその奥には深い精神の井戸があり、言葉は無限の可能性を秘めている……。そんな小説というものの楽しみが詰め込まれた作品です。もちろん、小説を読み慣れた方にもおすすめです。



『10代の悩みに効くマンガ、あります!』

トミヤマユキコ 著 岩波書店/岩波ジュニア新書 1,056円

10代と銘打ってありますが、全世代に効く、マンガの参考書です。人生に迷った時、失恋した時、友達ができない時、自分をダメと感じた時、なんとなくつまない時、死にたい時……この本を開いてみてください。必ず、刺さるマンガが見つけれられるはずです。悩んでいるのは、自分は一人じゃないということに気づけたら、解決に一步近づいています。



『財布は踊る』

原田ひ香 著 新潮社 1,540円

奨学金返済、リボ払い、ネットワークビジネス、マルチ商法など、若い人たちがこれから直面するであろう、お金の問題を書きました。若いあなたたちはそれだけでも大きな価値があり、悪い人にも狙われていることを忘れないでください。節約や投資をしてみたい、老後が心配、というような人にもおすすめ。今すぐ使わなくても、お金の知識は一生ものです。



藤崎彩織

(ふじさきさおり)

「もう10代が終わっちゃう」と悲観する人がいますが、はたちの20冊10代より20代の人生は楽しいです。自分のことを知る機会が増え、挑戦できることが増えるからです。年を重ねることで得られる自由を楽しんでください。

1986年生まれ。「SEKAI NO OWARI」では「Saori」としてピアノ演奏とライブ演出、作詞、作曲などを担当。初小説『ふたご』は直木賞の候補となるなど話題となった。他の著書に「ざくろちゃん、はじめまして」などがある。



『夜明けのすべて』

瀬尾まいこ 著 水鈴社 1,650円

私は幼いころから不眠症に悩まされていて、眠れない日々が続くと人生を悲観してしまうことがあります。この本の登場人物たちも体に向かい症状を抱えています。ヘンテコな角度で困難と立ち向かう姿を読んでいたら、力がたくてきました。明日からこんな考え方をしてみようかな、と思える、やさしい本です。



『オーデュボンの祈り』

伊坂幸太郎 著 新潮社/新潮文庫 880円

二十歳のときに読んだ本です。当時の私にとって「愛」とは轟音を立てるものだったのですが、本の中で描かれている愛は、怖いほど静かで驚きました。「狂うことと受け入れることは似ている」(本文)という一節は、つらいことがあったいくつかの場面で、度々思い出してきた言葉です。今でも、もう一度読みたい思い出の一冊。



『イン・ザ・プール』

奥田英朗 著 文藝春秋/文春文庫 682円

悩みごとがある人は、是非この本を読んでみてください。精神科医の伊良部先生みたいな人と話せたら、もっとユニークな方法で困難を乗り越えていけるかも、と思うはずです。私は読んでる間にうずうずとプールに入りたくて、区民プールの15枚綴りのチケットを買いました。あのときの爽快な気持ちは忘れられません。





美村里江 (みむらりえ)

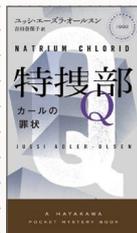
「脳の成人」は30歳前後という説があるそうです。はたその20歳理性を司る前頭葉は20歳ではまだ成長途上、あと10年くらいは練習中と思って喜怒哀楽豊かに過ごし、素敵な大人になってください。

1984年生まれ。俳優、エッセイスト。19歳でデビュー後、ドラマ、映画、舞台など多くの作品に出演し続けている。エッセイストとしても活動し、書評やエッセイを複数連載中。趣味は読書と釣り。

「特捜部Q」シリーズ

ユッシ・エズラ・オールスン 著 吉田奈保子訳
早川書房 (写真は「特捜部Q カールの罪状」2,420円)

登場人物がシビアな状況を一步一步乗り越える描写がみごとで、私が新刊を楽しみにしているシリーズです。日々色々なことがあり沈んでしまうとき「新刊まだかな」と思うだけで、少し気持ちが晴れるもの。現実世界における浮上補助具はたくさん持つのがオススメです。「現役作家」の「続刊中シリーズ」をぜひ、追ってみてください。



『源氏物語』全三巻

角田光代 訳 河出書房新社 11,550円 (各3,850円)

世界最古の長編小説の呼び声高く、国内外に専門の研究者も存在。読書好きなら一度は憧れる作品ですが、私は高校のときに美しくも難解な「谷崎潤一郎現代語訳版」を手にとり、全く歯が立たず落ち込んだ経験があります。その点、「角田光代版」は本当に読みやすく最後まで物語を楽しめました。2024年は大河ドラマもあり、味わう大チャンスと思います。



「エルマーのぼうけん」シリーズ (全3冊)

ルース・スタイルス・ガネット 著 わたなべしげお 訳
福音館書店 3,960円 (3冊セット価格)

私は仕事の準備が好きです。役作りや台詞覚えはもちろん、真冬の撮影には防寒グッズ、寒暖差の激しい季節はスリーブを作り置き、真夏の日焼けには水囊と顔バック……。『備えあれば憂いなし』を教えてくれた少年エルマーの準備シーンのお陰で、仕事の準備は冒険前の気分。小さいころから変わらず好きな本が、自分の性格や習慣の一部になるのは嬉しいものです。



～著作権について考えよう～ いつのまにか海賊版に触れてませんか？



きみを**犯罪者**にしたくない。



STOP! 海賊版

© All rights reserved.



いつもSNSにマンガをアップしているひとがいるんだけど、いわゆる海賊版サイトじゃないから、読んでも問題ないよね？



TikTokやYouTubeなどのSNSには公式のマンガ動画もありますが、個人が勝手にマンガを撮影した動画もたくさんアップされています。それは海賊版であり、立派な著作権侵害です。SNSに勝手にアップされた海賊版を読んでも、苦勞して作品を作り上げたクリエイターには1円も入りません。「いいね」なんてつけている場合ではありません。犯罪者に協力する行為です。

また、いわゆる海賊版サイトも横行しており、海賊版と知りながらダウンロードすると、ダウンロードした人間も罪に問われる可能性があります。そういった違法なサイトへのアクセスは、別の悪質なサイトへの誘導やウイルスなど危険がいっぱいです。「正規」であることを示すABJマークが掲示されたサービスで読みましょう。

Authorized Books of Japan



一般社団法人ABJ
<https://www.abj.or.jp/>

著作権についてそのほかのサイト

映画盗撮防止キャンペーン <https://www.eigakan.org/legal/>
YouTubeなどの動画投稿
<https://www.jasrac.or.jp/info/network/pickup/movie.html>