

# テーマ①「あの人」に学ぶ

推薦者（※敬称略）	タイトル	著者	出版社	コメント	
事務局	ボランティアをやりたい! 高校生ボランティア・アワードに集まれ	さだまさし(編) 風に立つライオン基金(編)	岩波書店	誰かの役に立ちたい、と全国でボランティア活動に動かし高校生連達の活発な活動を紹介している新書です。高校生ボランティア・アワード2019に出場した団体から33団体が紹介され、シンポジウムの模様なども一部掲載されています。	
事務局	早野秀之	できる大人のことばの選び方	松本秀男	青春出版社	一般社団法人日本ほめる達人協会の専務理事を務めておられる松本秀男さんが、これまでの仕事を通じて培った人との接し方を惜しむことなく伝授してくれる本です。これを読んで、ボランティアをする上で大切なコミュニケーション力を高めてください!
評議員	医師、作家 鎌田賢	相手の身になる練習	鎌田賢	小学館	1%でいい、誰かのために生きてみる。そんな思いで、高校生むけに、小学館 YouthBooks (ユースブックス)という新書で、相手の身になって考えることの大切さを書きました。風に立つライオンの「ライオンカフェ」のことや、岡山県総社市で水害があったとき、高校生が立ち上がったことなど、高校生ができる活動を詳しく書きました。ぜひ読んでもらいたいと思います。
パネリスト	プロボクサー/ HEROsアンバサダー 村田諒太	生きがいについて	神谷美恵子	みすず書房	長島愛生園でハンセン病の患者さんのケアをされた偉人/先駆者のお話が、ボランティアを実践する高校生のみなさんの励みになることを期待します。
		夜と霧	ヴィクトール・E・フランクル	みすず書房	
		死と愛	ヴィクトール・E・フランクル	みすず書房	
パネリスト	株式会社ユーグレナ 2代目CFO (Chief Future Officer) 最高未来責任者 川崎レナ	窓ぎわのトットちゃん	黒柳徹子	講談社	私が小さい頃おばあちゃんにもらった思い出の本です。黒柳徹子さんの幼少期通っていた少し変わった学校のお話です。個性にあった教育とはなんなのか。本当の多様性とはなんなのか。すぐ考えさせられる、私の活動の基盤になっている素敵な本です。
		Out of Your Mind	Sharon M Draper	鈴木出版	学校で一番賢い少女。けれども重度の障害を抱えているせいで誰も彼女の才能に気づいていません。社会の障害者に対しての偏見、私たちが一人一人が持っている偏見それに気づかせてくれる本です。とてもお勧めします。
		献灯使	多和田葉子	講談社	大災害に見舞われた後、外来語も自動車もインターネットも無くなった鎖国状態の日本を描いた近未来小説。私が今年学校で読んだ本で一番好きなものです。ディストピアの中に隠された私も共感できる現代日本の課題がたくさんありました。ぜひ読んでみてください。
パネリスト	東京学芸大学 教育学部4年 中原舞子	僕たちは世界を変えることができない。	葉田甲太	小学館	ボランティアを頑張る高校生たちに読んでもらいたい!
		僕たちはヒーローになれなかった。	葉田甲太	あさ出版	出版社は違いますが、「僕たちは世界を変えることができない。」の続編として「僕たちはヒーローになれなかった。」が繋がっている連続した2冊です。ボランティアを頑張る高校生たちに読んでもらいたい!
		私は私のままで生きることにした	キム スヒョン	ワニブックス	すべての人に読んでもらいたいそんな本です。
パネリスト	国境なき医師団 日本事務局長 村田慎二郎	ころる	夏目漱石	角川文庫	若くてもリーダーシップを学びたい人には必読の書。高校生のみなさんにオススメです。2hぐらいで読めますので、映画1本を観る感覚で読んでみてください。相手の気持ちを考える大切さが分かりますよ。
		「国境なき医師団」になろう!	いとうせいこう	講談社現代新書	将来、社会貢献や国際協力を仕事にしたい高校生のみなさんにオススメです。国境なき医師団で働いているのは、医師や看護師だけではありません。僕は文系でした。名前は聞いたことがあるけど、どんな組織なの?どんな人が働いているの?危くないの?私でもなれるの?いとうせいこうさんによるルポやインタビューで、国境なき医師団のリアルを紹介しています。
応援団	お笑いコンビ テツandトモ テツ	夢をかなえるゾウ1	水野敬也	文響社	本が苦手な僕が10数年前ぐらいに、妻に薦められて読んだ本です。読んだ当時、とにかく靴磨きしなきゃと思っただけの記憶があります。人生が豊かになるヒントが小説風に読みやすく書かれています。本が嫌いな僕でも読めたので肩の力を抜いて気楽に是非。
	お笑いコンビ テツandトモ トモ	さだの辞書	さだまさし	岩波書店	胸に響く言葉がたくさん出てきます。家族・友人・仕事、いろいろと考えるきっかけにもなると思います。
応援団	ミュージシャン 新羅慎二	村上朝日堂	村上春樹 / 安西水丸	新潮社	人生のバイブルです。
応援団	ももいろクローバーZ 高城れに	タベイさん、頂上だよ	田部井 淳子	山と深谷社	諦めない心。そして女性の強さ、みんなが無理だと言うことも強い気持ちで必ず叶うと言うことを命懸けで伝えてくれた方だと思います。山に対する気持ち、そこに真摯に向き合う気持ち。そこに協力する仲間、家族。登山に限らず、忘れてはいけない気持ちをたくさん教えてくれる1冊です。
協賛社	DNP	「20円」で世界をつなぐ仕事 想いと頭脳で稼ぐ新しい働き方 完全版	小暮真久	ダイヤモンド社	20円を足した社員食堂メニューで、社員の健康と、アフリカの飢餓の子どもに給食を提供する取り組みを広めた著者。世界の大問題をビジネスで解決する「社会起業」という考え方は、働く意味にヒントを与えてくれます。
協賛社	一般社団法人 日本ほめる達人協会 松本秀男	アフメーション	ルー・タイス	フォレスト出版	言葉にしたこと、イメージしたことは、現実になります。夢や目的や目標は、まずは言葉にすること、イメージすることが大切です。逆に言うと、言葉にもせずイメージもしない夢が叶うということは、あり得ないですよ。これから夢や目的や目標を持って生きる、そして未来を作る高校生のみなさんにオススメです!
		知性を磨く 「スーパージェネラリスト」の時代	田坂広志	光文社新書	知性と知能の違いは?「知能」とは、「答えの有る問い」に対して、早く正しい答えを見出す能力。「知性」とは、「答えの無い問い」に対して、その問いを、問い続ける能力。では、「思い」と「志」と「野心」の違いは?田坂広志さんが、わかりやすく解説しながら、私たちの今や未来への向き合い方を示してくださいませ。
		ハイツひなげし	古川誠	センジュ出版	ハイツひなげしというアパートの住人一人ひとりを描いた小説です。それぞれの悩みを抱えながら、頑張って生きる多様な人々。そして、その住人たちがうつすらとつなぐ小さな思い。「孤独」と「共生」とを生き来る切ない物語です。ボランティアアワードで頑張る皆さんには、きっとわかっていただける本だと思います。

## テーマ② テーマを見つける

推薦者（※敬称略）	タイトル	著者	出版社	コメント	
協賛社 DNP	FACTFULNESS 10の思い込みを乗り越え、 データを基に世界を正しく見る習慣	ハンス・ロスリング/オーラ・ロスリング/ アンナ・ロスリング・ロンランド、 (訳) 上杉 周作/関 美和	日経BP社	教育、貧困、環境、エネルギー、医療、人口問題…私たちは案外、世界を正しく理解できていないかも?「思い込み本能」を取り除き、世界を新たに発見してみよう! データを忠実に理解する大切さがわかります。	
	タラント	角田 光代	中央公論新社	ボランティアや社会貢献活動で、何が「正しい」のか?何が「意義ある仕事」なのか?迷ってしまった時に読んでみたい長編小説。読後は、無駄な経験などないし、新しいことを始めるのに遅過ぎるなんてないと思います。	
本の専門家	丸善雄松堂	ヒトの社会の起源は動物たちが知っている: 「利他心」の進化論	エドワード・O・ウィルソン	NHK出版	仲間をつくり、分業し、時に誰かを思いやる私たちの「社会」は、人類が生まれる遥か昔から存在していた。生物にはなぜ、社会が必要なのか。「利他心」とは何か。生物学の世界的権威の思想を凝縮した1冊。
高校生	福井県 福井県立大野高等学校 MC知円座(ちえんざ)	ぼくはイエローでホワイトで、 ちょっとブルー 1, 2	ブレイディみかこ	新潮社	筆者の息子さんが出たイギリスの「元底辺中学校」やその地区で行われている多様性・多文化共生を認める教育がすばらしい。小さい頃から絵本でLGBTQについて学んだり、FGM(性器切除)についての授業があったり、シティズンシップエデュケーションの授業では、チャリティーのプロジェクトを考えて、どうやってゼロからお金を生み出すか考えたし、「エンプシャー=他人の靴を履いてみる」と、地域でお互いに助け合うということを保育園児から中学生まで、生活の中で学び、授業で話し合っただけで自然に身につけています。また、地域で日常的に行われている様々なボランティアが、私たち日本の高校生の活動の参考になります。地域でホームレスの方を支援したり、制服が買えない生徒のために寄付された古い制服のお直しをしたり…人道・奉仕活動があたりまえのように生活に溶け込んでいるというか、学校教育でボランティア精神が刷り込まれているので、気軽にアクションを起こすし、困っている人に支援が集まりやすい。中学生が「お菓子を作って売りバスター代を稼ぐ、老人ホームに行っただけでバンド演奏をさせてもらう」みたいに、何か楽しいチャリティーを自分たちで企画し、イベントとしてやってみる」というフットワークの軽さが印象的で、チャリティーを難しく考えがちな私たちにとって、活動の参考になります。
高校生	岡山大安寺 中等教育学校 ネックニーム	FACTFULNESS 10の思い込みを乗り越え、 データを基に世界を正しく見る習慣	ハンス・ロスリング/オーラ・ロスリング/ アンナ・ロスリング・ロンランド、 (訳) 上杉 周作/関 美和	日経BP社	僕がこの本を知ったのは、学校でSDGsの講演会が開かれた時でした。講師の先生が話の途中でこの本を紹介して、放課後に本屋に寄ったらこの本が大きく売り出されていて、たまたま買った本で知らない事がたくさん書かれていて、この本は僕が世界がどうなっているのかを測る基準の一つになりました。
高校生	愛知県 トライズ高等学院 千種キャンパス トライさん	ねえねえ、もういちどききたいな わたしがうまれたよること	ジェイミー・リー・カーティス	偕成社	赤ちゃんの時に特別養子縁組をした里子向けの絵本です。諸外国に比べ、日本では里親家庭向けの絵本が少なく、海外の作品を翻訳したものが多くあります。里親さんが里子との出会いをどれだけ心待ちにしていたか、大切に育てているか伝わる作品です。
		ママとパパをさがしにいくの	ホリー・ケラー	BL出版	里子はいくつになっても実親を想っています。そんな里子の気持ちに寄り添ってくれる作品です。
		どうして私は養子になったの?	キャロル・リヴィングストーン	明石書店	大きい里子向けの絵本です。養子縁組の制度をわかりやすく解説してくれています。そのなかに「養子だからといって特別ではない」と書かれています。以前、里親家庭で育った大学生に話を聞いたところ、自分が里子だと友人に伝えると「変なこと聞いてごめんね」と謝られ、戸惑ったと伺いました。里親家庭の子供たちは、血のつながりはなくても普通に日常生活を送っています。里親家庭に限らず、幅広く読んでいただき、里親家庭への理解が広がれば嬉しいです。
高校生	茨城県 江戸川学園取手高等学校 えどとり	ぼくがラーメン食べてるとき	長谷川義史	教育画劇	同じ時間を過ごしていても、場所や地域、国を超えて全く異なった生活をしていることが分かる本です。普通の日常を過ごしていることがどれほど貴重かということを教えてくれ、私自身すごく感銘を受けました。是非、皆さん改めて読んでみてください。
高校生	和歌山県 和歌山信愛高等学校 匿名	#生理の貧困	#みんなの生理 (著)、ヒオカ (著)、 吉沢 豊予子 (著)、田中 東子 (著)、 田中 ひかる (著)、河野 真太郎 (著)	日本看護協会出版会	私たちは今回上述の「生理問題」についての課題を考え、そこでお金がなくて生理用品が買えないということを知りました。私はそんな生理問題のことをもっと知りたいと思い、「生理の貧困」という本を手に入れました。私はこの本で生理の貧困って生理のある女性だけの問題じゃないとおもったし、経済的貧困だけでなく知識や教育の不足もこの「生理の貧困」に関わってくるのだと思いました。若い女性の方だけでなく広い世代の方におすすめてあげたいです。
高校生	東京都 八王子学園八王子高等学校 そう	国境のない生き方 私をつくった本と旅	ヤマザキマリ	小学館	幼少時からいろんな経験を積んだ漫画家のヤマザキマリさん著。いろいろな国に行って、経験したことが面白く語られている本。
高校生	山口県 宇部フロンティア大学付属 香川高等学校 ヨッシー	10代からのSDGs ~いま、わたしたちができること~	原佐知子	大月書店	私達のちょっとしたアイデアや取り組みで、地球環境の改善や目の前の困っている人々の救いにつながる。まさに、我が々が取り組んでいるボランティア活動が、それに当たり、励まされる思いがしました。意義を見失いかけた時、この書籍が道しるべとなりました。
高校生	千葉県 千葉県立四街道高等学校 匿名	日本で「一番いい」学校 地域連携のイノベーション	金子郁容	岩波書店	
		ボランティア もう一つの情報社会	金子郁容	岩波書店	
高校生	兵庫県 須磨学園高等学校 匿名	高校生、災害と向き合う 舞子高等学校環境防災科の10年 (岩波ジュニア新書)	諏訪 清二	岩波書店	私たち高校生がより地域に貢献しようと思うと、地域との繋がりは私たちができるボランティアの領域を広げるためにも、大切なのだと改めて気がされました。
高校生	群馬県 ぐんま国際アカデミー 中等部 きのこ	アントキノイノチ	さだまさし	幻冬舎	命の尊さ、学校や職場の人間関係、恋愛…若者の葛藤をひしひしと感じました。悩んでいる人にも磨きたい一冊、必読です。
高校生	静岡県 オイスカ浜松国際高等学校 T.M.Revolution	松がつなぐあした	小林省太	愛育出版	私たちが行っている松の保護活動等が話のメインで、松の大切さを知ってもらいたいから。
高校生	奈良県 奈良県立磯城野高等学校 よっしー	ホテルの光は、なぜだらけ	大場裕一	くもん出版	「新発見は準備ができていない人のところに」これから自然科学を学ぶ子どもたちにもぜひ読んでほしいです。新発見のチャンスがあっても、それが新発見と気付くための知識が必要です。毎日の学びを大切にして欲しいです。

## テーマ③ 困難を乗り越える

推薦者（※敬称略）	タイトル	著者	出版社	コメント
本の専門家 丸善雄松堂	「わかりあえない」を越える—— 目の前のつながりから、 共に未来をつくるコミュニケーション・NVC	マーシャル・B・ローゼンバーグ（著）、 今井麻希子（翻訳）、鈴木重子（翻訳）、 安納献（翻訳）	海士の風	家族や友達とのささいな揉め事から、チーム内の対立、貧困や紛争など深刻な社会問題の解決まで。人生を豊かにするために大切なものは、自分の内面に意識を向けることによって気づくことができる。
高校生 大阪府 大阪府立泉北高等学校 Sukes	マイノリティデザイン	澤田智洋	ライツ社	弱さは強さになる。マイノリティにとって良いものはマジョリティにとっても良いものである。誰もが参加できる社会をめざした考え方で読みやすく、また言葉が全て洗練されています。ボランティアや探究活動に大きな力をくれる作品です。
高校生 熊本県 熊本県立熊本高等学校 ヨシロ	takram design engineering デザイン・イノベーションの振り子	田川 欣哉（著）、 渡邊 康太郎（著）、 緒方 壽人（著）	LIXIL出版	デザイン思考について学べる本 何を作ればいいのかわからない・正解がわからない・過去の経験が生きないといった新しい分野を開拓する上で、失敗や敬遠したくなる気持ちを乗り越えどのようにプロジェクトを進めると、納得解が出しやすいのかを学べる本
高校生 愛知県 名古屋経済大学 市邨高等学校 まっつん	私の仕事	緒方貞子	朝日新聞出版	日本は、今年戦後77年を迎えました。しかし、世界では戦争や紛争が終わることはなく、戦禍から逃れた女性や子供をはじめとする難民は、1億人を突破してしまいました。とても悲しい現実です。緒方貞子さんは、63歳で女性初・日本人初の国連難民高等弁務官となり、冷戦後の10年間、世界の難民支援を指揮しました。緒方さんは、現場主義を買かれ、現場の声を大切に難民支援を指揮されました。わたしたちのSDGs有志活動は、緒方貞子さんの本から学ばせていただいています。「現場の声」を大切にすることは、すべての「優しさ」にもつながります。ボランティアアワードで発表されている、みなさんの活動も、たくさんのお優しさに溢れています。厳しい現状でも、明るい未来を見て取り組む、ボランティアアワードに参加されている皆さんが読まれたら、共感できることがたくさんあると思います。
高校生 茨城県 江戸川学園取手高等学校 えどとり	明日もまた生きていこう 十八歳でがん宣告を受けた私	横山友美佳	マガジンハウス	苦しいときでも、人に優しく、笑顔を忘れない、強い人である横山友美佳さんからどんなことがあっても絶対に諦めないことや「健康な命」ほどの宝物はないんだということを知りました。
高校生 兵庫県立宝塚北高等学校、 三田学園高等学校、 須磨学園高等学校 ブックファームガーデン	君たちはどう生きるか	吉野源三郎	岩波書店	人の意見に惑わされず、自分が正しいと思ったことを行動するんだということをこの本から学び、ボランティア活動や普段の生活の中で何か行動を始めるときの一歩の助けになった本です。
高校生 兵庫県立宝塚北高等学校、 三田学園高等学校、 須磨学園高等学校 ブックファームガーデン	メイクがシニアを元気にする いくつになってもきれいでいたい	みき しほ	メディアアイランド	著者は、阪神淡路大震災の際に、活気をなくしたシニアの方にメイクをして差し上げることで、その方の表情がガラッと変わり元を取り戻されたことをきっかけに、アクティブシニアの方々へのメイクボランティアを始められたそうです。この本には、メイクボランティアへの心構えから、具体的な活動内容や、一部シニアメイクの実戦まで、読みやすく書かれています。「おしゃれな人は元気でです」という作者のボランティアの信条は、「町を美しく彩ることで地域の人々の生活を豊かにするお手伝いがしたい」という私たちのボランティアの理念ともつながっています！
高校生 東京都 八王子学園八王子高等学校 そう	置かれた場所で咲きなさい	渡辺和子	幻冬舎	どんな場所でも自分を活かせることがある。そこで多くの人に出会って見いだせることも多い。ボランティアの心を大切に出来る一冊です。
高校生 東京都 八王子学園八王子高等学校 そう	らんたん	柚木麻子	小学館	明治から大正にかけて、女子教育にすべてを注いだ河井道らの歴史小説。多くの著名人が登場し、ある女子校を創設するに至るのですが、この時代の女性の運しさに感心させられ、同じ教育者として奮起させられました。
高校生 和歌山県 私立智辯学園 和歌山高等学校 しん	トラベジウム	高山一実	KADOKAWA	現実世界の話だが、その予想を超えてくるような物語に心が惹かれます是非一度ご覧下さい