


















2026年 しぶやおすすめの本50 中学生リスト







表紙をクリックすると本がどこの図書館にあるかわかります。予約もできます。







* は新しく選ばれた本です







	書名(中学生向)	著者	内容紹介
1	 <p>* あと少し、もう少し</p>	瀬尾 まいこ	あの手に襷(たすき)をつないで、力を振りしぼって、ゴールまであと少し。寄せ集めメンバーと頼りない先生の手で、最後の駅伝にのぞむ中学生たちの夏を描く青春小説。
2	 <p>アンジェロ</p>	デビッド・マコーレイ	年取った壁塗(かべぬ)り職人のアンジェロは、古い教会の壁の大修理にとりかかることになりました。建物の出っ張りにたまった木の枝やハトの羽根をはらっているうちに、動けなくなっているハトを見つけました。ハトなどかまいたくないと思っていたのに、いつのまにか手当てをして大事に世話をしていました。元気になったハトは、アンジェロになつきます。
3	 <p>いのちの食べかた</p>	森 達也	ぼくたちは毎日肉を食べている。でも生きている牛やブタがどうやって肉という形になってお店に並ぶかを知っている人は少ない。青物市場や築地の魚市場はみんな知っているのに、変だと思わないかい。「東京都中央卸売市場食肉市場」普通はと場と呼ばれる食肉市場の様子を紹介しながら、生きるために食べるいのちについて考えます。
4	 <p>いのちの花</p>	向井 愛実	高校生の著者は、訪れた動物殺処分施設で、人間の身勝手に捨てられ、殺処分された動物の骨がゴミとして扱われている現実を知ります。骨をゴミではなく肥料として利用し、花を育てられないか。こうして始まったのが、いのちの花プロジェクトです。
5	 <p>うまのこと</p>	少年アヤ	うまはヒヒーン馬じゃない。くまや雲と、おなじ音をもった、うまです。うまは、がっこうがきらいです。うまが、うまのままではいられないからいやなんです…。自分のことを「うま」と名乗る主人公が、学校にうずまくいびつさをこっそり見つけ、自由を願うものがたり。(TRCマークより)







	書名(中学生向)	著者	内容紹介
6	 海辺の王国	ロバート・ウェストール	第二次世界大戦中、イギリスはドイツの空襲に苦しんだ。12歳のハリーは、爆撃で家族を失い、ひとりで放浪の旅に出る。とちゅうで道づれになった犬のドンだけが心を許せる友だち。さまざまな人に出会い、ハリーは大きく成長する。
7	 園芸少年	魚住 直子	高校生活をそつなく過ごそうとする篠崎、態度ばかりでかい大和田、段ボール箱をかぶって登校する庄司…。空に凜と芽を伸ばす植物の生長と、不器用な少年たちの姿が重なり合う、高1男子・春から秋までの物語。
8	 風が強く吹いている	三浦 しをん	箱根駅伝を走りたい—そんな灰二の思いが、天才ランナー走と出会って動き出す。「駅伝」って何？走るってどういうことなんだ？十人の個性あふれるメンバーが、長距離を走ること(=生きること)に夢中で突き進む。自分の限界に挑戦し、ゴールを目指して襷を繋ぐことで、仲間と繋がっていく…風を感じて、走れ！
9	 * 学校に行かない僕の学校	尾崎 英子	中二の初夏、氷川薫(ひかわ かおる)は出来事を機に学校へ行けなくなり、家を離れて寮制フリースクールへ。森の中の自由な日々と仲間との出会いを通して自分と向き合い、学校に縛られない未来へ一歩踏み出す。
10	 カラフル	森 絵都	「おめでとうございます、抽選にあたりました！」天使にこう言われ、一度死んだ「ぼく」は、人生に再挑戦するチャンスを得る。だが下界での修行のため体を間借りする中学生真の生活は、家でも学校でも悩みと苦労の連続で…。
11	 考える練習をしよう	マリリン・バーンズ	頭の中がこんがらがって、どうにもならない。このごろ何もかももうまくいかない。見当ちがいばかりしている。あーあ、もうだめだ！そんなときどうする？こわばった頭をときほぐし、楽しみながら頭に筋肉をつけていく問題をたくさん紹介(しょうかい)します。







	書名(中学生向)	著者	内容紹介
12	 ギヴ・ミー・ア・チャンス	大塚 敦子	少年院に送られた少年たちが、保護された犬を訓練するプログラムが、八街少年院で誕生しました。「ぼくにチャンス」という願いを込め、少年と犬、お互いが成長することを目的としたプログラム。第1期に参加した3人と3匹を取材した本です。
13	 ギヴァー	ロイス・ローリー	ジョナスが暮らすコミュニティは12歳になるとそれぞれ職業を与えられる。「十二歳の儀式」でジョナスはコミュニティでただ一人の「記憶の器」の後継者に任命された。しかし、それは「記憶の器」のみが知る孤独と痛みの始まりだった。
14	 キャッチャー・イン・ザ・ライ(ライ麦畑でつかまえて)	J. D. サリンジャー	不朽の青春文学「ライ麦畑でつかまえて」が、村上春樹の新しい訳を得て、40年ぶりに生まれ変わる。ホールデン・コールフィールドが永遠に16歳でありつづけるのと同じように、読者の中にいつまでも留まる小説。
15	 ギャングを抜けて。	工藤 律子	僕は16歳で祖国ホンジュラスを離れ、一人メキシコへやってきた。僕がメキシコに来た理由…それは、ギャング団から逃れ、人殺しにならないため。僕の生まれ育った町は、凶悪なギャング団に支配され、人殺しが日常的に行われていたんだ。
16	 靴を売るシンデレラ	ジョーン・バウアー	靴店で楽しくアルバイトをしていたジョナ。天才的センスで靴を売る彼女の姿に感動したオーナーが、ジョナを運転手として、ひと夏雇うと言いだした。思いもよらないオーナーとのドライブで、ジョナを待ちかまえていたものは?
17	 狐笛のかなた	上橋 菜穂子	呪者の使い魔にされた霊狐・野火を助けた小夜は、ひとの心の声が聞こえる「聞き耳」の才を生まれながら持っていた。出会ったふたつの魂は、国同士の争いに巻きこまれながらも希望の道をさがす……。日本の野山を思わせる懐かしい風景の中を駆け抜けるふたつの魂が織りなす曼荼羅(まんだら)のような物語。

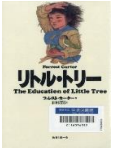


	書名(中学生向)	著者	内容紹介
18	 さがしています	アーサー・ビナード	永遠に時の止まった時計、熱でいびつに歪んだビー玉、もう食べられることのない弁当、階段に灼きついた影。広島に残された「もの」たちは、それぞれに物語をもっています。「もの」が伝える形なきコトバに耳をかたむけてみませんか。
19	 朔と新	いとう みく	「伴走者になってもらいたいんだ」事故で視力を失った兄・朔は、走ることをやめた弟・新に告げる。かくして兄と弟は、一本のロープを握り、コースへと踏み出してゆく。ブラインドマラソンは、兄弟の絆をつなぎ止めるのか。(TRCマークより)
20	 自分で考えよう	ペーテル・エクベリ	哲学って…？哲学とは、すぐに答えが出ないような深く大きな問いについて考えること。哲学者たちは答えのないことにも疑問を持ち、考えぬいてきた。考えることで世界が変わることもある。哲学は難しいけど、実は生活に役立つものでもあるんだ。
21	 自分のミライの見つけ方	児美川 孝一郎	きみが将来やってみみたい職業は、大人になった時にはロボットがやっているかもしれない。それくらい世の中の変化のスピードは速い。「働くということは」「学校の勉強は役に立つのか」など、自分の将来を考えるうえでのヒントが見つかる本。
22	 しゃべれどもしゃべれども	佐藤 多佳子	俺は今昔亭三つ葉。当年二十六。三度のメシより落語が好きで、噺家になった方がいいが、未だ前座よりちょい上の二ツ目。自慢じゃないが、頑固でめっぼう気が短い。女の気持ちにやとんと疎い。そんな俺に、落語指南を頼む物好きが現われた。だけどこれが困りもんばかりで…
23	 14歳からの仕事道	玄田 有史	情報のあふれる現代、将来の自分への不安でゆれる君たち。自分のやりたいことなんてわからないと思っている君たち。でも大丈夫、今はそれが当然なんだ。そして、だからこそ、君たちが今しかできないことがあるんだよ。

	書名(中学生向)	著者	内容紹介
24	 14歳の君へ	池田 晶子	人が生きてゆくのは、よい人生を生きるためだ。自分にとってのよい人生、幸福な人生を生きることが、すべての人の人生の目的だ。本当の自分、本当の友達とは。これからの君の人生の、ささやかな支えになる一冊です。
25	 人生で大事なことはみんなゴリラから教わった	山極 寿一	ゴリラに会いにアフリカへ向かった大学院生の「わたし」。ときに命の危険を感じながら、ゴリラとジャングルを歩き…。世界的ゴリラ研究者が、40年間の研究生生活を振り返りつつ、ゴリラから学んだ「人間の生き方」を伝える。(TRCマークより)
26	 スターガール	ジェリー・スピネッリ	転校生の名前はスターガール・キャラウェイ。変わった名前に奇抜な服装、手にはウクレレとペットのネズミ。「みんなと同じにすることがそんなに大事なの？」そんな彼女に周囲は戸惑うが、レオは次第に惹かれていく。
27	 * 宙わたる教室	伊与原 新	東京・新宿にある都立高校の定時制に集った、さまざまな事情を抱えた生徒たち。彼らは「科学部」を結成し、「火星のクレーター」を再現する実験を始め…。
28	 太陽の戦士	ローズマリ・サトクリフ	ドレムは、祖父が自分のことを話しているのを聞いてしまった。「あの子は、あの片腕では戦士にはなれない」それまでドレムは、右手がつかえないことが戦士になるのをさまたげるとは思ったこともなかった。傷ついたドレムは家を飛び出した。青銅器時代、ハンディを負いながら、戦士になるための試練に立ち向かった少年の物語。
29	 旅猫リポート	有川 浩	「さあ、行こう。これは僕らの最後の旅だ」秘密を抱いた青年と1匹の相棒が見る美しい景色、出会う懐かしい人々。その旅の行方は…。現代最強のストーリーテラーによる、青年と猫のロードノベル。

	書名(中学生向)	著者	内容紹介
30	 地球最北に生きる日本人	武田 剛	昔ながらの狩猟(しゅりょう)生活をつづけるイヌイットの人たちが、地球温暖化の影響(えいきょう)をうけてこまっているという、その様子をみんなに知らせたい。地球上で最も北にある村にイヌイットとしてくらす日本人、大島育雄(おおしまいくお)さんをたずねた新聞カメラマンが、丸い地球のはてで見たものとは?
31	 * 中学校の授業でネット中傷を考えた	宇多川 はるか	指先をほんの少し動かしただけで、瞬時にして人を傷つけ、ときにはその激しい言葉が人の命まで奪ってしまうネット上の誹謗中傷。テクノロジーが発達した現代の新たな問題にとりくんだのは、開成中学校の神田邦彦教諭(国語担当)だった。
32	 月の影 影の海(十二国記) 上・下	小野 不由美	女子高生の陽子の許にケイキと名乗る男が現れ、異界へ連れ去る。男とはぐれ彷徨う陽子は、出会う者に裏切られ、異形の獣に襲われる。苦難を前に、帰還を誓う少女の生への執着が進む。十二国記シリーズ「本編」第1弾。(TRCマークより)
33	 * 透明なルール	佐藤 いつ子	「人にどう思われるか」を気にしすぎる女子中学生が、不登校ぎみの転校生やマイペースな学級委員との交流を通じて、自分を縛る透明なルールに気づき…。空気の読み合い、息苦しさの先に見つけた希望の物語。
34	 戸村飯店青春100連発	瀬尾 まいこ	兄貴はいけ好かない奴なのに女の子にモてる。どんなに忙しい時でも、家業の中華料理店である戸村飯店を手伝うのは俺だけ。そんな兄貴が東京の専門学校へ行ってしまうと、俺はなぜか寂しくなった。
35	 ナゲキバト	ラリー・パークダル	父母を亡くし祖父とふたり暮らしのハニバルは、祖父の大きな愛をうけながら、人生の厳しさ、美しさを教わります。生きるとは何なのか、善と悪とは何なのか。9歳のハニバルが、後悔と成長を繰り返しながら考え、理解してゆきます。

	書名(中学生向)	著者	内容紹介
36	 パフィン島の灯台守	マイケル・モーパーゴ	嵐の夜、5歳のアランはパフィン島沖で灯台守のベンに命を助けられました。成長したアランはベンに会うため島をたずねます。少年と灯台守のきずなは、一羽の鳥をとおして、さらに深まっていき…。(TRCマークより)
37	 駅鈴(はゆまのすず)	久保田 香里	小里は、祖父や父のような駅子(使者を案内する者)にあこがれている、駅家の娘。女は駅子にはなれないと言われるが、様々な出会いや経験を積み、次第に駅子として認められるようになっていく。そんな中、駅家の長である祖父が亡くなる。
38	 武士道シックスティーン	誉田 哲也	「ようするにチャンバラダンスなんだよ、お前の剣道は」「兵法がどうたら こうたら。時代錯誤もいいとこだっつーの」柔の早苗と剛の香織はまたとない好敵手。勝負の行方は? 痛快・青春エンターテインメント。(TRCマークより)
39	 * ぶたのしっぽ	海緒 裕	中学2年生の豪太郎(ごうたろう)の趣味(しゅみ)は、ぶたの編みぐるみ。だけどそれは「男らしく」ないから、誰(だれ)にも言えない秘密だ。そんなとき、「ヤングケアラー」で「不登校児」の篠田(しのだ)と知り合う。篠田と話すうちに、豪太郎は「ふつうってなに?」という疑問が変化し…。
40	 * 僕には鳥の言葉がわかる	鈴木 俊貴	「どうしてこんなにいろんな声をだすのだろうか?」という素朴な疑問から始まった研究。18年を経て僕は突き止めた。古代から言葉を持つのは人間だけだと考えられてきたが、それは間違いだった。シジュウカラたちは、言葉を操り文まで作ることができるのだ。
41	 マイク	アンドリュー・ノリス	プロテニスプレイヤーを目指す少年フロイドの前に突然現れた謎の男。マイクと名乗るその男は、フロイドの試合の度に現れるようになり、ついに試合中にコートの中へ。審判に抗議するフロイドだったが、その姿はフロイドにしか見えていなかった…。

	書名(中学生向)	著者	内容紹介
42	 マリアンは歌う	パム・ムニョス・ライアン	歌うことが大好きで、プロの歌手になることを夢見たひとりの黒人少女。根強く残る人種差別に対し、強く闘うことを望まない彼女がとった行動とは？人種差別を乗り越えて自らの道を切り開いたマリアン・アンダーソンの生涯を描く伝記絵本です。
43	 三つの願い	デボラ・エリス	「願い？1つだけある。天国に行くこと。死んだ後、天国でなら幸せになれると思う。」あなたには、どんな願いがありますか。70年以上続く中東戦争。インタビューを通して見えてくる、子どもたちの生活と戦争。
44	 ミライの授業	瀧本 哲史	14歳のきみたちに、知ってほしいことがあります。それは、きみたちには未来が作れるということ。未来を作るためには、過去を知ることが必要です。これから取り上げる20人の人物の人生から、未来を学ぼう。未来のための特別講義の始まりです。
45	 虫ぎらいはなおるかな？	金井 真紀	著者の金井真紀さんは虫嫌いを克服したくて、7人の虫の達人たちに会いに行く！昆虫ハカセ、虫のオブジェをつくる人、きらいという気持ちを研究している人など。虫について明るく語るプロたち。果たして金井さんの虫ぎらいはなおるかな？
46	 めんどくさがりなきみのための文章教室	はやみね かおる	中2の健は、人間の言葉を話す黒猫ダナイと出会う。文章を書くことが得意なダナイは、作文が苦手な健に書き方を教えてくれるという。作文って何を書いているかわからない…健と同じように思っている君にぴったりの、文章を書くための実用書。
47	 *夜は短し歩けよ乙女	森見 登美彦	同じ大学に通う「乙女」に恋した「先輩」は彼女の気を引くために、「なるべく彼女の目にとまる作戦」略して「ナカメ作戦」を行う。「乙女」を追う「先輩」は酒席や古本市、学園祭の騒ぎに巻き込まれ、いつしか日常と幻の境が揺らぎ始める。

	書名(中学生向)	著者	内容紹介
48	 リトル・トリー	フォレスト・カーター	両親が死に、5歳のぼくはチェロキー族の血が流れる祖父母と暮らすことになった。祖父母はぼくをリトル・トリー(小さな木)と呼び、チェロキーの掟など様々なことを教えた。必要なだけしか獲らないこと。愛と理解はひとつのものであること。
49	 リマ・トウジュ・リマ・トウジュ・トウジュ	こまつ あやこ	中学2年の沙弥はマレーシアからの帰国子女。まわりから浮かないように、目立たないように気をつけて生活している。ところが、ある日、図書委員の督促女王こと3年の佐藤莉々子にギンコウに誘われる。ギンコウって銀行？ 恐る恐るついていくと…。
50	 両手にトカレフ	ブレイディみかこ	14歳のミアは図書館で「カネコフミコ」の自伝と出会い、共感する。母親はあてにならず、弟の面倒はミアがみているのだが、もしソーシャルワーカーに目をつけられたら生活が一変してしまう！ そんななか、ミアの書くラップの歌詞は同級生のウィルに感動を与えた。