

# 他者の生き方にふれる

# 10冊

わたしの特性のこと、教えるね

障害や病気を抱える著者が自身について書いたもの

## 自閉症

『自閉症のぼくは書くことで息をする』

ダーラ・マカナルティ／著、近藤 隆文／訳  
辰巳出版 (9360/M64)

ダーラは、14歳。彼の家族は、父親をのぞいて全員が自閉症です。

この本は、ダーラの移り変わる世界をつづった、春から冬にかけての1年間の日記です。自然の面白さにあふれていて、彩り豊かな彼の世界を感じることができます。



## 自閉スペクトラム症

『わたしは、あなたとわたしの区別がつかない』

藤田 壮眞／著 KADOKAWA (9160/F70)

自閉スペクトラム症の高校生が自身の心の動きや特性について、幼稚園児の頃から高校生の現在までを振り返った記録です。

自身の好きなものや苦手なもの、どのように世界が見えているのかについて、イラストとともに説明されています。

自閉症の人の心の中について理解の助けとなる1冊です。



## 識字障害

『文字の読めないパイロット』

高梨 智樹／著  
イースト・プレス (2891/T368)

「識字障害」とは、文字の読み書きがうまくできない障害のことです。

まだ「識字障害」について広く知られていなかった頃に子ども時代を過ごし、障害に付き合ってきた筆者が、同じように悩む人やその周りにいる人たちのために書いた本です。



## 認知症

『認知症のわたしから、10代のあなたへ』

さとう みき／著 岩波書店 (4937/S203)

「認知症」はおじいさんやおばあさんだけになる病気ではありません。

筆者のさとうさんは、43歳の時に「若年性認知症」と診断を受けました。

認知症の人の困っていること、本人や周りの人ができることについて、さとうさんの活動を通して知ることができます。



## 夢中になるって素敵だね

夢中になって物事に取り組む人たちのおはなし

他者の生き方にふれる

10冊

### 専門を飛び越えて

#### 『巨大おけを絶やすな!』

竹内 早希子／著 岩波書店 (5835/F70)

醤油やみそなどをつくるのには、巨大なおけが必要です。しかし、その巨大なおけをつくる職人さんがもうすぐいなくなってしまうのです。

立ち上がったのは、小豆島の醤油職人さんと大工さん。それぞれの専門を飛び越えて、日本の食文化を守るために奮闘する職人さんたちの姿勢に勇気づけられます。



### 世界を駆けまわる

#### 『恐竜学者は止まらない!』

田中 康平／著 創元社 (4578/T12)

恐竜の「生きる」を探るため、筆者は「恐竜が誕生する瞬間」の卵化石を研究しています。化石の発掘や研究、発表のために世界を駆け回り、異文化体験をしながらとことん研究に没頭する日々は、本当に楽しいのだそうです。

研究者を志す若者におすすめな、研究の世界の魅力を知ることができる1冊です。



### 故郷を離れて

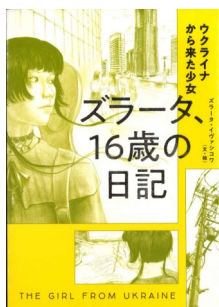
#### 『ウクライナから来た少女ズラータ、16歳の日記』

ズラータ・イヴァシコワ／文・絵

世界文化ブックス (9160/I167)

ロシアによるウクライナ侵略が始まり、ズラータは、大好きな絵と日本語の勉強を続けるため、故郷を離れてたった1人で日本へ避難することになります。

ズラータの絵と日記による、夢を追いかけて命がけの旅をした記録です。



### 好奇心を胸に

#### 『沈没船博士、海の底で歴史の謎を追う』

山船 晃太郎／著 新潮社 (2025/Y10)

水中考古学とは、水の中に沈んだ遺跡の調査発掘を行うことです。筆者は、憧れの水中考古学を学ぶため、全く英語がわからない状態でアメリカに渡り必死で勉強をして博士号を取得しました。そこに船があれば博士は潜っていきます。

好奇心を胸に外国へ、水の中へ、飛び込んでいく博士に刺激を受けて挑戦したい気持ちになります。



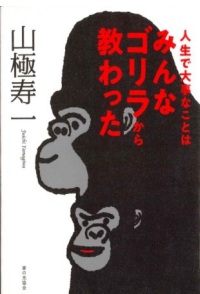
### 培われた観察眼

#### 『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／著 家の光協会 (4899/Y1/15)

世界的なゴリラ研究者である山極さんが、ゴリラの行動や特徴、研究での経験を通じてこれからの人間の生き方について考えます。

40年以上もの間研究を続けてきた山極さんならではの視点と、まるでアフリカのジャングルでゴリラをいっしょに観察しているような臨場感のある描写が楽しい本です。



### 「好き」を貫く

#### 『凱旋』

小田 凱人／著 ぴあ (7835/O12)

小田凱人さんは小学3年生のときに骨肉腫になり、サッカー選手になる夢をあきらめることになります。しかし、車いすテニスプレイヤーになるという新たな夢に向かってすぐに努力を始め、次々と勝利を重ねて世界一のプレイヤーになりました。

小田さんの「好き」を貫く強さにやる気をかきたてられます。

