【高校生の部】奨励賞

『トビタテ！ＬＧＢＴＱ＋６人のハイスクール・ストーリー』

（野原　くろ、エスムラルダ／著）

県立三戸高等学校　１年　山口　すみれ

この本は、ＬＧＢＴＱ＋の悩みや生きづらさを抱えながら生きるトビタテ高校の６人の姿を描いたスクール物語だ。読み終えて感じたことは「自分らしさがあっていい、それを隠さなくてもいい」ということだ。私は吃音を持っていて、緊張すると出てしまうことがある。吃音を隠さず自分らしさを大切に生きていけばいいと、「それにとってが僕にとっての普通だし、僕にとっての当たり前」という虹太さんの言葉から改めて思うことができた。生きづらさや、自分らしさに悩んでいる人に読んでほしい。本を読み終えた時にはきっと「自分らしさ」に対する答えが見つかるそんな一冊だ。この本を、多くの人にすすめたい。

『交換ウソ日記』（櫻　いいよ／著）

松風塾高等学校　３年　木戸　ひかり

誰にでも憧れる場面はあるのではないのだろうか。少し前に流行った壁ドン、顎クイ…、そんなことは現実世界ではありえない。しかし、この本はそんな憧れを叶えてくれる本だ。自分が好意を寄せている異性に、頭ポンポンとされたら、私なら少し期待してしまう。主人公の希望は気になる瀬戸山に「ありがとう」というお礼のかわりに頭ポンポンとされる。私は何度読んでもキュンキュンして口角が自然と上がってしまう。また、繰り返し読んでも、いつも幸せな気分になれる。私は落ち込んだり元気がない時はこの本を読むことで、幸せを充電できまた頑張ろうと思える。だから今少し気分が落ちている人はこの本を読んで、口角を上げてほしい。

『雨の降る日は学校に行かない』（相沢　沙呼／著）

県立鰺ヶ沢高等学校　３年　一戸　綾菜

この本は、学校の人間関係など様々なことが原因で学校に行くのが嫌になった中学生６人の悩みや想いを書いた話です。私は中学生の頃に人間関係に悩んでいた時期がありました。誰にも悩みを打ち明けることができず、何度も「学校に行くのが辛い」と思っていました。この本は、学校でよくある冗談から始まるいじめが多く書かれています。経緯は違えど、似たような体験をした人もいると思います。この本を中学生の時の私が読んでいたら、泣いてしまうかもしれません。こんな解決方法があったのかと気づけたかもしれません。この本は、人間関係に悩んでいる学生だけでなく、沢山の人に読んでもらい自分の行動を振り返ってみて欲しいと思います。

『怠けてるのではなく、充電中です。昨日も今日も無気力なあなたのための心の充電法』
（ダンシングスネイル／著　生田　美保／訳）
県立大間高等学校　１年　佐々木　虹

あなたはどんなときに辛いと感じますか。勉強ができないとき？悩み事があるとき？どんなに些細なことでも辛いと感じることなんて、たっくさんあります。私は中学生のとき人間関係が上手くいかず、学校に行けない日々が続きました。そこで出会ったのが、この本です。４８ページにある、「完璧じゃないと愛されないの？」この言葉に気付かされました。「ありのままの自分が１番愛されるんだ。合わない人は合わない。合う人と仲良くできれば。無理して一緒にいる必要はないんだ。」と。無意識に人は頑張っているんです。ちょっとくらいサボったって大丈夫なんです。考えすぎなくてもなんとかなるんです。そんなことを教えてくれる素敵な本です。

『何度でも食べたい。あんこの本』（姜　尚美／著）
県立八戸高等学校　２年　秋林　永遠

私はあんこが好きである。学校給食で登場する「なべっこだんご」が好きだと祖母に話してからはよく作ってくれる。美味しそうに食べる私に母はこう言った。
「あなたが生まれたとき、なべっこだんごを食べるとお乳の出がよくなるからって、よく食べてたからかな？」
そういうこともあるのかもしれないと思いながら、今も「きんつば」を食べている。

この本は、ただのあんこの紹介本ではない。あんこの歴史から種類、作り方まで、ここまで人は調べ、本を発行するまで行動できることに感動した。人は好きなものにこんなにも愛情を注げるのだ。私もそんな大好きなものに出会いたいと思わせてくれる一冊だ。

『＃塚森裕太がログアウトしたら』（浅原　ナオト／著）
県立柏木農業高等学校　１年　藤田　生琉

この本は、今現代社会で話題になっているＬＧＢＴＱを基にしています。当事者だからこその生き苦しさや、周りのイメージどおりでなければならないという辛い気持ちが描かれています。アウティングという行為や、相手の気持ちを考えずに発言して傷つけてしまうことのこわさも描かれています。私は、昔から少女マンガなどの女子の見るようなものが好きで、周りの人から「もっと男らしく」と言われることがありました。だから、周りの人のイメージする男らしくなければという部分でとても共感しました。今、自分の性に悩んでいる人や少しでもＬＧＢＴＱを理解したい人など、たくさんの人にこの本を薦めます。

『置かれた場所で咲きなさい』（渡辺　和子／著）

県立青森西高等学校　２年　菅原　青葉

この本の中でも私が特に刺激を受けたのは、「神は力に余る試練は与えない。」ということです。生きていくということは悩みを抱えるということであり、悩みには変えられるものと変えられないものがある。変えられない悩みをいつまでも考えても仕方がないので、心の持ち様を変えることで勇気が芽生えるというものです。私は最近高校生の忙しさを実感し、ため息をつくことが多くなったように思います。しかし、自分にとって辛いことでも、それは神に与えられた試練であり、自分にできるからこそ与えられていると考えれば楽になります。この本は自分の生き方に自信を与えてくれるので辛い悩みや不安を抱えている高校生にぜひ読んで欲しいです。

『コンビニ人間』（村田　沙耶香／著）

県立柏木農業高等学校　３年　葛西　美風

人間誰しもまわりの空気を読んだり、意見を皆と合わせたりすることがあると思う。私も自分の考えがまわりと違うことが何度もあった。この本は、普通とは何かを凄く考えさせられるものとなっている。普通が何であるか分からない主人公にとっては、世間一般的な価値観がとても生きづらさを生み出している。社会にうまく馴染めなくて悩んでいる人がいるだろう。しかし、その中でも自分の居場所を見つける必要がある。自分の普通は他人の普通ではないかもしれないが、それでも良いと思える自分の生き方の確立をしてほしい。リアルな不気味さを感じることができる一冊となっている。皆の考える普通をこの本でぜひ確かめてほしい。

『ディズニー　ラプンツェルの法則　Ｒｕｌｅ　ｏｆ　Ｒａｐｕｎｚｅｌ
憧れのプリンセスになれる秘訣３２』（ウイザード・ノリリー／著）

県立三戸高等学校　３年　越後　萌絵

私は小さい頃から自分から行動するような性格ではなかった。このことについて悩んでいるときにこの本と出会った。この本は、私がディズニープリンセスの中でラプンツェルが好きという理由で買ったが、読んでいくと今の自分の悩みが解決しそうな内容がたくさん書かれていた。１番響いた言葉は、「小さな１歩でいいから、とにかくやってみる。小さな行動の積み重ねが、自分をつくります。」という部分だ。この部分を読んだときに、自分は一気にやろうとするからダメなんだということに気がつくことができた。

この本には、他にも自分に自信がつくような言葉がたくさんある。同じような悩みを抱えている人はぜひ読んでみてほしい。