

町田市立図書館メールマガジン（2026年5月15日号）

みなさまこんにちは、町田市立図書館です。  
メールマガジンを配信します。

---

図書館職員おすすめ本

---

『虚弱に生きる』  
914.6-ゼ/絶対に終電を逃さない女/扶桑社/2025年

20代後半の著者は子どものころから常にどこか調子が悪く、疲れやすい。病院で検査をしても異常が見当たらない、体力をつけようとしても運動すると逆に具合が悪くなってしまふ。原因がわからないままの不調の日々を綴ったエッセイ。

誰も体の調子がいい日ばかりでないし具合が悪い日もあるが、常日頃からなにかしら体が辛いという事は、いつも元気いっぱい無病息災な人々から見ると縁遠いことだろう。しかし著者は健康な体を渴望しながら、その虚弱さをユーモラスに描いている。弱くてもいい、そんな自分を認めて生きてもいいじゃないかと、今のどこか窮屈で生きづらい世の中へのメッセージとも感じた。ちなみに、”絶対に終電を逃さない女”は、副題ではなくて著者のお名前です。

(PN かべちよる)

『マッチ箱日記』  
Jエ/ポール・フライシュマン/BL出版/2013年

昔、イタリアからの移民として渡米したひいおじいちゃんは、読み書きが出来なかった。忘れたくない日々の思い出の品物を、小さなマッチ箱に閉じ込めることで、日記の代わりにしたんだ。母さんにももらったオリーブの種・ふるさとイタリアのおばあちゃんのマカロニ・引越した土地の地名や日付が載っている新聞の切り抜き・からっぽの箱もあった。一つ一つ箱を開ける度に、家族と共に働いて、学んで、生きて来た毎日が甦る。

多くの文字に囲まれた生活を当たり前で過ごしている私達。何時の頃からか、文字を書く（日記や手紙）こと、文字や本を読むことから遠ざかった日々を送っている大人の貴方へ贈りたい、どこか懐かしい絵本です。

(PN 種を蒔く人)

『隠蔽捜査』  
913.6-コ/今野敏/新潮社/2005年

警察官僚として出世コースを歩んでいた主人公竜崎信也。しかし家族の不祥事にて警察署長に降格する。だが彼はあきらめず警察官としての職務を全うすることを選択した。

彼の才能を世の中は必要としている。警察小説でありながら、人としての在り方や進み方も学べるストーリーである。人気を博しシリーズ化され、いまだ続いているが、その最初の一冊。

(PN クヌム)

=====  
町田市立図書館  
ホームページ：<https://www.library-machida.tokyo.jp/>  
X：[https://x.com/machida\\_library](https://x.com/machida_library)

◆メールマガジンのバックナンバーは、町田市立図書館ホームページからご覧いただけます。  
◆メールマガジンの配信停止、メールアドレスの変更等は、町田市立図書館のホームページからお手続きください。

=====  
2026年5月15日発行