

平成30年度 必読書・推薦図書リスト

東京オリンピックも近づき、文武両道をうたう本校として・読むスポーツ・近年出版されたもの、の観点から推薦図書リストを作りました。

書名	作者名	出版社	概要
勝つ人	武井壮	文藝春秋	バラエティで馴染み深い武井壮さんですが、スポーツマンとして12人のアスリートと向かい合った対談集。
成功するカラダを作る！ スポーツ選手の栄養と食事	杉山明美	三栄書房	スポーツに打ち込むには、何を食べ、どの栄養素を摂ればよいのか？最新分子栄養学から、未来のアスリートたちが直面する栄養の悩みまでわかりやすく解説。
東京オリンピック1964	フォートキンモト	新潮社	1964（昭和39）年に東京が見た「夢」を、「当時の写真」「当時の文章」のみで再現。
パラリンピックの楽しみ方	藤田紀昭	小学館	1964年東京パラリンピック開催から近年の状況、競技の種類、用具の進化、歴史的な選手まで、最新パラリンピック観戦入門書。
箱根駅伝ノート	酒井政人	ベストセラーズ	関東インカレ、夏合宿、予選会、出雲、全日本まで、2018年箱根へむけた選手たち取材したノンフィクション。
敗北を力に！	元永知宏	岩波書店	甲子園で激闘を演じ、最後に敗れた甲子園球児、8人の「その後」。
友情	山中伸弥	講談社	ラグビーの名手、平尾誠二さんと、ノーベル賞学者の山中伸弥さんの出会いと永遠の別れ。大人たちが挑んだ極限の闘い。
向かい風がいちばんいい	葛西紀明	河出書房新社	不屈の45歳、レジェンド哲学。どこまでも上を目指して鍛え、挑み続ける男のメッセージ&語録。
夢を生きる	羽生結弦	扶桑社	羽生弓弦選手のインタビュー集。カラー写真も多数掲載。
天才棋士降臨・藤井聡太	書籍編集部	日本将棋連盟	将棋はスポーツだ。藤井聡太棋士本人と、関係した多くの棋士たちが綴った一冊。