



手元に残しておきたい本 リスト



参加店舗・図書館

未来屋書店 松本店（イオンモール松本空庭1F）

栞日（深志3丁目7-8）

想雲堂（大手4丁目10-15）

本・中川（元町1丁目3-27）

bocca books

世界のかご カゴアミドリ（大手1丁目3-28 神山ビル2F）

books 電線の鳥（城東1丁目5-3）

ブックスエコーロケーション（女鳥羽1丁目1-11）

枯淡苑

親子で楽しむ本棚 ふくみ（丸の内7-5 城町文庫「丸の内店」内）

山山食堂（大手5丁目4-25 list）

サパンジ（大手2丁目8-7 古美術マルニビル1F）

中央図書館（蟻ヶ崎2-4-40）

あがたの森図書館（県3-1-1）

手元に残しておきたい本リスト



未来屋書店 松本店①

『月の砂漠をさばさばと』

北村 薫／著、おーなり由子／絵 新潮社

9歳のさきちゃんと作家のお母さんは二人暮らし。毎日をととても大事に、楽しく積み重ねています。お母さんはふと思います。いつか大きくなった時、今日のことを思い出すかなー。

どんな時もあなたの味方、といってくれる眼差しに見守られて過ごす幸福。かつて自分が通った道をすこやかに歩いてくる娘と、共に生きる喜び、切なさ。

おーなり由子さんのやさしく美しいイラストとともに贈る12の物語。

この本の発売は1999年。26年以上も前のこと。

この四半世紀で私たちの暮らしや価値観までもが大きく変化したけれど、ページを開けばそこには色あせることのない鮮やかな毎日が息づいています。忙しい現代において、変わらない二人に会うたびに、私は少しだけほっとできるのです。

月の砂漠を「さばさば」と歩くような潔さと、確かな愛。時代を超えて優しさを届けてくれるこの本が、あなたにとっても手元に残しておきたい一冊になれば幸いです。



未来屋書店 松本店②

『月とコーヒー』

吉田 篤弘／著 徳間書店

世界の片隅で生きるだれかとだれかのささやかで優しい物語。喫茶店”ゴゴリ”の甘くないケーキ。世界の果てのコインランドリーに通うトカゲ男。赤い林檎に囲まれて青いインクをつくる青年。この本は日常の端々に宿る魔法のような時間を切り取った24の短編集です。



ここには、生きていくために必要な「太陽」の眩しさや、空腹を満たす「パン」のような切実な要素は描かれていないかもしれませんが、しかし、なくても困らないけれど、あれば人生をほんの少し豊かにしてくれる「月」の光や、一杯の「コーヒー」のような物語が詰まっています。

著者の吉田篤弘さんは、何でもない日常の中に潜む「美しさの種」を見つける名人です。

吉田さんの優しい筆致は現実と空想の境界線が滲むような感覚を覚えます。

枕元に置いて、一晩に一編ずつ大切に読み返したくなる、宝物のような作品でした。

読み終えたあと、深く深呼吸したくなるような心地よい余韻をお楽しみください。

手元に残しておきたい本リスト



栞日①

『きみが住む星』

池澤 夏樹／著、エルンスト・ハース／写真
文化出版局

学生時代、暮らしていたつくばのまちから足しげく通ったカフェが黒磯にある。低音で流れるバッハに身を委ねながら、すこし暗めの店内で、本を読む時間が好きだった。

本は、携えていく場合もあったが、店の本棚から選ぶことが多かった。この短編集も、その一冊。世界を旅する男が旅先から恋人に宛てた葉書を束ねた物語で、つくばから二時間とすこしのドライブを経て、このシェルターにたどり着いた僕にとって、ささやかな旅情を満たしてくれる、こほうびのような本だった。

「バイバイ」で結ばれる一編を、幸せな気持ちで読み終え、本を閉じ、僕はつくばへの帰路に就く。



栞日②

『春になったら莓を摘みに』

梨木 香歩／著 新潮社

いまは安曇野に暮らす友人の詩人が、松本に住んでいた頃、彼は自宅の片隅で、貸本屋も営んでいた。彼と話し、その日の気分や希望を伝えると、それに相応しい数冊を、彼が彼の蔵書から選び、差し出してくれる、チャーミングな貸本屋だった。

ある日、僕が彼を訪ね、美しい日本語に出会いたい、とリクエストしたとき、差し出された本がこの一冊。

瑞々しい日本語のシャワーを浴びて、僕の心は潤いを取り戻す。そればかりか、思わぬ果実も得た。この本で出会った次の言葉は、いまでも僕の生きる指針になっている。

「理解はできないが、受け容れる」「そうだ 共感してもらいたい つながってほしい 分かり合いたい うちとけたい 納得したい 私たちは 本当は みな」。

手元に残しておきたい本リスト



栞日③

『きょうはそらにまるいつき』

荒井 良二／作・絵 偕成社

息子も娘も、あつという間に小学生も高学年まで駆け上がってしまったけれど、彼らが我が家に加わって以降、我が家の本棚には、みるみるうちに絵本が増えた。

もともと絵本は好きだったけれど、読み聞かせる相手ができる、こちらの眼差しもがらりと変わる。何冊もの絵本に胸を打たれ、何人もの絵本作家に恋をしてきたけれど、1冊だけ選ぶならば、この1冊。

こんな街に暮らしたいな、こんな世界に生きていたいな、こんな街やこんな世界を、この子たちに手渡したいな。読むたびに、心のなかで、そうつぶやく。

「みんなのよるに それぞれのよるに ごほうびのような おつきさま」 「きょうは そらに まるいつき」。



想雲堂

『忘れられた日本人』

宮本 常一／著 岩波書店



「こういうことがあったね」「こんな人がいたね」と昔のことを振り返り、人に語ることがある。

今のことは、話せないことも多いが、10年、20年経つと、楽しいことだけではなく、苦しいことも思い出となる。個人の経験でその内容は違うが、その語りの中に、それぞれが共有する時代感覚がある。血が通った個々の語りからそれを掘り起こしていくのが、人々の生活や文化そして歴史を本当の意味で理解することではないか、とある時から考えるようになった。そこには学問的な抽象的な概念はない。いわば、その概念からこぼれ落ちていくものだ。それについて気付かせてくれるきっかけになったのが本著である。

著者の宮本常一は、多い時は1年間のその3分の1以上を旅で費やしたと言われる民俗学者である。本著は昭和35年、高度成長期を迎え、社会が大きく変わろうとしている時に出版している。昭和初期を中心に、各地に住む人々の語りや、旅での自らの経験を綴ったもので、少し前まではどこでもあったようなことが、その時まさに忘れられつつあった。

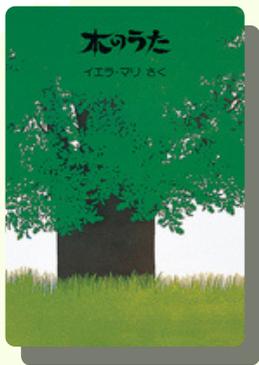
宮本とは生きていた時代が違うので本著に書かれているようなことを、現在聞くことはできない。ただ現代においても、「忘れられた日本人」はどこにもいる。宮本のように旅をしなくても、日常の会話の中でそれに気付くこともある。その備忘録のようなものを出版しようと思ひ、私が不定期で発行しているのが『松本の本』である。

手元に残しておきたい本リスト

本・中川①

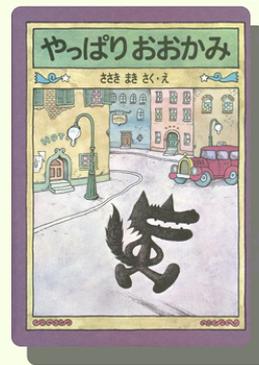
『木のうた』

イエラ・マリ／さく ほるぷ出版



『やっぱりおおかみ』

ささき まき／さく・え 福音館書店



本の虫である父から、本棚の本はどれでも読んでよし、持って行ってよし、と言われて育ちました。様々なジャンルの本が並ぶ本棚には、絵本もたくさんあって、その中でも私がずっと手放さずにいる大好きな絵本がこの2冊です。

『木のうた』は、言葉のない絵本。

一本の大きな木をめぐる四季の移り変わりが、美しいグラフィックのみで構成されています。土の中の種が芽を出していく様や、鳥が巣作りをし、子を育て、巣立ちまでの様子、冬眠から目覚めた動物が、再び冬眠をするまでの日々の様子。

大きな木自身も、芽吹き、花や実をつけ紅葉し、落葉していきます。

その一つ一つの美しさをじっと眺めて、わくわくドキドキしながら、私は自分なりのお話しを考えて楽しんでいました。

決まった物語の無い自由さが、私にはとても魅力的だったのです。

とてもシンプルで、詩的なイエラ・マリの絵本は、他の作品もどれも素晴らしく、私はたくさんのかんじ、自然や科学の世界のかんじをすることもできました。

『やっぱりおおかみ』は切ない物語ですが、感受性が強すぎて自分で処理しきれない感情や感覚の多かった子供の私には、とても希望の一冊でした。

絶滅してしまった「おおかみ」が、実は一匹だけ残っていて生き残っていて、仲間がいないかな、と探しまわるのですが、どこにも自分の仲間は見つからない。

他の動物たちは、たくさんの仲間たちと楽しそうに暮らしているのに。

佐々木マキの描く「おおかみ」には表情が無く、具体的な感情を表すセリフが少ない構成で、こちらの絵本もまた、自分でたくさん考え、想像しながら読んでいました。

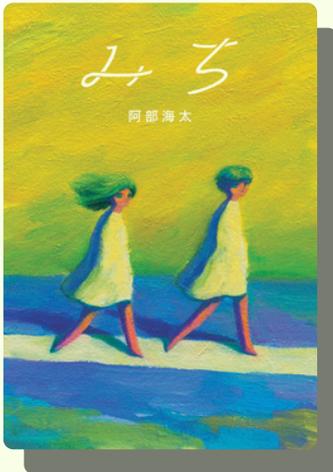
父はよく私を、「変な子ちゃん」と呼び、私の個性を面白がってくれた理解者でしたので、「変わっている」ということをあまりネガティブな事と捉えずに済みました。

本を開くとそこには、いつも大好きな美しい木が立っていたり、仲間はいないけれどゆかいな気持ちで生きる「おおかみ」がいたりして、心強い拠り所にもなっていたのだなあ大人になって気がついたのでした。

手元の『木のうた』は、1978年、『やっぱりおおかみ』は1977年に発行されたものです。どちらもまだ私が生まれていないこの年に、本人はこの絵本を読んでどんなかんじをかんじていたのだろう、と父が亡くなってから時折想像し、話しておけば良かったな、と後悔もしています。

そして、この絵本は私の道標になっていますので、手渡してくれた事にとっても感謝しています。どちらも、現在も版を重ね続けているロングセラーの絵本ですので、店頭にも並んでいます。全く色褪せず、いつだって鮮やかに心に響く絵本ですので、是非皆さんも読んでみてくださいね。

手元に残しておきたい本リスト



本・中川②

『みち』

阿部 海太／作・絵
リトルモア

『魔法のことば』

柚木 沙弥郎／絵、金関 寿夫／訳
福音館書店



こちらの2冊は大人になってから出会った絵本です。

『みち』は、現在リトルモアから短い言葉を添えて新装改訂版として出版されていますが、元々は作者である画家、阿部海太も所属していたインディペンデント・レーベル Kiteから私家版として発行されていました。

初めて出会ったのは、まだお店を始める前のこと。

私家版の『みち』も、やはり言葉のない絵本で、生命の原始的な風景を見ているような、幻想的で懐かしいような風景の中をふたりが歩いて進んでいく、という絵本です。

開いた瞬間に、体の中がざわざわとするような感覚になったのをよく覚えています。

絵の切実さ、美しさと力強さに心を奪われて、私が営む本屋にはこの本を必ず置こう、と決心しました。

欠かさずに店頭に並んでいることで、いつも背中を押されている1冊です。

私家版はKiteのメンバーであった、製本家の村上製本（現在は、静岡県浜松市内の街角で製本所を開いています）の手製本で、造本もデザインも印刷もどれも素晴らしいので、ご興味のある方はご来店の際にお声がけください。

販売はもうしていないのですが、ご覧いただけるようご用意しております。

『魔法のことば』は、エスキモーの人々に伝わる一篇の詩をもとに生まれた絵本で、松本育ちの皆さんにはお馴染みの、柚木沙弥郎さんが絵を手がけています。言葉と絵が共鳴し、力強く迫ってくる絵本で、この本にもとても背中を押してもらっています。

言葉を持たなかった大昔の極北の地から口承で届いた、本当に大切なこと。

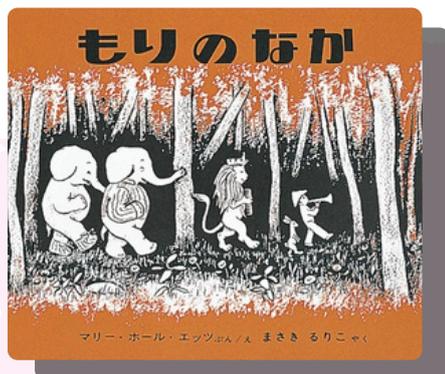
人間も動物も同じ「魔法のことば」を話し、互いの境界も無く、言葉が生命（魂）を持っていたと信じていた頃の世界。

現代の私たちには失われてしまった感覚を、この絵本を読むたびに心に深く刻まれる思いです。

人間と人間は同じ言葉を持って生きているのだから、心を通わせる対話を大切にしていきたいですね。

一時期この絵本は手に入らなくなってしまうていましたが、福音館から復刊された時は飛び上がるほど嬉しかったのを覚えています。

手元に残しておきたい本リスト



bocca books①

『もりの中』

マリー・ホール・エッツ／文・絵
間崎 ルリ子／訳 福音館書店

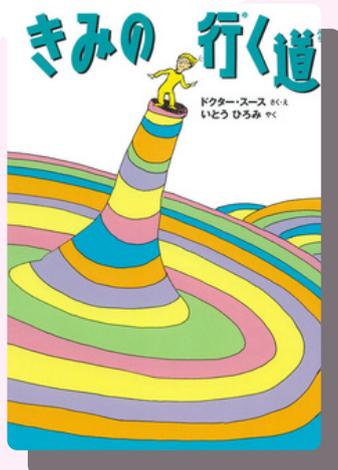
お気に入りの帽子とラッパを携えた男の子が、ひとり森へ遊びに出かけ、動物たちと仲間になっていく絵本です。名作として長く愛されており、すでに読まれたことのある方も多いと思います。

私にとっては、子どもの頃にも買ってもらい、引っ越しを何度も経験しながら、50年以上手元にあり続けている一冊です。裏表紙の内側には、ひらがなで書いた自分の名前や住所、年齢(5さい)が、クレヨンの大きな文字で残っています。白黒の帽子やラッパ、服には、クレヨンや色鉛筆で自由に色を塗った跡もあり、ピンクのたてがみ、グリーンの体のライオンなど、今見ると笑ってしまう大胆さです。

そこから、幼い頃の「この本が好き」という気持ちが、はっきり伝わってきます。

ひとり遊びの自由と、少しのさみしさが同居するこの物語。今読んでも、最後に心配したおとうさんが迎えに来てくれる場面には、胸が少ししんみりします。

私の本読み人生の根っこにあり、ページを開くたびにしあわせを感じる絵本です。



bocca books②

『きみの行く道』

ドクター・スース／作・絵、伊藤 比呂美／訳
河出書房新社

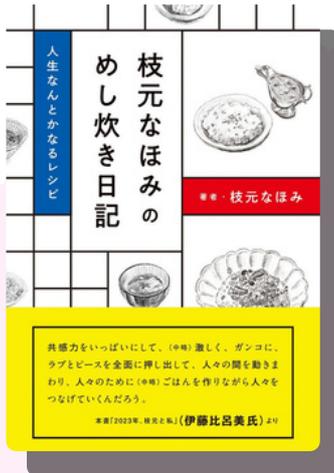
昨年、本屋で出会い、帯の言葉とタイトルに心をつかまれました。「新しい一歩を踏み出そうとするすべての人へ」。この一文と、どこか風変わりな目を離せない表紙の絵が、今の自分に呼びかけてくるように感じたのです。

今年の夏、小さな本屋をひらこうとしています。思い描く理想のかたわらで、不安や迷いも次々と顔を出します。そんな時、この本を開きました。

この物語は、ただ励ますだけではありません。待ち受ける困難を、決してごまかしません。むしろ、たくさん描きます。それでも、のびやかな線と色、ユーモラスで少しシュールな世界が、重たくなりがちな気持ちをふっとゆるめてくれます。「それでも、その道を行こう」と、静かに背中を押される感じがします。

新しい一歩を踏み出そうとする方に、私からもエールを込めておすすめしたい一冊です。

手元に残しておきたい本リスト



bocca books③

『枝元なほみのめし炊き日記』

枝元 なほみ／著 農山漁村文化協会

「エダモン」の愛称と大きな笑顔で親しまれた料理研究家、枝元なほみさん。2025年に亡くなった枝元さんが、晩年に残したエッセイです。

明るく元気な印象の一方で、貧困や孤独、生産者支援、食品廃棄など社会の課題に向き合い、具体的な行動を続けてきた人でもありました。本書には、そうした姿とともに、自分の病や家族の認知症、死を前にした迷いや寂しさも、飾らず素直に描かれています。

どの章も食の思い出とともに語られ、レシピが添えられているのが印象的です。悩みながら生き抜いたその姿を、いつか誰にでも訪れる「最後の時間」の生き方のひとつの手本として読みました。

とりわけ心に残ったのは、認知症で言葉を発しにくくなったおとうさんが、焼き牡蠣を口に、そのおいしさで表情に感嘆符が浮かぶ場面です。ままならない日々の中にも、あとから思い出して愛おしくなる光景が、そっと埋め込まれています。長年の友人、伊藤比呂美さんによるあとがきも深く胸に響きました。



bocca books④

『掃除婦のための手引き書』

ルシア・ベルリン／著、岸本 佐知子／訳 講談社

私が海外の小説を「おもしろい！」と感じるようになったきっかけの一冊です。全24編の短編小説が収められています。

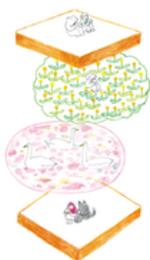
舞台は1940～90年代のアメリカ。キリスト教的価値観の強い社会で生きる女性たちが主人公となり、人生の紆余曲折や痛みを抱えながら日々を過ごす姿が描かれています。著者自身もシングルマザーとして、さまざまな仕事に就きながら子どもを育てており、その経験が色濃く反映されているようです。家族を描いた物語では、愛情だけでなく、相容れなさも容赦なく描かれます。

時代や暮らす場所、社会のあり方は自分とは異なりますが、そこに描かれるヒリヒリするような葛藤には、普遍性を感じました。立ち行かない現実を鋭く見つめ、切れ味のあるドライな言葉で描いているためか、読後感は不思議と爽快です。

短編集なので順番に読む必要はありません。直感で一編選ぶのもおすすめです。私の一押しは「さあ、土曜日だ」。獄中の文章教室を舞台にした一編で、作中に登場する”書かれた作品”を、実際に読んでみたくなりました。

手元に残しておきたい本リスト

TABLEWARE, BREAD & PENS
食器と食パンとペン
ふたしりの好きな短歌



bocca books⑤

『食器と食パンとペン』

安福 望／選・絵 キノブックス

イラストレーターの安福望さんが選んだ、現代短歌のアンソロジーです。一首一首に添えられたイラストが、言葉の世界をやさしく広げてくれます。

少ない文字数で、ふっと別の場所へ連れていってくれる短歌。自分でも詠めたらどんなに楽しいだろうと思いつつ、私は読む専門です。この本に収められた歌の多くは、日常の一場面を切り取ったものですが、どれもみずみずしく、新緑の季節に窓から入り込む風のような感触があります。

歌そのものの魅力に加えて、イラストがそっと寄り添い、「絵にするとこんな世界になるのか」という小さな驚きも味わえます。

どの歌が好きだったかを話し合う読書会を開いても、きっと楽しいでしょう。ちなみに、私のお気に入りの一首はこちらです。

わたくしの犬の部分がざわめいて春のそこかしこを噛みまくる

一萩原裕幸（初出 個人サイト『デジタルビスケット』）

ぜひ、ご自身のお気に入りの一首を探してみてください。



世界のかご カゴアミドリ

『和ろうそくは、つなぐ』

大西 暢夫／著 アリス館

和ろうそくの原料は、樫（はぜ）の実、和紙、真綿、灯心草。愛知県・岡崎市の和ろうそく職人を訪れたことをきっかけに、4つの素材の産地を訪れる旅がはじまった。

その元をたどっていくと、使い終わった材料がまた次の場所に運ばれ生かされる、職人同士のつながりがあることに気づきはじめる。

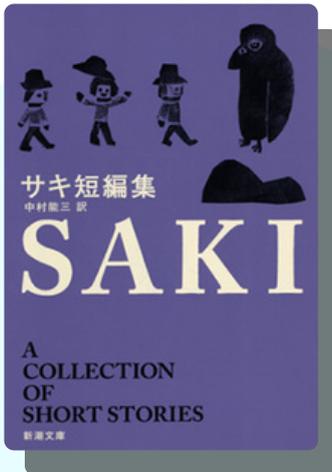
蝋燭、陶芸、藍染、苴、墨、養蚕職人など、伝統的な手仕事の現場で大西さんが発見したのは、自然の恵みを捨てることなく循環させてきた日本人の暮らし。子どもはもちろん、大人も楽しめる写真絵本です。

以前、大西さんと一緒にかご職人を取材に訪れたことがあります。大西さんはカメラを構えながら、黙々と作業する職人の動きを止めることなく、ものづくりにまつわる様々な質問をしながら撮影をすすめていきます。

ふだん口数の少ない職人さんもどこかうれしそうで、日本各地の現場を見つめてきた大西さんとの会話を楽しんでいるように見えました。



手元に残しておきたい本リスト



books 電線の鳥①

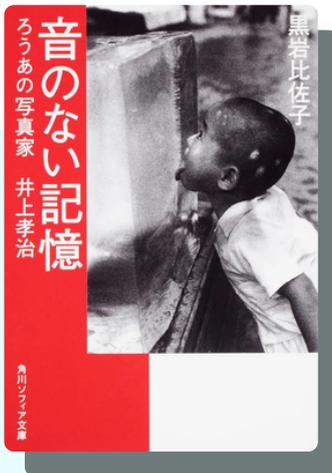
『サキ短編集』

サキ／著、中村 能三／訳 新潮社

40年以上も前の話です。私は、予備校に通うために上京し、7歳上の兄（故人）が住んでいた下宿に同居することになりました。八畳間の西壁面が全て本棚になっていて、その中にあったのが本書です。兄は「これ、面白いよ」と、『二十日鼠』など何編かの内容を紹介してくれました。

短編の名手と並び称されるO・ヘンリーの人情噺とは異なり、淡々と気取った文体が醸し出すユーモアと突如暗転するような結末に至るプロットが見事で、（今はデザインが変わっていますが）表紙に使われた作者の、いかにも酷薄伶俐な風貌にも惹きつけられました。

人物のキャラクターや設定など、時に無理やりな感じもするのですが、人間の真実をくだしい内面描写を用いずに描いていて、その突き放した冷たさがかえって心地よく、気持ちが落ち着くのです。訳者による解説も、どこことなく素っ気なくて、本編にマッチしていますね。



books 電線の鳥②

『音のない記憶』

黒岩 比佐子／著 文藝春秋

井上孝治（1919-1993）は、ろうあというハンディキャップを乗り越え、写真を通じてろうあ者の地位向上に尽力し、「アルル国際写真フェスティバル」に招待されるまでになった在野の写真家です。

著者が井上を知ったのは1989年、福岡の百貨店「岩田屋」のキャンペーン広告「思い出の街」でした。その情熱と活力に溢れた生涯を描いたのが本書で、著者のデビュー作です。

井上の写真の多くは、市井の人々を生き生きと捉えたスナップですが、同時に報道写真的でもあり、どれも緊迫感が素晴らしいです。また、返還前の沖縄の様子など資料的価値の高い作品も残しました。

著者の文章はケレン味のない実直なものですが、その底に対象への熱い共感を滲ませ、また、資料を丹念に読むことで新事実を掘り起こす手腕はスリリングですらあります。2010年に膵臓癌で逝去するまでの約10年に亘り、良質なノンフィクションを発表し続けました。

