



ハートフルクラブ 村社 汐理 コーチ

1996年6月12日生まれ

『ぼくを探しに』

シルヴァスタイン 作 倉橋由美子 訳
講談社 1979年

シンプルながら個性的で魅力的な絵とふしぎな世界観。そして読者へのメッセージ性のあるストーリーが描かれています。

コーチのコメント

この本には“THE MISSING PIECE”という英文の原書があります。原書通り、“足りないかけら”を主人公のぼくが探しにいく旅の絵本です。

足りないかけらがあるからこそ、そのかけらを探し続けるからこそ、人生は楽しいものになるのだと、読む度に教えてくれる、私が愛してやまない心からオススメする一冊です。

続編も素敵なので、良かったら二冊読んでみてください。

浦和レッズ

三菱重工浦和レッズレディース

ハートフルクラブ

選手・コーチがすすめる この1冊 2024

浦和レッズ・三菱重工浦和レッズ
レディースの選手・コーチの皆様
に、おすすめの本や、本にまつわる
思い出を教えてくださいました。

2024年12月

さいたま市立東浦和図書館

さいたま市緑区中尾1440-8

TEL 048-875-9977

FAX 048-875-9687

ご協力いただいた7名の皆さま

●浦和レッズ

佐藤 瑠大 選手

井上 黎生人 選手

堀内 陽太 選手

●三菱重工浦和レッズレディース

池田 咲紀子 選手

角田 楓佳 選手

高塚 映奈 選手

●ハートフルクラブ

村社 汐理 コーチ

写真提供 浦和レッドダイヤモンドズ株式会社



浦和レッズ

20 DF

佐藤 瑠大 選手

1998年9月10日生まれ

『ゴールデンスランバー —A MEMORY—』

伊坂幸太郎 著 新潮社 2010年

第21回山本周五郎賞、第5回本屋大賞を受賞している本作。映画化もされた名作です。ハラハラする展開が好みの人は特に一読を。

選手のコメント

首相が爆殺され、濡れ衣を着せられた主人公が巨大な組織と戦いながら自分の無実を証明していくスリル満点のサスペンス物語です。ビートルズが好きな方も読んでいただけたら嬉しいです。



三菱重工 浦和レッズレディース

20 MF

高塚 映奈 選手

2004年6月18日生まれ

『GIFTED』

小野伸二 著 幻冬舎 2023年

天才と呼ばれたサッカー選手である著者の人生が綴られています。栄光の裏の苦難。その中でどうパフォーマンスをするか学べます。

選手のコメント

今回紹介するこの本は、天才と呼ばれた小野伸二さんのサッカー人生を振り返った本です。

天才と呼ばれ続けたその裏でたくさんの困難や苦悩があったと言います。

しかし、そんな時でも笑顔でボールを蹴っていたそうです。

誰にでも苦しい時があって、そこでどれだけサッカーの楽しさを見つけられ笑顔でできるかが大切だと教えてくれた本です。ぜひ読んでみてください！



三菱重工
浦和レッズレディース
14 MF
角田 楓佳 選手
2004年10月24日生まれ



浦和レッズ
23 DF
井上 黎生人 選手
1997年3月9日生まれ

『大富豪からの手紙』

本田健 著 ダイヤモンド社 2018年

物語で読ませながら、人生を送る上で大切なことを教えてくれる1冊です。

選手のコメント

この本は大富豪だった祖父が残した9つの手紙を順番に読んでいく話です。

9つの手紙には、それぞれ人生で大切な要素が書かれています。

私自身どの手紙からも学びを得ました。

始めから終わりまでストーリーになってはいますが、気になる手紙から読んでみることもありだと思います。

ぜひ、みなさんに読んでいただきたいです！

本を読んだ感想を浦和駒場スタジアムで教えてください(笑)

『すべての瞬間を生きる』

森岡隆三 著 徳間書店 2022年

著者が2002年日韓W杯の開幕戦で戦線を離脱した後の苦難と再生が綴られた手記です。挫折や絶望からどう立ち直るか。その指標の1つになる1冊です。

選手のコメント

J-3のガイナレ鳥取時代、試合に出ることさえもできなかった時に森岡隆三さんと出会い、そこでディフェンスとしての全てを学びました。

今があるのは森岡さんとの出会いが大きいと感じています。

森岡さんに言われた好きな言葉は「出させて取る」。



浦和レッズ
MF
(HG)
堀内 陽太 選手

29

2004年7月8日生まれ

『木曜日にはココアを』
青山美智子 著 宝島社 2019年

喫茶店で木曜日に同じ席でココアを頼む常連の女性にスポットを当てた話から始まる連作短編集です。ストーリー間のつながりも見どころです。

選手のコメント

この本は、出会う人、出来事、些細なことから大きなことまで全てが繋がって最終的には自分の元へ戻ってくるというお話です。

全部で12話あり、それぞれの主人公が前の話にほんの少し登場しています。

実際に自分の周りでこういったことが起こっていると考えと、

「繋がり」というのは本当にすごいなと感じました。

一瞬一秒を大切に生きていきたいと思える作品です。ぜひ読んでみてください！



三菱重工
浦和レッズレディース
1 GK
池田 咲紀子 選手

1992年9月8日生まれ

『ゼロ秒思考一頭がよくなる世界一シンプルなたレーニング』

赤羽雄二 著 ダイヤモンド社 2013年

仕事も含めた日々の生活で、瞬時に決断ができるようになるためのトレーニング方法が書かれています。効率的な思考を身につけたい人は是非。

選手のコメント

考えても考えても答えが出なかったり、聞かれたことにすぐ答えられなかったり、悩んだりする時があると思いますが、この本に書いてあることを参考にしたり、実践したりすると思考が整理されたり、頭の中がスッキリします。

有名なので読んでいる方も多いと思いますが、オススメです！

選手にももちろん、お仕事をされている方や、いろいろな方へオススメの本です。

ぜひ！