2021 シーズン

F.C.TOKYO

林（はやし） 彰洋（あきひろ） 選手が選んだ本

33

お題	「体のためになる本」
連想した本	『調べよう！実行しよう！よいすいみん！1 すいみんのひみつをさぐろう！』
著者または出版社	神山　潤 岩崎書店
本を見つけた場所	中央図書館
おすすめコメント	体にとって一番大事なのは睡眠だと思います。 スポーツをする上でも、いい睡眠が大切なのではないかと思います。睡眠の大切さを感じられる本だと思うので推薦します。
ペンネーム	BIG KIKI

▼選手直筆理由の写し

選んだ理由

食事に関してみんなが連想すると思いますが、睡眠も生きる上で必要不可欠でアスリートにとっても非常に大事なことです。自分自身も睡眠について知識を得ているところで、良い睡眠がとれた時は良いパフォーマンスを発揮できているので、良い睡眠についてもっと知りたいと思い、選ばせてもらいました。

2021 シーズン

F.C.TOKYO

大森（おおもり） 理生（りお） 選手が選んだ本

34

お題	「新しい発見がありそうな本（考え方など）」

連想した本	『100 円からできる国際協力』（1～6）
著者または出版社	汐文社
本を見つけた場所	中央図書館
おすすめコメント	100 円からとかいてあるが 1 円 5 円 10 円でもぼきんをするだけでみらいがかわる。
ペンネーム	

▼選手直筆理由の写し

選んだ理由

ちょうどチームの対選手の勉強会で社会のための活動について考えたので、
誰でも手軽に参加できる募金はとても有効で大切だと感じたからです。
また、ただ募金するだけでなく、そのお金がどのように使われているのかを知ることで他の
国際協力への関心への高まりより積極的になれるということも良い部分だと感じました。

2021 シーズン

F.C.TOKYO 中村 帆高（なかむら ほたか） 選手が選んだ本

37

お題	「自分に自信や勇気を与えてくれそうな本」

連想した本	『十五少年漂流記』
著者または出版社	ジュール・ガブリエル・ヴェルヌ
本を見つけた場所	片町図書館
おすすめコメント	無人島に漂流した少年達は、サバイバルをしながら新しい知識や経験を積んでいきます。少年達が困難に立ち向かう姿に、きっと勇気をもらえると思います。
ペンネーム	ジュール・ガブリエル・ヴェルヌ

▼選手直筆理由の写し

選んだ理由

今の自分の境遇に一番近いと思ったから。生きていれば、たくさんの困難にぶつかるけど、その困難にぶつかった時の為になりそうだから読んでみたい。