

## 指導員「この本、よかったよ！」 小学校中高学年

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
1	世界中からいただきます!	偕成社	¥1,944	中山茂大	2016	3類	社会	国際理解と食育
2	もうどう犬べえべ	ほるぷ出版	¥1,500	平澤朋子	2018	E 絵本	感動	盲導犬ユーザーによる絵本。4年生に。
3	齋藤孝の覚えておきたい日本人	金の星社	¥1,500	齋藤孝	2018	2類	社会	新貨幣の人物が三人紹介されている
4	「好き」で見つける仕事ガイド『サッカーの仕事』	ポプラ社	¥1,200	イケウチリリー	2019	3類	総合	6年生キャリア教育。読み物としても楽しい
5	世界の文化と衣食住アジア 他全4巻	小峰書店	¥3,000	鈴木佑司	2019	3類	総合	たくさんの写真と分かりやすい解説で使用しやすい
6	大人になったらしたい仕事 「好き」を仕事にした35人の先輩たち	朝日学生新聞社	¥1,500	朝日中高生 新聞編集部	2017	3類	総合	朝日中高生新聞の記事をまとめたもの
7	こころのふしぎたんけんえほん	PHP研究所	¥1,600	平木 典子	2016	1類	心	道徳の授業で利用できます
8	本屋さんのルビねこ	理論社	¥1,400	野中 柊	2018	9類	ファンタジー	本屋さんのホコリから生まれた猫のお話
9	わたしたちの国土とくらし 全5巻	金の星社	¥15,500	井田仁康 (監修)	2019	2類	社会	読みやすく、資料も充実
10	教科書にでてくる音楽家の伝記	講談社	¥2,300	ひのまどか	2017	7類	音楽	伝記の他に豆知識も掲載
11	伝統工芸の基本5 和紙と文具	理論社	¥2,800	伝統工芸の きほん編集部	2018	7類	総合	房州うちわの紹介
12	手で読む心でさわるやさしい点字6 点字をうみだした人びと	国土社	¥3,500	日本点字委員会	2019	3類	社会	石川倉次の紹介・点字表付き
13	ポリぶくろ, 1まい, すてた	さ・え・ら書房	¥1,500	ミランダ・ ポール	2019	E 絵本	社会	小学生向けSDGs プラごみ問題を解決した女性のおはなし
14	ラグビー入門①世界のラグビーの魅力	ベースボール・マガジン社	¥2,800	稲葉 成勝	2016	7類	スポーツ	ラグビーの歴史, 基本ルールや魅力をわかりやすく紹介
15	算数を使ってワクワク! 宇宙探検	オーム社	¥1,900	アン・ルーニー	2016	4類	算数	算数を楽しく学ぶきっかけづくりに
16	アスリートがくれた元気が出る言葉	あかね書房	¥3,500	岡本光晴	2018	7類	総合	6年生国語引用して話そうに使える
17	ことわざキャラクター図鑑	日本図書センター	¥1,800	深谷 圭助	2018	8類	国語	言葉を豊かに
18	車いすの図鑑	金の星社	¥3,900	高橋儀平/編	2018	5類	総合	福祉・ユニバーサルデザインの調べ学習に
19	難民になったねこクンクージュ	かもがわ出版	¥1,700	マイン・ヴェ ンチューラ	2018	E 絵本	戦争	実話をもとにしています

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
20	おうちで学校で役にたつアレルギーの本1 アレルギーって、なんだろう?	WAVE出版	¥2,500	赤澤 晃	2016	4類	からだ	自分で読んでわかる。シリーズあり。
21	キャプテンマークと銭湯と	KADOKAWA	¥1,300	佐藤いつ子	2019	9類	友情	小中学生なら一度は経験したことがある感情が伝わります
22	みんなが知りたい!「地球のしくみ」と 「環境問題」地球で起きていることがわかる本	メイツ出版株式会社	¥1,570	北原義昭	2018	4類	環境	5年総合 環境問題
23	きみたちのSOSにこたえるシリーズ全4	学研	¥850	毎日を生きるコツ 編集委員会	2017	1類		半分まんが。児童に読まれる貴重な1類
24	マレスケの虹	小峰書店	¥1,500	森川成美	2018	9類	戦争	『マンザナの風にのせて』と同じテーマ
25	らくごえほん てんしき	角川書店	¥1,400	川端 誠	2019	9類	落語	「そろそろ」(落語)の並行読書に
26	去年の木	三恵社	¥1,900	新美南吉	2018	E 絵本	新美南吉	新美南吉絵本大賞・優秀賞の受賞作品
27	こんとん	偕成社	¥1,600	夢枕獏	2019	E 絵本	道徳	中国神話にでてくる 「こんとん」を基にした話
28	小学生でもわかる お金にまつわるそもそも事典	C&R研究所	¥1,530	吹田朝子ほか	2017	3類	社会	Q&Aでわかりやすい
29	絵でわかるなぜなぜ会話ルールBOOK	合同出版	¥1,580	藤野博	2018	3類	コミュニケーション	コミュニケーションの取り方のルール。特別支援にも。
30	氷河ねずみの毛皮	偕成社	¥1,600	宮沢賢治	2008	9類	ファンタジー	5年国語「雪わたり」並行読書 中1にも!
31	大人も読みたいこども歳時記	小学館	¥1,600	長谷川權	2016	9類	俳句・季語	児童が季語を探しやすそうだったと先生よりコメント
32	家族で楽しむ歳時記・にほんの行事	池田書店	¥1,300	近藤珠實	2007	3類	俳句・季語	児童が季語を探しやすかったと先生よりコメント
33	十年屋 時の魔法はいかがでしょう?	静山社	¥1,200	廣嶋玲子	2018	9類	ファンタジー	「ふしぎ駄菓子屋銭天堂」の廣嶋玲子さん新シリーズ
34	科学的とはどういうことか 新版 いたずら博士の科学教室	仮説社	¥1,800	板倉 聖宣	2018	4類	理科	科学的なものの見方を知るきっかけとなる
35	花粉症のない未来のために 無花粉スギの研究者・斉藤真己	佼成出版社	¥1,500	金治 直美	2014	6類	ノンフィクション	森林のはたらきについて、ちがった視点から
36	帽子から電話です	偕成社	¥1,200	長田弘	2017	9類	ユーモア	帽子から電話がかかってくるという意外な始まりと。
37	とうふやのかんこちゃん	福音館書店	¥1,300	吉田道子	2017	9類	ファンタジー	きつねと女の子の交流。平行読書に
38	よのなかルールブック	日本図書センター	¥1,300	高濱正伸	2019	1類	考え方の本	読みやすい生き方指南書
39	マンガで身につく ネットのルールとマナー	金の星社	¥2,400	遠藤美季	2018	3類	総合	マンガで読みやすい

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
40	文豪ノ怪談ジュニア・セレクション	汐文社	¥1,600	漱石・芥川・八雲など	2017	9類	ファンタジー	文豪の名作にはまるきっかけにピッタリ
41	ようこそ日本へ！写真英語ずかん③日本の暮らし	汐文社	¥2,500	大門久美子/編	2017	8類	英語	日本の文化を伝える学習に写真があってわかりやすい
42	作り直し屋 十年屋と魔法街の住人たち	静山社	¥1,000	廣嶋玲子	2019	9類	ファンタジー	作り直し屋はいらぬものや捨てたいものが生まれ変わるお店です
43	54字の物語	PHP研究所	¥1,000	氏田 雄介	2018	9類	ユーモア	超短編小説。読んでニヤリ
44	まいにち哲学	ポプラ社	¥1,500	原田まりる	2017	1類	感動	心豊かに生きる
45	見上げた空は青かった	講談社	¥1,300	小手鞠るい	2017	9類	戦争	史実に基づいて創作された物語。ユダヤ人迫害と日本の学童疎開がテーマ
46	調べる！47都道府県 工業生産で見る日本	同友館	¥3,200	こどもくらぶ 編	2018	5類	社会	中・高学年の都道府県調べに
47	調べる！47都道府県 伝統工芸で見る日本	同友館	¥3,200	こどもくらぶ 編	2018	7類	社会	中・高学年の都道府県調べに
48	湖の国	講談社	¥1,700	柏葉 幸子	2019	9類	ファンタジー	時空をこえた柏葉ワールドを楽しめる。
49	おおきなおおきな木みたいに	ひさかたチャイルド	¥1,650	フリッタ・ テッケントラップ	2019	E 絵本	友情	友だちとうまくいかないときに読んでほしい本
50	ほくらの一歩 30人31脚	アリス館	¥1,540	いとうみく	2018	9類	青春	友情、さわやか青春ストーリー
51	ヒロシマ消えたかぞく	ポプラ社	¥1,650	指田和	2019	E 絵本	戦争	戦争の学習の他、国語の戦争教材の時も
52	ひろって調べる落ち葉のずかん	岩崎書店	¥3,600	安田守	2018	6類	理科	生活などの調べ学習に
53	絵と新聞でわかる平成時代	理論社	¥4,500	「絵と新聞でわかる 平成時代」編集室	2019	2類	総合	自由な調べ学習に対応するため
54	思わず考えちゃう	新潮社	¥1,000	ヨシタケシンスケ	2019	9類	ほのぼの	6年「随筆」の並行読書に
55	教科書にでてくる音楽家の伝記	講談社	¥2,300	ひのまどか(監)	2017	7類		高学年の音楽授業や吹奏楽部児童に
56	パイパーさんのバス	徳間書店	¥1,400	エリナー・ クライマー	2018	9類	ほのぼの	動物たちと旅にでる運転手のパイパーさん
57	みずとはなんじゃ	小峰書店	¥1,500	かこさとし	2018	4類	理科	4年理科「すがたをかえる水」の導入
58	オリンピック・パラリンピックにつくしたひとびと 嘉納治五郎	小峰書店	¥1,400	佐野慎輔	2018	7類	ノンクション	日本オリンピックの父の歩みです。
59	くじらのおなかからプラスチック	旬報社	¥1,400	保坂直紀	2018	5類	ノンクション	調べ学習に必要な情報も豊富

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
60	プラスチック惑星・地球	ポプラ社	¥2,000	藤原幸一	2019	5類	ノンフィクション	人間がしてしまったこと、そしてできること
61	おーいでてこーい 鏡のなかの犬	三起商行	¥1,300	星 新一	2017	E 絵本	ファンタジー	星新一や環境学習の導入として。
62	家をせおって歩く かんぜん版	福音館書店	¥1,400	村上 慧	2019	E 絵本	ノンフィクション	文字通り家をせおって歩いた奇想天外な実話
63	「できごと」と「くらし」から知る戦争の46か月	学研プラス	¥6,000	大石学 鈴木一史(監修)	2019	2類	戦争	戦いや人びとの生活、文化、自然災害など
64	100年だったら	アリス館	¥1,500	石井 睦美	2018	E 絵本	命	3年「わすれられないおくりもの」の単元で使える
65	鉄道にっぽん! 47都道府県の旅(全3巻)	教育画劇	¥10,500	山崎友也	2017	6類	総合	5年「わが街ベストスリー」で使える。鉄道好きな子にも。
66	金子みすゞ 子どもの時計	JULA出版局	¥1,100	矢崎節夫/選	2019	E 絵本	国語	金子みすゞの詩絵本
67	キリンの運びかた、教えます 電車と病院も!?	講談社	¥1,300	岩貞るみこ	2018	6類	ノンフィクション	「運ぶ」プロたちの舞台裏を紹介。
68	サブキャラたちの日本昔話	偕成社	¥1,200	斉藤洋	2018	9類	社会	歴史好きにも。高学年から。
69	五感で調べる木の葉っぱずかん	ほるぷ出版	¥3,800	林将之	2018	6類	理科	わかりやすい。植物の観察に。
70	ぼくは上手にしゃべれない	ポプラ社	¥1,500	椎野直弥	2017	9類	感動	「本で初めて泣きました」という高学年が多数。
71	あした、また学校で	講談社	¥1,400	工藤 純子	2019	9類	学校	「学校は、だれのものか」考えさせられる。
72	世界の文化と衣食住	小峰書店	¥3,000	鈴木佑司監修	2019	3類	社会	記念日や祝日から国の文化を理解できる。
73	ひとりではっち	学研プラス	¥1,300	くすのきしげのり	2019	E 絵本	仲間	「ええところ」の姉妹編。仲間の良さを知る物語
74	知っておきたい教科書に出てくる故事成語1~3	汐文社	¥2,200	全国漢文教育学会	2018	8類	故事成語	4年生国語「故事成語」の調べ学習に
75	ぼくらの一歩	アリス館	¥1,400	いとうみく	2018	9類	友情	30人31脚でクラスの絆が深くなる。6年生におすすめ
76	かたあしの母すずめ	理論社	¥1,500	椋鳩十	2018	E 絵本	命	5年生国語「大造じいさんとがん」
77	宮沢賢治のオノマトペ集	筑摩書房	¥880	栗原敦	2019	9類	国語	5年。右頁にオノマトペ1つ、左頁に解説。
78	いちばちじゅうのもおくもく	BL出版	¥1,300	桂文我	2019	E 絵本	ユーモア	4年落語の時期の読み聞かせに!
79	ヤモリの指から不思議なテープ	アリス館	¥1,300	松田 素子、 江口 絵理、 石田 秀輝【監修】	2011	4類	理科	ノーベル賞発表時期などの紹介本としても

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
80	昨日のぼくのパーツ	講談社	¥1,400	吉野万里子	2018	9類	友情	言いにくいけどひとそれぞれにある 悩みが軽くなるかもしれない一冊。
81	子どもニュースいまむかしみらい 朝日小学生新聞でふりかえる	朝日学生新聞社	¥2,500	朝日小学生新聞	2017	2類	総合	3年生以上いろいろな単元で活用できる
82	イラストでわかりやすい 昔の道具百科	河出書房新社	¥3,300	岩井宏實	2018	3類	社会	古い道具と昔のくらし調べに活用できる
83	もくもくをつかまえた	クレヨンハウス	¥1,500	ミカエル・エ スコフィエ	2019	E 絵本	友情	人間関係に悩んだら
84	昆虫の体重測定	福音館書店	¥1,300	吉谷昭憲	2016	4類	理科	とても軽い昆虫の重さをどうやって調べるの か？
85	かわいいパッケージクラフト	汐文社	¥2,400	平田美咲	2019	7類	ユーモア	食べた後のお菓子のパッケージが可愛く変 身！
86	地球を旅する生き物たち	PHP	¥3,000	樋口広芳	2016	4類	生き物	小2サケ、小4ウミガメ、小5がんなど
87	ぐるりと	ロクリン社	¥1,400	島崎 町	2017	9類	ファンタジー	本をぐるりと回すと違う世界へ。回しなが ら読んでみると自分も本の世界にいるよう です。
88	はじめよう！ボランティア①～④	廣済堂あかつき	¥3,000	長沼豊/監修	2018	3類	ボランティア	身近なボラ。ワークシート付
89	右手にミミズク	フレーベル館	¥1,400	夢内明子	2018	9類	友情	フレーベル館ものがたり新人賞大賞
90	なんだろうなんだろう	光村図書	¥1,500	ヨシタケシンスケ	2019	E 絵本	総合	日常の疑問・道徳教科書コラム
91	47都道府県地場産業めぐり(3巻)	教育画劇	¥11,550	升川和雄	2019	6類	社会	4年、5年社会で使える
92	明日のランチはきみと	フレーベル館	¥1,400	サラ・ウィークス ギーター・ワラダ ラージャン	2018	9類	友情	思いこみに縛られない大切さを教えてくれま す。
93	髪がつなく物語	文研出版	¥1,300	別司芳子	2017	9類	ノンフィクション	寄付を身近に感じられるようになる一冊。
94	ぼくのジユウな字	講談社	¥1,300	春間美幸	2018	9類	ファンタジー	書道の授業がある3・4年生に
95	浄水場・清掃工場を知ろう①浄水場	あかね書房	¥3,300	岡本光晴	2019	5類	総合	4年生総合浄水場調べ学習に
96	浄水場・清掃工場を知ろう②清掃工場	あかね書房	¥3,300	岡本光晴	2019	5類	総合	4年生総合清掃工場調べ学習に
97	みんなちがって、それでいい	ポプラ社	¥1,300	宮崎恵理	2018	7類	ノンフィクション	パラ陸上選手の重本沙絵さんの実話
98	「お手伝いしましょうか？」 うれしかった、そのひとこと	講談社	¥1,450	高橋うらら	2019	3類	総合	必要な人に手をさしのべるための本、3年福 祉
99	作り直し屋	静山社	¥1,100	廣嶋玲子	2019	9類	ファンタジー	『十年屋』シリーズの番外編

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
100	虹いろ図書館	河出書房新社	¥1,200	櫻井とりお	2019	9類	ファンタジー	いじめがきっかけで学校に行けなかった6年生のほのか。不思議な図書館での出会いでかわっていきます。
101	世界の文化と衣食住アジア 他全4巻	小峰書店	¥3,000	鈴木佑司	2019	3類	総合	たくさんの写真と分かりやすい解説で使用しやすい
102	大人になったらしたい仕事 「好き」を仕事にした35人の先輩たち	朝日学生新聞社	¥1,500	朝日中高生 新聞編集部	2017	3類	総合	朝日中高生新聞の記事をまとめたもの
103	じゃない!	フレーベル館	¥1,400	チョー・ヒカル	2019	7類	写真絵本・アート	食べ物などにペイントしたたまし絵写真絵本
104	写真で学ぶ世界遺産①～③	汐文社	¥2,800	平川 陽一	2014	7類	総合	世界遺産の学習や、図工の参考資料に
105	小さな悪い本	金の星社	¥1,400	マグナス ミスト	2019	7類	わくわく	謎を解きながら読み進めるゲームブック
106	焼けあとのちかい	大月書店	¥1,500	半藤一利	2019	E 絵本	戦争	戦時中の語句説明あり 中学生にも
107	円周率の謎を追う 江戸の天才数学者関孝和の挑戦	くもん出版	¥1,500	鳴海風	2017	2類	伝記	6年伊能忠敬
108	ぼくらの一歩 30人31脚	アリス館	¥1,400	いとうみく	2018	9類	友情	ある事情を抱えた3人の物語
109	難民になったねこ クンクーシュ	かがわ出版	1700	マイン・ヴェン チューラ	2018	3類	戦争	猫が出てくるので関心をもちやすい。
110	ヒロシマ 消えたかぞく	ポプラ社	1650	指田 和	2019	2類	戦争	幸せな写真だけに胸を打つ。
111	清少納言と紫式部	国土社	¥4,180	国土社編集部	2017	9類	総合	6年生 社会・国語
112	好きなモノから見つけるお仕事①～④	学研プラス	¥3,300	藤田 晃之(監修)	2018	3類	社会	キャリア教育にピッタリ!
113	プログラミングでなにができる?ゲーム・ロボ ット・AR・アプリ・Webサイト…	誠文堂新光社	¥1,200	杉浦学【著】	2018	0類	総合	プログラミングでできること
114	貸出禁止の本をすくえ!	ほるぷ出版	¥1,500	アラン・ グラッツ	2019	9類	感動	ある日、学校図書館の大好きな本が 貸出禁止になり…
115	調べよう!バリアフリーと福祉用具①～⑤	ポプラ社	¥2,900	渡辺崇史/監	2019	3類	総合	4年の調べ学習で
116	江戸のお店屋さん3	ほるぷ出版	¥1,400	藤川 智子	2016	6類	社会	3年 昔のくらしに関連して。
117	楽しい調べ学習シリーズ よくわかるユニバーサルデザイン	PHP研究所	¥3,200	柏原士郎/監修	2019	5類	社会	4年「便利ということ」の調べ学習で役立ち ました。
118	ことばハンター 国語辞典はこうつくる	ポプラ社	¥1,200	飯間浩明	2019	8類	ノンクション	国語辞典の作り方がわかる。
119	プラスチック プラネット	評論社	¥2,200	G・A= ブラッド ショー	2019	5類	総合	環境問題の調べ学習用に

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
120	桃太郎は盗人なのか？ －「桃太郎」から考える鬼の正体－	新日本出版社	¥1,500	倉持よつば	2019	3類	ノンフィクション	5年生の自由研究が本に！ 普通の読み物としても面白い
121	天才ルーシーの計算ちがい	ポプラ社	¥1,500	スライ シー・ マカナル	2019	9類	感動	サヴァン症候群・強迫性障害・潔癖症の女の子
122	マイクラフト ゲームにとびこめ！	技術評論社	¥1,280	エリオボラス	2019	9類	冒険	以前のシリーズより文字が大きくフリガナ付
123	けんぼう絵本 おりとライオン	かもがわ出版	¥1,400	椋 大樹	2018	3類	社会	6年社会日本国憲法の理解が深まる。
124	童話作家のおかしな毎日	偕成社	¥1,500	富安陽子	2018	9類	ノンフィクション	富安陽子のルーツが分かるエッセイ
125	じゅんぴはいいかい？ 名もなきこざるとエシカルな冒険	山川出版社	¥1,500	末吉 里花	2019	5類	社会	環境・くらしについての導入に
126	でんじろう先生のおもしろ科学実験室全5巻	新日本出版社	¥3,200	米村 でんじ ろう監修	2017	4類	理科	楽しい実験で理科に興味を
127	父さんはどうしてヒトラーに投票したの？	解放出版社	¥1,800	ファイファイ ・デニング フ	2019	2類	戦争	6年社会「長く続いた戦争と人々のくらし」
128	リサイクル雑貨総集編	ブティック社	¥1,111		2019	5類	家庭科・ クラブ	身近なもので作れます。
129	世界のなぞかけ昔話1 どうしてかわかる？	晶文社	¥1,500	ジョージ・ シャノン	2017	9類	昔話・ クイズ	世界の昔話のオチをクイズ形式で。他2冊。
130	季節の言葉 全4巻	金の星社	¥11,200	青山由紀 監修	2019	9類	俳句	季語を中心に写真、絵つきで 季節の言葉を紹介
131	子どもたちへ、今こそ伝える戦争 子どもの本の作家たち19人の真実	講談社	¥1,800	長新太ほか	2015	2類	戦争	児童文学作家19人による戦争体験短編集
132	星の旅人 伊能忠敬と伝説の怪魚	小峰書店	¥1,600	小前 亮	2018	9類	家族	伊能忠敬の史実に基づくフィクション
133	アチチの小鬼	偕成社	¥1,200	岡田淳	2018	9類	ファンタジー	関西弁で書かれた短編集
134	Red あかくてあおいクレヨンのはなし	子どもの未来社	¥1,500	マイケル ・ホール	2017	E 絵本	命	多様性を考える
135	世界とつながるみんなの宗教ずかん	ほるぷ出版	¥3,900		2018	1類	総合	多種多様な宗教の基本をわかりやすく
136	それも知りたい！慣用句	童心社	¥1,980	吉橋道夫	2019	8類	慣用句	3年生「ことわざ・慣用句」の学習に
137	ビジュアル日本の住まいの歴史 4 近現代	ゆまに書房	¥2,800	小泉和子/監修	2019	3類	社会	「かわってきた人々のくらし」など
138	おいで…	新日本出版社	¥1,500	有田奈央/著	2019	E 絵本	ホラー	「怖い本」が好きな子に
139	ザ・ランド・オブ・ストーリーズ 1 願いをかなえる呪文	平凡社	¥1,800	クリス・ コルファー	2018	9類	ファンタジー	シンデレラ、白雪姫など、童話の「その後」の世界。元の世界に戻るための呪文を探す旅に出る。

	書名	出版社	価格 (税抜)	作者	出版年	分類	キーワード1	おすすめコメント
140	虹いろ図書館のへびおとこ	河出書房新社	¥1,200	櫻井とりお	2019	9類	青春	不登校が悪いわけではない、ラストに感動
141	ロウソクの科学	角川つばさ文庫	¥680	ファラデー 平野累次	2019	4類	理科	ファラデーのロウソクの科学をわかりやすく
142	CHIBA 千葉 チーバ	洋泉社	¥1,280	小和田哲男 (監修)	2019	2類	社会	一般書だが千葉調べに使える
143	〔新版〕日本の民話1 信濃の民話	未来社	¥2,200	編/瀬川拓男 松谷みよ子	2015	3類	民話	中1地理 日本の諸地域(長野県)・林間地域 文化調べに