



図書館だより

2021年 5月



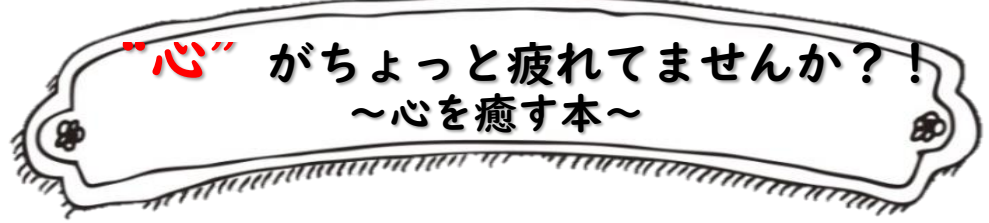
目に鮮やかな新緑、花々が咲き乱れ、5月は1年中最もさわやかで過ごしやすい時期です。5月に吹くさわやかな風を薫風（くんぷう）と言います。初夏のかおりを漂わせる風としてふさわしい名前ですね。

★1年生図書委員からのおすすめ本を紹介します。

★「心」がちよっと疲れてませんか?! ~心を癒す本~

疲れた時は、無理せず、静かにのんびり読書をしましょう。

新しい発見が必ずあります。(#.^#)



『10代のための疲れた心がラクになる本』 長沼睦雄 著 誠文堂新光社

副題は“「敏感すぎる」「傷つきやすい」自分を好きになる方法”です。帯には、友だち関係、勉強、家族、容姿、、、ストレスは多いけれど、大丈夫!君は変わる!とあります。ストレスがかかる事は悪い事ばかりではないけれど、体調が不調になるほどのストレスは、しんどいですよね。この本は、そんな時に、すぐに試せる心のセルフケアを教えてください。



1年生図書委員からのおすすめ「本」

『今夜、勝手に抱きしめてもいいですか?』

蒼井ブルー 原作 三津留ゆう 著者

KADOKAWA

すべてで5話あり、5組のカップルの恋愛模様を描いた小説です。物語は1話ずつ違いますが、少し繋がっている場面もあります。

私の一番のおすすめしたい話は、1話のショコラアイスです。今まで弱いところを見せてこなかった亜弓へかけた中島の言葉が、亜弓の心を軽くしていきます。そして亜弓が中島に恋をしていく描写や、亜弓の言動や行動に対しての中島の反応に、心がキュンとなる描写がいっぱい出てきます。5話それぞれ違う話になっているので短くて、登場人物も少なくサクサク読める本です。本を読むのが苦手な人、ぜひ読んでください。



『階段途中のビッグノイズ』

越谷オサム 著 幻冬舎

だめな先輩のせいで、伝統ある軽音楽部が廃部になってしまいそう。かけっぶちに立たされても、主人公啓人は煮え切らない様子。しかし、幽霊部員だった伸太郎に引きずられ、文化祭で廃部を阻止するための行動にでることにしたのですが、、、

シンプルでキャッチーでキュートでファニーです。こんなにストレートに「楽しい!」と思える青春小説は今までなくて、読んでいたらニヤニヤ笑えてくる本です。

軽音のことを知らなくても、知ってても読んで楽しいし、最後にどんでん返しがあるのもこの本の魅力です。



「心を癒す本」特集

『「気がつきすぎて疲れる」が驚くほどなくなる「織細さん」の本』

武田友紀 著 飛鳥新社

疲れやすく、ストレスが体調に出やすい、相手が気を悪くすると思うと断れない。こんな人は「織細さん」かもしれません。「織細さん」と呼ばれる生まれ持った気質を、短所ではなく長所ととらえて、生きやすくなるようにアドバイスしてくれます。



『口ぐせひとつでキミは変わる』 佐藤富雄 著 PHP 研究所

うまくいく人と、いかない人の違いはなんだろう、と思った事はありませんか?それは、毎日の口ぐせが大きく関係しています。そんな、「口ぐせ」の言葉が、私たちの日常を劇的に変えるということを教えてくれる本です。まずは、今日から「ありがとう」を口ぐせにしてみましょう。



『風と共にゆとりぬ』

朝井リョウ 著 文藝春秋

最後に紹介する本は、読んで何かためになるとか、発見があるわけではありません。とにかく、おもしろい、読んで笑ってしまう本です。正直、朝井さんの小説は、「なんだから????」と思う事が多いのですが、エッセイは減茶苦茶ドはまりしております。「笑い」は心の栄養だとおもいませんか。



< 本の返却を忘れていませんか? >

借りた本を期限までに返却していますか? 返却は図書館カウンターまたは返却ボックスを利用してください。

返却ボックスは、図書館1階、別館1階、第3別館1階にあります。

