

新学期・新生活を応援! 展示

こころのもやもやスッキリしたい!



4月は新しい出会いの季節。新しいクラスメイトとのやりとりや、難しくなる勉強、先輩・後輩の関係や家族関係など。もやもやすることが多い季節でもあります。そんなもやもやが、少しでもスッキリできるような本を集めました。



10代から知っておきたい
あなたを丸めこむ
「ずるい言葉」
貴戸理恵 // 著
361.45/キ/ティーンズ

生きづらさを考える社会学者が、目に見えない空気に巻き込まれないための考え方を教える本です。「気が進まない」けど「そうしなきゃ」と思わせる同調圧力の正体に気づき、自分自身を取り戻そう。



コンプレックスを
ひっくり返す
見た目のなやみが軽くなる
「ボディ・ポジティブ」な
生き方
吉野なお // 著
146.1/3/ティーンズ

だれもが一つは持っている、コンプレックス。そもそも、コンプレックスはどういうしくみで作られて、なぜ、それに囚われるのか？プラスサイズモデルとコンプレックスの正体を探しに行こう！



10代の悩みに
効くマンガ、
あります!
トミヤマユキコ // 著
J159.7/T

「マンガは人生の教科書」と考える著者が悩み多き10代のために、お悩み別にお助けマンガをプレゼン！紹介された本は図書館に所蔵されているものもあるので、気になる作品があったら是非検索してみてくださいね。



生き抜くための
ごはんの作り方
悩みに効く
16人のレシピ
有賀薫 他 // 著
J596/カ

身体や心の悩みに料理研究家たちが生き抜くためのレシピを、心に寄り添うエッセイとともにご紹介。悩み解決のきっかけのひとつに、食べることを考えてみるのもおすすめです。



90秒でみるみる体が
柔らかくなる
さきヨガほぐし
ストレッチ
西林さき // 著
781.4/ニ

好きな音楽を聴いたり、美味しいものを食べたり、誰かに話を聞いてもらったり... etc. それでも気持ちがもやもやする時は、体がこり固まっているのかもしれない。柔軟な体を手に入れて、軽やかに日々を過ごしましょう！エクササイズ動画のQRコードが付いた便利な一冊です。



ハーブティー
事典 改訂版
佐々木薫 // 著
596.7/サ

気持ちを落ち着かせるカモミールや気分をリフレッシュさせるミントなど、ハーブティーには心の調子を整える効能が多種あります。もやもやが晴れない時はハーブティーでご自愛してみませんか？ハーブティーの種類や効能、おいしい淹れ方が一冊にまとまった本です。

X (旧 Twitter) でイベントや図書館での日常を発信しています



のぞいてみてね！
← X (旧 Twitter) は
こちらから

読みたい本を探すなら、まずはティーンズコーナーへ!



10代の皆さんにおすすめの小説や雑誌、勉強法や進路の本など様々なジャンルの入門書がそろっているコーナーです。季節ごとにテーマを決めて本の展示もしています。「読みたい本は決まっていなくても何か本を読みたい」というときには、ぜひこちらまで!

ティーンズコーナーミニ展示 ジャンル別おすすめ本

図書館の本は、大きく10のジャンルに分かれています。ミニ展示では、各ジャンルを2か月ずつ展示していきます。本は読むけれど、同じジャンルの本に偏りがち…そんな人におすすめ！

2月から3月は「世界」に関する本を、
4月から5月は「社会」に関する本を展示します



考古学者が発掘調査をしていたら、怖い目にあった話
大城道則 // 著 202.5/4

墓石に閉じ込められたり、原因不明の病にかかったり、2週間人骨と過ごしたり…。発掘調査は、命がけ！？エジプト・ペルー・中国など、世界各地で活躍する三人の考古学者が体験した奇想天外な話を紹介した本です。

みんなの推し本コンテスト

今年度もたくさんの「元気や勇気をもたらした本」を投票していただき、ありがとうございました。来年度の投票も楽しみにお待ちしております。

引いてみてね！おしくじ

みんなから投票された本をもとに、今日の運勢と今日のきみにおすすめな推し本が書かれている「おみくじ」ならぬ「おしくじ」を作りました！



図書館ホームページ内の「図書館たからばこ」でも推し本を紹介しています。のぞいてみてね！



↑ホームページはこちらから

みんなの推し本を紹介！

コミック部門 投票1位



ONE PIECE 尾田栄一郎 M 726.1 枅

勇気もらえる名言が多い。おもしろい。

小説部門 投票1位



あの花が咲く丘で、君とまた出会えたら
夕見 夏衛 913.6シタ

戦争の苦しみを改めて知ることができる感動のお話です。

ほかにも、たくさんの本の投票がありました



利用者カード更新のお知らせ

白河市外に住んでいて、白河市内の学校に通っている人は、更新の手続きが必要になります。
4月以降に図書館を利用するときには、利用者カードと学生証をもって窓口までお願いします。

みんなの声を募集中

読んだ本の感想や、読書・図書館あるあるなど
あなたの声を X(旧 Twitter)で
#SASUKENE りぶらん をつけて投稿してね
※個人を特定できる情報は載せないでください