



西条市立西条図書館ヤングアダルトコーナーフェア案内

YAおすすめ本 2022年月5月

フェアテーマ

『生きづらさを克服する』



5月になりました。一か月経って新生活には慣れましたか？

思ったより毎日がしんどい、辛い、苦痛。そこまでいかなくても、なんだかやる気が出ない、どうもしっくりこない、なんだか不調。そんな人に読んで欲しい本を集めました。

軽いものから重いものまで幅広く揃えてみました。自分に合わせて手に取ってみてください。西条市立西条図書館ヤングアダルトコーナーは皆さんを応援しています！



西条市立西条図書館

住所：西条市大町1590

TEL0897-56-2668

開館時間9：30a.m.~20：30p.m.

5月フェア『生きづらさを克服する』おススメ本をご紹介

『しれっと逃げ出すための本。』

ヨシダ ナギ PHP研究所 2021.9 /159/3/

「逃げることは自分を守ること、自分の中にある幸せと向き合うこと。集団生活、受験、就活など自分が不向きだと感じた全てのものから逃げてきたフォトグラファーが、嫌なことから「しれっと」逃げ出す方法をゆる〜く伝える。



『しんどい時の自分の守り方』

増田 史 ナツメ社 2021.9 /371.4/7/

自分がキライ、親とうまくいかない、やりたいことが見つからない…。しんどさを手放し、もっとラクに生きるための、自分でできる心のケアを紹介。誰かにSOSを出すスキルも伝える。悩み相談連絡先一覧付き。」



『不登校生が留学で見つけた自分の居場所』

赤井 知一 学びリンク 2021.7 /376.4/7/

子どもたちの居場所や学ぶ場所は日本だけではない。不登校や障害を持った子どもたちに留学という選択を提案してきた留学カウンセラーが、不登校生の留学事情や国内準備と海外生活サポートなどを解説。留学生たちの記録も収録。



5月フェア『生きづらさを克服する』おススメ本をご紹介



『見た目が気になる』

河出書房新社 河出書房新社 2021.8 /361/ミ/

人はどうして見た目が気になるのか。周囲や社会の価値観にとらわれず「自分らしさ」を見出すために、モデルや社会学者、漫画家など26人が「見た目」との向き合い方を考える。



『もしもカメと話せたら』

パズル プレジデント社 2021.7 /481.7/ハ/

敵に勝つより敵と勝つ、所有するより共有する、イヤな環境はバンバン避けよう! 竜宮城ならぬ「優遇城」にいる水辺の生き物たちが、人間関係に悩む大学生・次郎君との対話形式で「周りとうまく生きるコツ」を教える。



『10代のためのもしかして摂食障害?と思ったら読む本』

おちゃずけ 合同出版 2021.7 /493.7/ホ/

摂食障害は予防と早期の発見がとても大切。子どもの摂食障害のさまざまなケースや知っておきたい知識をマンガを交えてわかりやすく紹介する。見守る大人たちへのアドバイスも充実。



5月フェア『生きづらさを克服する』おススメ本をご紹介



『十四歳からのソコソコ武士道』

柏 耕一 さくら舎 2021.9 /913.6/カ/

友人関係のごたごたの解決法は？ 怒りをおさめるには？ 14歳の剣道部女子部長・前田芙蓉の成長物語を通して、現代に生かせる教えが詰まった新渡戸稲造の名著「武士道」の魅力とエッセンスを伝える。



『みつばちと少年』

村上 しいこ 講談社 2021.4 /913/M/

クラスの中でうまくやっていけない雅也は、中1の夏休みを利用して、養蜂場を営むおじさんのいる北海道へ行くことに。寝泊りすることになった「北の太陽」では、さまざまな事情を抱えた子どもたちが暮らしていて…。



『タフィー』

サラ・クロッサン 岩波書店 2021.10 /933/ク/

父さんの暴力から逃れ、家を出たアリソン。古い家の納屋に身を隠すが、家主のマーラという老女に見つかってしまう。認知症のマーラは、彼女を昔の友人と間違えているようで…。ふたりで暮らした日々を描く、再生の詩物語。

