



INFORMATION

★ベランダ開放はじめました★



- * 読書はもちろん、ご自由におくつろぎください。
- * 利用前後にカウンターに申告
- * ベランダでも図書館内ルール適用

『私』の本棚コーナー開設!

先生方とのコラボ棚ができました!
みなさんからの推し本もお待ちしています!



英検過去6回全問題集とCD 2016・2018・2020年度版 貸出し再開します!



manaba に図書館の登録をお願いします。

図書館からのニュースをいち早くアップしています。



NEW!

スマホ・タブレット・PCから 図書館所蔵本の検索が できるようになりました!

みなさんのスマホ等から、下記のURLにアクセスする。

<https://www.kihara-egg.net/ws/>



① 「Egg Web サービスへようこそ」

OPAC「本を検索する」をクリック
(スマホはダブルクリック)。



② 「ログイン」
ユーザーID「」
パスワード「」を入力して「ログイン」をクリック。



③ 「検索」
キーワードを入力して「検索」をクリック。



④ 結果一覧の内、内容を知りたい資料をクリック。

所蔵資料の詳細内容がわかります。

* 不明な点がありましたら図書館までおたずねください。

新学期から1か月。生活にも慣れてきた頃でしょうか? 部活に勉強、友達、先輩。特に新入生のみなさんは、まだまだ不慣れだったり、緊張する場面があるかもしれませんね。今回は、心の中でモヤモヤしたり悩んだりした時に助けてくれる本を紹介します!

精神科医・脳科学者の視点から見てみましょう。

- 『14歳からの精神医学』
宮田 雄吾/日本評論社
- 『精神科医が教えるストレスフリー超大全』
樺沢 紫苑/ダイヤモンド社
- 『脳に悪い7つの習慣』
林 成之/幻冬舎新書
- 『「繊細さん」の本』
武田 友紀/飛鳥新社
- 『ケーキの切れない非行少年たち』
宮口 幸治/新潮新書



承認欲求、自己肯定感とは?

- 『承認欲求に振り回される人たち』
榎本 博明/クロスメディア・パブリッシング
- 『「自己肯定感低めの人」のための本』
山根 洋士/アスコム



自分に対してモヤモヤするときは!?

- 『セルフケアの道具箱』
伊藤 絵美(著)、細川 貂々(イラスト)/晶文社
- 『心の容量(キャパ)が増えるメンタルの取扱説明書』
エマ・ヘップバーン(著)、木村 千里(訳)
ディスカヴァー・トゥエンティワン
- 『私は私のままで生きることにした』
キム・スヒョン(著)、吉川 南(訳)/ワニブックス



- 『こころの処方箋』
河合 隼雄/新潮文庫
- 『あなたを閉じこめる「ずるい言葉」』
森山 至貴/WAVE 出版
- 『世界一やさしい「やりたいこと」の見つけ方』
八木 仁平/KADOKAWA



人に対してモヤモヤするときは!?

- 『あなたの不安を解消する方法がここに書いてあります。』
吉田 尚記/河出書房新社
- 『10代から身につけたいギリギリな自分を助ける方法』
井上 祐紀/KADOKAWA
- 『モヤモヤしている女の子のための読書案内』
堀越 英美/河出書房新社
- 『多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。』
Jam(マンガ・文)、名越 康文(監修)/サンクチュアリ出版
- 『「空気」を読んでも従わない!』
鴻上 尚史/岩波ジュニア新書
- 『ほどよく距離を置きなさい』
湯川 久子/サンマーク出版



心にしみる! 励みになる!

- 『101人が選ぶ「とっておきの言葉」』
河出書房新社
- 『チーズはどこへ消えた?』
スペンサー・ジョンソン(著)、門田 美鈴(訳)/扶桑社
- 『ウチら棺桶まで永遠のランウェイ』
ケミオ/角川文庫
- 『聖域』
コムドットやまと/KADOKAWA
- 『もしも虫と話せたら』
じゅえき太郎(絵)須田 研司(監修)/プレジデント社

