

ようこそ！あざれあ本の森に



司書が選ぶ！年代別おすすめBOOK・映画



今年の読書週間は図書室が本の森に変わります。

司書が年代別に選んだおすすめの本や映画の中から、印象に残るメッセージをピックアップしてご紹介しています。

本からのメッセージが綴られた落ち葉が、図書室のあちらこちらにひらひらと舞っていますよ。あなたの心に響く言葉を見つけに来てくださいね。



やっぱり、おひめさまだって、つよいほうがいいのです。～10歳未満のみんなへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
K367.1/オグ	オンナらしさ入門	小倉 千加子	理論社	2007年
K913.6/ナカ	女の子の昔話 :日本につたわるとっておきのおはなし	中脇初枝 // 再話	偕成社	2012年
K916/刈	ひとりではじめてのアフリカボランティア :渋谷ギャル店員	栗山さやか	金の星社	2015年
GF/E	のほらひめ:おひめさま城のひみつ	なかがわちひろ // 作	徳間書店	1995年
GF/E	ともだち	谷川俊太郎 // 文、和田誠 // 絵	玉川大学出版部	2002年



そのままのあなたがいい～10代のあなたへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
159/パ	自分を好きになる本	パット・パルマー	径書房	1991年
726.1/アキ/1~4	アスコマーチ 1~4	アキヤマ香	集英社	2010~2011年
K146.8/ミス	10代のうちに知っておきたい 折れない心の作り方	水島広子	紀伊国屋書店	2014年
K367.99/ヤマ	15歳までの女の子に伝えたい 自分の体と心の守り方	やまがたてるえ	かんき出版	2012年
367.99/ソメ	マンガでわかるオトコの子の「性」 :思春期男子へ13のレッスン	村瀬幸浩 // 監修、 染矢明日香 // 著、 みすこそ // マンガ	合同出版	2015年



人生において、致命的なことはほとんどないのだ～20代のあなたへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
159.6/フク	娘たちへ :母から娘に伝える人生に大切な80の知恵	福島みずほ	岩崎書店	2009年
377.9/シラ	女子と就活:20代からの「就・妊・婚」	日河桃子、常見陽平	中央公論新社	2012年
361.4/モリ	気まずくならない！自己主張のしかた	森田汐生	大和出版	2011年
591/ハナ	「貧困女子」時代をかしこく生きる 6つのレッスン	花輪陽子 // 著 ふじ いまさこ // 漫画	角川書店	2013年
V90/ミラ/105	ミラクルバナナ		エクスプレス	2005年



掃除は月1回でも死なない～30代のあなたへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
599.0/スズ	そだてば:こそだてのげんばを実況中継。	鈴木のりたけ	朝日新聞出版	2013年
726.1/マス/2	結婚しなくていいですか。 :すーちゃんの明日	益田ミリ	幻冬舎	2008年

366.38/ハク	リーママザベスがあなたを救う！ :働くママの迷いが消える30のコトバ	博報堂リーママプロジェクト	KADOKAWA	2015年
366.7/コム	あなたが働き方を変えるべき48の理由 :小室式ワークライフバランスの極意	小室淑恵	二見書房	2008年
159.6/ハン	30代あなたに伝えたい人生で大切なこと	坂東真理子	海竜社	2014年



上下スウェットで出かけていい範囲はどこまでなのか～40代のあなたへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
V/90/マダ/13	マダム・イン・ニューヨーク		「マダム・イン・ニューヨーク」委員会	2014年
159.6/サト	40代選択の知恵:これからがうまくいく！	佐藤綾子	学研教育出版	2013年
336.3/イノ	女性のためのリーダーシップ術	猪俣恭子	幻冬舎メディアコンサルティング	2014年
726.1/ハ	ママ、今日からパートに出ます！ :15年ぶりの再就職コミックエッセイ	野原広子	KADOKAWA	2014年
367.5/タナ	〈40男〉はなぜ嫌われるか	田中俊之	イースト・プレス	2015年



忘れながら家族になっていく～50代のあなたへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
369.0/タナ	ふまじめ介護ゆうゆう流	田辺鶴瑛	主婦と生活社	2011年
726.1/オカ	ペコロスの母に会いに行く	岡野雄一	西日本新聞社	2012年
726.1/アオ/8	今夜もホットフラッシュ :更年期 越えたら人生 パラダイス	青沼貴子	メディアファクトリー	2013年
498.5/ワカ	55歳からの夫婦の食育 :夫は「食の自立」を、妻は賢くリードを！	若村育子	山海堂	2007年
V90/オ/111	折り梅		エッセン・コミュニケーションズ	2007年



ガマンは身体に毒 口に出せば、あらスッキリ～60代のあなたへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
366.2/アベ	60代の生き方・働き方 :第二の人生を楽しむ心得帖	阿部絢子	大和書房	2015年
367.3/モモ	いい妻、リセット宣言 :定年夫のストレスから解放される、魔法の法則 教えます！	百世瑛衣乎	共同通信社	2007年
367.7/ロク	60歳からの「ひとり暮らし」実例とアイデア集	ゆうゆう編集部 // 編	主婦の友社	2015年
379.9/アケ	子育てハッピーアドバイスようこそ初孫の巻 :孫が幸せに育つために	明橋大二、吉崎達郎	1万年堂出版	2012年
597.5/サカ	定年男のための老前整理	坂岡洋子	徳間書店	2014年



『面白い人生だった』と満足して死ぬことです～70代のあなたへ～

請求記号	タイトル	著者名	出版社	発行年
367.7/マエ	前向き終活バイブル :思いを伝えるエンディングノートつき		主婦の友社	2015年
281.0/タク	70代三人娘、元気の秘訣	俵萌子 // ほか著	講談社	2007年
914.6/シノ	一〇三歳になってわかったこと :人生は一人でも面白い	篠田桃紅	幻冬舎	2015年
910.2/ハヤ	林芙美子 女のひとり旅	角田光代 橋本由起子	新潮社	2010年
V90/ジン/112	人生いろどり		アミューズソフトE	2012年