



～利用できる方～

たつの市・宍粟市・上郡町・佐用町に
在住、在勤、在学の方で、いずれかの市町
の図書館に利用登録されている方

電子図書館通信

電子図書館では、様々な特集を組んで本を紹介しています。

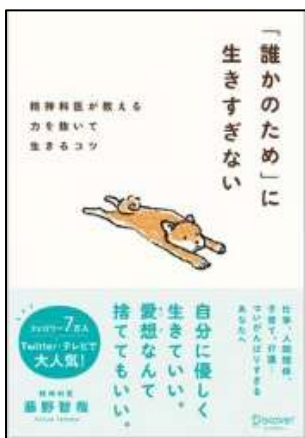
今回は、「心が軽くなる本」と題して、気持ちが落ち着かない時に読んでほしい本を集めました。

【その他の特集】

- ★「中学生・高校生のあなたへ」
- ★「お菓子作りって楽しいな」
- ★「心豊かに過ごす」



オススメ本



「誰かのために」生きすぎない

藤野 智哉 著

ディスカヴァー・トゥエンティワン

★休んで OK。足は「逃げる」ために使っていていい。誰にも誇らない人生を生きたっていい…。仕事や子育て、介護などをがんばりすぎる人に向け、自分をいたわり、大切にするための 48 のメッセージを伝える。

(©TRC)

タイトル

著者

出版社

タイトル	著者	出版社
泣きたい日の人生相談	岸見 一郎	講談社
宇宙が終わるまでに恋したい	浅田 悠介	KADOKAWA
60歳からの青春 18 きっぷ入門	松本 典久	天夢人
発達障害の子と親の心が軽くなる ちゃんと伝わる言葉かけ	shizu	KADOKAWA
夜空の手帳-今夜星がみたくなる-	渡部 潤一(監修)	東京書籍
ゆるピラ-ゆるくて楽しいピラティス-	安藤 美樹	法研
青い島の教室	池永 陽	潮出版社
幸福は絶望とともにある。	曾野 綾子	ポプラ社
わたしの美しい庭	凧良 ゆう	ポプラ社
自分を休ませる家事	満月	KADOKAWA
不機嫌のトリセツ	黒川 伊保子	河出書房新社

～その他の本、特集は電子図書館トップページをご覧ください。～

電子図書館新着図書

(※これは電子図書館の新着図書の一部です)



ピラミッドの建て方
 柏木 裕之 著 実業之日本社
 ★もしも、4000年前のピラミッドを現代の街に建てたら？世界と日本の歴史的建造物の構造と建て方を、イラストで分かりやすく解説する空想歴史図鑑。(©TRC)



あなたが独りで倒れて困ること 30
 太田垣 章子 著 ポプラ社
 ★未婚も既婚も子なしも子ありもいつかは「おひとりさま」。頼るべき親族がない高齢者のサポート事業をしている司法書士が、30の「おひとりさま」リスクとその対策を徹底解説する。(©TRC)



養老先生と虫
 養老 孟司 著 山と溪谷社
 ★自然と向き合えば、答えは見えてくる。大の虫好き・養老孟司による虫採りエッセイ集。まだ見ぬゾウムシを追いかけたラオスでの昆虫採集や、「虫を見る」ことについて語る。虫のカラー写真も掲載。(©TRC)

タイトル	著者	出版社
大災害サバイバルマニュアル	池内 了	実業之日本社
健康寿命をのばす鶏むね 74	藤井 恵	扶桑社
フランスの台所から学ぶ大人のミニマルレシピ	上田 淳子	世界文化ブックス
幕末・明治偉人たちの「定年後」	河合 敦	扶桑社
はじめての中国茶とおやつ	甘露	誠文堂新光社
娘から母に出せない 88 の手紙 + 父への手紙 34	ディスカヴァー・クリエイティブ	ディスカヴァー・トゥエンティワン
200 着の服を 8 割減らしたらおしゃれがずっと楽しくなった	ponpoco	扶桑社
伝わる！信頼される！大人の言いかえ事典	澤野 弘	Gakken
京都東山邸の小鳥遊先生	望月 麻衣	ポプラ社
事件持ち	伊兼 源太郎	KADOKAWA
兵庫 '24		昭文社

～他にもたくさんの資料があります。ぜひご利用ください。～