



宍道高校図書館だより〈地域版〉

2021年
9月16日発行
令和3年度第6号

この「図書館だより」は、宍道高校ホームページでもご覧いただけます。

URL(アドレス)は <https://www.shinji-h.ed.jp> です。

全国的にコロナウイルス感染症がなかなか収まらず、行楽や会食などに出かけにくい状況が続いていますね。ストレスがたまらないように、読書で気分転換のヒントを見つけてみませんか？

最近入った本より

○阿佐ヶ谷姉妹ののほほんふたり暮らし 阿佐ヶ谷姉妹/著(幻冬舎)

芸能界で〇〇姉妹といえば、こまどり姉妹、叶姉妹といろいろですが、今回オススメするのは阿佐ヶ谷姉妹。この本は、リレー形式でウェブサイトに掲載された2人のエッセイをまとめたものです。本の帯には、「40代独身、女芸人である妙齢2人の地味おもしろい同居生活エッセイ」とあります。心がトゲトゲした時などに読むと、まさにこちらものほほん、ほのぼのした気持ちになること請け合いです。

○アンガーマネジメントを始めよう 安藤俊介/著(大和書房)

アンガーマネジメントとは、怒りの感情と上手につき合えるようになること。「なんとなく」のつき合いをやめる、先送りしない「2分ルール」を徹底する、普段から持ち物を少なくする、わざわざ怒りの対象を探さない、など、人間関係や仕事、プライベートでイライラしない方法を82例紹介。



○コロナの時代の暮らしのヒント 井庭 崇/著(晶文社)

「自宅にワクワクする〈自分の本棚〉をつくる」「〈おもいで時間〉を味わい、写真に残しておく」「できなくなったことでなくできることリスト」を書くなど、今の暮らしをよりよくする32の知恵。

宍道高校図書館は地域の皆様もご利用になれます

利用できる方

宍道町内在住の18歳以上の方

(登録時に住所等を確認できるものがが必要です。)

利用できる日時

月曜～金曜 午前10時～午後4時

- ・学校行事等のため利用できない場合もあります。
- ・事務室で受付をしてからご来館ください。
- ・マスクと 来校者の名札 をお願いします。

貸出 一人5冊まで2週間 借りられます。

お問い合わせは
宍道高校 (TEL. 0852-66-7577)
図書館 渡部まで

10月の地域開放日

変更する場合もあります

利用できない日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

利用できる時間: 午前10時～午後4時

8、15、19、20日は利用時間の変更があります。

事務室前の返却ポストは、
平日の朝7時半～夕方7時まで

新着図書案内

歴史・社会問題

○知られざる古墳ライフ

古墳の種類や、その時代に生きた人々の姿と暮らしなどを、イラストと写真で解説。

○日本人よありがとう 新版

マレーシアはこうして独立した

ラジャー・ダト・ノンチックの半生記

南方特別留学生として日本に学んだ経験や、マレーシア独立に対する日本の貢献を記し、かつての日本人の魂の回復を願う書。

○読むだけですっきりわかる日本地理

令和版 後藤武士/著(宝島社)

大きく変わった地域ごとの気候、産業、交通、観光、歴史などをすっきり説明。日本の今がわかります。

○狙われる18歳!? (岩波書店)

消費者被害から身を守る18のQ&A

2022年4月より、日本の成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。そのポイントを18のQ&Aで解説。



趣味・実用書

○世界のグルメ図鑑 (地球の歩き方)

116の国と地域の名物料理、食の雑学を紹介。

○バターで作る/オイルで作る

マフィンとカップケーキの本

○図解知識ゼロからの林業入門

育林・加工・流通・歴史・制度・森の活用など

○日本の文様解剖図鑑

○シン・エヴァンゲリオン論

1995年のテレビ放送から2021年の劇場版最終話まで、『新世紀エヴァンゲリオン』を読み解く。

○東京オリンピック2020 特別報道写真集

○陸上競技の基礎

○バスケットボールの基礎

○バドミントンの基礎

○ソフトテニスの基礎

○韓国語の語源図鑑

語源を知ると、単語を楽しく効率的に覚えらる。



健康・からだ

○依存症がわかる本 (講談社)

アルコール、ギャンブル、ゲームなど

に、過度にはまってしまふ理由や、

予防・回復のためにできることを図解。

○はたらく細胞BLACK①~⑧ (講談社)

人間の体の細胞たちを擬人化したマンガシリーズ。

飲酒、喫煙、ストレス、睡眠不足など、

人間たちの不健康な生活習慣により

過重労働を強いられる細胞たち。

みなさんも気をつけて!



○親子で理解する発達障害

進学・就労準備の進め方 (河出書房新社)

ASD・ADHD・LDの特性を理解し、将来に向けて支援するためには。

小説・エッセイ・手記

○かか 宇佐見りん/著(河出書房新社)

大好きな母親(かか)が、離婚をきっかけに心を病ん

でしまったことに悩みつつ、自らの道を歩み出す娘。

母娘の愛と自立の物語。

○琥珀の夏 辻村深月/著(文藝春秋)

学校跡地から発見された子どもの白骨死体。弁護士

の法子は、30年前に友だちだった少女ではないかと

疑う。事件の真相とは…?

○教場 X 刑事指導官・風間公親シリーズ

長岡弘樹/著(小学館)

母親の交通事故を目撃した少女、恋人を自死で失つ

た女性、違法な薬物や商品で富を築いた男など、

6つの事件の真相を追う。

○透明な螺旋 東野圭吾/著(文藝春秋)

天才物理学者・湯川学(ガリレオ)シリーズ第10弾。

ある殺人事件の関係者として、湯川の名が浮上。

湯川の秘められた真実とは?

○家族だから愛したんじゃなくて、

愛したのが家族だった

岸田奈美/著(小学館)

車いすの母、知的障がいのある弟、

急逝した父。父に似て物事をおもしろくとらえる思考

力を持つ作家が、家族の泣き笑いをつづる自伝エッ

セイ。

