

中学生向け

# 美幌町図書館だより

2023年 第24号 美幌町図書館発行

住所：美幌町字東1条北4丁目

TEL：0152-73-3016

入学・進級から約ひと月ほど経ち、皆さんそれぞれ新しいクラスや学校生活を楽しんでいることと思います。

中学は3年と短い期間です。ここでしか得られない経験や思い出がたくさんあります。学校行事や勉強、部活など、様々なことに挑戦し、有意義な学校生活を送って下さいね。



## YAコーナー知っている？

図書館にある多くの本の中に、YA（ワイエー）というコーナーがあります。

YAとはYoung Adult（ヤングアダルト）の略になります。アメリカで13歳から19歳の世代の人たちに対して使われている言葉で、「若いおとな」という意味です。

YAコーナーには、色々なジャンルの本がありますので、お気に入りを探してみてください。

今回ご紹介する本は、10代の皆さんが抱える疑問や不安、悩みに寄り添ってくれる人生訓やメンタルケアの関連本です。背中を押してくれる言葉や役に立つ考え方など読書を通して人生のヒントを見つけませんか？

### 『本当の「頭のよさ」ってなんだろう？』・『友だちってなんだろう？』・『本当の「心の強さ」ってなんだろう？』

三冊ともに齋藤 孝／著 誠文堂新光社



勉強するのはなぜ？なぜ、学校に行くの？など身近なテーマから頭のよさを磨いていく方法を解説してくれる一冊。



友だちは必要？なぜうまくいかないの？など友だちに関する悩みや疑問に答えてくれる一冊。一生使える、無敵の人間関係術をきみに。



メンタルを強くするためのものの考え方をいろいろな角度から解説してくれる一冊。しなやかな「柳のメンタル」を身につけよう。

### 『10分で読める一流の人の名言 100』

西沢 泰生／著 メイツ出版



歴史に名を残す人たちのなにげないひと言には大切な教えや人生のヒントがいっぱい。たった一つの名言を知ること、悩みが消えたり、進むべき道が見えてくることもあるはず！！

### 『しんどい時の自分の守り方』

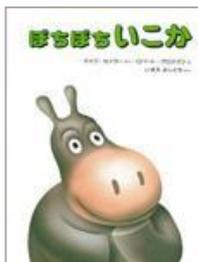
増田 史／著 ナツメ社



これといった理由もないのに心がふさいだり、なんとなくモヤモヤする。精神科医、医学博士の著者が思春期といわれる中学生・高校生の自分でできる心のケアについて解説した一冊。

### 『ぼちぼちいこか』

マイク＝セイラー／さく  
ロバート＝グロスマン／え 偕成社



消防士や船乗り、パイロット、バレリーナなどになろうとしても…上手いこといかないかばくん。ひとやすみして何になれるか考えよう。ぼちぼちいこかと一息できるユーモアたっぷりな絵本。

### 『漫画 君たちはどう生きるか』

吉野 源三郎／原作 マガジンハウス



自分の生き方を決定できるのは、自分だけだ。1937年に出版され、読み継がれている名著を漫画として描きおろした一冊。自分の中の疑問と向き合い、人として成長しようとした中学生コペル君とその叔父さんの物語。



今回ご紹介した本は全て美幌町図書館、ヤングアダルトコーナー近くの窓際に展示しています。



貸出中の場合もあります。お気軽にお問い合わせ下さい。