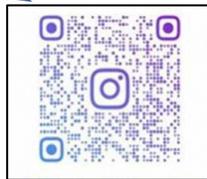


図書館だより

2026年3月号 vol.11



【今月のテーマ】新生活の準備

～一人暮らしに役立つあれこれ～



『今さら聞けないひとり暮らしの超基本』阿古真理／著 朝日新聞出版【東】

『ひとり暮らしレスキューBOOK』成美堂出版編集部／編集 成美堂出版【西】

新生活、ひとり暮らしをスタートさせる方も多いのではないのでしょうか。

最低限揃えておきたい道具からお金の管理、

直面しがちな問題の解決策がまとまっています。



『クレラップ社員だから知っているほんとおいしいレンジごはん』

クレハ／著 飛鳥新社【東】

最小限の材料とレンジでおいしくできる、時短かつ手間いらずのレシピを100品収録。

『防災イツモマニュアル』防災イツモプロジェクト／編 ポプラ社【西】

防災知識はあると思っていても、それは最新の知識ではないかもしれません。

自分の身がきちんと自分で守れるように、「イツモ」の暮らしのなかに「備え」をしておくための最新知識が詰まっています。



『いますぐ防犯 - 闇バイト強盗、特殊詐欺、盗難から身を守る -』

佐々木成三／著 アスコム【西】

～入園入学のお悩みに～



『保育園一年生 - はじめての親と子のためのお助けBOOK -』

てい先生ほか／監修 サンマーク出版【西】

現役保育士の先生や専門家が、入園前のあらゆる不安やお悩みに寄り添い、Q&A形式で解決。先輩パパママ60人による体験談も豊富に紹介しています。

『子どもの登園しぶりに困ったら』しあわせお母さんプロジェクト／著 彩流社【東】

『いちねんせいになったら大全』

- 入学準備から入学後の学校生活まで「困った」「不安」をまるごと解決 -』

小学校教師ハチ／著 ロングセラーズ【東】

『これ一冊でOK! 「小1の壁」完全ガイド』うなぎママ／著 講談社【西】

～心身のケア～



環境が変わると、心身もより疲れてしまうもの。セルフケアの本を集めました。

『メンタル漢方 - 体にやさしい心の治し方 -』渡辺賢治／著 朝日新聞出版【東】

『それ、すべて過緊張です。』奥田弘美／著 フォレスト出版【東】

『頑張りすぎる人のための疲れしない習慣』上符正志／監修 家の光協会【西】

『「疲れしない」が毎日続く! 休み方マネジメント』菅原洋平／著 河出書房新社【東】

『ちょっと具合のよくないときのごはん』岩崎啓子／共著 日東書院本社【西】

～新社会人のあなたへ～



『いちばんわかりやすいビジネスマナー』岡田小夜子／監修 成美堂出版【西】

『新卒1年目の教科書』内山早苗／著 日本能率協会マネジメントセンター【東】

様々な人と場面に対応していくうえで身に付けておきたい基本マナーを丁寧に解説。食事会など、職場以外でも役立つビジネスマナーも併せて掲載されています。

『モノの言い方1年生のキミへ』金森たかこ／著 すばる舎【西】

『取り急ぎ、パソコン仕事の基本だけ教えてください！』

大林ひろこ／著 技術評論社【東】

『入社1年目からずっと役に立つ報・連・相超入門』



大谷更生／監修 メイツユニバーサルコンテンツ【西】

ビジネスの基本「報・連・相」。そもそもなぜ必要で、どんなメリットがあるのでしょうか？正しい「報・連・相」をしていくために知っておきたい要点を、事例つきで学べます。

『気のきいた短いメールが書ける本』中川路亜紀／著 ダイヤモンド社【西】

～新生活小説～



『母親からの小包はなぜこんなにダサイのか』原田ひ香／著 中央公論新社【東西】

母の猛反対を押し切り、東京の短大に進学した美羽。ある日、そんな美羽のもとに母親から荷物が届きます。そこに詰められていたのは……。(第一話『上京物語』)

『明日の僕に風が吹く』乾ルカ／著 KADOKAWA【西】

医師を志す高校生の有人は、過去の救急対応を誤ったことがトラウマになり、夢を閉ざしてしまいます。引きこもる中、北海道の離島に転校することに。そこでの環境や仲間戸惑いつつも少しずつ前を向き始めますが……。登場人物たちの言葉も胸に響くものがあります。

『ひと』『まち』小野寺史宜／著 祥伝社【東】

貸出・返却のあれこれ

★カードを忘れたとき

氏名、ご住所等をご記入いただき、カード無しで貸出ができます。
(※カード無し貸出は1回まで)

★カードを無くしたとき

その日はカード無しで借りていただけます！
次回の貸出までに見つからない場合は再発行ができますので、
身分証明書をお持ちのうえご来館ください。

★今までに借りた本の記録が見たい！

読書手帳に読んだ本の記録を残しませんか？
1冊40円で読書手帳を頒布中です♪
貸出時に読書シールの発行ができます。

カウンターで
お声がけください

東図書館

☎62-0190 (木曜休館)

10:00~18:00 (金曜は19:00まで)

西図書館

☎75-5406 (月曜休館)

10:00~18:00 (火曜は19:00まで)

HP: <https://opac.libcloud.jp/maizuru-lib/>