

今回の  
テーマ:

もやもや…

令和6年4月発行

スッキリ!



YA913.6/ま

仲良しグループ内で浮いた存在になり、教室に行くのが嫌になったサーマ。独りぼっちの彼女の前に現れたのは、風変わりな老婆と床下の湯治場、お湯の効能によって訪れる人の心と身体を癒す「かねやま本館」だった。

①～⑦

『保健室経由、かねやま本館。』  
松素 めぐり/著 講談社



YA913.6/こ

引き出しに入れたままの、祖母からもらった生理用品の入ったポーチと、中学から続けている今の素直な気持ちをつづるノート。高校生の未来には、人には言えない身体に関する悩みがあった。そんな未来に少し気になる存在ができて……。

『ポーチとノート』  
こまつ あやこ/著 講談社



YA376.3

エリート校から、元・底辺中学校に進学することにした「ぼく」。体が小さく日本人である「ぼく」が、英国の中学校で過ごした一年半を記録したノンフィクション。タイトルは「ぼく」がノートの片隅に書いた落書きから。

①②

『ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー』  
ブレイディみかこ/著 新潮社



YA104

生活に根付いているSNS。楽しいから使っているはずなのに、ときには悩みの原因になることも……。そんなあなたに、SNSとの向き合い方を、哲学を通して考えてみることを提案してくれる1冊です。

『SNSの哲学』  
戸谷 洋志/著 創元社



YA159.7

将来のこと、友達のこと、家族のこと、自分の容姿や性格のこと、誰にも打ち明けることができない、そのモヤモヤ、本を読むことで解消できるかもしれません。寄せられた様々な悩みに効きそうな1冊を紹介しています。

『モヤモヤしている女の子のための読書案内』  
堀越 英美/著 河出書房新社



YA159.7

「世間」の目を気にして、周りから浮かないようにする。日本で暮らしていると、当たり前身に付いてしまう「空気を読む」という能力をあえて封印してみませんか。新学期の緊張感を少しやわらげてくれる1冊です。

『「空気」を読んでも従わない』  
鴻上 尚史/著 岩波書店

ここで紹介している本は、中央図書館2階 閲覧室前に展示中 です。

中高生向けの本は、中央/横須賀図書館の ティーンズコーナー (YA) にたくさんあります。蔵書検索機やインターネットで、貸出状況の確認や予約もできますので、ご利用ください。



図書館ホームページにて、過去の「よんどる」も読めます♪

最近本、  
読んてる?





## 《そのほかの『もやもや… が スッキリ!』する本》



ここで紹介している本は、中央図書館 2 階 閲覧室前に展示中 です。

『よんどる』に載せきれなかった本も展示していますので、ぜひ手にとってみてください。

▼▼▼「もやもや…」に効く本▼▼▼

YA:ティーンズコーナー 児童:児童室

書名	著者名	場所	分類番号
14歳の教室	若松 英輔／著	YA	104
思考の達人デカルトに学ぶむずかしい問題を考え抜く力	齋藤 孝／著	児童	135
10歳からの学校では教えてくれない感情とところ	伊藤 美奈子／監修	YA	146.8
こんなときどうする?失敗&ハプニング立ち直り術	熱海 康太／著	児童	159
あやうく一生懸命生きる場所だった	ハ・ワン／文・イラスト		159
13歳から分かる!道は開ける	藤屋 伸二／監修	YA	159
偉人もみんな悩んでいた	こざき ゆう／文	児童	280
教室を生きのびる政治学	岡田 憲治／著	YA	311
どうなってるんだろう?子どもの法律	山下 敏雅／編著	YA	367.6
#8月31日の夜に。	NHK「ハートネットTV」／編	YA	371.4
これってどうなの?日常と科学の間にあるモヤモヤを解消する本	かきもち／著		404
読み終えた瞬間、空が美しく見える気象のはなし	荒木 健太郎／著		451
学校では教えてくれない自分を休ませる方法	井上 祐紀／著	YA	498.3
10代のための疲れた体がラクになる本	長沼 睦雄／著	YA	498.3
手持ちのカードで、<なんとか>生きてます。	三人称鉄塔／著	YA	547.4
メメントモリ	ヨシタケ シンスケ／著		726.6
すこしずるいパズル	たつなみ／著	YA	798.3
ぼっち現代文	小池 陽慈／著	YA	817.5

▼▼▼「もやもやがスッキリ」に変わる物語・エッセイ▼▼▼

雲を紡ぐ	伊吹 有喜／著		913.6
月まで三キロ	伊与原 新／著		913.6
ルール!	工藤 純子／著	YA	913.6
窓	小手鞠 るい／作	YA	913.6
虹いろ図書館のへびおとこ	櫻井 とりお／著	YA	913.6
日向丘中学校カウンセラー室	まはら 三桃／著	YA	913.6
きみの話を聞かせてくれよ	村上 雅郁／作	YA	913.6
ハスキーなボクのユウウツ	ジャスティン・セイヤー／著	YA	933.7
コンプレックス・プリズム	最果 タヒ／著	YA	914.6
「赤毛のアン」が教えてくれた大切なこと	茂木 健一郎／著	YA	930