

親を頼らないで生きるヒント

～家族のことで悩んでいるあなたへ～

コイケ ジュンコ／著 岩波書店 367.3 ㊦



不安や困りごとを抱えていませんか。家族という閉じた世界の中で、生きづらさを感じていた若者9人の体験談から、家庭環境に縛られず自分らしく安心して生きていくヒントが見つかります。友達の小さなSOSをキャッチするためにも知っていてほしい1冊です。

不安や困りごとを抱えていませんか。家族という閉じた世界の中で、生きづらさを感じていた若者9人の体験談から、家庭環境に縛られず自分らしく安心して生きていくヒントが見つかります。友達の小さなSOSをキャッチするためにも知っていてほしい1冊です。

ぼくと目の見えない内田さんが であったはなし

赤木 かん子／著 埼玉福祉会出版部

369.275 ㊦



視覚障がい白杖を持った内田さんと出会った僕。授業を思い出し、どんな時に手伝えばいいのか聞いてみると、困っていそ

うなら「何かお困りですか」と声をかけてくれれば良いと教えてくれました。誰にでもやさしく読みやすい表現で書かれた本です。

なぜ、穴を見つけるとのぞきたくなるの？

～子どもの質問に学者が本気でこたえてみた。～

石川 幹人／著 朝日新聞出版 404



小学生の自由な発想からの疑問に、学者が本気で回答します。読むうちに雑学も増え楽しめます。

「人間はなんで眠らないといけないの？」

この疑問への答えが気になったらぜひ読んでみて！

しんどい時の自分の守り方

～10代から知っておきたいメンタルケア～

増田 史／著 ナツメ社 498.39 ㊦



「しんどい時」はどうしたらいいのか。人間関係や将来への不安など、「しんどさ」の理由を探り、具体的な対処法を解説します。心の持ち方や物の見方、考え方を変えるだけで

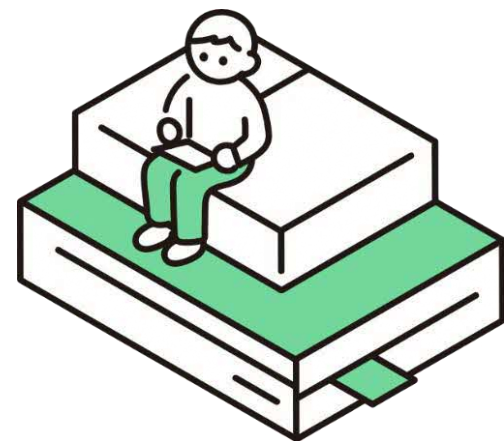
生きるのが楽になるヒントが満載。現代を生きていく中高生に向けてのメンタルケア本です。

中学生・高校生

のみなさんへ

おすすめ本

2022



*2021年に出版された本の中から、図書館職員の選書会議を経て選んだブックリストです。

*Fは日本のものがたり、Nは外国のものがたり、数字はNDC（日本十進分類法）による分類を表しています。

2022年10月発行

発行者：枚方市立中央図書館

〒573-1159 枚方市車塚2-1-1

電話：050-7105-8121

FAX：072-851-0962



図書検索は
こちら！

#(ハッシュタグ)マイネーム

黒川 裕子/作 さ・え・ら書房 **Fクロ**



突如始まった「”さんづけ”運動」に納得がいかない中学生たちが、自分で考えた名前の名札を付け始めます。いつしかその活動が広まり、遂には中学校全体を巻き込んだ騒動になります。

”名前”を通じて、自分自身を見つめ直すきっかけになる1冊です。

わたしが鳥になる日

サンディ・スターク・マギニス/作 千葉 茂樹/訳
小学館 **Nスタ**



自分は鳥だと信じる 11歳のデセンバーは、いつか空を自由に飛び回ることを夢見ています。どうせ自分は鳥になるのだから、誰にも心を開かないまま里親から里親へ転々

とする日々でしたが、ある日エリナーという女性に巡り会って変化が起こります。

セカイを科学せよ！

安田 夏菜/著 講談社 **Fヤス**



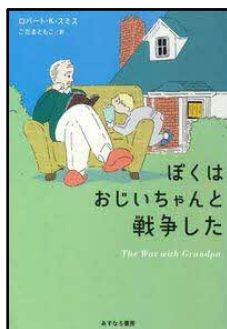
環境順応型のミハイルと強い自己主張を持つ葉奈は、ともに外国の親を持つ中学生。蟲好きの葉奈は一人で生物班を立ち上げますが、周囲の圧力が彼女に向けられます。ミハイルは班存続のために課

せられた難問に、いつの間にか葉奈と一緒に挑むことになります。

葉奈とミハイルの挑戦の結果やいかに！

ぼくはおじいちゃんと戦争した

ロバート・K・スミス/著 こだま ともこ/訳
あすなる書房 **Nスミ**



離れて暮らす祖父と一緒に住むことになり、大好きな自分の部屋をとられてしまった少年ピーター。ピーターは部屋を取り戻すため、祖父と「戦争」を始めることにします。誰かと

関わる時に大切にすべきことを、教えてくれる物語です。

ボーダレス・ケアラー

～生きてても、生きてなくてもお世話します～

山本 悦子/著 理論社 **Fヤマ**

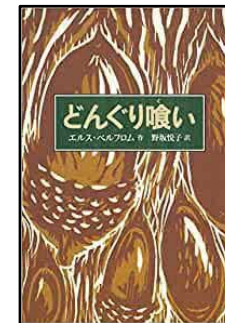


祖母が施設に入るまで見守り介護を頼まれたカイトは、生と死の境目にいる存在、ボーダーが見えることに気がきます。

ボーダーや家族を亡くした人など、それぞれの幸せのためにケアラー(介護人)として、カイトは奮闘します。やさしさのじみ出た物語です。

どんぐり喰い

エルス・ペルフロム/作 野坂 悦子/訳
福音館書店 **Nヘル**



スペインのアンダルシア地方に住む少年クロは、家族のために懸命に働いています。「どんぐり喰い」は、どんぐりまで食べるほどあわれな連中という意味ですが、クロは機転をき

かせてお金を集めたり、自分で商売を考えたりしてたくましくしたたかに生きていきます。