



びっく★まーく

編集スタッフのおすすめ

このコーナーでは、情報・図書コーナーの中から、本紙スタッフがピックアップした本を紹介しています。この他の本も、ぜひご利用ください。※書籍下の番号はセンターでの検索番号です。



[200-4]

未婚当然時代

シングルたちの“絆”のゆくえ
2016年 ポプラ社
にらさわあきこ(著)

生涯未婚の比率がますます高くなる現代。家族の絆を持ってないシングルたちはいかにして人とのつながりを得るのか？結婚問題に取り組む著者が非婚の、その次を語る。(みっと)



[200-5]

孤独死の女

ある家族の歩みの中で
2010年 文芸社
矢乃さつき(著)

連絡の途絶えた妹を心配する著者はある日、一人で死んでいった妹の変わり果てた姿を知ること。静かな筆致で綴られた悲しみの真実。心に落ちる涙の音が聞こえる。(みっと)



[300-8]

脳の取扱説明書

2016年 みらいパブリッシング
木ノ本景子(著)

脳は肉体という乗り物のドライバー。本書はドライバーである脳の働きと資質の関係や、その部位の鍛え方がたっぷり詰まった脳のトリセツ。うまく使いこなして思い通りの人生を！(ルナ)



[700-8]

キレる私をやめたい

～夫をグーで殴る妻をやめるまで～
2016年 竹書房
田房永子(著)

すぐに頭に血が上る著者が、自身の心の問題に向き合った。キレなくなったその体験を漫画で語った本。「自分を変えたい」と思っている人におすすめ。(さっと)



[800-0]

図解心をつかむ「話し方」と「聞き方」が驚くほど身につく本
2011年 学研プラス
櫻井弘(著)

明快な図解で、話し・聞き上手のワザを紹介。実行すれば、人間関係も変わっていくこと間違いナシ。自分に必要なところをピックアップして読んでみては。(かかし)



[1100-1]

少年の名はジルベール

2016年 小学館
竹宮恵子(著)

「少女漫画の常識を変える！」と、熱く語っても周囲にはなかなか受け入れられない。やがてスランプに陥った彼女は…。大学教授になり紫綬褒章も受章した著者の、若き日の奮闘の記録。(ルナ)

新着図書リスト (一部抜粋)

図書名	検索番号	著者	出版社
被災ママに学ぶちいさな防災のアイデア40	100-3	アベ ナオミ(著)	学研プラス
「ほめ日記」効果・自分を味方にする法則	300-3	手塚 千砂子(著)	三五館
嫁ハンをいたわってやりたい ダンナのための妊娠出産読本	300-10	荻田 和秀(著)	講談社
学校では教えてくれない大切なこと 12 ネットのルール	700-3	旺文社(編)、関 和之(イラスト)	旺文社
長いものに巻かれるな！苦労を楽しみに変える働き方	800-2	渥美 由喜(著)	文藝春秋

編集後記

先日読んだ本に、『イカ(怒り)の反対はリカ(理解)』と、なるほど納得。そんな折に、「アンガーマネジメント(怒りなどの感情のコントロール)」を勧められた。相手のことや自分自身のことを客観視できれば、「聞き上手」になり、家族、友人、職場の人間関係なども良い方向へ！さぁ、チャレンジ！(かかし)