

# 悩んだ時に役に立つ 「YA心の友だちシリーズ」

勉強、友人関係、将来のことなど、毎日の生活のなかには、様々な悩みがあると思います。今回はその悩みを解決するヒントとなる「YA心の友だちシリーズ」を紹介します。

このシリーズは様々な分野で活躍する専門家が、皆さんと同じ十代の時に悩んでいたことについて、自身の経験をもとにアドバイスをしてくれます。

## 勉強や友人関係の悩みには

- 『逆境を乗り越える50のヒント(植西聡／著)』
- 『今すぐできる！中学生の勉強法(親野智可等／著)』
- 『「文系？」「理系？」に迷ったら読む本(竹内薫／著)』
- 『口ぐせひとつでキミは変わる  
夢をかなえる言葉のスイッチ(佐藤富雄／著)』



## 今の生活や将来の悩みには

- 『中学時代にしておく50のこと(中谷彰宏／著)』
- 『なぜか人気者になっちゃう！心理術(伊東明／著)』
- 『願いがかなう！「夢ノート」のすすめ(中山庸子／著)』
- 『10代からの夢をかなえる感性の磨き方(佳川奈未／著)』

今回紹介した「YA心の友だちシリーズ」は図書館にあります。気になるタイトルの図書がありましたら、ぜひ、図書館で手に取ってみてください。

# Teens Joy

10代のみなさんへのおすすめ図書リスト



No.39 2020.1

清瀬市立図書館

**「未完成」なぼくらの、生徒会**

麻希 一樹／著  
KADOKAWA



今年から共学になった男子校、通称、神高。入学したばかりの椎名葵は、誰も自分を知らない新しい場所で平凡な高校生活を送るつもりだった。そんな葵を生徒会長の晴人は、生徒会に入るようにと誘う。「入らなければ秘密を暴露する。」と、生徒会から脅迫状が届いた。会長の晴人、副会長の由紀、会計の悠真、そして葵。それぞれに、誰にも知られたくない過去の辛い秘密をあかしていきながら、前向きに過去と向き合う4人。彼らの共通点とは？そして・・・最後の展開に驚かされ、こんな素敵な仲間がほしい！そう思わせてくれる本です。

< 駅前図書館 佐久間 >

猫の不思議な行動を目にして、いったい猫の頭のなかはどうなっているのだろう？と思うことはありませんか。人の心を見透かしてるようでもあり、わかってもないような？全く関心のない素振りをしたかと思えば急に甘えてきと、自由気ままに生きているように見える猫ですが、その行動やしぐさにはちゃんと理由があるのです。

この本では猫の脳のことを「猫脳」と称し、最新の解剖学、動物行動学などの研究成果を踏まえ、そして単に脳の構造だけではなく習性や猫が生きてきた歴史などからも解説しています。新たな猫の魅力を発見できる本です。

< 竹丘図書館 河村 >

**猫脳がわかる！**

今泉 忠明／著  
文藝春秋



皆さんは、落語家桂歌丸さんにどんなイメージを持っていますか。国民的番組「笑点」で50年間活躍し、亡くなる三か月前まで高座に上がり生涯現役を貫いた歌丸さん。そんな歌丸さんの、テレビだけでは分からない姿を、笑点大喜利メンバーが語ります。誰に対しても敬語で接し、「さん」付けで呼びかける一方、新しいメンバーに、「舞台上がれば先輩も後輩も関係ないから遠慮しちゃダメ」と声を掛ける。メンバーの言葉から歌丸さんの人柄と、落語に対する向上心、そして何より笑点に対する想いが伝わってきます。

< 駅前図書館 小島 >

**桂歌丸 大喜利人生**  
笑点メンバーが語る不屈の芸人魂

日本テレビ／製作・著作  
ぴあ



**きみの存在を意識する**

梨屋 アリエ／著  
ポプラ社



それぞれの事情や個性を抱え、「自分」や「他人」について、色々と考え悩み葛藤しながら大人へと成長していく、同じ学校に通う中学2年生たちのそれぞれの視点で描かれた短編小説です。

読み進むにつれ、「普通」とは何か、「障がい」とは何なのかを考えさせられます。人は皆、他人には理解されにくい苦しみや悩みを持っており、そして、その苦しみの先を考え続けていくことこそが大切です。

大人も子ども関係なく、今、生きづらい思いを抱えている人や、「普通」について悩んでいる人にこそ読んでほしい1冊です。

< 中央図書館 根岸 >