

会津西陵高校

令和5年度第2号

# 図書館通信

風薫る季節…本を読んで、心に新しい風を吹かせよう。5月病にも、読書が効きますよ。

## 新着図書

すべて寄贈いただいた本です。ありがとうございます。

| 請求記号 | 書名            | 著者名           | 請求記号 | 書名         | 著者名    |
|------|---------------|---------------|------|------------|--------|
| 753  | モラのカラー図鑑      | 宮崎ツヤ子ほか       | 913  | 大和物語評釈 上下巻 | 今井源衛   |
| 911  | 古今和歌集全評釈 上中下巻 | 片桐洋一          | 913  | 今昔物語集 ①～④  | 馬淵和夫ほか |
| 911  | 歌ことば歌枕大辞典     | 久保田淳<br>馬場あき子 | 913  | 大鏡         | 橘健二    |
| 913  | 伊勢物語全読解       | 片桐洋一          | 913  | 平家物語 ①②    | 市古貞次   |
| 913  | 伊勢物語全評釈       | 竹岡正夫          | 913  | 宇治拾遺物語     | 小林保治ほか |

希望図書調査を実施中です

5月19日(金)まで受け付けています。  
図書館に置いてほしい本がありましたら、  
Classiのアンケートから回答して下さい。

～展示コーナーお知らせ～

館内では「本屋大賞作品特集」  
廊下では「目指せ成績アップ！」  
「母×本」※母に関する本  
などの特集展示を行っています。

チェックしてみてくださいね!

★今回のお題… ISBN (アイエスビーエヌ)

本を読んだことのある人なら、裏表紙や奥付に記載されている ISBN978-4-…から始まる文字列を目にしたことがあるのでは？  
毎年世界で出版される書籍は、膨大な数になっています。この膨大な出版物を識別するために付けられた国際規格コードが、  
ISBN (国際標準図書番号：

International Standard Book Number) です。

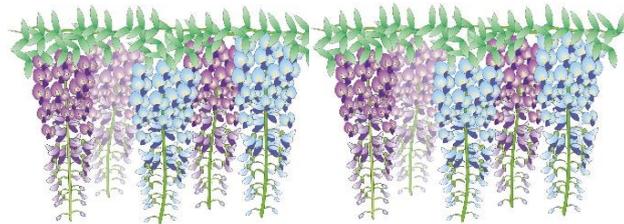
接頭番号+国番号+出版者(社)記号+書名記号の13文字で構成。  
ちなみに日本の出版物の接頭番号はすべて978、国番号は4です。



に関するミニ知識

# ココロに効く! おすすめ本\*

※効き目には  
個人差あり☑



なんだかいろいろおっくうだな…

いつものやる気が出ない…そんな時、ありませんか？

それ、もしかしたら5月病かも？

心がお疲れ気味の時に読んでみてほしい本をご紹介します。



## 10代から知っておきたいメンタルケア しんどい時の自分の守り方

増田史/著 ナツメ社 2021

しんどさの理由を知り、もっとラクに生きるためのセルフケアを解説！



紹介した本は図書館で貸出しています。



## 10代の「めんどい」が楽になる本

内田和俊/著 石山さやか/著・イラスト  
KADOKAWA 2020

「めんどくでしんどくて生きづらい」そんな思いとどう向き合えばいいの？読めば10代あなたの悩みが少し、楽になるかも。



## 「空気」を読んでも従わない

鴻上尚史/著 岩波書店 2019

周りの視線を気にして自分を抑える毎日。。。そんなのはもうイヤだっ！というあなたに。岩波ジュニア新書より

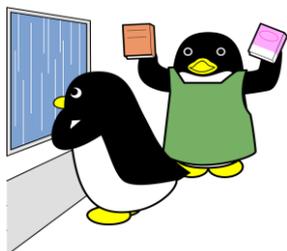
本と向き合う時間は、自分と向き合う時間。



## マンガで読む大人も知らない「プチうつ気分」のつきあい方

かなしろにゃんこ/著 傳田健三/著  
講談社 2006

心のちょっとしたモヤモヤ(=ぶちうつ)には、早めの対処がおすすめです。



読むと、心が晴れるかもしれないよ。