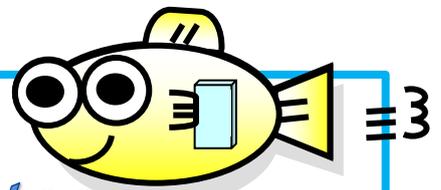


こがと通信 *for teens*

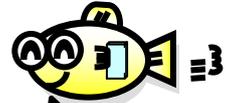
令和 6 年 6 月号

発行:久我のもり図書館



新年度がはじまり2か月が経ちました。新しい環境に慣れてきましたか？
友だちとの関係や、勉強、部活動のこと、将来のことなど、悩みは
尽きませんよね。

今抱えている悩みや不安の解消のお手伝いできれば... と思い、今回は
“悩みの解消”をテーマに7冊の本を紹介します！



皆さん、こんにちは！
久我のもり図書館の
キャラクター
「こがと」です



『中高生の悩みが軽くなるヒント集めました。』 葉一／著

河出書房新社

【内容紹介】

教育 YouTuber の著者、葉一さんの元には、日々いろいろな相談が寄せられます。寄せられた相談に答える形で書かれたこの本には“悩みが軽くなるヒント”が記されています。

「勉強は何からどう始めればいいですか?」「他人に合わせるのがしんどいです。」「将来の夢や目標が見つかりません。」...

あなたの悩みが軽くなるヒントもあるかもしれません。



『キオクがない!』 いたうみく／作 平沢下戸／画 文研出版

【内容紹介】

自転車で事故にあい、積み重ねてきた14年間の記憶をなくしてしまう。

自分はどのような人間だったのか?家族や友人との会話から、過去の自分像を探っていくが、何だか違和感が...



『みんなに好かれなくていい』 和田秀樹／著 小学館

【内容紹介】

周りの人に合わせなければと思い、疲れてしまっていないですか?

「みんなから好かれなければいけない」という思い込みは、時に自分を苦しめてしまいます。

この本では、心から信頼できる親友をつくるためにはどうすれば良いのか、また今の自分を変えるためには、どう行動すれば良いのかという具体的な方法が書かれています。

ほかにも、こんな本があります



『泣いたあとは、
新しい靴をはこう。』
日本ペンクラブ／編 ポプラ社

44人の作家が悩みに答える！



『恋愛相談』
「好き」だけじゃ
やっていけません』

森川成美／作
静山社

「恋愛相談室」を立ち上げます！



『10代から知っておきたい
メンタルケア
しんどうい時の自分の守り方』

増田史／著 ナツメ社

自分で自身のケアをできるように

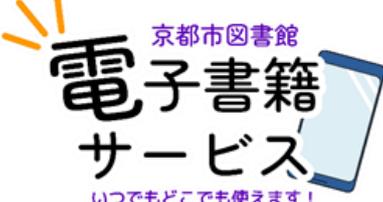


『なりたい自分との
出会い方』
岡本啓史／著
岩波書店

将来を考える手助けに

久我のもり図書館には、他にもたくさん“悩みの解消”に役立つ本が揃っています。
またそれ以外にも、原作小説やノベライズ作品、スピンオフ作品など様々なジャンルの本
があります。

ぜひティーンズコーナーをのぞいてみて下さい！



京都市図書館
電子書籍
サービス
いつでもどこでも使えます！

スマホ・タブレットで本を読もう！
どうやって使うの？どんな本があるの？
詳しくはウェブサイトで！



<https://web.d-library.jp/kyotocity/>

2023年2月から京都市図書館電子書籍サービスが始まりました！

スマホやパソコンから、カード番号とパスワードでアクセスできて、1人2点ずつ2週間貸出できます。
蔵書数は約3600点からスタートし、順次追加されています！

パスワードの初回登録は、図書館のカウンターで行えます。電子書籍サービスの詳細は、上記QRコード
またはURLをご覧ください！



ぜひ、来て下さい！

久我のもり図書館

〒612-8494 ☎934-2306
京都市伏見区久我東町216



休館日：火曜日（火曜日が祝日のときはその翌平日）、年末年始
開館時間：木曜日は11時30分～19時

月・水・金・土・日曜日、祝日は9時30分～17時

