

(3) (喜び) (748/ONO)
(12011006426N)



『それでも笑みを』

(大石 芳野 著)

「笑い」とは何か。

「心からの笑顔というのは本当に魅力的で、吸い込まれそうになる」、と筆者であり撮影者である大石は語る。

この本には、屈託のない笑顔、笑いを忘れた表情など、世界各地の人々の様々な笑みが写真とともに紹介されている。

喜びとは、人生とは何かを考えさせられる一冊。

本の場合→図書館2F図書

【推薦： 上條奈央
(大学院教育協働研究プログラム1年)】



(27) (悲しみ) (159.7/ISO)
(12023003761P)



『居場所のなさを旅しよう』

(磯前 順一 著)

どこにも所属できない居心地の悪さを感じていませんか？他者の示す「正しい答え」を求めて、自分らしさを捨ててしまうことはありませんか？

「学ぶとは、その場所のルールを疑うこと。」

先人たちの言葉や思想を手掛かりに、居場所について考え、世界を旅する一冊。

本の場所→図書館2F図書

【推薦： 上條奈央
(大学院教育協働研究プログラム1年)】



(55) (不安) (159/KOH)
(12024002362M)



『一人反省会をして、いつも 落ち込んでしまう人へ』

(コハラモトシ 著)

完璧主義が辛い、人間関係のストレスが
辛い、やりたいことがわからない・・・

誰もが悩みやすいテーマを、インパクトの
あるイラストとともに読み解いていく本。

イラストが多くて読みやすく、ツッパリス
のエールが心に響くおすすめの一冊です！

本の場所→図書館2F図書



【推薦： 上條奈央
(大学院教育協働研究プログラム1年)】

(69) (関心) (A0000086680)



『子供の科学』 89巻1号

(誠文堂新光社 著)

見た夢をすぐ忘れてしまうのはなぜ？ 夢はコントロールできるの？

子どもの「なぜ？どうして？」を科学的に分かりやすく説明した月刊誌。

子どもの頃を思い出しながらも、新たな発見に出会える大学生にもおススメしたい一冊です！

本の場合→図書館3F逐次刊行物



【推薦： 上條奈央
(大学院教育協働研究プログラム1年)】

(92) (嫌悪) (801.4/BYR)
(12018002993Z)



『悪態の科学

あなたはなぜ口にしてしまうのか』

(エマ・バーン 著/黒木明人 訳)

悪態には鎮痛効果がある！？失語症患者が罵倒語だけを忘れないのはなぜ？

辞書にも論文にも載らない汚い言葉はタブーとされがちであるが、「悪態」はいかに人類にとって意味があるのか、ぜひ手に取ってその謎を解き明かしてみてください！

本の場所→図書館2F図書



【推薦： 上條奈央
(大学院教育協働研究プログラム1年)】

(107) (敬愛) (141.62/IWA)
(12011010212B)



『LOVEって何？

脳科学と精神分析から迫る「恋愛」』

(岩田和宏 著)

「LOVE」を科学で解き明かした一冊。
LOVE衝動はどうして起こるのか？何
がLOVE依存をつくるのか？恋愛と母性
愛は同じもの？

本を読みながら、自らの恋愛体験を振
り返ったり、これからどんな恋愛に遭遇
するか、思いを巡らせてみてください。

本の場所→図書館2F図書

【推薦： 上條奈央
(大学院教育協働研究プログラム1年)】



(127) (感情全般) (141.6/TOM)
(12021003977W)



『「感情」の解剖図巻

仕事もプライベートも充実させる、
心の操り方』

(苫米地英人 著)

皆さんは、感情に振り回され、苦しい思いや辛い思いをしたことはありませんか？

感情が起こるメカニズムと、その種類を知り、感情を娯楽にしてみませんか？

本の場所→図書館2F図書



【推薦： 上條奈央
(大学院教育協働研究プログラム1年)】

(3) (喜び) (911.56/YAN)
(12024004387)



『やなせたかし詩集 手のひらを太陽に』

(やなせたかし 著)

この詩集にある「喜び」は、大きな成功や特別な出来事ではありません。生きていること、ここにいること、そのものへの喜びです。「手のひらを太陽に」に代表される詩は、弱さや小ささを抱えたままでも、人はあたたかく、前を向けることを教えてくれます。読んだあと、自分の中にある小さな光に気づける一冊です。

本の場所→図書館2F文庫本

【推薦：名前 工藤宥良
(A類保健体育専修)】



(21) (悲しみ) (775.7/KUD)
(12023002035)



『コロナ禍三年高校演劇』

(工藤千夏 著)

この本に描かれている「悲しみ」は、大きな事件ではなく、日常が失われていく中で静かに積み重なっていく感情です。コロナ禍の三年間、高校生たちは思うように集まれず、声を出せず、舞台に立つ機会を奪われながらも、演劇を続けました。誰かの三年間を知ることで、自分の中の「言葉にならなかった悲しみ」に出会える一冊です。

本の場所→図書館2F図書

【推薦：名前 工藤宥良
(A類保健体育専修)】



(42) (不安) (146.1/KIS)
(12015001735)



『嫌われる勇気』

(岸見一郎 著)

不安は、多くの場合、「どう思われるか」「受け入れられるか」という他者の目から生まれます。この本は、アドラー心理学をもとに、人がなぜ不安を抱え続けてしまうのかを対話形式で丁寧に紐解いていきます。不安をすぐに消す方法が書かれているわけではありませんが、不安とどう向き合うか、どこまで自分で選べるのかを考えさせてくれます。不安を「弱さ」ではなく、問いとして見つめ直したい人におすすめの一冊です。

本の場合→図書館 2F図書

【推薦：名前 工藤宥良
(A類保健体育専修)】



(63) (関心) (816/MIY)
(12024003381)



『「好き」を言語化する技術』 (三宅香帆 著)

関心は、「もっと知りたい」「伝えたい」という気持ちのはじまりです。この本は、好きなものに出会ったときに生まれる関心を、どのように言葉にすればよいのかを具体的に示してくれます。「なんとなく好き」から一歩進んで、なぜ惹かれたのか、どこが心を動かしたのかを考える視点が得られます。関心を深め、共有する楽しさを教えてくれる一冊です。

本の場所→図書館2F新書

【推薦：名前 工藤宥良
(A類保健体育専修)】



(82) (嫌悪) (914.6/OSH)
(12017005173)



『やっぱり友達はいらない。』

(押井守 著)

嫌悪は、「これは自分には合わない」と感じるところから生まれます。この本で語られるのは、無理に人とつながることへの違和感や、集団に適応することへの疲れです。友達を否定しているようでいて、実は「自分の距離感を守ること」の大切さが語られています。嫌悪という感情を通して、人との関係をどう選ぶかを考えさせてくれる一冊です。

本の場所→図書館2F図書



【推薦：名前 工藤宥良
(A類保健体育専修)】

(103) (敬愛) (913.6/USA)
(12022000964)



『推し、燃ゆ』

(宇佐美りん 著)

敬愛とは、相手を理想化することでも、ただ距離を縮めることでもありません。この物語に描かれるのは、「推し」を支え、生きる拠り所とする主人公の姿です。その思いは純粹であると同時に、ときに自分自身を追い込むほど強いものでもあります。敬愛が力になること、そして重さにもなりうること。その両面を静かに描いた一冊です。

本の場所→図書館 2F図書



【推薦：名前 工藤宥良
(A類保健体育専修)】

(67) (関心) (723.459 KIK)
(12012009953)



『ミッフィーとフェルメールさん』

(菊池敦己・国井美果 著)

この本は、「こどもと絵で話そう」というテーマで、絵を通じて会話を楽しむ絵本です。有名なフェルメールの絵画を、もしミッフィーが見に行ったらどんなふうに見えるのでしょうか？子どもに読み聞かせて一緒に楽しむもよし、子どもならではの柔軟な見方と、想像力を学ぶもよし。新たな視点で、絵画を楽しめるようになる絵本です。図書館には所蔵されていませんが、他にも北斎などのシリーズがあります。

本のある場所→図書館 2F図書



【推薦：松岡愛真
(E類生涯学習・文化遺産教育2年)】

(9) (喜び) (302.3895/RUS)
(12022003856)



『しあわせってなんだっけ？ 世界一幸福な国でのHuggeな一日』

(ヘレン・ラッセル 著)

「ヒュッゲ」とは、デンマーク語で心地よい時間や居心地の良い空間のこと。雑誌の編集者である著者は、忙殺される日々を送っていたある日、夫の転勤に伴いデンマークに引っ越すことに。国連の幸福指標ランキングで常に上位にいる、デンマークならではの幸福になる方法を少しずつ身に付けていきます。新たな価値観を知ること、毎日の喜びを増やすことができるかも？と感じられるエッセイです。

本の場所→図書館2F図書

【推薦：松岡愛真
(E類生涯学習・文化遺産教育2年)】



(105) (敬愛) (493.79/YUN)
(12022002376)



『 どうかご自愛ください

精神科医が教える「自尊感情」回復レッスン』

(ユン・ホンギョン 著)

自尊感情とは自分自身をどのように評価するかであり、自己肯定感とも言い換えられる感情です。情報が飛び交い、自他を比べる機会の増えた昨今、自分を守ることができるのは強固な自尊感情だけと著者は考えています。この本では、自尊感情によって引き起こされる問題の解説、自尊感情の高め方などが紹介されています。読めばきっと、自分をより大切にしてみようと前向きになれるはずです。

本の場所→図書館 2F図書

【推薦：松岡愛真
(E類生涯学習・文化遺産教育2年)】



(86) (嫌悪) (309/TOM)
(12021001552)



『みんなの「わがまま」入門』

(富永京子 著)

わがままと聞くと、自己中だとか、協調性がないことだと感じる人も多いのではないのでしょうか？しかし、本作では社会や政治に対する意見、並びに社会運動を「わがまま」の代表として取り上げています。日本は他国と比べても社会運動やデモに消極的で、ある意味わがままに不寛容な社会。わがままする言うことの意義や大切さ、どうしたら上手にわがままする言えるのか…普段思いもしない「わがまま」を、この本と一緒に考えていきましょう。

本の場合→図書館2F図書

【推薦：松岡愛真
(E類生涯学習・文化遺産教育2年)】



(32) (悲しみ) (290.03/FUR)
(12017005343)



『ダークツーリズム入門』

日本と世界の「負の遺産」を巡る旅』

(風来堂 編)

悲劇の現場を訪れ、過去の出来事について考えるダークツーリズム。虐殺、戦争、差別などの6つのカテゴリを元に、世界中の現場を写真とレポートで紹介しています。日本にあるスポットも数多く取り上げられており、現地に足を運ぶきっかけにもなります。悲しみの先に、私達は何を学ぶことができるのでしょうか。

本の場所→図書館 2F図書



【推薦：松岡愛真
(E類生涯学習・文化遺産教育2年)】

(50) (不安) (159.7/ITO)
(12024004722)



『 明けない夜があっても 』

日本一生徒数の多い社会科講師のお悩み相談』

(伊藤賀一 著)

著者はスタディサプリで社会科を幅広く教える教師。寄せられた悩みを、様々な角度から、時に歴史や社会を絡めて本気で答えていきます。悩んでいるのは私一人だけじゃない。似た悩みを抱える人の存在を知るだけでも、不安が和らぐことがあります。この本を機に、自分の中にある不安と少しだけ向き合ってみませんか。

本の場所→図書館 2F図書

【推薦：松岡愛真
(E類生涯学習・文化遺産教育2年)】



(73) (関心) (015.2FUK)
(12024001240)



『100万回死んだねこ』

(福井県立図書館 著)

本の紹介

「このタイトル正しくないの？」と思った方、この本を読んでみてください。私も間違っ
て覚えていました。そんな間違
えて覚えられた本が厳選されて
紹介されている本です。あなた
も間違っ
て覚えている本がある
かも！？

本の場所→図書館2F図書



【推薦：重岡真奈
(B類書道コース1年)】

(49) (不安) (188.84/MAS)
(12013006530)



『心配事の9割は 起こらない』 (杵野俊明 著)

本の紹介

住職である著者が、あらゆる不安や悩みに対し禅語や仏教的な考えの解決法を教えてください。ところどころ耳が痛い言葉が書かれています。ありがたいお話と受け止めて読むと物事の見方が変わって頭を抱える機会がへるかもしれません。

本の場所→図書館 2F図書

【推薦：重岡真奈
(B類書道コース1年)】



(106) (敬愛) (933.7/PAL)
(12018003035)



『ワンダー』

(R・J・パラシオ 著)

本の紹介

主人公オーガスト・プルマンは生まれつき顔に障害があります。この本はずっと自宅で勉強していた彼が学校に通う物語です。いかにしてたくさん傷ついた彼が自尊心を獲得するのか、読んでみるとタイトルの意味が分かります。

本の場所→図書館ⅠF
学校図書館コーナー

【推薦：重岡真奈
(B類書道コース1年)】



(8) (喜び) (726.101/SHO)
(12010004405)



『ドラことば：心に響く ドラえもん名言集』

(小学館ドラえもんルーム 著)

本の紹介

長く愛され続ける『ドラえもん』。
子供向けだと思いがちですが、この本を読んでみると励まされたり勉強になったりする言葉ばかり。いかに深い作品であるかを思い知らされます。今のあなたにぴったりの言葉が見つかりますように。

本の場所→図書館2F図書



【推薦：重岡真奈
(B類書道コース1年)】

(33) (悲しみ) (493.72PAN)
(12024002181)



『実践アニメ療法：臨床で役立つ物語の処方箋』

(パントー・フランチェスコ 著)

本の紹介

あなたの好きなアニメは何ですか。
この本はアニメで元気になるための
方法が書かれています。普段は
ただ見ているだけのアニメでも深
く考えると日常生活に活かせるこ
とがあるかもしれません。

『葬送のフリーレン』などの新し
いアニメも扱われているので共感
しやすいと思います。

本の場所→図書館2F図書

【推薦：重岡真奈
(B類書道コース1年)】



(92) (嫌悪) (146.8NAG)
(12022003526)



『嫌いな教科を好きになる 方法、教えてください!』

(河出書房新社 編)

本の紹介

たくさんの著者が各教科を好きになるためのヒントが書かれています。私は英語のページに出てきた「翻訳機＝面白い道具」ととらえる考え方に驚きました。嫌いな教科がある人はもちろん、学ぶ意味が見いだせないと感じる人におすすめな本です。

本の場所→図書館 2F嫌悪

【推薦：重岡真奈
(B類書道コース1年)】

