

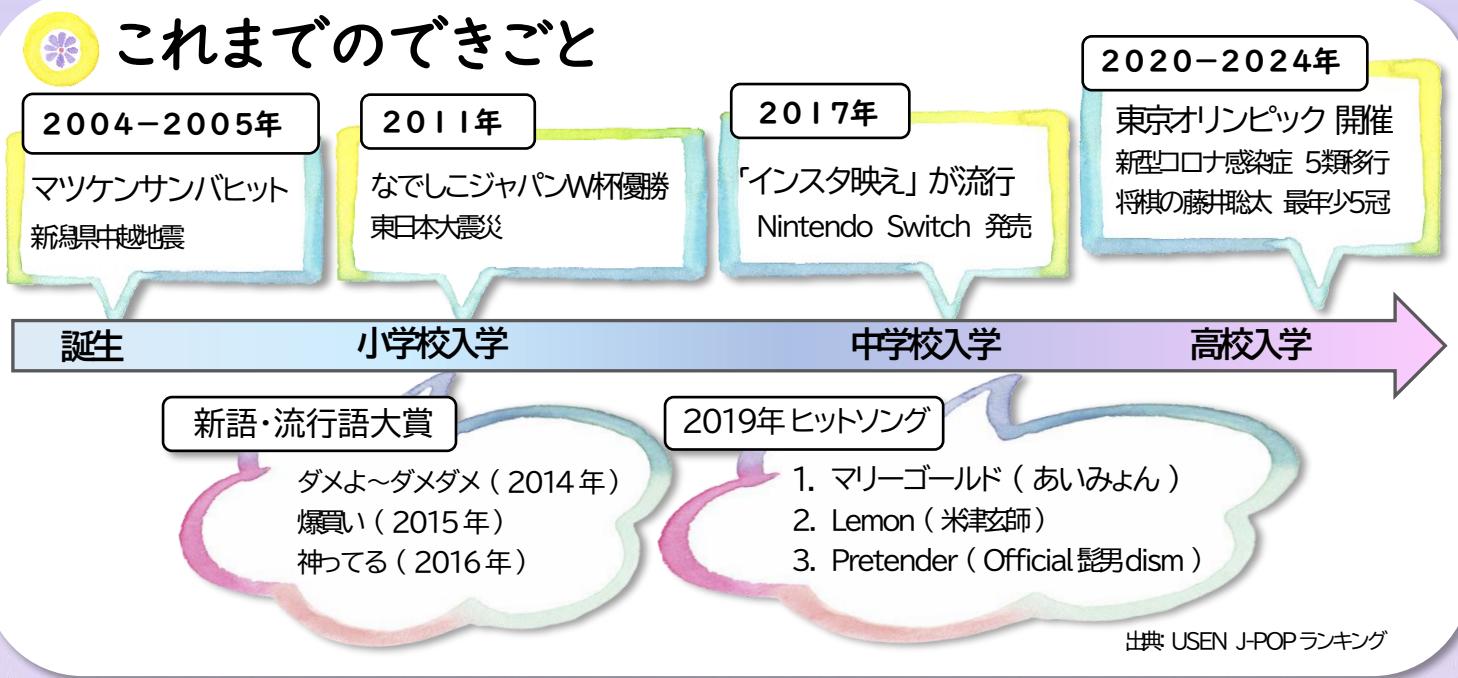


はたち  
二十歳にすすめる 10 冊



二十歳を迎えた皆さん、おめでとうございます。  
未来に向かうあなたを応援する本をご紹介します。  
ぜひ、たくさんの本に出会ってください。

柏崎市立図書館



『頭のいい人だけが解ける 論理的思考問題』  
野村 裕之／著 ダイヤモンド社 ISBN:978-4-478-11904-4

論理的思考力アップ！「頭のいい人」それはちゃんと考える力のある人です。問題は“難しそう”ですか？いいえ“面白そう”ですよ。謎解きのワクワク感が味わえます。わからない時は答えを見るとスッキリと納得できます。難易度は☆1 つから5つまで。



『いちばんわかりやすいビジネスマナー』  
岡田 小夜子 山崎 紅／監修 成美堂出版 ISBN:978-415-33235-2

社会に出たらビジネスマナーは重要です。人を敬う気持ちを忘れずに接したいですね。マナーはあなたを輝かせてくれます。まずは入社3ヶ月で身につけたい超基本から。挨拶、会話、メール、冠婚葬祭まで。カラー図解入りでわかりやすい解説です。



『ざるい聞き方』  
山田 千穂／著 朝日新聞出版 ISBN:978-4-02-332359-9

何かを聞き出したい時、誰にでも愛される聞き方があります。元渋谷109のカリスマ店員から記者になった著者が教える、人間関係のコツ。相手がつい話したくなる方法とは？ざるさを愛嬌に変えると、コミュニケーションが円滑に行えます。



## 『本当の自由を手に入れるお金の大学』改訂版

両@リベ大学長／著 朝日新聞出版社 ISBN:978-4-02-332378-0

5つの力を身に付けて豊かな暮らしを目指そう！その力とは、「貯める力」「増やす」「守る力」「使う力」「稼ぐ力」。一つ一つ丁寧に解説しているので、読んで実践しやすいです。先ずは「この先、自分は何のためのお金が必要か？」から考えてみましょう。



## 『極狭キッチンで絶品! 自炊ごはん』

きじま りゅうた／著 新星出版社 ISBN:978-4-405-09455-0

キッチンが狭くても、美味しいごはんが作れます。料理研究家のきじまりゅうたさんが、若い人向けのレシピを考案しました。「電子レンジを使う」、「フライパン一つで作る」など、時短、簡単、美味しい料理が満載。読めば作って食べてみたくなる1冊です。

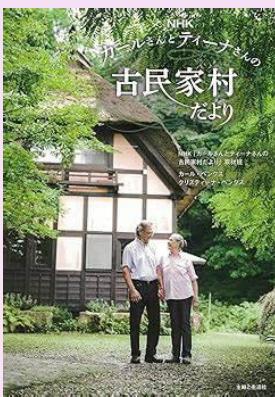


## 『快眠法の前に 今さら聞けない 睡眠の超基本』

柳沢 正史／監修 朝日新聞出版 ISBN:978-4-02-333349-0

質の良い睡眠はとれていますか？睡眠不足は人生に大な影響をおよぼします。では質の良い睡眠とはなんでしょうか。そして世の中に広まっている睡眠の誤解とは？

人生100年時代のいま、改めて睡眠について知ってみませんか。



## 『NHK カールさんとティーナさんの古民家村だより』

NHK「カールさんとティーナさんの古民家村だより」取材班

カール・ベンクス クリストイナ・ベンクス／著 ISBN: 978-4-391-15792-5

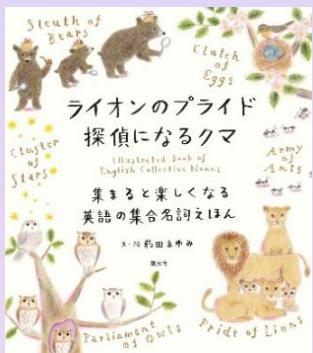
新潟県十日町で暮らすカールさんとティーナさんご夫妻。カールさんは古民家を再生し、ティーナさんは美味しい料理を作ります。古民家を切っ掛けに、過疎化の集落に人が集まってきた。住む場所の魅力は自分たちで作り出せます。



## 『お探し物は図書室まで』

青山 美智子／著 ポプラ社 ISBN: 978-4-591-16798-4

あなたのお探し物は何ですか？仕事のやりがいに悩む朋香は21歳。司書の小町さんに本を探してもらうと、数冊の本と意外な1冊、そして“付録”を手渡されました。今の自分に悩むとき、皆さんの心にそっと寄り添ってくれる1冊です。



## 『ライオンのプライド 探偵になるクマ』

集まると楽しくなる英語の集合名詞えほん

前田 まゆみ／文・絵 創元社 ISBN: 978-4-422-70122-6

英語にはそれぞれ集団を表す言葉があります。たとえばトナカイの集団はTeam(チーム)、ライオンはPride(プライド)です。どうしてそんな言葉があるのか？考えると面白いですよ。そして優しい色合いのイラストが想像を広げてくれます。



## 『はらぺこあおむし』

エリック・カール／作 もりひろし/訳 偕成社

ISBN: 978-4-03-328010-3

世界中で愛されるベストセラー絵本です。皆さんも子どもの頃に読み聞かせしてもらった記憶はありませんか？あらためて読むと色や形、しきけなど、いろいろなことに気づきます。子どもの気持ちにもどって読んでみませんか。



図書館ホームページ



## 柏崎市立図書館(ソフィアセンター)

新潟県柏崎市学校町2番47号

0257-22-2928 lib@city.kashiwazaki.lg.jp  
<http://www.city.kashiwazaki.lg.jp/tosyokan/>