



はたち
二十歳にすすめる10冊

二十歳を迎えられた皆さま、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

これまでのできごと

2003-2004

地上デジタル放送開始

2010

バンクーバー五輪開催

2016年

マイナンバー制度開始
映画「君の名は。」大ヒット

2019-2023

「平成」から「令和」に改元
東京五輪開催
新型コロナウイルス5類移行

誕生

小学校入学

中学校入学

高校入学

新語・流行語大賞

今でしょ!(2013年)
ダメよ〜ダメダメ(2014年)
爆買い(2015年)

2018年ヒットソング

1. U.S.A(DA PUMP)
2. Lemon(米津玄師)
3. ガラスを割れ!(櫻坂46)

出典: USEN
J-POP ランキング

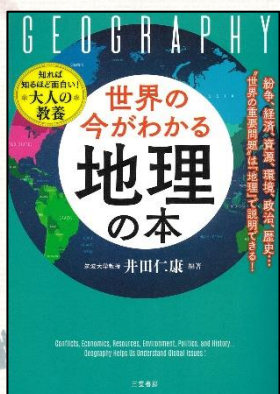


『哲学者たちの思想、戦わせたみました』

島山 創/監修, たきれい/イラスト, SBクリエイティブ

ISBN:978-4-8156-1352-5

働かないのはいけないこと? お金があれば幸せ? 将来の不安に立ち向かう方法は?—そんな私たちの「悩み」について、名だたる哲学者や思想家が肯定派と否定派に別れ、討論を繰り広げます。哲学を人生の味方につけてみてはいかがでしょうか?



『世界の今がわかる「地理」の本』

井田 仁康/編著, 三笠書房 ISBN:978-4-8379-2951-2

紛争、経済、資源、環境、政治、歴史……今、世界で何が起きているのか。それは「地理」を知ると、よく理解できます。社会人・学生が知っておきたい「世界の重要知識」を身につけて、変化し続ける現代社会を生き抜く術を手に入れましょう!



『令和版新社会人が本当に知りたいビジネスマナー大全』

増田 美子・古川 健介・新田 龍・福一 由紀/監修, KADOKAWA

ISBN:978-4-04-606304-5

基本のビジネスマナーから、リモートワークなど時代とともにアップデートされた勤務形態における新しいマナー、デジタルツールの使い方などを紹介しています。就活を控えている人はもちろん、すでに働いている人にも、役立つはずです。



『貯金はこれです』

節約オタクふゆこ／著、アスコム ISBN:978-4-7762-1310-9

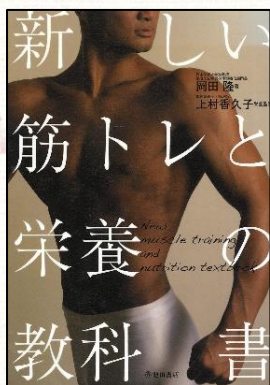
借金あり・浪費癖あり・貯金なしだった著者が、浪費メンタルから貯金メンタルにチェンジし、資産1000万円を達成した思考法、無理なく「お金を使わない仕組み」ができる、本当に使える節約テクニックを紹介しています。



『今日から「自炊勢」になる！ 1』

オレンジページ ISBN:978-4-86593-542-4

混ぜるだけごはん、電子レンジで作れるガチ楽ごはん、節約ごはん、夜9時からでも作れるめんどくさくないごはんなど、自炊初心者に向けて、読まずに見て作れる写真図解式レシピを91点紹介しています。包丁の持ち方、簡単計量の方法など基礎から解説！



『新しい筋トレと栄養の教科書』

ISBN: 978-4-262-16575-2

岡田 隆／著、上村 香久子／栄養監修、池田書店

回数を数えない、炭水化物を味方につける。最新スポーツ科学に基づいた筋肉&栄養理論で「超効率的な筋肥大」にこだわったメソッドを紹介しています。力強く、美しい肉体を手に入れてみませんか？ スポーツのパフォーマンスに繋がるトレーニングも掲載。



『世界最高の伝え方』

岡本 純子／著、東洋経済新報社 ISBN: 978-4-492-04734-7

伝わらない、わかってもらえない、なんとなくギクシャクする……。職場、家族、友人などとの人間関係で悩んでいませんか？ コミュニケーションは「正解のある科学」です。人を動かす「7つの言い換え」やほめ方、説明・指示・伝達のルールなどを学べます。



『オルタネート』

加藤 シゲアキ／著，新潮社 ISBN: 978-4-10-353731-1

高校生限定のマッチングアプリ「オルタネート」が必須となった現代。料理コンテストでの失敗に悩む調理部部長の蓉^{いるる}、オルタネートで運命の相手を探す凧津^{なづ}、高校を中退し、かつてのバンド仲間を求め単身上京する尚志^{なおし}。3人の運命が加速していく、青春小説。



『星の王子さま』(新潮文庫) ISBN: 978-4-10-212204-4

サン＝テグジュペリ／著，河野 万里子／訳，新潮社

砂漠に不時着した飛行士は、不思議な男の子に出会います。彼は、小さな小さな星からやってきたと言いますが……。何のために働くのか？ どう生きるのか？大人の心に響く、世界中で愛され続ける不朽の名作です。



『あつかったらぬげばいい』

ヨシタケ シンスケ／著，白泉社 ISBN: 978-4-592-76274-4

ハトハトに疲れたら、歯も磨かずにそのまま寝ればいい。人の不幸を願っちゃったら、波打ち際に書けばいい。疲れているのかどうかよく分からなくなったら、疲れたことにすればいい——。読めば心が緩み、ちょっぴり気持ちがラクになる絵本。

お問い合わせ



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/>