

今月の『一読あれ』

今年もがんばれる一年に～自分を応援できる本特集

2019年が始まりました。今年をどんな一年にするか、いろいろと思いを巡らせ、目標を決めている人もいることと思います。今月は、そんな1年の始まりに、自分を勇気づけ、鼓舞するような内容の本を集めました。未来を見据えて一步一步いくときに、読むと力を与えてくれる一冊。そんな本がこの中から見つければ幸いです。

『自分の価値に気づくヒント』 ジェリー・ミンチントン著 159/Mi39 2F小型本
自尊心を持つということは、自分を向上させて力を持っていることだと著者はいいます。人生を変える強力で実用的なアイデアとは。あなたのほしいヒントが見つかるかも。

『3秒でハッピーになる超名言100』 ひすいこたろう著 159.8/H76 2F和図書A
順調な時、逆境の時、その時々心に響く言葉が、わかりやすい解説とともに紹介されています。言葉の力を実感できる、そばに置いておきたい本です。

『ハーバードとグーグルが教えてくれた人生を変える35のルール』 石角友愛著 159/I84 2F和図書A
HBS（ハーバード・ビジネススクール）に通い、グーグルで働いた著者が学んだことは「私たちは、本当は何だってできる」ということ。その真意とは？自分の可能性を広げたい人に読んでほしい本。

『もう、不満は言わない』 W・ボウエン著 159/B68 2F小型本
私たちは、何か気に入らないことがあると不満を口にするこゝとってありますよね。自分の行動や態度を変えるだけで人生が変わる秘密が、本書に隠されています。

『今やる人になる40の習慣』 林修著 159/H48 2F和図書A
「今やる人」になるための方法について書かれてあり、すぐ実践できる40の習慣がイラスト付きで分かりやすく説明してあります。

『つらくなったとき何度も読み返す：「ポジティブ練習帳」』 志賀内泰弘著 159/Sh27 2F和図書A
誰でも悩みや気分が落ち込むこゝとってありますよね。そんな時、ほんのちょっとした習慣や言葉で目の前がパッと明るくなります。何度も読み返したくなる一冊です。

『人生で大切にすること』 ビル・ゲイツ・シニア著 159/G26 2F和図書A
マイクロソフト社の創業者ビル・ゲイツの父、ビル・ゲイツ・シニアの人生哲学書。仕事や子育てといった大小様々な経験から教訓を得る姿勢は、必ず参考になるはずです。

『失敗してよかった！：自分を肯定する7つの思考パターン』 和田裕美著 159/W12 2F小型本
目の前の事実をしっかり受け止め、そこから「よかった」を探し知恵が書かれています。

『人間は自分が考えているような人間になる』 アール・ナイチンゲール著 159/N71 2F小型本
「何をするのかは自分が選択することである。卓越さは習慣の結果なのだ」と述べる本書には責任を持ち、成功を収める考え方のコツが書かれています。読むと前向きな気持ちに。

『人生を思い通りに操る：片づけの心理法則』 刈刈社DaiGo著 159/D17 2F和図書A
片づけの習慣で、大切なことに使える時間やお金、体力は最大化されます。一度片づけたら二度と元に戻らない片づけの技法が、具体的に書かれています。

3F 中央ホールで展示中！
貸出できます