

おうち時間にいかがですか？（大人向け）

タイトル	著者名	出版社	おすすめメッセージ
家でできること115	博学面白倶楽部	三笠書房	すぐにできる”手軽でお金もかからない”ヒント集。キーワードの関連本も図書館で探しませんか？
これならできる！ DIYでリフォーム&メンテナンス	山田 芳照	ナツメ社	家で過ごす時間が増えた今、何か自分で作ってみようと考えている方に…
手作りを楽しむ蜜ろう入門	安藤 竜二	農山漁村文化協会	心落ち着く香りとゆらぐ炎でリラックス。蜜ろうの歴史や様々な利用術を解説
病気知らずの医者がやっている 免疫力を高める最高の方法	小林 弘幸	宝島社	呼吸法・軽い運動・温活・食事術のほかメンタル力も付いてくる、体調管理メソッド本
文字が大きくて見やすい 短くてもきちんと伝わる手紙・はがき・一筆箋	川崎 キヌ子	日本文芸社	SNSの普及で簡単に思いを伝えられる現代。その言葉、ゆっくり手書きにしてみませんか
椅子に座ってできる シニアの1, 2 分間筋トレ体操55	斎藤 道雄	黎明書房	おでかけが出来ない今、歩きに行くのもなかなか…という時に、家でもできる事を！
初心者でもすぐに話せる韓国語入門	小倉 紀蔵 監修	主婦の友社	使える・役立つフレーズ満載！CD付き。韓国ドラマがもっと楽しくなるはず
マンガでおさらい中学英語 （英会話スタート編）	フクチ マミ	KADOKAWA	もう1度学ぼう！”つまずかないコツ”も伝授します
賢い人の勉強法		プレジデント社	受験・資格・昇進・定年後…自分なりの学習法を見つけてみませんか？
60歳からのひとり旅鉄道旅行術	松本 典久	天夢人	混雑も密集も避ける”ひとり旅”。また出かける日のために、心の準備から…
おばさんの海外旅行「あるある!？」 エピソード集	芹沢 マリリン	風詠社	今は「行ったつもり」と「行く計画」で楽しみましょう！
京都・大阪・神戸マニアック博物館	町田 忍	メイツ出版	小さな空間にディープな世界が凝縮された名館ガイド。こんな場所があるなんて…
山の絶景と心を揺さぶる日本の言葉	大原 英樹	辰巳出版	「夢・挑戦・生き方」をテーマにした名言と雄大な山の写真で至福の時間を
「ひとり力」のある暮らしかた	阪口 ゆう子	明日香出版社	老若男女・家族がいても”自分で考えて生きる”…大切な暮らし方のアイデア集
あの映画みた？	井上 荒野	新潮社	江國香織と共に様々なテーマで映画が語られ、読むときっと観たくなるはず

おうち時間にいかがですか？（大人向け）

タイトル	著者名	出版社	おすすめメッセージ
世界一うつくしい昆虫図鑑	クリスファー・マーラー	宝島社	自然のままの色なのに、まるでデザインのような美しさ。見て楽しみませんか？
なんだろう なんだろう	ヨシタケ シンスケ	光村図書	絵本、侮るべからず…ちょっと哲学してみませんか？大人だから理解・共感できる内容多数
もりにかくれているのはだあれ？	アイナ・ベスタルド	青幻舎	付属のレンズの色で見える物が変わる！子どもと一緒に楽しめる絵本です
修学旅行は世界一周！	吉田 友和	角川春樹事務所	オタクの高校生が、すべて初体験の一人旅へ…旅行作家が描く、ドキドキ満載小説
ランチのアッコちゃん	柚木 麻子	双葉社	食べる事・働く事は「生きる事」につながる。当たり前だけど”大事な事に気づく”一冊
日御子	帚木 蓬生	講談社	古代日本、漢・韓への通訳一族の物語。厳しい掟や国づくりを壮大なスケールで描かれています
ウイメンズマラソン	坂井 希久子	角川春樹事務所	五輪を目指すママアスリートの成長物語。「走る」を「何か」に置き換えると共感できます
給食のおにいさん	遠藤 彩見	幻冬舎	食育&青春シリーズの第一巻。学校・家庭の様子も垣間見え、おにいさんの活躍に期待！
ミッドナイト・バス	伊吹 有喜	文藝春秋	”明けない夜は無い”と信じて生きる…幅広い年齢層の心に届く著作が多い作家です
遺品博物館	太田 忠司	東京創元社	8つのミステリー短編集。断捨離をしながら”何が大事か”考えるきっかけになりそう
藪医 ふらここ堂	朝井 まかて	講談社	直木賞作家が描く”江戸の名物小児医”の物語。町場の雰囲気が見えるようです
鴻上尚史の もっとほがらか人生相談	鴻上 尚史	朝日新聞出版	息苦しい「世間」を楽に生きる処方箋
窓から逃げた100歳老人	ヨナス・ヨナソン	西村書店	実は世界史の重大事件とも関与していた？奇想天外なコメディ小説。続巻も笑撃です
待ち望まれし者 上・下	キャサリン・マク・ワウ		マグダラのマリアの血筋を追う旅を通じて、事実はいかに…？と、想像が膨らむ一冊です
ユゴーの不思議な発明	ブライアン・キズニク	アスペクト	分厚い本！…と思いきや、半分は絵のビジュアルファンタジー。映画DVDも有ります

