

# 今回のおすすめメニュー

『どうしたらいいかわからない君のための  
人生の歩きかた図鑑』

No  
Image

石井 光太 著

出版者：日本実業出版社

所蔵館：中央館

請求記号：367 イ

・・・ちよっと、あ・じ・み・・・

悩みながら生きているのは大人だけではなくありません。子供たちも1人1人なにかしらの問題を抱えています。その中には自分の力では解決できない大きな問題もあります。そういった「どうしたらいいかわからない」問題を抱えているのならこの本を手にとってみてください。

問題を「学校」「家庭」「体」「お金」「進路」の5つのテーマに分け、家庭環境や相談できる人・できない人など状況に合わせた手段が書かれているのであなたに合った解決方法が見つかるかもしれません。

## サイドメニュー

『#8月31日の夜に。  
生きるのがつらい10代のあなたへ』

著者：NHK「ハートネットTV」編  
出版者：毎日新聞出版  
所蔵館：中央館  
請求記号：371.4 ハ

No  
Image

「学校に行きたくない」  
「毎日がつらい…」  
そんなあなたに向けて  
現役の10代とかつて  
の10代からのメッセ  
ージです。