

うるま YA 今回のおすすめメニュー

～ほんの少しでも、自分を好きになれるように～

今回のおすすめメニュー

NO
IMAGE

「きれいになりたい病」

著者：大村美菜子
出版社：風鳴舎
所蔵館：中央館
請求記号：493.7 オ

～ちょっとあじみ～

私ってどう見られているんだろう、SNSを見るとかわいい子ばかり、自分のここが足りない、もっとかわいくなりたい…
こんなことを考えたことはありませんか？その悩みは誰もが一度は考えたことがあるでしょう。では、人はどうして他人と自分を比較してしまうのでしょうか？容姿の基準はいったい誰が決めているのでしょうか？
容姿で悩んだことのあるあなたへ、その答えを見つけるために、そして自分と向き合うために、この本を手にとってみませんか？

NO
IMAGE

「コンプレックスをひっくり返す」

著者：吉野なお
出版社：旬報社
所蔵館：中央館
請求記号：159.7 ヨ

NO
IMAGE

「わたしの体に呪いをかけるな」

著者：リンディ・ウェスト
出版社：双葉社
所蔵館：中央館
請求記号：367.2 ウ