



# 新着図書



## 不安と折り合いをつけて うまいこと老いる生き方

著者名:中村恒子 奥田弘美  
出版者:すばる舎



大丈夫、歳をとるほど自由が待っています。こだわりは捨て、「ボチボチ」で。人間関係もスッキリ清算。あれこれを手放して「今」を楽しむ33の知恵。

## 残照の頂 続・山女日記

著者名:湊 かなえ  
出版者:幻冬舎



「通過したつらい日々は、つらかったと認めればいい。たいへんだったと口に出せばいい。そこを乗り越えた自分を素直にねぎらえばいい。そこから、次の目的地を探せばいい。」後立山連峰亡き夫に対して後悔を抱く女性と、人生の選択に迷いが生じる会社員。北アルプス表銀座失踪した仲間と、ともに登る仲間への、特別な思いを胸に秘める音大生。立山・劔岳娘の夢を応援できない母親と、母を説得したい山岳部の女子大生。

## もしあと1年で人生が終わるとしたら？

著者名:小澤竹俊  
出版者:アスコム



少しの時間でも構いません。あなたの人生をふり返ってみませんか。後悔することはないか。これからどう生きれば幸せなのか。人生を変えたいと思う、すべての人に読んでほしいホスピス医からのメッセージ。後悔なく生きるための17のこと。

## それわ英語ぢゃないだらふ

著者名:大西泰斗  
出版者:幻冬舎



「初対面」「約束」「提案」「謝罪」…なるだけ覚えよう。9つの重要英会話リスト付き。完璧な会話力獲得を目指すこの一冊。英語がどんどん飛び出す体を手に入れる、英会話マスターの秘伝中の秘伝。

## ボクもたまにはがんになる

著者名:三谷幸喜 穎川晋  
出版者:幻冬舎

50代の働き盛りに前立腺がんが発覚した。子供はまだ幼いし、「真田丸」の執筆も控えてるし…。そんな脚本家が、信頼できる主治医と出会い、まったく不安を感じずに手術を受けることができた。術後5年、「前立腺がんは怖くないし、もっと明るい感じというか、“がん”と闘う、生還する」というイメージを変えたいと、2人の思いが一致して、マジメで明るく笑える対談集が誕生！

## ペッパーズ・ゴースト

著者名:伊坂幸太郎  
出版者:朝日新聞出版

未来を観て、人生を取り戻す。ある不思議な能力を持つ中学教師の檀。サークルとよばれるグループと壇先生が交差し、世界は変転を始める。

## 夜が明ける

著者名:西加奈子  
出版者:新潮社

思春期から33歳になるまでの男同士の友情と成長、そして変わりゆく日々を生きる奇跡。まだ光は見えない。それでも僕たちは、夜明けを求めて歩き出す。現代日本に確実に存在する貧困、虐待、過重労働。「当事者でもない自分が、書いていいのか、作品にしているのか」という葛藤を抱えながら、社会の一員として、作家のエゴとして、全力で書き尽くした渾身の作品。

## ミカエルの鼓動

著者名:柚月裕子  
出版者:文藝春秋



「ミカエルは人を救う天使じゃない。偽物だ」手術支援ロボット「ミカエル」を推進する心臓外科医・西條と、ドイツ帰りの天才医師・真木。難病の少年の治療をめぐる二人は対立。そんな中、西條を慕っていた若手医師が、自らの命を絶った。情報を手に入れたジャーナリストは、大学病院の闇に迫る。天才心臓外科医の正義と葛藤を描く。

## 妄想浪費

著者名:小山薫堂  
出版者:光文社

数々の人気テレビ番組やヒット映画の脚本を手掛け、「くまモン」の生みの親であり「地方再生請負人」でもあるオールラウンドのトップクリエイターが初めて綴った、小山流「これからの時代」のあまりに素敵なお金の使い方！

## 翼の翼

著者名:朝比奈あすか  
出版者:光文社

専業主婦、有泉円佳の息子、翼は、小学二年生。興味本位で進学塾の全国テストを受け、中学受験に挑戦することになる。最大手の進学塾「エイチ」に入った翼は、男子四天王といわれる難関校を狙う。中高一貫校を受験した経験のある夫真治と、それを導いた義父母。中学受験にまったく縁のなかった円佳が、塾に、ライバルに、保護者たちに振り回され、世間の噂に、家族に、そして自分自身のプライドに絡め取られていく。



# 新着図書



No.2

## ドクターハッシーの「不調の味方」

著者名:橋本将吉  
出版者:主婦の友社

病院で医者のお話がわかるようになる! 痛みがあると心も疲れる。コロナ時代の不調の乗り越え方をお伝えします。

## 目の見えない白鳥さんとアートを見にいこう

著者名:川内有緒  
出版者:集英社インターナショナル

一緒に見る、その先に見えてきた世界とは一。

## 認知症世界の歩き方

著者名:寛裕介  
出版者:ライツ社

これまでに出版された本やインターネットで見つかる情報は、どれも症状を医療従事者や介護者視点の難しい言葉で説明したものばかり。肝心の「ご本人」の視点から、その気持ちや困りごとがまとめられた情報が、ほとんど見つからないのです。そこでわたしたちは、ご本人にインタビューを重ね、「語り」を蓄積することから始めました。

## 70歳が老化の分かれ道 若さを持続する人、一気に衰える人の違い

著者名:和田秀樹  
出版者:詩想社

現在の70代の日本人は、かつての70代とはまったく違う。格段に若々しく、健康になった70代の10年間は、人生における「最後の活動期」となった。この時期の過ごし方が、その後、その人がいかに老いていくかを決定するようになったのだ。70代に努力することで、要介護になる時期をできるだけ遅らせ、晩年も若々しさを保つことができる。ただ、70代には特有の脆弱さがあることも事実。

## パンタン6ぴき いうこときかない

著者名:のぶみ  
出版者:講談社

かわいいからって、けっきょくなにやってもゆるされるわけじゃないってホントはきづいてた。ごめんなさいって言えるかな?

## ぼく「お兄ちゃん」なんだから

著者名:清水なほみ  
出版者:Clover出版

お兄ちゃんだって、ないでもいいよ。お兄ちゃんだって、しっばいしてもいいんだよ。親子でかんがえ、かんじあう、みらいの心をつくる絵本。

## うごきません。

著者名:大塚健太 柴田ケイコ  
出版者:パイインターナショナル

いつもじっとしているハシビロコウ。ともだちのカバがきても、ヘビがきてもうごきません。すると、はながバナナになったゾウや、うずまきもようのシマウマなど、おかしなどうぶつがつぎつぎやってきて…。対象年齢3歳から。

## おうち避難のための マンガ 防災図鑑

“停電時の便利アイテム”“100均グッズで防災”“断水時のトイレ仕様”“感染予防と衛生対策”“日常備蓄を非常食に”―自宅で避難する時代、コスパを意識したおサイフにやさしい防災対策で万全に!