

メガホン

2025 WINTER Vol. 22
発行：富岡町図書館

特集

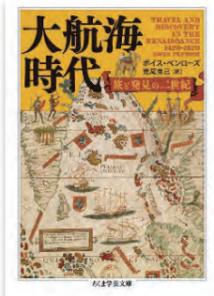
わくわくいっぱい
詰めこんで。



大航海時代

ボイス・ベンローズ／著 荒尾 克己／訳
(筑摩書房、2020年)

15世紀半ばから約200年続いた大航海時代。この間、世界中で様々な「探検」と「新発見」がありました。しかし、それが与えた影響は決してよいものばかりではありません。人々は何を夢見て海に漕ぎ出したのでしょうか。莫大な費用と命をかけた冒険の熱狂を感じる1冊です。



はたらかないで、たらふく食べたい
「生の負債」からの解放宣言

栗原 康／著 (筑摩書房、2021年)

やりたいことだけをやっていてはダメ。稼がなければダメ。買わなければダメ…。そんな負目だらけの現代社会に、真面目に不真面目な政治学者が等身大で抗う痛快エッセイ！思わず吹き出しながらも、自分で考え続けるちからをくれる1冊です。



僕たちはいつ宇宙に行けるのか

山崎 直子、竹内 薫／著 (青春出版社、2022年)

宇宙に行くにはどのくらいのお金や時間がかかるのだろうか…なんて考えたことはありませんか？本書では今申し込める旅行プランや、宇宙へ繋がるエレベーターの話など、耳よりな情報をわかりやすく解説！読めば宇宙をもっと身近に感じられるはず！



屋根屋

村田 喜代子／著 (講談社、2014年)

雨漏りの修理を依頼した主婦は、やってきた屋根職人・永瀬と話すうちに、彼の驚くべき特技「自在に夢をみる」を知る。そんな永瀬に導かれ、主婦は毎夜夢旅行。法隆寺やフランスの大聖堂を訪れるが…。荒唐無稽な一方、旅の手順や建造物の描写は細かくてリアル。まさに「夢かうつつか」の物語。



今回のテーマ
夢みたい！



人の心を揺さぶる「夢」。叶えたいものから寝てみるものまで、いろいろな夢世界をご覧ください。

地球を救うスーパーヒーロー生き物図鑑

下村 政嗣／著 (エクスタレージ、2022年)

濡れない傘、痛くない注射針、はつきり見えるディスプレイ。これらは生き物からヒントを得て作られました。わたしたちの生活が快適になる仕組みを、身の回りの生物は既に持っているのです。次はどんな生き物から驚きの発見があるのでしょうか。



やせる日常動作大図鑑

植森 美緒／著 金岡 恒治／監修 (ダイヤモンド社、2023年)

朝の準備や家事、仕事などの動作にほんの少し筋肉を意識した動きを取り入れるだけのダイエット法を紹介した1冊です。簡単に実践できるものばかりなので、長く続けて、夢の“生きているだけで痩せられる”を実現したいですね！



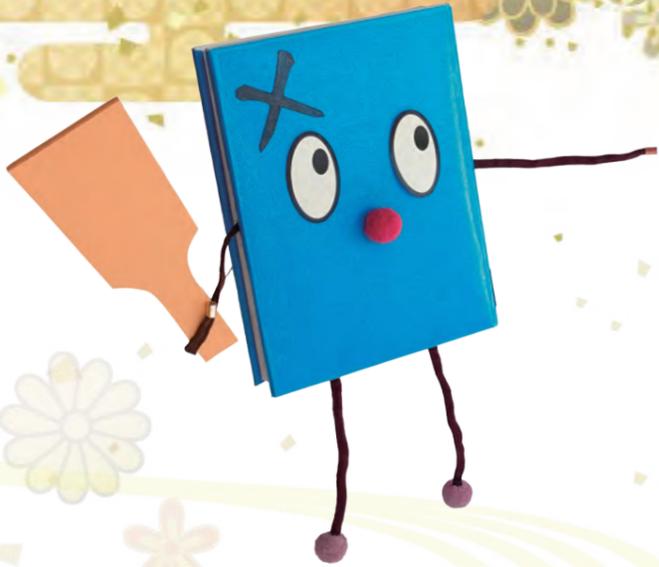
心をひらいて、音をかんじて

シヤノン・ストッカー／文 デヴォン・ホルズワース／絵 中野 怜奈／訳 (早川書房、2001年)

12歳でほぼ聴力を失ってしまった打楽器奏者、エヴェリン・グレニーの伝記絵本。音を耳だけでなく全身で感じ、楽しみながらチャレンジし続け、やがて大きな賞を受賞します。音を視覚化したカラフルな絵も愛らしい、夢を叶えるヒントが詰まった1冊です。



今年はどうな 年にする？



新しい年が明けました！気持ちも新たに、やってみなかったこと・気になっていたことをはじめてみませんか？その一歩、図書館が応援します！年始の抱負やお楽しみを御重に詰めました。

中高生に向けて投資の歴史から投資信託をすすめる理由、具体的な始め方までを解説。なんとなく「投資は怖い」と感じている大人の方にもおすすめです。

続けるほど、毎日が面白くなる。もっともっとマイノート
Emi/著
[大和書房、2021年]



コツは心が動いたことだけを書く。長年マイノートを書いた著者の書き方や使い方を大公開。書くことで日々の悩みや迷いをリセット。

コツコツ
積み重ねる



一生お金に困らない！
13歳からの3000円投資生活
一生お金に困らない！
横山 光昭/著
[アスコム、2022年]



勝手に片付く部屋作り
忙しくてもズボラでも狭くてもできる！
samia/著
[ワニブックス、2022年]

忙しくても、ズボラでも大丈夫。気持ちよい空間を作る片付けのルールとコツを豊富な写真とイラストで紹介。



趣味と学びの

夜行バスで出かけましょう
小川 かりん/著
[イースト・プレス、2018年]



夜行バスは寝ている間に目的地に移動してくれます。朝早くから活動できて、充実した一日を過ごせますよ。コミックエッセイなので読みやすさも◎



世界を巡るタンバリン100
紙面と動画で楽しむ珠玉のフレームドラム/タンバリン図鑑
田島 隆/著
[リットーミュージック、2024年]

世界には四角や六角のタンバリンもあります。打面は山羊皮が多い中、蛇、トカゲ、ナマズなどの変わり種も。どんな音がするのでしょうか。



資格取り方選び方全ガイド 2025年版
高橋書店編集部/編
[高橋書店、2023年]

これがないと職に就けない、というものから趣味の上達具合がわかるものまで、内容もレベルも様々な資格。ご当地検定などに挑戦してみてください？

美と健康の
寿の重

おべんとうの教科書
はじめてでも、ぜんぜん失敗しない
ほりえ すすも/著
[学研プラス、2022年]



お弁当作りは大変？いえいえ、コツさえつかめば栄養バランスの良いおいしいメニューが作れます。初心者にもわかりやすい写真が満載。



自分でできる美爪ケア
どんな爪でもキレイに伸ばせる
定史子/著
[ビジネス社、2023年]

生まれつき形が悪いから、などと諦めるのはまだ早い！手入れ次第で美しい爪になります。よい生活習慣も、美しさを保つ秘訣です。



最強の歩き方 体幹を鍛える
1日10分でOK! 体幹を鍛える最強の「歩き方」
1本の線上を歩くイメージ足を運ぶだけ！
木場 克己/著
[主婦と生活社、2018年]

少しの時間でも体幹を意識しながら歩くことで、疲れにくい体に変えられます。病気の予防や老化の防止にもつながり、良い事ばかり。