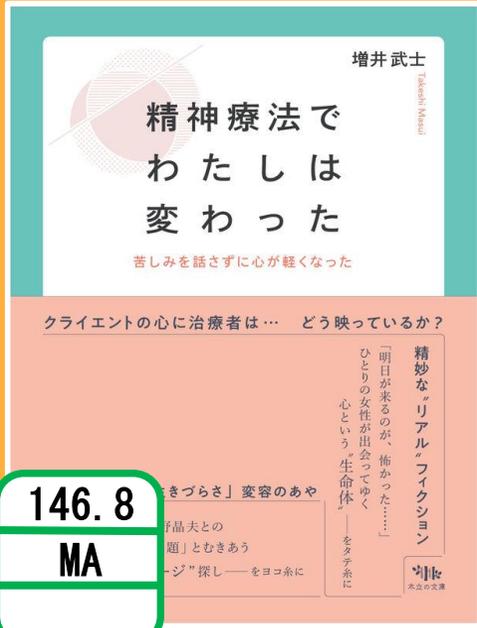




# 10月新着おすすめ本

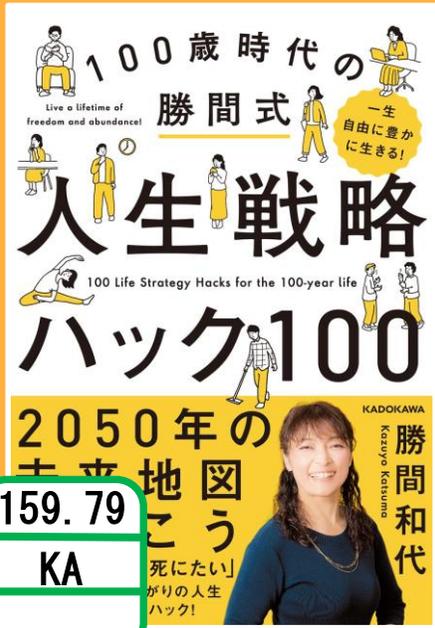


146.8  
MA

## 精神療法でわたしは変わった

増井 武士(著)

精神療法の本はふつう、カウンセラーの目に映ったクライアントが描かれますが、この本ではクライアントの目に映ったカウンセラーが描かれています。クライアントの「体感」実況中継で語られます。



159.79  
KA

## 100歳時代の勝間式人生戦略ハック100

勝間 和代(著)

一生自由に豊かに生きる！何歳になっても史上最高の自分を更新しよう。「最高の自分で死にたい」自分らしい、右肩上がりの人生にするためのライフハック！

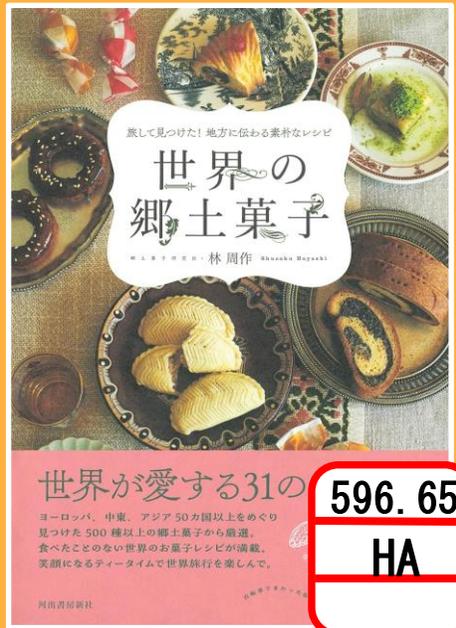


611.3  
IN

## 14歳から知る食べ物と人類の1万年史

インフォビジュアル研究所(著)

わたしたちの「食べ物」とSDGs。いまWFP(国連世界食糧計画)がノーベル平和賞を受賞する理由。「生きるための食べ物」はいつから「利益のための食べ物」になったのか。



596.65  
HA

## 旅して見つけた！ 地方に伝わる素朴なレシピ 世界の郷土菓子

郷土菓子研究社・林周作(著)

自転車で旅し、各地で触れた郷土菓子。32か国300種以上から厳選して、レシピをご紹介します。道中で綴っていた旅日記も掲載。



# 10月新着おすすめ本



743  
LO



913.6  
MO



913.6  
NO



913.6  
KO

**エモくて映える写真を撮る方法**  
Lovegraph(著)

スマホでもフィルムでも、一眼レフでも「エモい写真」しか撮りたくない！すべてのシーンに使える「エモ映え」テクを、大人気の写真教室「ラブグラフ」が伝授します！普通の日常も見違えるくらいエモく残せるヒミツ教えます！

**ノウイットオール**  
あなただけが知っている  
森バジル(著)

第30回松本清張賞受賞作。  
1つの街を舞台に描かれる5つの世界は、少しずつ重なりあい、影響を与えあい、思わぬ結末を引き起こす。  
すべてを目撃するのは、読者であるあなただけ。

**それは誠**  
乗代雄介(著)

第169回芥川賞候補作。  
修学旅行で東京を訪れた高校生たちが、コースを外れた小さな冒険を試みる。その一日の、なにげない会話や出来事から、生の輝きが浮かび上がり、えも言われぬ感動がこみ上げる名編。

**##NAME##**  
児玉雨子(著)

第169回芥川賞候補作。  
光に照らされ君といたあの時間を、ひとは”闇”と呼ぶ——。かつてジュニアアイドルの活動をしていた雪那。少年漫画の夢小説にハマり、名前を空欄のまま読んでいる。