



young adult (ヤングアダルト)

YA (ヤングアダルト) とは? 「大人になりつつある人」を表すアメリカで生まれた言葉。
YA コーナーでは、大人と子どもの間にいる中高生を中心とした世代に向けた本を集めています!

特集

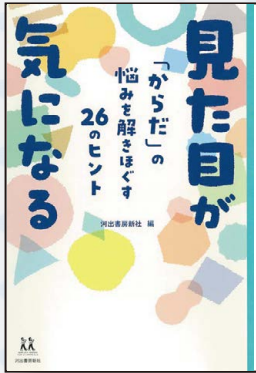
負けないカラダ★

勉強に部活、友情に恋愛。十代のココロとカラダは常にフル稼働。
やりたいことを思いっきりやるために、自分のカラダをメンテナンス!

『見た目が気になる』

「からだ」の悩みを解きほぐす 26 のヒント

<14歳の世渡り術>



河出書房新社/編
青木美沙子 ほか/著
河出書房新社 (2021.8)
請求記号: 150カ

社会学者や漫画家、
芸人や作家など様々な立
場の人たちが「見た目」
について語ります。違っ
た視点に触れると世界が
違って見えるかも!

YA コーナー

『部活めし!』

運動パフォーマンスを上げる、日々ごはん

<ORANGE PAGE BOOKS>



村田裕子/監修・料理
オレンジページ (2020.8)
請求記号: 780ム

体力・気力を支えるの
はやっぱり食事! 筋力
up、瞬発力 up、持久
力 up など目的別のレ
シピやアスリートの食
事も紹介。家族で作っ
てみよう!

一般開架

『10代のためのココロとカラダの整え方』 自分でできる&ラクになる自律神経コントロール

<コツがわかる本 ジュニアシリーズ>



吉田誠司/監修
メイツユニバーサルコンテンツ
(2022.12)
請求記号: 490メ

いろんなストレスに人知れず
耐えている 10代のココロと
カラダ。自律神経を整えるた
めの、自分でできるちょっ
としたコツを教えてください。
試してみる価値あり!

児童開架

新刊

『ある日、戦争がはじまった』 12歳のウクライナ人少女イエバの日記』



イエバ・スカリエツカ/著
神原里枝/訳
小学館クリエイティブ (2023.12)
請求記号: 9867

2022年2月、少女イエバの人生
はロシアのウクライナ侵攻が始
まったことで一変。彼女が暮らす
ハルキウは攻撃下に置かれ、地下
へ避難したイエバは備忘録として
日記を書き始めました。「戦争のリア
ル」を伝える体験記。

YA コーナー

『「十二国記」絵師山田章博の世界』



山田章博/著
芸術新潮編集部/編
新潮社 (2023.12)
請求記号: 726ヤ

小野不由美が紡ぐ壮大な
物語「十二国記」の世界
を彩る、絵師・山田章博
の美しいイラストを収
録。インタビューから制
作現場の密着取材まで、
稀代の絵師の世界を紹介
します。

YA コーナー

『私の源氏物語ノート』



荻原規子/著
理論社 (2023.12)
請求記号: 913.36荻

原文から全訳を成した著
者による「源氏物語」鑑
賞エッセイ。1000年を
隔て、同じ長編作家・紫
式部に向けた視点が「源
氏物語」の読書をさらに
深めます。「源氏物語」
全帖のあらすじ付き。

YA コーナー