



『ナイチンゲールの『看護覚え書』』 金井一薫(著) 西東社

ナイチンゲールの『看護覚え書』がわかりやすく、そして現代に合わせた解釈が書かれています。病気とは回復過程という性質を持ち、看護とは患者の生命力の消耗を最小にするように整えるという定義があるなど看護の役割、仕事について詳しく書かれています。原書は100年以上も前の本ですが、ナイチンゲールの看護の本質を考え求め続けていたことが良くわかる本だと思います。

『心理学でわかるひとの性格・感情辞典』 渋谷昌三(著)

朝日新聞出版

人間は多くの性格・感情を持っています。そのため、自分と性格が合う人合わない人がいたり、他者とのやりとりでトラブルが生じたりすることもあります。この本は人の性格・感情について大事な部分はオレンジ色の文字で表記、プラスしてわかりやすい絵や図が載った辞典です。心理学に興味がある方や人間関係でつまっていた時に、活用してみたいかがでしょうか。

『睡眠負債』NHKスペシャル取材班(著)朝日新聞社

皆さんは睡眠負債という言葉を知っていますか？睡眠負債とは、必要以下の睡眠を取った時に起こるもので、「眠りの借金」とも呼ばれています。睡眠負債は徐々に体に蓄積されていきやがて、本人の健康を阻害するのです。

受験生となり、生活のリズムが崩れがちになる一年になると思いきや、睡眠負債を抱えないように意識させる一冊でした。

『なるほど!』とわかるマンガ 自分の心理学』

ゆうきゆう(監修) 西東社



本を読めば、「自分」が分かる！  
自分の性格、いろいろな原因、ストレス、人間関係、恋愛まで、本当の自分を理解すれば、  
毎日がちょっと過るようになる!?



【もっとあります!】 全部で71冊買いました。

- 5分後に恋の結末 精霊の木 ドロイ殺し 魔力の胎動 廃園日和 連続殺人鬼加丸男
- 連続殺人鬼加丸男ふたたび 世界の終わりと始まりの不完全な書部 青空と逃げる
- 確率捜査官御子柴岳人:ファイゲーム 浮雲心霊奇譚:白蛇の理 余命10年 論理的に話す技術
- 持って歩きたい高山の花図鑑 山が唄 大人の語彙力 ノートの気のコリ ゆるいつながらり
- 世界史100人の履歴書 日本の気配 転のままでいい 頭にきても跡とは戦うな!
- 英語の使い方がひと目でわかる本 世界一わかりやすい英作文の授業 病院のしくみ
- 外国語を話せるようになるしくみ びっくりするほど遺伝子工学がわかる本
- 990円のジーンズがつくれるのはなぜ? 財力の世渡り術 児童虐待から考える
- マンガでわかる世界史 落語家直伝うまい授業のつくりかた その「一錠」が脳をガムにする
- 金継ぎ手帖 文楽へようこそ野村萬斎のWhat is 狂言? あらすじで読む名作50選
- 擬人化動物図鑑 東北ご朱印めぐり旅 ニッポンを解剖する!京都図鑑 京都(Color Plus)
- &TRAVEL 京都ハグイ版 よみがえる仙台の建築 デザインが日本を変える ほか

『ここが一番おもしろい理系の話』

おもしろサイエンス学会[編] 青春出版社

しっかり相手に説明できないような化学や、身体、テクノロジーについての疑問「約200個」が楽しく解説されています。理系でもっと理解を深めたい人、雑学が好きな人のネタに困る人は是非!!

