

LIBRARY

大社高校図書館だより
R1. 5月号



いよいよ総体が始まります！ 2階の渡り廊下の「部活応援特集」では、関連本や新聞記事を展示しています。運動部に限らず、文化部に関係する本もあるのでチェックしてくださいね。

今月は部活応援号！

試合前に役立ちそうな本を集めてみました！ここで紹介している本は、すべて2階渡り廊下の「部活動応援特集」にありますよ。

NO
IMAGE

演奏者のためのメンタル・トレーニング 演奏者 勝利学

辻秀一 集英社インターナショナル

吹奏楽、合唱部のためのメンタルトレーニング本。プレッシャーに勝てる心を手に入れよう。

NO
IMAGE

アスリートのための食トレ 栄養の基本と食事計画

海老久美子 池田書店

強い身体と心を手に入れるには、食事もとっても大切です。コンディションを整え、本番で最高の力を発揮するための食事を学ぼう。

NO
IMAGE

スポーツマッサージ 筋肉を理解して確実に効かせる！

山田晃広 西東社

次の日に疲れを残さない！ 疲労を取り除くマッサージで、身体のケアを十分に行おう。

NO
IMAGE

一瞬の風になれ①～③

佐藤多佳子 講談社

高校の陸上部が舞台の青春小説。新二と連、2人の幼馴染が困難を乗り越えながら、インターハイを目指す。

NO
IMAGE

NO.1 メンタルトレーニング 本番で最高の力を発揮する 最強の自分をつくる

西田文郎 現代書林

メンタルに自信のない人はぜひ読んでみて。技術や身体だけでなく、心もたくましく成長させよう。

NO
IMAGE

スラムダンク勝利学

辻秀一 集英社インターナショナル

ただ「がんばる」だけでは意味がない！最高のバスケット漫画「スラムダンク」に学ぶ、勝つための心理学。

NO
IMAGE

弱いメンタルに劇的に効くアスリートのことはば スポーツメンタルコーチが教える“逆境”の乗り越え方

鈴木颯人 三五館

不安なとき、追い込まれたとき、あなたを救うことばがある。お守り代わりに言葉を持って試合に挑もう。

新しく入った本



NO
IMAGE

心霊探偵八雲11

神永学 KADOKAWA
大社高校生に大人気のミステリー最新刊。宿敵の手により晴香が拉致されてしまい…

NO
IMAGE

吹奏楽部員のためのココロとカラダの相談室 メンタルガイド編

バジル・クリツァー 学研プラス
緊張してうまく演奏できない、先輩後輩関係がうまくいかないなどのお悩みに答えます。

NO
IMAGE

うちの執事が言うことには

高里椎奈 KADOKAWA
烏丸家の若き当主と、執事のちぐはぐコンビが活躍するミステリー。読み始めたら、とまらない。

NO
IMAGE

僕の永遠を全部あげる

汐見夏衛 一迅社
周囲に心を閉ざしている千花。ある日、彼女のもとに不思議な少年・留生が現れた…。2人に待ち構える運命とは。

NO
IMAGE

チコちゃんに叱られる！

NHK 制作班 小学館
ポーっと生きてんじゃねーよ！チコちゃんの素朴な疑問にあなたは答えることができますか？

NO
IMAGE

勉強大全

伊沢拓司 KADOKAWA
東大王・伊沢くんが教える勉強のとらえ方・やり方。あなたにあった勉強法がきっと見つかる！

NO
IMAGE

青少年のための小説入門

久保寺健彦 集英社
落ちこぼれヤンキーといじめられっ子の中学生が、小説家を目指す青春小説。困難を乗り越えていく姿がおもしろい！

NO
IMAGE

面白くて眠れなくなる生物学

長谷川英祐 PHP 研究所
メスとオスがあるのはなぜ？一読み始めたら、トリコになっちゃう生物学のおはなし。

NO IMAGE

SMILE 美しいすぎる人類図鑑

近藤大真 大和書房
世界中の笑顔を集めた、とおきの写真集。

NO
IMAGE

経済学なんて教科書だけでわかるか！ボケ!!…でも本当は知りたいかも

さくら剛 ダイヤモンド社
ドラクエやモー娘にたとえて楽しく学ぶ経済入門書。

NO
IMAGE

教授だから知っている大学入試のトリセツ

田中研之輔 筑摩書房
新しい大学入試のために、いまやっておくべきことは何？対策法を教授がやさしく教えます。

NO
IMAGE

メシが食える大人になる！よのなかルールブック

高濱正伸 日本図書センター
人生を生き抜くうえで、いま知っておいてほしい 50 のこと。