

祝入学！図書館から始める大学生活



カテゴリ	No	書名	著者名	請求記号
生き方	1	その悩み、哲学者がすでに答えを出しています	小林昌平著	104/Ko12
	2	暇と退屈の倫理学	國分功一郎著	113/Ko45
	3	心穏やかに生きる哲学：ストア派に学ぶストレスフルな時代を生きる考え方	ブリジッド・ディレイニー [著]	131.5/D55
	4	嫌われる勇氣（自己啓発の源流「アドラー」の教え:[1]）	岸見一郎, 古賀史健著	146.1/Ki58
	5	限りある時間の使い方	オリバー・パークマン著；高橋璃子訳.	159/B92
	6	神メンタル：「心が強い人」の人生は思い通り	星渉著	159/H92
	7	多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。（Sanctuary books）	Jamマンガ・文	159/J19
	8	悩みながら生きていく：孤独にやられそうなときに読む100の言葉	ニャン著	159/N99
	9	世界一やさしい「やりたいこと」の見つけ方：人生のモヤモヤから解放される自己理解メソッド	八木仁平著	159/Y15
	10	友だち100人でできません：無理しないで生きる・考える心理学	諸富祥彦著	159/Mo77
	11	一度しかない人生を「どう生きるか」がわかる100年カレンダー	大住力著	159/O79
	12	穏やかに生きる術：うつ病を経験した精神科医が教える、人生の悩みを消す練習帳	精神科医Tomy著	159/To62
	13	君たちはどう生きるか	吉野源三郎著	159/Y92
	14	ぼっちのままで居場所を見つける：孤独許容社会へ	河野真太郎著	361.4/Ko76
	15	大学4年間で絶対やっておくべきこと：恋愛・学業・友人関係がうまくいく50のルール	森川友義著	377.9/Mo51
	16	毎日生存記念日：何やってもダメな日だって生きてるだけで偉いから	なおにゃん著	493.7/N49
	17	発達障害サバイバルガイド：「あたりまえ」がやれない僕らがどうにか生きていくコツ47	借金玉著	493.7/Sh12
	18	「ひとりぼっち」こそが最強の生存戦略である	名越康文著	498.3/N46
	19	女の子が生きていくときに、覚えていてほしいこと	西原理恵子著	914.6/Sa17
	20	墮落論	坂口安吾著	914.6/Sa28
お金	1	働く君に伝えたい「お金」の教養：人生を変える5つの特別講義	出口治明著	159/D53
	2	サイコロジー・オブ・マネー：一生お金に困らない「富」のマインドセット	モーガン・ハウセル著；児島修訳	159/H96
	3	経済評論家の父から息子への手紙：お金と人生と幸せについて	山崎元著	159/Y48
	4	14歳の自分に伝えたい「お金の話」	藤野英人著	330.4/F64
	5	20歳の自分に伝えたいお金のきほん	池上彰, 「池上彰のニュースそうだったのか!!」スタッフ著	330/I33
	6	東大生が日本を100人の島に例えたら面白いほど経済がわかった!	ムギタロー著	330/Mu19
	7	今さら聞けないお金の超基本：節約・貯蓄・投資の前に：ビジュアル版	坂本綾子著	330/Sa32
	8	きみのお金は誰のため：ポスが教えてくれた「お金の謎」と「社会のしくみ」	田内学著	330/Ta96
	9	父が娘に語る美しく、深く、壮大で、とんでもなくわかりやすい経済の話。	ヤニス・バルファキス著	330/V43
	10	お金2.0：新しい経済のルールと生き方	佐藤航陽著	330.4/Sa85

祝入学！図書館から始める大学生活

カテゴリ	No	書名	著者名	請求記号
お金	11	おカネの教室：僕らがおかしなクラブで学んだ秘密	高井浩章著	330.4/Ta34
	12	ヘンテコノミクス	佐藤雅彦, 菅俊一原作；高橋秀明画	331/Sa85
	13	森永先生、僕らが強く賢く生きるためのお金の知識を教えてください！	森永康平著	337/Mo57
	14	貯金すらまともにできていませんがこの先ずっとお金に困らない方法を教えてください！	大河内薫著；若林杏樹著	338.1/O53
	15	くそつまらない未来を変えられるかもしれない投資の話	ヤマザキOKコンピュータ著	338.1/Y48
	16	桃太郎のきびだんごは経費で落ちるのか？：日本の昔話で身につく税の基本	高橋創, 井上マサキ著	345/Ta33
	17	ちょっとしたことでうまくいく発達障害の人が上手にお金と付き合うための本	村上由美著	369.2/Mu43
	18	本当の自由を手に入れるお金の大学	両@リベ大学長著	591/R96
	19	貯められる人は、超シンプル	横山光昭著	591/Y79
学習	1	大学1年生からの研究の始めかた	西山敏樹著	002/N87
	2	学びを結果に変えるアウトプット大全 (Sanctuary books)	樺沢紫苑著	002.7/Ka11
	3	学び効率が最大化するインプット大全 (Sanctuary books)	樺沢紫苑著	002.7/Ka11
	4	現代病「集中できない」を知力に変える読む力最新スキル大全：脳が超スピード化し、しかもクリエイティブに動き出す！	佐々木俊尚著	002.7/Sa75
	5	名著の話 僕とカフカのひきこもり	伊集院光著	019.9/I29
	6	思考の整理学	外山滋比古著	141.5/To79
	7	いつも幸せな人は、2時間の使い方の天才：本当に大事なことをして、毎日を充実させるシンプルな考え方	今井孝著	159/I43
	8	お金に困らない人が学んでいること：「インプット」で人生を思い通りにする31の考え方	岡崎かつひろ著	159/O48
	9	アフターコロナの留学	尾崎 由博	377.6/O96
	10	考える力を高めるキャリアデザイン入門：なぜ大学で学ぶのか	藤村博之編	377.9/Ka54
	11	東大キャリア教室で1年生に伝えている大切なこと：変化を生きる13の流儀	標葉靖子, 岡本佳子, 中村優希編	377.9/To17
	12	大学生になるってどういうこと？：学習・生活・キャリア形成	植上一希, 寺崎里水, 藤野真著	377.9/U34
	13	独学大全：絶対に「学ぶこと」をあきらめたくない人のための55の技法	読書猿著	379.7/D83
	14	勉強法図鑑：自分にあった方法が見つかる！	西岡竜誠, 東大カルペ・ディエム著	379.7/N86
	15	LaTeX超入門：ゼロからはじめる理系の文書作成術 (ブルーバックス:B-2145)	水谷正大著	407/Mi97
	16	確かな力が身につくPython「超」入門	鎌田正浩著	548.964/Ka31
	17	C言語：「完全」入門	松浦健一郎, 司ゆき著	548.964/Ma86
	18	大学1年生の君が、はじめてレポートを書くまで。	川崎昌平著	816/Ka97
	19	新入生のためのアカデミック・リテラシー：一から分かるレポートの書き方	奥田和重, 田島貴裕著	816/O54
	20	大学1年生のための伝わるレポートの書き方	都筑学著	816/Ts99
	21	がっちゃん英語：キミに読ませたくて創った文法書	ごく普通の外国人がっちゃん著	835/G26

祝入学！図書館から始める大学生活

カテゴリ	No	書名	著者名	請求記号
学習	22	英会話は筋トレ。：中2レベルの100例文だけ!1か月で英語がスラスラしゃべれる。	船橋由紀子著	837/F88
コミュニケーション・人間関係	1	「自分の意見」ってどうつくるの?：哲学講師が教える超ロジカル思考術	平山美希著	130/H69
	2	「言葉にできる」は武器になる。	梅田悟司著	141.5/U64
	3	頭のいい人が話す前に考えていること	安達 裕哉著	336.4/A16
	4	1分で話せ：世界のトップが絶賛した大事なことだけシンプルに伝える技術	伊藤羊一著	336.4/I89
	5	無意識のバイアスを克服する：個人・組織・社会を変えるアプローチ	ジェシカ・ノーデル著；高橋璃子訳	361.4/N96
	6	うまくいかない人間関係逆転の法則	松村亜里著	361.4/Ma82
	7	神トーク：「伝え方しだい」で人生は思い通り	星渉著	361.45/H92
	8	人は話し方が9割：1分で人を動かし、100%好かれる話し方のコツ	永松茂久著	361.45/N15
	9	おもろい話し方：芸人だけが知っているウケる会話の法則	芝山大補著	361.45/Sh19
	10	聞く技術聞いてもらう技術	東畑開人著	361.45/To23
	11	バナナの魅力を100文字で伝えてください：誰でも身につく36の伝わる法則	柿内尚文著	361.45/Ka26
	12	コミュ障は治らなくても大丈夫：コミックエッセイでわかるマイナスからの会話力	吉田尚記著；水谷緑漫画	361.45/Y86
	13	ジェンダーについて大学生が真剣に考えてみた：あなたがあなたらしくいられるための29問	一橋大学社会学部佐藤文香ゼミ生一同著	367.1/H77
	14	3万人の大学生が学んだ恋愛で一番大切な"性"のはなし	村瀬幸浩著	367.9/Mu57
	15	大人の話し方聞き方超入門	宮島正洋著	809.2/Mi75
	16	世界最高の話し方：1000人以上の社長・企業幹部の話し方を変えた!「伝説の家庭教師」が教える門外不出の50のルール	岡本純子著	809.2/O42
	17	なぜか好かれる「人前での話し方」	岡本純子著	809.4/O42
	18	話し方で損する人得する人	五百田達成著	809.4/I61
	19	東大生が書いた議論する力を鍛えるディスカッションノート：「2ステージ、6ポジション」でつかむ「話し合い」の新発想!	吉田雅裕著/東大ケーススタディ研究会編	809.6/Y86
	20	「好き」を言語化する技術：推しの素晴らしさを語りたいのに「やばい!」しかでてこない	三宅香帆 [著]	816/Mi76
生活	1	メモの魔力	前田裕二著	002/Ma26
	2	面倒くさがりやの超整理術：「先送り」しないための40のコツ	美崎栄一郎著	336.2/Mi51
	3	小さく分けて考える：「悩む時間」と「無駄な頑張りを」を80%減らす分解思考	菅原健一 著	336.2/Su29
	4	SNS時代のメディアリテラシー：ウソとホントは見分けられる?	山脇岳志著	361.45/Y47
	5	ひとり暮らし大全：自分空間を整えれば人生は好転する!	こう著	365.3/Ko11
	6	大学1年生の歩き方：先輩たちが教える転ばぬ先の12のステップ	トミヤマユキコ, 清田隆之著	377.9/To59
	7	大学生が狙われる50の危険	三菱総合研究所, 全国大学生生活協同組合連合会, 全国大学生協共済生活協同組合連合会著	377.9/D16
	8	食の選び方大全	あるとむ著	498.5/A79
	9	美肌成分事典：化粧品選びの常識が変わる!：キレイになりたい人も勉強したい人ももう悩まない!誰でもわかる	かずのすけ, 白野実著	576/Ka99

祝入学！図書館から始める大学生活

カテゴリ	No	書名	著者名	請求記号
生活	10	汚れの科学：汚れはどのように発生し、どのように消えるのか	齋藤勝裕著	576/Sa25
	11	服が、めんどい：「いい服」「ダメな服」を1秒で決める	大山旬著；須田浩介絵	589/O95
	12	しんどくならない「ひとり暮らし」ハンドブック：一生役に立つ	華井由利奈著	590/H27
	13	ひとり暮らしで知りたいことが全部のってる本	主婦の友社編	590/H77
	14	大人男子の「超」清潔感ハック	宮永えいと著	595/Mi79
	15	チューブ生姜適量ではなくて1cmがいい人の理系の料理	五藤隆介著	596/G72
	16	世界一美味しい手抜きごはん：最速!やる気のいらない100レシピ	はらぺこグリズリー著	596/H32
	17	はるあんのカンタン絶品献立：20分で夜ごはん!	はるあん著	596/H34
	18	やる気1%ごはん：テキトーでも美味しくつくれる悶絶レシピ500	まるみキッチン著	596/Ma55
	19	今やるのが、いちばんハヤイ！人生が整う「小片づけ」	井田典子著	597/I18
	20	片付けてるのに片付かないので、東大卒の整理収納アドバイザーに頼んだら部屋が激変した	米田まりな著	597/Ko63
健康	1	感情的にならない気持ちの整理術：ハンディ版	和田秀樹著	141.6/W12
	2	大学生のためのメンタルヘルスガイド：悩む人、助けたい人、知りたい人へ	松本俊彦編	377.9/D16
	3	図解眠れなくなるほど面白いストレスの話	ゆうきゆう監修	493.4/Z6
	4	ケーキ食べてジム行って映画観れば元気になれるって思ってた	メンタルドクターSidow著	493.7/Si1
	5	頭のいい人の短く深く眠る法：頭と体が100%活性化する最高の眠り方	藤本憲幸著	498.3/F 62
	6	自律神経が整う考え方：ストレスや不安を抱える人へ	原田賢著	498.3/H32
	7	健康になる技術 大全	林 英恵著	498.3/H48
	8	精神科医が教えるストレスフリー超大全：人生のあらゆる「悩み・不安・疲れ」をなくすためのリスト	樺沢紫苑著	498.3/Ka11
	9	マインドフルネスストレス低減法	Jカバットジン著；春木豊訳	498.3/Ka11
	10	繊細すぎてしんどいあなたへ：HSP相談室	串崎真志著	498.3/Ku88
	11	調子いい!がずっとつづくカラダの使い方：絵でわかる	仲野孝明著	498.3/N39
	12	スタンフォード式最高の睡眠	西野精治著	498.3/N85
	13	世界のエリートが実践! 人生を変える睡眠術	ヒラノマリ著	498.3/H66
	14	あらゆる不調が消える世界一のストレッチ	中村雅俊著	498.3/N37
	15	世界最新の医療データが示す最強の食事術：ハーバードの栄養学に学ぶ究極の「健康資産」の作り方	満尾正著	498.5/Mi66
	16	一生役立つ きちんとわかる栄養学	飯田薫子, 寺本あい監修	498.5/I85
	17	科学的に正しい筋トレ：最強の教科書	庵野拓将著	780.7/A49
	18	世界一細かすぎる筋トレ図鑑	岡田隆著	780.7/O38
	19	目醒める! 大腰筋 コアを鍛えて内面から身心を改善	Jo Ann Staugaard - Jones 著	780.7/St2