



広島文教大学附属図書館
あらいぐま博士の

『読んどる?』

vol. 8

2025.11

カウンター近くで展示中の「理想的本箱」より
『ひどい失恋をした時に読む本』をご紹介します。
人生いろいろあるけれど、秋の夜長はじっくり読書で気分転換♪



※「理想的本箱」はNHK Eテレで2021～2024年に放送された番組です。



お目出たき人

武者小路実篤著 / 新潮社

自分は女に、餓えている。理想のあの娘…。一方的な片恋から破局までを豊かな「失恋能力」の持ち主の作者が、底ぬけの率直さで描く。

請求記号: 913.6/Mu84
資料ID: 0252457

番組紹介本



くまちゃん

角田光代著 / 新潮社

この人は私の人生を変えてくれる? みんな失恋しながら生きていく。学生以上・社会人未満の揺れる心を映した共感度満点の「ふられ小説」。

請求記号: 913.6/Ka28
資料ID: 0252458

番組紹介本



好き、だった。

はじめての失恋、七つの話

有川浩[ほか]著/ダ・ヴィンチ編集部編
メディアファクトリー

恋を失って、本気で好きだったのだと気づいた。人気作家たちが失恋を綴った小説アンソロジー。七人七色の失恋のカタチ。

請求記号: 913.68/Su54
資料ID: 0235308



愛するということ 新訳版

エーリッヒ・フロム著 / 鈴木晶訳
紀伊國屋書店

愛は技術であり学ぶことができる。愛こそがオアシスだとして、理論と実践の習得をすすめた本。加藤シゲアキさんが人生を変えた一冊として挙げている。

請求記号: 158/F 48
資料ID: 0118909

10代のための疲れた心がラクになる本 「敏感すぎる」「傷つきやすい」自分を好きになる方法



長沼睦雄著 / 誠文堂新光社

心がパンクしかけていても、セルフケアできるようになると、必ずラクに。知識、心構え(マインド)、行動(技術)、3つの実践で状況は変わる。

電子ブック資料ID: E000175
(自宅でも読める! 詳細はHPに)

書影またはタイトルをクリックすると詳細が表示されます。

その他の展示本

『20代で得た知見』

F著 / KADOKAWA

『流れ星が消えないうちに』

橋本紡著 / 新潮社

『優しい時間: 心を癒す7つのセラピー』

五十嵐佳子著 / 旬報社



広島文教大学附属図書館

〒731-0295 広島市安佐北区可部東1-2-1

TEL: (082) 814-9624

FAX: (082) 814-0346

↑最新情報はこちら <https://www.h-bunkyo.ac.jp/library/>

図書館に
来てね♪



たくさん
本を
読んでね♥