

デュオよこすか おすすめBOOK

生きる…考え方も多様性

自分にあった生き方を
考えてみませんか？



「ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー2」

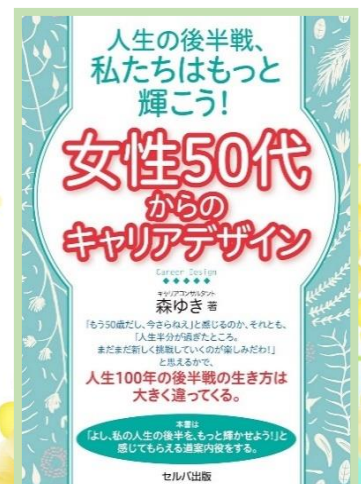
ブレイディみかこ 著

時代や周りの環境が大きく変わっていく中で
さまざまな事件を経験しながら共に悩み考え
大人への階段を昇っていく。
そしてついに親離れのときが…

「女性50代からのキャリアデザイン」

森 ゆき 著

人生100年時代!! 50代のスタートに、前向きな気持ちと
勇気を与えてくれる一冊です。年代、性別、関係なく
おすすめです。



こんな生き方もある

佐藤愛子

角川新書

「こんな生き方もある」

佐藤愛子 著

ミドル世代の悩み事や「老い」への心構え…
読むと元気になれる痛快エッセイ。

「78歳のひとり暮らし」

村上祥子 著

料理家としての著者が元気に動くために…
と、ありのままの暮らしを紹介。
簡単レシピも紹介。



「馬鹿ブス貧乏で生きるしかないあなたに愛をこめて書いたので読んでください」

藤森かよこ 著

驚く様なタイトルですが、著者の人生の反省集に感じます。感受性が強く傷つきやすい方には少し刺激的な内容かもしれませんが、そのメッセージの強さが新たな視点や気づきをもたらすことでしょう。

作成：デュオよこすか 総合福祉会館 5階 046-822-0804

開館時間 9時～18時（年末年始、臨時休館日を除く）