

ヤングアダルト

# YA向け新刊のお知らせ



『このライトノベルがすごい! 2026  
2025年版、新時代を切り拓くライトノベルを発表!  
いま熱いラノベがひと目でわかるブックガイド!』

『このライトノベルがすごい!』編集部/編  
宝島社



## 『13歳からの概念思考』



戸谷 洋志/著  
大和書房



## 『日向丘中学校カウンセラー室[3] 向こう側も卒業式』



まはら 三桃/著  
めばち/装画  
アリス館



## ☆イラスト募集中☆ (BOOK ADVENTURESの表紙になります!)

サイズ A5サイズ程度 (A4の半分)

応募方法 富士見市内の図書館に設置されているイラスト応募BOXに入れて下さい。

注意事項 作品はオリジナルのものに限ります。ペンネームを公表しても問題ない方は、作品の裏面にペンネームをお書きください。

富士見市立中央図書館

TEL: 049-252-5825

鶴瀬西分館

TEL: 049-252-5945

ふじみ野分館

TEL: 049-256-8860

2026.3 発行第 257 号

<https://www.lib.fujimi.saitama.jp>

ブ ッ ク ア ド ベ ン チ ャ ー ズ

# BOOK ADVENTURES

2026.3 発行 第 257 号

~今月のテーマ~

ゆったり、のんびり。

# リラックス



## 【中高生のみなさんへ】

ブックアドベンチャーズの表紙を飾るイラストを大募集しています!  
詳しくは裏表紙「☆イラスト募集中☆」の欄をご覧ください。

二次元コードを読みこむと、書誌情報が見られます♪



『たった1°Cが体を変える  
ほんとうに健康になる入浴法』

早坂 信哉／著 KADOKAWA



お風呂をシャワーで済ますのはもったいない！ ダイエット、生理痛、冷え症などなど…湯船のメリットは無限大！？ 手軽に試せる工夫が満載のこの本を参考にし、あなたも湯船パワーを味わってみよう。

『サウナ語辞典』

サウナにまつわる言葉をイラストと豆知識で「ととのった〜！」と読み解く♪



草薨 洋平／著  
AMAMI／著  
浜竹 睦子／絵  
誠文堂新光社



『読書セラピスト』



ファビオ・スタッシ／著  
橋本 勝雄／訳  
東京創元社



『図書館のゆるゆる人生質問箱』

中高生の悩み、質問、雑談に、  
図書館職員がお応えします！

北海道斜里町立図書館／著 ワニブックス



「好きな人を振り向かせる方法を教えて」「どうしたらお金は増える？」など、悩める中高生からの質問に、図書館の職員さんがユーモアたっぷりに答えます。ゆるくて深い回答に癒されること間違いなし！

『ねこは液体』



「ねこは液体」  
調査委員会／編  
河出書房新社



『学校では教えてくれない  
自分を休ませる方法』



井上 祐紀／著  
KADOKAWA



『アロマ&ハーブ大事典』

林 真一郎／監修 新星出版社



掲載されているハーブの数、なんと406種類。豊富なカラー写真と解説、トピックも紹介。ハーブの効能と効果的な使用法を調べて、自分にピッタリなアロマを見つけよう！ ちょっぴり見習い魔女の気分が味わえるかも…。

書名

著者名

出版社

鳥のはなし 人と鳥の心温まる物語

松本 壮志／著

WAVE出版

きつと紅茶が好きになる

平野 裕子／著

アップフロント  
ブックス

キッチンで作るナチュラルパック  
野菜やフルーツのかで美肌に！

チェ ユナ／著  
井汲 千絵／訳

HANA

人生はニャンとかなる！  
明日に幸福をまねく68の方法

水野 敬也／著  
長沼 直樹／著

文響社

散歩で見つける薬草図鑑  
見分け方・使い方がよくわかる

指田 豊／監修

家の光協会

ストレートネックと猫背が劇的に改善！  
1分間ストレッチ 姿勢がよくなり、痛みが消える

村田 雅史／監修

日東書院本社

睡眠の起源

金谷 啓之／著

講談社

世界のホットドリンクレシピ  
世界各地から届いた体があたたまる飲み物とアレンジ85品

誠文堂新光社／編

誠文堂新光社

13歳からのジャーナリング  
紙とペンがあればすぐできる！

藤本 志乃／監修

メイツユニバー  
サルコンテンツ

心やすまる絶景ポエム  
「おやすみなさい」の前にほんの1分

Good Night  
Books／編

青春出版社