



ひとり暮らしの生き方スタイル

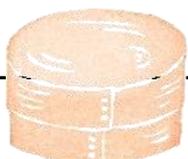
シングル、ひとり暮らし、心配なこともあるけど、ご機嫌に過ごしたいですよね。
あなたの生き方スタイルを素敵に描いてみませんか？

(出版年・分類番号順)

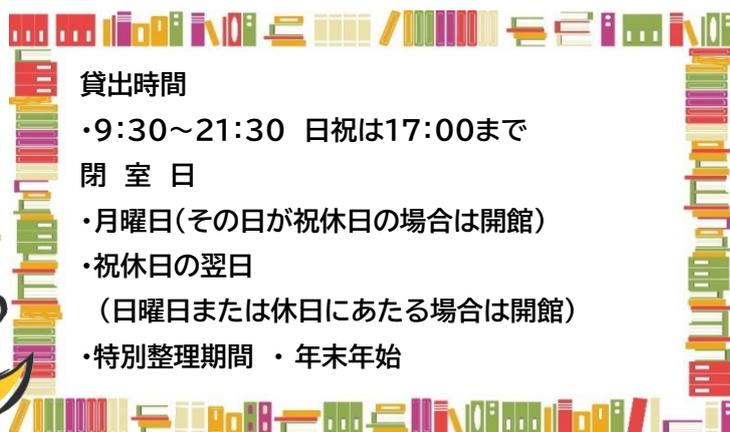
| タイトル | 著者 | 出版社 | 出版年 | 分類番号 | 所蔵館 |
|--|--|---------------|------|----------------|-----|
| 90歳のおばーのゴキゲンなひとり暮らし 孤独を吹き飛ばして幸せに生きるヒケツ | 大田 吉子 // 著 | KADOKAWA | 2024 | 289.1 2-2 | 西 |
| 死ぬまでひとり暮らし 死ぬときに後悔しないために読む本 | 和田 秀樹 // 著 | 興陽館 | 2024 | 159.7 10-1 | 東 |
| 老後ひとり難民 | 沢村 香苗 // 著 | 幻冬舎 | 2024 | 367.7 10-1 | 南 |
| お金をかけず気軽にできる「ひとり老後」が楽しい 77の習慣 | 保坂 隆 // 著 | KADOKAWA | 2024 | 367.7 10-1 | 南 |
| 老後ひとり暮らしの壁 身近に頼る人がいない人のための解決策 | 山村 秀炯 // 著 | アスコム | 2024 | 367.7 10-1 | 南 |
| 60代一人暮らし年金7万円で楽しく幸せに暮らす | 鈴木 よう子 // 著 | PHP研究所 | 2024 | 590.4 10-1 | 西 |
| おうち時間が楽しくなるひとり暮らしアイデアブック | 成瀬 瞳 // 著 たまき ようこ // 編 | KADOKAWA | 2024 | 590 11-1 | 中 |
| ひとり暮らしスタートガイドブック これ一冊で安心！ | 河野 真希 // 監修 坂本 綾子 // 監修 国崎 信江 // 監修 | ナツメ社 | 2024 | 590 11-1 | 南 |
| 今さら聞けないひとり暮らしの超基本 お金・衣食住・防犯が全てわかる大人のリテラシー | 阿古 真理 // 著 | 朝日新聞出版 | 2024 | 590 11-1 | 子 |
| ワクワクする！67歳からはじめての一人暮らし | 本田 葉子 // 著 | 幻冬舎 | 2024 | 590.4 11-1 | 西 |
| 68歳おひとりさま幸せに年を重ねるための お金と時間の上手な使い方 | シヨコラ // 著 | オレンジページ | 2024 | 590.4 11-1 | 東 |
| 楽しく賢くムダ知らず「ひとり老後」のお金の知恵袋 | 保坂 隆 // 著 | 明日香出版社 | 2024 | 591 11-2 | 南 |
| 60代、ひとり暮らし。瀬尾幸子さんの がんばらない食べ方 | 瀬尾 幸子 // 著 | 世界文化社 | 2024 | 596 11-4 | 東 |
| 心地いい団地ひとり暮らし 古くても狭くてもお金をかけなくても | | 宝島社 | 2024 | 590 11-5 | 中 |
| ワンルームワンダーランド ひとり暮らし100人の生活 | 落合 加依子 // 編著 佐藤 友理 // 編著 | 小鳥書房 | 2024 | 914.6 11-5 | 中 |
| ひとり温泉 おいしいごはん | 山崎 まゆみ // 著 | 河出書房新社 | 2024 | 291.09 11-7 | 中 |
| 1日5分、スキマ時間にととのう本 戦闘力上がりすぎてひとりで頑張っているあなたへ | 根本 裕幸 // 著 | ハーバーコリンズ・ジャパン | 2024 | 146.8 12-1 | 子 |
| 102歳、一人暮らし。 哲代おばあちゃんの心も体もさびない生き方 | 石井 哲代 // 著 中国新聞社 // 著 | 文藝春秋 | 2023 | 289.1 2-2 | 南 |
| おひとりさま日和 書き下ろし短編集 | 大崎 梢 // 著 岸本 葉子 // 著 坂井 希久子 // 著 咲沢 くれは // 著 新津 きよみ // 著 松村 比呂美 // 著 | 双葉社 | 2023 | 913.6 6-1 | 子 |
| 94歳、自撮りおばあちゃん やりたい放題のひとり暮らし | 西本 喜美子 // 著 | 宝島社 | 2023 | 740.2 6-6 | 西 |

(裏面に続く)

| タイトル | 著者 | 出版社 | 出版年 | 分類番号 | 所蔵館 |
|---|--------------------------------|----------------------|------|---------------|-----|
| 「選択的シングル」の時代 30カ国以上のデータが示す「結婚神話」の真実と「新しい生き方」 | エルヤキム キスレフ // 著 舩山 むつみ // 訳 | 文響社 | 2023 | 367.4 9-3 | 中 |
| 53歳シングルマザーライフプラン見直しました 成熟時代の生きるヒント | 星 わにこ // 著 安田 まゆみ // 監修 | 世界文化ブックス | 2023 | 367.7 9-3 | 西 |
| あなたが独りで倒れて困ること30 1億「総おひとりさま時代」を生き抜くヒント | 太田垣 章子 // 著 | ポプラ社 | 2023 | 367.7 10-1 | 南 |
| 老いも孤独もなんのその「ひとり老後」の知恵袋 | 保坂 隆 // 著 | 明日香出版社 | 2023 | 367.7 10-1 | 子 |
| 60歳すぎたらひとりを愉しむ100のこと | | 宝島社 | 2023 | 367.7 10-1 | 西 |
| おひとりさまの逆襲 「物わりのよい老人」になんかならない | 上野 千鶴子 // 著 小島 美里 // 著 | ビジネス社 | 2023 | 369.2 10-1 | 南 |
| ひとりシニアのお金と暮らしの基本 将来への備えは賢く、楽しく！ | 深川 恵理子 // 著 | ナツメ社 | 2023 | 591 10-1 | 東 |
| 自分で自分の介護をする本 ひとり暮らしでも大丈夫！ | 小山 朝子 // 著 | 河出書房新社 | 2023 | 369.2 10-2 | 東 |
| 54歳おひとりさま。古い団地で見つけた 私らしい暮らし | きんの // 著 | 扶桑社 | 2023 | 367.7 11-1 | 中 |
| 55歳、小さなひとり暮らし ワクワク、身軽に、気の向く方へ | しょ〜こ // 著 | 大和書房 | 2023 | 590 11-1 | 西 |
| 90歳、ひとり暮らしの知恵袋 お金をかけない素敵な毎日の過ごし方 | 大崎 博子 // 著 | 宝島社 | 2023 | 590 11-1 | 東 |
| しんどくならない「ひとり暮らし」ハンドブック | 華井 由利奈 // 著 | 光文社 | 2023 | 590 11-1 | 中 |
| 71歳、団地住まい毎朝、起きるのが楽しい「ひとり暮らし」 がんを乗り越えてわかった本当の幸せ | ソネ ジュンコ // 著 | ダイヤモンド社 | 2023 | 590.4 11-1 | 東 |
| 72歳、好きな服で心が弾む、ひとり暮らし | ロコリ // 著 | KADOKAWA | 2023 | 590.4 11-1 | 子 |
| 一生ものの台所 ひとり暮らしのわたしにちょうどいい | | 宝島社 | 2023 | 596.9 11-1 | 中 |
| 大人のひとり暮らし 住まいとお金 私らしい、これからの日々のために | | 主婦の友社 | 2023 | 597 11-1 | 西 |
| おひとりさまの断捨離 | やました ひでこ // 著 | 光文社 | 2023 | 597.5 11-1 | 子 |
| 1か月15万円以下で心ゆたかなひとり暮らし | | 扶桑社 | 2023 | 590 11-2 | 南 |
| 「ひとりが好きな人」の上手な生き方 | ティボ ムリス // 著 弓場 隆 // 訳 | ディスカヴァー・ トゥエンティワン | 2023 | 159 12-1 | 西 |



情報・図書コーナーの本は、図書利用カードを作って借りることができます。
(氏名・住所を確認するものが必要です。)
リスト以外にもたくさん本がありますので、ぜひ情報・図書コーナーをご利用下さい！



貸出時間

・9:30～21:30 日祝は17:00まで

閉室日

・月曜日(その日が祝休日の場合は開館)

・祝休日の翌日

(日曜日または休日にあたる場合は開館)

・特別整理期間 ・年末年始