

# 図書館からのお知らせ

# ちょっと一息！ 12月号

山形県公立大学法人  
附属図書館  
2025.11.15 発行

## 米ベスとは？

図書館2階司書選書コーナーに排架された本の中から、司書3人、図書館アルバイト4人でおすすめ本を選出し、ランキング化する毎年恒例の企画です！  
今月号では今年の「米ベス」TOP3を発表します！！

## 米ベス2025 結果発表



### 『言葉にならない気持ち日記』 梅田悟司 [著]

騒ぐほどじゃないちょっとしたことなのにいつまで経っても忘れられなくてモヤモヤする気持ちに、区切りをつけるヒントが書かれています。

読むだけで感情の解像度がぐっと上がる新感覚エッセイ！  
「こんなに服があるのに、着たい服がない」  
「説教が長すぎて、反省する気持ちが消滅した」  
「美容院で髪を切った後、家に帰ると、さっきと違っている」  
「自分流でたのしんでいるのに、正しい方法を押しつけられる」  
などなど、日常の中にある曖昧な感情を徹底的に言語化！

日常生活のモヤモヤしていたことが「あれはこういうことだったのか」と言葉にできて気持ちが晴れる本です。

やらねばならないことに押しつぶされてしまう、心身に余裕のなくなってきた人の味方になってくれる一冊です。



### 『頭と心が整理される1分の使い方』 川野泰周 [著]

「ストレスを蓄えるだけの毎日」「燃え尽き寸前の働き方」から抜け出すには？  
あらゆる悩みを少なく、短くするための「1分ができる心身のリセット術」を紹介。  
今の状況を変えたいと思っているのなら、そっとページを開いてみてください。

基本の味=外れのない味を知っていると料理に対するハードルがぐっと下がると思います。初めて料理に挑戦する際に正しい基礎知識を得られるので学生の皆さんにおすすめです。



### 『はじめの自炊帳』 土井光 [著]

これから自炊を始めたいシティボーイ&シティガールにぴったりの、シンプルで実践しやすい料理入門書です。醤油、塩、砂糖、みりんなど基本の調味料で作るずっと飽きない、とってもおいしいスタンダードな31品を掲載。

# おしらせ



○冬の貸出期間延長について(学生のみ)

冬の貸出期間延長が始まります！

下記の期間に借りた本は通常より長く借りることができます。

この機会に気になっていた本や、長編作品を読んでみてください♪

**期間 : 12月2日(火)～12月25日(木)**

**返却日 : 1月13日(火)**

**冊数 : 5冊まで**

※期間中に借りた本の再貸出(延長)はできません。

○年末年始休館について

**12月26日(金)～1月5日(月)**まで図書館は休館です。

利用再開は**1月6日(火)**からになります。

休館中の図書の返却は返却ボックスへお願ひいたします。

\* \* \* \* \* 山形県図書館大賞2025受賞作品展示中！ \* \* \* \* \*

今年のテーマは『大人の読書スタート～短編集・読みやすい本～』です！



短編作品集で1話が短い。質問形式でサクサク読める。読みやすい本を山形県の図書館職員で選びました(\*^\_^\*)

「最近本読んでないな…」  
「本読むの苦手なんだよな…」  
などの読書から離れていた方にぜひ読んでいただきたいです！  
寒くなり、雪も降ると家で過ごす時間も増えると思います。  
おうち時間に読書タイムを取り入れてみてはいかがでしょうか？

令和7年

# 12月 図書館カレンダー

12月は25日まで19時閉館です。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	月初 <b>1</b> 休館日	2	3	4	5	開館日 <b>6</b> 9:30~16:30
7 休館日	8	9	10	11	入試日 <b>12</b> 休館日	開館日 <b>13</b> 9:30~16:30
14 休館日	15	16	17	18	19	開館日 <b>20</b> 9:30~16:30
21 休館日	22	23	24	25	26 休館日	27 休館日
28 休館日	29 休館日	30 休館日	31 休館日			

\* 每月初めは休館です。

\* 日曜日と祝日は休館日です。

\* 開館時間外の返却は

図書館入口の返却ボックスをご利用ください。

\* 休館日の変更などがある場合は、

図書館掲示板等でお知らせします。

ご了承ください。



## 1月の休館予定

(\* 日曜日以外)

1月1日(木)～1月4日(日)  
/完全閉学

1月5日(月)/月初休館

1月12日(月)/成人の日

1月の閉館時間は、  
19時を予定しています。

次号は12月15日を予定しています！