



「新生活スタート！」

に関する資料リスト

人文展示1 2024. 4. 17 岡山県立図書館 人文科学資料部門

※ リストはテーマに関連する本の一部です。

書名	著者名	出版社	出版年	請求記号	資料番号
一人暮らし					
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	阿古 真理／著	朝日新聞出版	2024.2	590/アコ24/	0016638876
一人暮らし働き女子のお仕事時間とおうち時間丁寧で素敵な毎日を過ごせる理由	aya／著	日本文芸社	2020.10	590/アヤ20/	0015585615
ひとり暮らしで知りたいことが全部のってる本	主婦の友社／編	主婦の友社	2021.2	590/シユ21/	0015429764
ひとり暮らし月15万円以下で毎日楽しく暮らす To Live Happily Every Day	すばる舎編集部／著	すばる舎	2021.4	590/スハ21/	0015802234
はじめてのひとり暮らし安心ガイド	造事務所／編	メディアパル	2022.1	590/ソウ22/	0016038416
帰るのが楽しみになるひとり暮らしBOOK	Hanamori／著	大和書房	2021.4	590/ハナ21/	0015788490
しんどくならない「ひとり暮らし」ハンドブック 一生役に立つ	華井 由利奈／著	光文社	2023.1	590/ハナ23/	0016509440
インテリア・整理整頓・掃除					
人生はDIY 自分らしく暮らすためのインテリアのコツとDIYレシピ38	なつこ／著	ワニブックス	2023.10	592.7/ナツ24/	0016623639
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	2023.7	597/オト23/	0016360638
ちょっと変えれば人生が変わる!部屋づくりの法則「機能的で美しい」だけの部屋ではうまくいきません	高原 美由紀／著	青春出版社	2023.9	597/タカ23/	0016585309
いつまでも美しく暮らす住まいのルール 動線・インテリア・収納	水越 美枝子／著	エクスナレッジ	2023.3	597/ミス23/	0016142119
新しい収納の教科書「浮かせる」「立たせる」「寝かせる」でどんな家も片づく	赤工 友里／著	KADOKAWA	2022.12	597.5/アカ23/	0016496671
本当に心地いい部屋 ものが少ないからくつろげる、満たされるから帰りたくなる	筆子／著	大和出版	2022.4	597.5/フテ22/	0016074122
物に囲まれてすっきり暮らす 景色を変える片づけ	古堅 純子／著	大和書房	2023.3	597.5/フル23/	0016323362
毎日がピカピカになる「水まわり」の洗いかた トイレ・キッチン・風呂場の汚れがおもしろいほど落ちる!	お掃除職人きよきよ／著	興陽館	2023.3	597.9/オリ23/	0016314098
新!掃除の解剖図鑑 やり方次第でこんなに変わる	日本ハウスクリーニング協会／著	エクスナレッジ	2022.11	597.9/ニホ22/	0016419194

書名	著者名	出版社	出版年	請求記号	資料番号
お弁当・自炊					
てんきち母ちゃんのはじめての自炊練習帖 1 週間1500円で毎日おいしい	井上 かなえ/ 著	ダイヤモンド社	2023.2	596/イ/23/	0016567026
サステナブルな自炊生活 小さな工夫で捨てずに楽しむ	しらいし やすこ/ 著	朝日新聞出版	2022.8	596/シラ22/	0016447385
18歳からの自炊塾 九州大学生生き方が変わる3か月	比良松 道一/ 著	家の光協会	2020.11	596/ヒラ20/	0015655533
自炊者になるための26週	三浦 哲哉/ 著	朝日出版社	2023.12	596/ミウ24/	0016648412
自分のために料理を作る 自炊からはじまる「ケア」の話	山口 祐加/ 著	晶文社	2023.8	596.04/ヤマ23/	0016545600
幸せなおべんとう つくる人も、食べる人も	足立 洋子/ 著	婦人之友社	2022.3	596.4/アタ22/	0015778699
はじめてのスープ弁当 素材の切り方や量がひと目でわかる	市瀬 悦子/ [著]	家の光協会	2022.1	596.4/イチ22/	0016003709
これがほんのお弁当のきほん 無理なく楽しくおいしく作る。これが一番大事	井原 裕子/ 著	成美堂出版	2021.3	596.4/イハ21/	0015745805
フライパンひとつで!のつけ弁当	エダジュン/ 著	学研プラス	2021.2	596.4/エタ21/	0015729973
頑張らないお弁当 おかずは1品でも、大満足!	にぎりっ娘。/ 著	KADOKAWA	2021.3	596.4/ニキ21/	0015788573
弁当作家の学生が毎日作る家族と自分のゆる弁	のん/ 著	主婦と生活社	2022.3	596.4/ノン22/	0016062812
寝る前につくる美しいお弁当「詰め方」のルールがわかればセンスはいらない!	Hanaco/ 著	KADOKAWA	2024.2	596.4/ハナ24/	0016638868
朝悩まないお弁当 レンチン&トースター&作り置きで!	はるめし/ 著	ワニブックス	2023.4	596.4/ハル23/	0016323446
今日から「自炊勢」になる! 1 見れば作れる!読まずに作れる!		オレンジページ	2023.3	L596/キヨ23/1	0016138166

手帳					
働く女子のわたしらしく「書く」習慣 毎日がうまいく!	亀山 ルカ/ 著	KADOKAWA	2023.4	002.7/カメ23/	0016322968
心と暮らしを整える手帳&ノート術		宝島社	2023.12	002.7/ココ24/	0016649121
バレットジャーナル活用術 好きを詰め込んで手帳時間を楽しく!	mone/ 著	エムディエヌコーポレーション	2022.3	002.7/モネ22/	0015481260
Me Time 自分を後回しにしない「私時間」の作り方	池田 千恵/ [著]	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2022.11	159/イケ23/	0016299828
目標や夢が達成できる1年・1カ月・1週間・1日の時間術	吉武 麻子/ 著	かんき出版	2023.10	159/ヨシ23/	0016561078

☆お探しの資料が見つからない時は、カウンターでおたずねください。人文科学班