

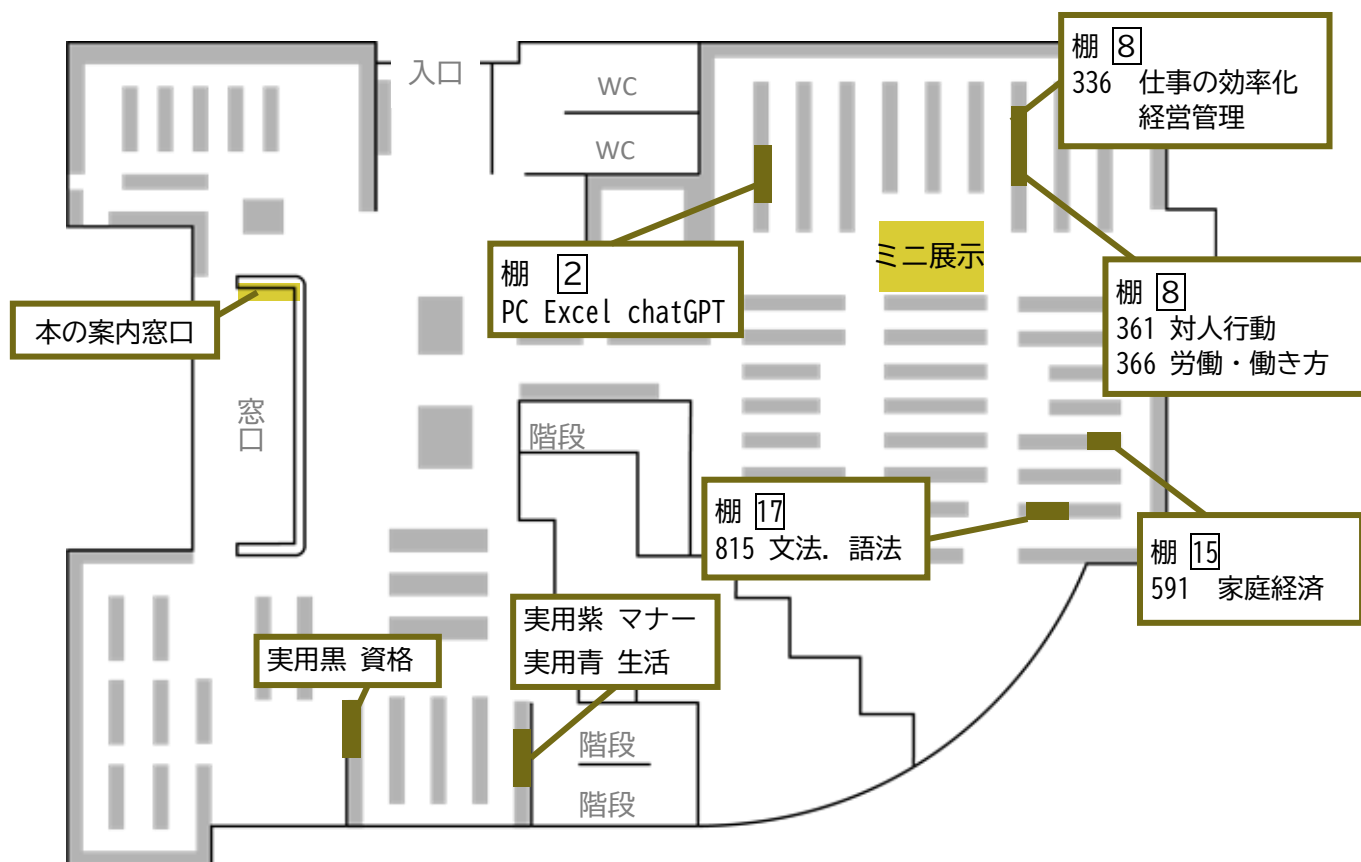


テーマ：新生活応援

1 図書館の棚から探す

中央図書館 2階案内図

※特集期間中、関連資料はミニ展示コーナーにまとめて設置しています。



2 蔵書検索機（インターネット）で調べる

館内設置の検索機や、インターネット（パソコン・スマートフォン）から検索できます。

<https://opac.lib.city.matsumoto.lg.jp/WebOpac/webopac/index.do>












おすすめキーワード

ビジネスマナー コミュニケーション 社会人 働き方 仕事術
ビジネススキル 暮らし 豆知識 勉強法 日本語-敬語 など

3 おすすめ資料

資料の場所や利用状況は、QRコードから御確認いただくか、図書館職員へお尋ねください。






■基礎・マナー

1		『3コマでわかるビジネスマナー』 開架 336.49 イ 井手 奈津子／著 東京：翔泳社 社会人として必要なビジネスマナーを要点3つのイラストでサクッと紹介。
2		『令和版新社会人が本当に知りたいビジネスマナー大全』 実用紫1 336レ 増田 美子／監修 東京：KADOKAWA 基本のビジネスマナーだけでなくデジタルツールの使い方やお金の知識など紹介。
3		『ビジネスマン超入門365』 空港 開架 159ハ 林 雄司／文 東京：太田出版 ビジネスマンとして暮らしていくために大事な知恵を紹介。
4		『大人の敬語力大全』 新書 815ス 鈴木 昭夫／著 東京：ロングセラーズ 相手に好印象を与える言い方、間違いやすい使い方など、実例を挙げて解説。
5		『社会人1年目のピンチを乗り切る仕事術』 開架 336.47シ 鈴木 真理子／監修 東京：ナツメ社 よくあるピンチを取り上げ、対処法や繰り返さないコツを解説。
6		『社会人の教科書1年生』 開架 336シ 新星出版社編集部／編 東京：新星出版社 社会人の基本を身につけるため、仕事への取り組み方などを解説。
7		『正しい「働き方」はどっち?』 開架 366フ 福田 裕史／著 東京：秀和システム 知っておきたい働き方の基礎知識を、2択式クイズで解説。
8		『ひとり暮らしのお金大全』 開架 591サ さんきゅう倉田／著 東京：KADOKAWA 日々のやりくりの見直しから、貯金、投資まで、お金の基本を解説。
9		『図解社会人の基本お金のしくみがわかるおとな事典』 南部 鎌田 開架 338ス 永濱 利廣／監修 東京：講談社 お金の基本から基礎的な経済用語の意味、税金・年金・保険のルールまで解説。
10		『くらしの豆知識 2026年版』 実用青2 590ク 国民生活センター／編集 東京：国民生活センター 10代・20代が消費生活の中でつまづかないために知ってほしい内容を紹介。
11		『アレの正しい使い方図鑑』 南部 鎌田 中山 開架 049ア 東京トリセツ研究会／編 東京：山と溪谷社 日々の暮らしから防災、アウトドアまで、道具の正しい使い方を伝授。






■スキルアップ

12		『ChatGPT&Gemini 生成 AI 活用ガイド』 PC99 007.1 チ 日経パソコン／編 東京：日経 BP 生成 AI を活用したメモ整理&活用術、営業・総務など、使い方を解説。
13		『対話型検索エンジン Perplexity 仕事術』 開架 007.5 キ 菊川 裕司／著 東京：エクスナレッジ 「情報検索アシスタント」として活用できるツール Perplexity の紹介。
14		『作業効率が 3 倍良くなる! パソコン時短術』 PC5 007 サ 山橋 美穂／監修 東京：宝島社 仕事効率が劇的に向上するパソコン操作ワザをキーボード図とともに紹介。
15		『スパイに学ぶ「あざとい」会話術』 開架 336 カ 勝丸 円覚／著 東京：講談社 情報収集や交渉、リスク管理など様々な場面で活用できる人心掌握術を紹介。
16		『即戦力!』 開架 159.4 ア 足立 光／著 東京：ダイヤモンド社 キャリアを成功させるため、1年で結果を出すための 7 つのステップを紹介。
17		『リーダーの挑戦』 開架 335 リ 読売新聞経済部／編 東京：中央公論新社 企業の舵取りを行う経営者たち 60 人によるインタビュー集。
18		『効率的に成果を出す人になる 100 の法則』 開架 335 サ 酒井 とし夫／著 東京：日本能率協会マネジメントセンター 効率的に働くためのダンドリ力や集中力アップ術など 100 の法則を紹介。
19		『アイデアを仕事にする技術』 開架 336.1 イ 伊藤 望／著 東京：WAVE 出版 アイデアを生み出す仕組みと原理、インプットとアウトプットの習慣を紹介。
20		『資格取り方選び方全ガイド 2027 年版』 実用黒 2 336 シ 高橋書店編集部／編 東京：高橋書店 社会的評価が高く、就職・転職やキャリアアップに役立つ 1000 資格を紹介。
21		『大人の「勉強」バイブル』 開架 379 オ 東京：日経 BP すきま時間を上手に活用して勉強する時の効率的な勉強法を紹介。
22		『AI×家事』 実用青 2 590 ミ 宮崎 真理／著 東京：扶桑社 AI にサポートしてもらい、家事や育児の負担を軽減する方法を紹介。
23		『モノのお手入れ・お直し・作りかえ』 実用青 2 590 モ 暮らしの図鑑編集部／編 [東京]: 翔泳社 さまざまな生活道具や室内空間を整えていくためのアイデアやヒントを紹介。

■ワークライフバランス

24		『働く親のためのサバイバルガイド』 開架 366.7 キ 岸畑 聖月／著 東京：文響社 子どもを育てている人に向けて、仕事と両立するためのコツを紹介。
25		『あなたの幸福度が上がるデンマークの仕事と生活』 開架 366 ハ マイク・ヴァイキング／著 東京：原書房 仕事の充実が私生活を犠牲にしないデンマーク式「ハッピーワーク」について紹介。
26		『正しい会社の休み方』 開架 366 シ 志賀 直樹／著 東京：秀和システム タイムパフォーマンスの良い人生を送るため会社を休むための制度について解説。
27		『世界の一流は「休日」に何をしているのか』 開架 159 コ 越川 慎司／著 東京：クロスメディア・パブリッシング 一流ビジネスパーソンの休日の過ごし方から「休み方改革」のアクションを紹介。
28		『早起き、大好き。』 鎌田 実用青 4 590.4 ハ 内田 彩仍 ほか／著 東京：PHP エディターズ・グループ 朝の時間を素敵に過ごす 10 人による早起きにまつわるエッセイ集。

■人間関係・環境

29		『しんどくならないコミュニケーション図鑑』 開架 361 シ トキオ・ナレッジ／著 東京：Gakken 円滑なコミュニケーション方法を、4 ステップの解決法とともに紹介。
30		『相手のホンネがわかる 7 秒ルール』 開架 361 サ 佐藤 綾子／著 東京：扶桑社 見た目や言葉の端にあらわれる相手のホンネを秒で見極める方法を伝授。
31		『頼るスキル頼られるスキル』 新書 336 ヨ 吉田 穂波／[著] 東京：KADOKAWA 仕事・家庭・コミュニティを居心地よくするための「頼るスキル」を解説。
32		『ゼロからわかるチームの作り方大全』 開架 336 イ 伊庭 正康／著 東京：ナツメ社 信頼関係を築き目標を共有しメンバーの力を引き出すためのスキルを紹介。
33		『働く人と職場を支える実践ガイド』 開架 498.8 マ 松本 桂樹／著 東京：日本評論社 会社や組織で働く人の不調にどう対応できるか心理支援の観点から解説。

作成：令和 8 年 4 月

※ 掲載されている情報は作成日現在のものです。

資料が見つからないときや、図書館にない資料の取寄せ・

リクエストについては、図書館までお尋ねください。

 **松本市図書館**
Matsumoto City Library

〒390-0861 長野県松本市蟻ヶ崎 2-4-40
電話 0263-32-0099 Fax0263-37-1148
Mail tosyokan@city.matsumoto.lg.jp
https://www.lib.city.matsumoto.lg.jp/