

# 中高生向けおすすめの本

## 「学校に行かない僕の学校」

尾崎 英子//作 ポプラ社 <Y91/オ>  
フリースクールでの自然や人、いろいろな出会いを通して、居場所を見つける物語。

## 「しんどい時の自分の守り方」

増田 史//著 ナツメ社 <Y37/マ>  
友だちやお家の人との関わり、自分のこと…。  
「しんどい」を手放そう。自分の心の守り方を紹介。

2026年5月 千歳市立図書館