

## 女性の心とカラダ

No.	書名	著者	出版社	出版年	分類
1	生理で知っておくべきこと 自分の体を守る正しいデータを持てなかった女性たちへ	細川モモ／著 佐藤雄一、奈良岡佑南／監修	日経BP	2021.5	IC
2	見えない妊娠クライシス 誰にも言えない妊娠に悩む女性を社会で支える	佐藤拓代／編著 松岡典子ほか／著	かがわ出版	2021.3	EB
3	ママはかいぞく	カリーヌ・シュリュグ／ぶん レミ・サイヤール／え やまもと ともこ／やく	光文社	2020.3	KA
4	ライフサイクルでみる女性の保健と健康 充実した人生を過ごしていくために	小國美也子、木下博勝、近藤奈々絵、平野雄／著	ミネルヴァ書房	2020.3	IC
5	小夏を探す旅	川上夏子／著	書肆侃侃房	2020.2	JH
6	自分で選びとるための「性」の知識	シオリヌ／著	イースト・プレス	2020.12	GB
7	おっぱいエール	本山聖子／著	光文社	2020.1	JH
8	女性の生きづらさ その痛みを語る	信田さよ子／編	日本評論社	2020.1	BF
9	<性>なる家族	信田さよ子／編	春秋社	2019.5	GA
10	ストーカーとの七〇〇日戦争	内澤旬子／著	文藝春秋	2019.5	JH
11	生理用品の社会史	田中ひかる／著	KADOKAWA	2019.2	IC
12	更年期障害も代謝の低下も自律神経の乱れも怖くない！	深堀真由美／著	大和書房	2019.2	IC
13	女性のがんと外見ケア 治療中でも自分らしく	分田貴子／著	法研	2018.9	IC
14	産まないことは「逃げ」ですか？	吉田潮／著	ベストセラーズ	2017.9	BD
15	佐々木静子からあなたへ 女のからだと医療・性暴力・人権	佐々木静子／著 『佐々木静子からあなたへ』編集委員会／編	教育史料出版会	2015.9	IC
16	布ナプキンはじめてBook 生理をこちよく	山浦麻子／著	泉書房	2012.3	IC
17	卵巣の病気 月経の不調から卵巣がんまで	上坊敏子／著	講談社	2012.10	IC

## 男性の心とカラダ

No.	書名	著者	出版社	出版年	分類
1	日本の男性不妊 当事者夫婦の語りから	竹家一美／著	晃洋書房	2021.4	IC
2	あの人はなぜ定年後も会社に来るのか	中島美鈴／著	NHK出版	2021.1	BF
3	ワンピースで世界を変える！	ブローレンヂ智世／著	創元社	2020.3	DZ
4	「支配しない男」になる	沼崎一郎／著	ぶねうま舎	2019.5	BD
5	男らしさの終焉	グレイソン・ペリー／著 小磯洋光／訳	フィルムアート社	2019.12	BD
6	男性は何をどう悩むのか 男性専用相談窓口から見る心理と支援	濱田智崇、『男』悩みのホットライン／編	ミネルヴァ書房	2018.3	BD
7	俺たち妊活部 「パパになりたい！」男たち101人の本音	村橋ゴロー／著	主婦の友社	2016.3	GB
8	愛を言い訳にする人たち DV加害男性700人の告白	山口のり子／著	梨の木舎	2016.3	BD
9	ストーカー加害者 私から、逃げてください	田淵俊彦、NNNDキュメント取材班／著	河出書房新社	2016.3	EA
10	男をこじらせる前に 男がリアルにツライ時代の処方箋	湯山玲子／著	KADOKAWA	2015.1	BD
11	7年目のツレがうつになりまして。	細川貂々／作	幻冬舎	2013.4	JH
12	オトコのうつ イライラし、キレやすく、黙り込む男性のうつを支える女性のためのガイドブック	デヴィッド・B. ウェクスラー／著 山藤奈穂子／監訳 山藤奈穂子、荒井まゆみ／訳	星和書店	2010.6	IC

## 子どもの心とカラダ

No.	書名	著者	出版社	出版年	分類
1	おうち性教育はじめます	フクチマミ、村瀬幸浩／著	KADOKAWA	2020.3	IA
2	中学生・高校生のためのDV、暴力予防教育プログラム	須賀朋子／著	かりん舎	2020.1	GB
3	「もう頑張れない」って言ったって、君の価値は下がったりしない	夏ノ瀬いの／著	KADOKAWA	2019.2	BZ
4	少女だった私に起きた、電車のなかでのすべてについて	佐々木くみ、エマニュエル・アルノー／著	イースト・プレス	2019.12	JI
5	いいタッチわるいタッチ	安藤由紀／著	復刊ドットコム(岩崎書店)	2016.2	KA
6	女性のからだどころ 自分らしく生きるための絆をもとめて	内田伸子／編著	金子書房	2012.4	BD
7	女の子のセーフティブック からだどころをまもる	安藤由紀／著	童心社	2009.3	KZ
8	女の子のからだの悩み 専門家にこれだけは聞いておきたい質問100	久米美代子、村山より子、小川久貴子／著	新風舎	2006.11	IC
9	性暴力を生き抜いた少年と男性の癒しのガイド		明石書店	2005.7	GB
10	メグさんの男の子のからだどころQ&A	メグ・ヒックリング／著 三輪妙子／訳	築地書館	2004.9	IA
11	知ってホッとするからだノート 女の子の悩み*すぐ解決ブック	大谷香／総合監修	祥伝社	2003.11	IC
12	男の子のからだどころ これだけは知っておきたい12歳になったら読む本	村瀬幸浩／著	ゆうエージェンシー	2000.2	IA

## 心とカラダのセルフケア

No.	書名	著者	出版社	出版年	分類
1	しんどい時の自分の守り方	増田史／著	ナツメ社	2021.9	12月新着
2	イラストでわかる骨・筋肉・神経のしくみ事典	田中利和／著	ナツメ社	2021.3	IC
3	ひとさじで免疫力が上がる発酵しょうが健康レシピ	マズジマトモコ／著 石原新菜／監修	家の光協会	2020.8	ID
4	セルフケアの道具箱 ストレスと上手につきあう100のワーク	伊藤絵美／著	晶文社	2020.7	12月新着
5	疲れなからだになる鉄分ごはん	ワタナベマキ／著	家の光協会	2020.2	HA
6	60歳からが楽しい自転車趣味 年齢不問自転車に乗って、もっと元気にアクティブに！		辰巳出版	2020.12	HD
7	パートナーに対する暴力のメカニズム Dark Triadと生活史戦略による個人差に対するアプローチ	喜入暁／著	風間書房	2019.9	BD
8	不調と美容のからだ地図 毎日、心地よい自分でいられる	市野さおり／著	日経BP	2019.8	IC
9	50歳からのついでヨガ 更年期障害も代謝の低下も自律神経の乱れも怖くない！	深堀真由美／著	大和書房	2019.2	IC
10	自分を傷つけてしまう人のためのレスキューガイド 自傷行為、摂食障害、物質乱用・依存に悩む人の回復と支援のために	松本俊彦／監修	法研	2018.2	IC
11	イラストでわかる疲れなカラダの使い方図鑑	木野村朱美／著 中村知史／イラスト	池田書店	2018.11	IC
12	心とカラダがやすまる暮らし図鑑	川上ユキ／著	エクスナレッジ	2017.5	12月新着
13	マンガでわかるココロの不調回復 食べてうつぬけ	いしいまき／作	主婦の友社	2017.12	IC
14	オトナ女子の不調をなくすカラダにいいこと大全 その不調、このまま放っておいて大丈夫？	小池弘人／監修	サンクチュアリ出版	2015.11	IC
15	40歳からの女性の不調にやさしく効く漢方の本	松村圭子／著	日東書院本社	2013.6	IC
16	女子漢方 つらい症状を改善 冷え むくみ 便秘・下痢 頭痛 月経前症候群ほか	矢久保修嗣、木下優子、上田ゆき子／著	法研	2013.12	IC
17	男と女でこんなに違う生活習慣病	太田博明／著	講談社	2006.3	EC