

《 心の声を聞いてみて 》

【一般書】

書名	著者名	請求記号
悩みが消える「勇気」の心理学	永藤 かおる // 著	140 ナ
家族が変わるとき	森 薫 // 著	146.8 モ
“寝る前に5分”読むだけで「不安」がスーッと消え去る本	弥永 英晃 // 著	146.8 ヤ
クッキングと人生相談	枝元 なほみ // 著	159 ク
折れない心をつくるいい言葉	斎藤 茂太 // 著	159.8 サ
自分を守るためにちょっとだけ言い返せるようになる本	司 拓也 // 著	361.4 ツ
親から始まるひきこもり回復	榊田 智彦 // 著	367 マ
ふがないいきょうだいに困ってる	吉田 潮 // 著	367.3 ヨ
「大人の引きこもり」見えない息子と暮らした母親たち	臼井 美伸 // 著	367.7 ウ
知っていますか?自殺・自死防止と支援一問一答	国際ピアレンダーズ大阪自殺防止センター // 編著	368 シ
よくわかる自殺対策	本橋 豊 // 編著	368 モ
LGBTQ+の児童・生徒・学生への支援	葛西 真記子 // 編著	371 カ
9月1日	樹木 希林 // 著	371 キ
いじめで死なせない	岸田 雪子 // 著	371 キ
子どもの自殺予防ガイドブック	阪中 順子 // 著	371 サ
先生と子どもの「怒り」をコントロールする技術	佐藤 恵子 // 著	371 サ
いじめない力、いじめられない力	品川 裕香 // 著	371 シ
教育カウンセラーの私が不登校のわが子を救ったたった一つの方法	杉本 桂子 // 著	371 ス
子どもの願い いじめvs12の哲学	丹野 清彦 // 著	371 タ
5つの問題行動別「手に負えない思春期の子」への関わり方	土井 高德 // 著	371 ド
不登校から脱け出した家族が見つけた幸せの物語	菜花 俊 // 著	371 ナ
いじめからは夢を持って逃げましょう!	長野 雅弘 // 著	371 ナ
死ぬんじゃねーぞ!!	中川 翔子 // 著	371 ナ
子どものころ、大人のころ	原田 眞理 // 著	371 ハ
不登校・ニート・ひきこもりの家族に贈る気持ちを切り替えるカレシリエンス	森 薫 // 著	371 モ
不登校になって伸びた7つの能力	吉田 晃子 // 著	371 ヨ
いじめを本気でなくすには	阿部 泰尚 // 著	371.4 ア
保健室から見える親が知らない子どもたち	桑原 朱美 // 著	371.4 ク
保健室から見える本音が言えない子どもたち	桑原 朱美 // 著	371.4 ク
ある日、うちの子が学校に行かなくなったら	鈴木 あや // 著	371.4 ス

書名	著者名	請求記号
子どものSOSの聴き方・受け止め方	半田 一郎 // 著	371.4 ハ
FACESいじめをこえて	NHK「FACES」プロジェクト // 著	371.4 フ
いじめのことばから子どもの心を守るレッスン	堀田 秀吾 // 著	371.4 ホ
“うつ” “ひきこもり” の遠因になる発達障害の “二次障害” を理解する本	宮尾 益知 // 監修	378.8 ウ
うつぬけ精神科医が教える心が折れない子を育てる 親の習慣	宮島 賢也 // 著	379 ミ
マンガ脱・「不登校」 1	加藤 善一郎 // 著 マンガ原作	493 カ
自傷・自殺のことがわかる本	松本 俊彦 // 監修	493 ジ
マンガでよくわかる私って、うつですか？	渡部 芳徳 // 監修	493 マ
笑いの免疫学	船瀬 俊介 // 著	493.09 フ
疲労ちゃんとストレスさん	にしかわ たく // 漫画 原作	493.1 ニ
あなたが死にたいのは、死ぬほど頑張っているから	平 光源 // 著	493.72 タ
うつ病	坪井 康次 // 監修	493.76 ウ
薬だけに頼らずうつがみるみる遠ざかる食べ方大全	功刀 浩 // 著	493.76 ク
うつ病の原因はウイルスだった!	近藤 一博 // 著	493.76 コ
いのちの手紙	斎藤 環 // 著	493.76 サ
うつ病は心の弱さが原因ではない	近藤 一博 // 監修 原作	493.76 ニ
ママにいいこと大全	主婦の友社 // 編	493.76 マ
マンガでわかるココロの不調回復 食べてうつぬけ	奥平 智之 // 著	493.79 オ
LAの人気精神科医が教える共感力が高すぎて疲れて しまうがなくなる本	ジュディス オルロフ // 著	493.79 オ
「HSP」で「ひきこもり」だけど私は元気です。	かほり // 著	493.79 カ
うつぬけ生活習慣	工藤 孝文 // 著	493.79 ク
ケーキ食べてジム行って映画観れば元気になれるって 思ってた	メンタルドクターSidow // 著	493.79 シ
繊細すぎるHSPのための子育てお悩み相談室	飯村 周平 // 監修	493.79 セ
ダメ人間だと思ったらHSPでした!	染井 アキ // 著	493.79 ソ
繊細な人が快適に暮らすための習慣	西脇 俊二 // 著	493.79 ニ
精神科医が教える繊細な人の仕事・人間関係がうまく いく方法	保坂 隆 // 著	493.79 ホ
本音を言おうとすると涙が出てくる	ゆりか // 著	493.79 コ
どうかご自愛ください	ユン ホンギョン // 著	493.79 コ
まわりに気を使いすぎなあなたが自分のために生き られる本	Ryota // 著	493.79 リ
心の病気にかかる子どもたち	水野 雅文 // 著	493.93 ミ
わからなくても、こころはある	山登 敬之 // 著	493.93 ヤ
「小さいのち」を守る	朝日新聞取材班 // 著	498 チ
精神科医が教えるストレスフリー超大全	樺沢 紫苑 // 著	498.39 カ

書名	著者名	請求記号
精神科医がすすめる疲れにくい生き方	川野 泰周 // 著	498.39 カ
「執着しない脳」のつくり方	加藤 俊徳 // 著	498.39 カ
職場ですり減らないための34の「やめる」	片田 智也 // 著	498.39 カ
「気にしすぎて疲れる」がなくなる本	下園 壮太 // 著	498.39 シ
自己肯定感にいいこと超大全	トキオ ナレッジ // 著	498.39 ジ
心を壊さない生き方	Testosterone // 著	498.39 テ
ココロとカラダを整えるオトナ女子の休み方	友野 なお // 著	498.39 ト
しんどい心によく効く1日1分みぞおちもみ	永井 峻 // 著	498.39 ナ
自律神経が整う考え方	原田 賢 // 著	498.39 ハ
EVERYDAY SISUフィンランドの幸せ習慣	カトヤ パンツァル // 著	498.39 パ
「気にしすぎな人クラブ」へようこそ	吉本 ユータヌキ // 著	498.39 ヨ
繊細な人の心が折れない働き方	井上 智介 // 著	498.8 イ
うつ病九段	先崎 学 // 原作	796.0 セ
うつ逃げ	なおにゃん // 著	916 ナ

【児童書】

書名	著者名	請求記号
小学生の何でもお悩み相談室	関 和之 // マンガ イラスト	100 ガ
いっしょにいきるって、なに？	オスカー ブルニフィエ // 文	100 ブ
人生って、なに？	オスカー ブルニフィエ // 文	100 ブ
きもちって、なに？	オスカー ブルニフィエ // 文	100 ブ
10歳の君に贈る、心を強くする26の言葉	岩村 太郎 // 著	130 イ
おもいやりの絵本	WILLこども知育研究所 // 編 著	150 オ
白熱道徳教室 1～3	加藤 宣行 // 著	150 カ 1～3
こどものどうとく 人のきもちがわかる子になる!	釈 徹宗 // 監修	150 コ
生きかたルールブック	齋藤 孝 // 監修	159 イ
命はどうしてたいせつなの？	大野 正人 // 作	159 オ
尾木ママのいのちの授業 1～5	尾木 直樹 // 監修	159 オ 1～5
君の心を強くする世界のすごい人のことば50	齋藤 孝 // 著	159 サ
10歳の質問箱 正, 続	日本ペンクラブ「子どもの本」委員会 // 編	159 ジ, 159 ジ 2
レインボールームのエマ	戸森 しるこ // 作	300 オ
10代の不安・悩みにこたえる「性」の本	染矢 明日香 // 監修	367 シ
きみの人生はきみのもの	谷口 真由美 // 著	369 タ

書名	著者名	請求記号
ひとりでがんばらない!	藤田 孝典//著	369 フ
ほんのすこしの勇気から	日本国連HCR協会ボランティア 絵本プロジェクトチーム//著	369 ホ
みんなに知ってほしいヤングケアラー 2, 3	濱島 淑恵//監修	369 ミ 2, 3
いじめのきもち	村山 士郎//編	371 イ
ぼくらが作った「いじめ」の映画	今関 信子//文	371 イ
いじめられている君へ いじめている君へ いじめを 見ている君へ	朝日新聞社//編	371 イ
おとなを動かす悩み相談クエスト	山崎 聡一郎//監修	371 オ
「学校」ってなんだ?	伊藤 美奈子//監修	371 ガ
さかなのなみだ	さかなクン//著	371 サ
いきのびる魔法	西原 理恵子//著	371 サ
モヤモヤそうだんクリニック	池谷 裕二//文	491 イ
10代から知っておきたいうつ病	仁王 進太郎//監修	493 ジ
10代から知っておきたい不安症	新村 秀人//監修	493 ジ
落ちこんだって、だいじょうぶ	ティナ レイ//著	498 レ

【ヤングアダルト】

書名	著者名	請求記号
13歳からのアンガーマネジメント	松井 晴香//著	Y 141 マ
「みんなと違う」自分を大切にする方法	本田 秀夫//著	Y 159 ホ
生きづらさを抱えるきみへ	withnews編集部//著	Y 371 イ
居場所がほしい	浅見 直輝//著	Y 371 イ
学校に行きたくない君へ 正, 続	全国不登校新聞社//編	Y 371 ガ, Y 371.4 ガ2
しんどい時の自分の守り方	増田 史//著	Y 371.4 マ
10代HSPさんの「しんどい」をかるくする本	みさき じゅり//著	Y 498.39 ミ