

令和8年9月 一般展示「こころをまもる あしたにつなぐ」 東図書館

バーコード	請求記号	形態区分	タイトル	著者名	出版者	出版年	ISBN
025907882	113/㉔	一般	「生きがい」と出会うために	若松英輔／著	NHK出版	2021.3	978-4-14-081799-5
026426502	114.2/㉔	Y A	「わたし」が死ぬということの哲学	兼本浩祐／著	筑摩書房	2026.4	978-4-480-68552-0
025255746	140/㉔	一般	生きづらさからの脱却	岸見一郎／著	筑摩書房	2015.9	978-4-480-01625-6
025052838	140.4/㉔	一般	こころの処方箋	河合隼雄／著	新潮社	1992.1	4-10-379102-0
026181347	145.7/㉔	一般	自殺帳	春日武彦／著	晶文社	2023.10	978-4-7949-7386-3
025908344	145.7/ハ	一般	ヒトはなぜ自殺するのか	ジェシー・ベリング／著	化学同人	2021.1	978-4-7598-2057-7
025060906	146.8/イ	一般	仕事・人間関係「もう、限界!」と思ったとき読む本	石原加受子／著	KADOKAWA	2014.2	978-4-04-600263-1
025869207	146.8/タ	一般	織細さんが「自分のまま」で生きる本	武田友紀／著	清流出版	2019.12	978-4-86029-491-5
025820192	146.8/タ	一般	「織細さん」の知恵袋	武田友紀／著	マガジンハウス	2020.9	978-4-8387-3124-4
026025338	146.8/ナ	一般	人生が変わる!自己肯定感を高める心のセルフケア大全	中島輝／著	宝島社	2022.5	978-4-299-02610-1
025890252	146.8/ホ	一般	空気が読めなくてもそれでいい。	細川貂々／著	創元社	2020.12	978-4-422-93088-6
025116237	146.8/ミ	Y A	10代のうちに知っておきたい折れない心の作り方	水島広子／著	紀伊國屋書店	2014.7	978-4-314-01118-1
025018615	146.8/ヱ	一般	あなたがこの世に生まれてきた意味	諸富祥彦／著	KADOKAWA	2013.11	978-4-04-731616-4
026419879	146.8/㉔	一般	生きづらさの手放し方	和田一郎／著	KADOKAWA	2026.3	978-4-04-608007-3
025183351	146.8/㉔	一般	しなやかに生きる心の片づけ	渡辺奈都子／著	大和書房	2015.3	978-4-479-77189-0
025461278	159/㉔	一般	たった一つの自信があれば、人生は輝き始める	有川真由美／著	きずな出版	2017.10	978-4-86663-011-3
024571952	159/イ	一般	自分を好きになれないキミへ	石井裕之／著	祥伝社	2009.12	978-4-396-61352-5
026271155	159/イ	Y A	「迷わない心」のつくり方	稲盛和夫／文	サンマーク出版	2024.11	978-4-7631-4171-2
025721143	159/㉔	一般	自己肯定力	鴨頭嘉人／著	かも出版	2019.7	978-4-86113-850-8

バーコード	請求記号	形態区分	タイトル	著者名	出版者	出版年	ISBN
024520280	159/カ	一般	不安のしずめ方	加藤諦三／著	PHP研究所	2012.8	978-4-569-80572-6
025672940	159/カ	一般	もっとずぶとく生きてみないか	川北義則／著	海竜社	2018.3	978-4-7593-1600-1
026351866	159/コ	一般	おこさま人生相談室	小林エリカ／著	柏書房	2025.6	978-4-7601-5633-7
024779993	159/サ	一般	「つらい気持ち」が消えてゆく本	斎藤茂太／著	新講社	2011.7	978-4-86081-391-8
025256108	159/サ	一般	笑うとなぜいいか?	斎藤茂太／著	新講社	2015.9	978-4-86081-536-3
025129453	159/タ	一般	心のブレーキを解除して、思いっきり!動けるようになる本	谷口祥子／著	明日香出版社	2014.11	978-4-7569-1734-8
025705765	159/タ	一般	悩む人	高橋秀実／著	文藝春秋	2019.5	978-4-16-390979-0
025207929	159/タ	一般	人は、誰もが「多重人格」	田坂広志／著	光文社	2015.5	978-4-334-03856-4
025989609	159/ト	一般	相談する勇氣	精神科医Tomy／著	飛鳥新社	2021.12	978-4-86410-817-1
026248104	159/ノ	一般	どう生きるかつらかったときの話をしよう	野口聡一／著	アスコム	2023.10	978-4-7762-1314-7
026358119	159/フ	一般	ほどよく孤独に生きてみる	藤井英子／著	サンマーク出版	2025.2	978-4-7631-4201-6
026326223	159.7/オ	Y A	折れない心を育てるいのちの授業	小澤竹俊／著	KADOKAWA	2019.8	978-4-04-108663-6
025885112	159.7/シ	Y A	「死にたい」「消えたい」と思ったことがあるあなたへ	河出書房新社／編	河出書房新社	2020.11	978-4-309-61727-5
026288399	159.7/ト	Y A	図書館のゆるゆる人生質問箱	北海道斜里町立図書館／著	ワニブックス	2025.4	978-4-8470-7537-7
026234518	159.7/ホ	Y A	12歳から始める心が折れない技術	堀田秀吾／著	秀和システム	2024.5	978-4-7980-7208-1
025824012	280/コ	Y A	偉人もみんな悩んでいた	こざきゆう／文	樫出版社	2020.10	978-4-7779-5981-5
024061624	335/カ//	一般	家族の力	野口誠一／[著]	祥伝社	2006.3	4-396-11036-7
026103416	361.4/イ	一般	これで人づきあいは楽になる	泉野晶代／著	明日香出版社	2022.11	978-4-7569-2247-2
024779308	361.4/カ	一般	話したらラクになる心理学	加藤諦三／著	大和書房	2011.6	978-4-479-64035-6
026270900	361.4/コ	Y A	ぼっちのままで居場所を見つける	河野真太郎／著	筑摩書房	2024.10	978-4-480-68498-1

バーコード	請求記号	形態 区分	タイトル	著者名	出版者	出版年	ISBN
026122010	367.6/イ	Y A	君はなぜ、苦しいのか	石井光太／著	中央公論新社	2023.3	978-4-12-005637-6
025062308	367.7/ヨ	一般	明日も前へ	吉沢久子／著	PHP研究所	2014.2	978-4-569-81711-8
024670598	368.シ//	一般	自殺予防学	河西千秋／著	新潮社	2009.6	978-4-10-603640-8
026357038	368.3/カ	一般	身近な人を自死で失うということ	寛智子／著	青弓社	2025.6	978-4-7872-3562-6
025812629	368.3/サ	一般	苦しい時は電話して	坂口恭平／著	講談社	2020.8	978-4-06-520776-5
025018144	368.3/ス	一般	自殺	末井昭／著	朝日出版社	2013.11	978-4-255-00750-2
024790925	368.3/マ	一般	自殺するのがアホらしくなる本	的場光昭／著	展転社	2011.7	978-4-88656-360-6
026064873	369/ム	一般	「ヤングケアラー」とは誰か	村上靖彦／著	朝日新聞出版	2022.8	978-4-02-263121-3
026371948	369.2/ク	一般	仕事と介護の両立サポートブック	黒澤史津乃／共著	ビジネス教育出版社	2025.10	978-4-8283-1139-5
026164764	369.2/コ	一般	自分で自分の介護をする本	小山朝子／著	河出書房新社	2023.8	978-4-309-29324-0
026351833	369.2/シ	Y A	障害のある10代のための困りごと解決ハンドブック	野口晃菜／編著	現代書館	2025.4	978-4-7684-3611-0
026052340	369.2/シ	一般	誰も断らない	篠原匡／著	朝日新聞出版	2022.6	978-4-02-251825-5
026338921	371.4/エ	Y A	自己肯定感は高くないとダメなのか	榎本博明／著	筑摩書房	2025.3	978-4-480-68519-3
025950130	371.4/オ	一般	生きづらさの生き方ガイド	大橋史信／共著	日本法令	2021.7	978-4-539-72839-0
026425959	371.4/オ	一般	フリースクールという選択	おおたとしまさ／[著]	講談社	2026.5	978-4-06-543475-8
025818204	371.4/カ	一般	学校に行きたくない君へ	全国不登校新聞社／編	ポプラ社	2020.7	978-4-591-16728-1
026108795	371.4/ク	一般	感情コントロールに苦しむ子ども	楠凡之／共著	高文研	2022.12	978-4-87498-830-5
026353342	371.4/コ	Y A	不登校のあの子に起きていること	高坂康雅／著	筑摩書房	2025.7	978-4-480-68527-8
026345181	371.4/シ	一般	子どもの自殺はなぜ増え続けているのか	渋井哲也／著	集英社	2025.5	978-4-08-721364-5
025722307	371.4/ナ	Y A	死ぬんじゃないぞ!!	中川翔子／著	文藝春秋	2019.8	978-4-16-391072-7

バーコード	請求記号	形態 区分	タイトル	著者名	出版者	出版年	ISBN
026047225	371.4/ヒ	一般	生きづらさに向き合うこども	平井美津子／著	日本機関紙出版センター	2022.6	978-4-88900-268-3
026373936	371.4/フ	一般	不登校・登校しぶりの子が親に知ってほしいこと	齊藤万比古／監修	大和出版	2025.11	978-4-8047-6470-2
025759861	371.4/ヨ	一般	不登校になって伸びた7つの能力	吉田晃子／著	廣済堂出版	2019.10	978-4-331-52258-5
026150334	493.7/エ	一般	絵と図でよくわかる心の病	ニュートン編集部／編著	ニュートンプレス	2023.7	978-4-315-52709-4
026432633	493.7/カ	一般	生きづらさの正体	片田珠美／著	宝島社	2026.6	978-4-299-07216-0
025174848	493.72/ワ	一般	自分をどう元気づけるか	和田秀樹／著	新講社	2015.1	978-4-86081-525-7
025914698	493.76/ウ	一般	うつぬけの「頑張らない」ごはん	功刀浩／監修	ナツメ社	2021.6	978-4-8163-7002-1
025344995	493.76/オ	一般	生きるのが面倒くさい人	岡田尊司／著	朝日新聞出版	2016.6	978-4-02-273670-3
025321043	493.76/オ	一般	絆の病	岡田尊司／著	ポプラ社	2016.3	978-4-591-14947-8
026170522	493.76/ワ	一般	うつの壁	和田秀樹／著	幻冬舎	2023.9	978-4-344-98709-8
025856253	493.79/ナ	一般	「敏感すぎる自分」を好きになれる本	長沼睦雄／著	青春出版社	2020.1	978-4-413-21156-7
025821372	493.79/ニ	一般	繊細な人が快適に暮らすための習慣	西脇俊二／著	KADOKAWA	2020.9	978-4-04-604931-5
024933194	498.39/シ	一般	心の疲れをとる技術	下園壮太／著	朝日新聞出版	2013.2	978-4-02-273490-7
025874322	498.39/シ	一般	心療内科医が教える家庭でできるセルフメンタルケア	山岡昌之／監修	徳間書店	2020.6	978-4-19-865132-9
025784596	498.39/シ	Y A	自分のこころとうまく付き合う方法	アリス・ジェームズ／著	東京書籍	2020.4	978-4-487-81362-9
025509902	498.39/シ	一般	人間関係の疲れをとる技術	下園壮太／著	朝日新聞出版	2017.9	978-4-02-273094-7
025545781	498.39/ツ	一般	脳を守る、たった1つの習慣	築山節／著	NHK出版	2018.7	978-4-14-088557-4
026368092	498.39/ナ	一般	与えずぎてしまうあなたへ。	エミリー・ナゴスキー／著	主婦の友社	2025.10	978-4-07-461557-5
025628033	498.39/ニ	一般	「引きずらない」人の習慣	西多昌規／著	PHPエディターズ・グループ	2016.2	978-4-569-82982-1
025236258	498.39/ホ	一般	感情を整える技術	保坂隆／著	ベストセラーズ	2015.8	978-4-584-12482-6

バーコード	請求記号	形態区分	タイトル	著者名	出版者	出版年	ISBN
025577438	498.39/ホ	一般	精神科医が教えるシニアのためのゆるっと感情ストレッチ	保坂隆／著	祥伝社	2018.11	978-4-396-61670-0
025129750	498.39/ホ	一般	世界一簡単!「ストレス」と上手につき合う方法	堀北祐司／著	三笠書房	2014.11	978-4-8379-2562-0
025930397	596/ア	一般	料理に対する「ねばならない」を捨てたら、うつの自分を受け入れられた。	阿古真理／著	幻冬舎	2021.4	978-4-344-03781-6
024369910	911.5/タ	一般	すてきなひとりぼっち	谷川俊太郎／詩	童話屋	2008.7	978-4-88747-084-2
025502766	914.6/サ	一般	やばい老人になろう	さだまさし／著	PHP研究所	2017.9	978-4-569-83604-1
026229443	914.6/マエ	一般	死なれちゃったあとで	前田隆弘／著	中央公論新社	2024.3	978-4-12-005767-0
024942138	916/シ//	一般	自殺の瀬戸際	六本木悟志／著	文芸社	2013.04	9784286135120
026070235	916/マメ	一般	しにたい気持ちが消えるまで	豆塚エリ／著	三栄	2022.9	978-4-7796-4671-3
025459421	916/ヨシ	一般	死を思うあなたへ	吉田ルカ／著	日本評論社	2017.9	978-4-535-58717-5
025535741	947/カ	Y A	絶望名人カフカの人生論	カフカ／[著]	新潮社	2014.11	978-4-10-207105-2
025539693	F/アイ	Y A	雨の降る日は学校に行かない	相沢沙呼／著	集英社	2017.3	978-4-08-745553-3
025913765	F/アヤ	一般	死にたがりの君に贈る物語	綾崎隼／著	ポプラ社	2021.5	978-4-591-17008-3
024894693	F/イコ//	一般	フィッシュストーリー	伊坂幸太郎／著	新潮社	2009.12	978-4-10-125024-3
025640426	F/イト	一般	想像ラジオ	いとうせいこう／著	河出書房新社	2015.3	978-4-309-41345-7
025642794	F/イマ	一般	むらさきのスカートの女	今村夏子／著	朝日新聞出版	2019.6	978-4-02-251612-1
025589144	F/イロ	一般	月まで三キロ	伊与原新／著	新潮社	2018.12	978-4-10-336212-8
025832882	F/カ	一般	あつあつを召し上がれ	小川糸／著	新潮社	2014.5	978-4-10-138341-5
026333153	F/カ	一般	ライオンのおやつ	小川糸／[著]	ポプラ社	2022.10	978-4-591-17506-4
024831943	F/カ	一般	晴天の迷いクジラ	窪美澄／[著]	新潮社	2012.2	978-4-10-325922-0
025760133	F/カ	一般	ぎりぎりす	太宰治／著	新潮社	2008.11	978-4-10-100613-0

バーコード	請求記号	形態 区分	タイトル	著者名	出版者	出版年	ISBN
024213316	F/ヒカ	一般	とりつくしま	東直子／著	筑摩書房	2007.5	978-4-480-80407-5
024917866	F/ヒラ	一般	空白を満たしなさい	平野啓一郎／著	講談社	2012.11	978-4-06-218032-0
025450693	F/ヱリ	一般	カラフル	森絵都／著	文藝春秋	2007.9	978-4-16-774101-3
025598491	F/ヱリ	一般	水曜日の手紙	森沢明夫／著	KADOKAWA	2018.12	978-4-04-107316-2