

## 2～3月 本という相談室

A…悩みを理解する      B…悩みを解消する      C…館員のおすすめ

分類	タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号	登録番号	配架場所
A	ハタチの原点：仕事、恋愛、家族のこれから	阿部真大(著)	筑摩書房	2009	362/AB2	0430426	3階 図書
A	「今どきの若者」のリアル	山田昌弘(編著)	PHP研究所	2023	362/YA27A	0480432	3階 図書
A	こころの苦しみへの理解：トータルメンタルヘルスガイドブック	シドニー・ブロック(著)	中央法規出版	2018	617.8/BL5	0468957	4階 図書
A	サイコバブル社会：膨張し融解する心の病	林公一(著)	技術評論社	2010	617.8/HA14	0435010	4階 図書
A	睡眠とメンタルヘルス：睡眠科学への理解を深める	白川修一郎(編)	ゆまに書房	2006	613/YU2/V.8	0414120	4階 図書
A	からだは嘘をつかない：うつ・不安・失感情、「からだ」からのアプローチ	アレクサンダー・ローエン(著)；国永史子(訳)	春秋社	2008	139/LO1A	0424346	4階 図書
A	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ってなかった女性たちへ	細川モモ(著)	日経BP	2021	619.1/HO1	0475669	4階 図書
A	生体リズムと健康	若村智子(編著)	丸善	2008	613.3/WA5	0419222	4階 図書
A	睡眠のはなし：快眠のためのヒント	内山真著	中央公論新社	2014	080/TY1A/V.2250	0451087	4階 文庫・新書
A	ストレスのはなし：メカニズムと対処法	福間詳(著)	中央公論新社	2017	080/TY1A/V.2432	0463196	4階 文庫・新書
A	完璧を求める心理	櫻井茂男(著)	金子書房	2019	<a href="#">こちらから読めます</a>	E0000838	KinoDen
A	「繊細さん」の本	武田友紀(著)	飛鳥新社	2018	<a href="#">こちらから読めます</a>		LibrariE
B	泣きたい日の人生相談	岸見一郎(著)	講談社	2023	080/KO1A/V.2700	0478051	3階 文庫・新書
B	迷う心の「整理学」：心をそっと置いて	増井武士(著)	講談社	1999	080/KO1A/V.1483	0373938	3階 文庫・新書
B	オトナ女子の不調をなくすカラダにいいこと大全	小池弘人監修	サンクチュアリ出版	2018	613/SA11	0470156	4階 図書
B	調子いい!がずっとつづくカラダの使い方：絵でわかる	仲野孝明(編)	創元社	2019	613.3/NA8	0471234	4階 図書
B	名医が教える自律神経がすっきり整うまいにちいいこと366	小林弘幸監修)	講談社	2021	613.3/NA9	0477267	4階 図書
B	食事睡眠運動の教科書：最新科学×伝統医療が奇跡を起こす	スハス・クシルサガル(著)；桜田直美(訳)	かんき出版	2020	613/KS1	0473823	4階 図書
B	東洋医学式カラダとココロの整え方：女性の不調をなくす	鈴木知世(著)	河出書房新社	2016	613/SU5	0471143	4階 図書
B	忘却の整理学	外山滋比古(著)	筑摩書房	2009	131.4/TO2	0432652	4階 図書
B	眠トレ!	三橋美穂(著)	三笠書房	2019	613.3/MI11	0473821	4階 図書
B	疲れしない大百科	工藤孝文(著)	ワニブックス	2019	613.3/KU3	0471236	4階 図書
B	ポジティブ心理学：科学的メンタルウェルネス入門	小林正弥(著)	講談社	2021	080/KO1C/V.742	0473738	4階 図書

## 2～3月 本という相談室

A…悩みを理解する      B…悩みを解消する      C…館員のおすすめ

分類	タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号	登録番号	配架場所
B	汗はすごい：体温、ストレス、生体のバランス戦略	菅屋潤壹(著)	筑摩書房	2017	080/TIIA/V.1264	0463672	4階 文庫・新書
B	現代思想6月臨時増刊号 2024(vol.52-8)		青土社	2024	(未製本雑誌)		地下1階 雑誌
B	大学生として学ぶ 自分らしさとキャリアデザイン	高丸理香, 宇賀田栄次, 原田いづみ(編)	有斐閣	2021	<a href="#">こちらから読めます</a>	E0000781	KinoDen
B	世界一やさしい「才能」のを見つけ方	八木仁平(著)	KADOKAWA	2023	<a href="#">こちらから読めます</a>		LibrariE
C	ウィーツィ・バット	フランチェスカ・リア・ブロッ ク(著); 金原瑞人, 小川 美紀(訳)	東京創元社	2002	813/BL1/V.1	0400873	2階 図書
C	スヌーピーの50年：世界中が愛したコミック『ピー ナッツ』	チャールズ・M.シュルツ (著); David Larkin (編); 三川基好(訳)	朝日新聞社	2001	755/SC1	0371989	2階 大型
C	少女ポリアンナ	エリナー・ポーター(作); 谷口由美子(訳)	岩波書店	2002	J/PO2	0386076	4階 図書
C	韃靼疾風録	司馬遼太郎(著)	文藝春秋	1998	850.8/SI7/V.52	0378148	2階 図書
C	Father Christmas	Raymond Briggs(著)	Hamish Hamilton	1973	Jp/BR4B	0393205	4階 図書
C	幸田文全集	幸田文(著)	中央公論社	1958	850.8/KO4/V.1	0074553	2階 図書
C	「死なない蝟」(萩原朔太郎詩集より)	萩原朔太郎(著); 三好達 治(選)	岩波書店	1981	080/IW1ee/V.62/1C.2	0363039	2階 文庫・新書
C	「沼」(芥川竜之介全集 第3巻より)	芥川竜之介(著)	岩波書店	1977	850.8/AK1C/V.3	0168143	2階 図書
C	ニッポンの犬	岩合光昭(写真); 岩合日 出子(文)	平凡社	1998	779/IW2	0352493	2階 大型
C	暮しの手帖 第16巻		暮しの手帖社	2022	P640.5/KUIE/V.16	0478970	書庫-2 雑誌(大 型)
C	自分のために料理を作る：自炊からはじまる「ケア」 の話	山口祐加(著); 星野概念 (対話に参加)	晶文社	2023	642/YA7	0479070	4階 図書
C	バラ図譜	ピエール=ジョゼフ・ル ドゥーテ(画)	河出書房新社	2008	754.7/RE1	0422071	2階 大型
C	竜馬がゆく	司馬遼太郎(著)	文藝春秋	1972	850.8/SI7/V.3	0137922	2階 図書
C	もっと知りたいカンディンスキー：生涯と作品	松本透(著)	東京美術	2016	708/TO7/V.68	0461662	2階 図書
C	もっと知りたい菱田春草：生涯と作品	鶴見香織(著)	東京美術	2013	708/TO7/V.54	0448994	2階 図書
C	もっと知りたいマグリット：生涯と作品	南雄介監修・福満葉子 (著)	東京美術	2015	708/TO7/V.55	0455591	2階 図書
C	もっと知りたいゴッホ：生涯と作品	園府寺司(著)	東京美術	2007	708/TO7/V.6	0431656	2階 図書