

## までいの力

著者名 「までい」特別編成チーム 充実した仕事に就きたい。でも、幸せな家庭も築きたい。そんなあなたのための生き方バイブル。「夫の転勤をチャンスに変える方法」「子育てのサポーターを増やすヒント」「再就職のための学び」など、仕事と家庭を両立させてきた女性たちの体験談から。自分らしく幸せに生きるためのシンプルな習慣を探ります。心配しなくても大丈夫。きょうとうまくいきます！

出版社 SEEDS出版

登録月日 H23.10

登録番号 1320

## 俺んち、ヤバイ!?

著者名 哀川 翔 子ども5人、父親歴17年、とりあえず息子、娘と妻はグれてない。オレ流のしつけ、遊び方、夫婦ゲンカ。家族という“族”をまとめる哀川家の秘訣！

出版社 東邦出版

登録月日 H23.12

登録番号 1323

## 限界集落株式会社

著者名 黒野伸一 地方書店発ベストセラー、遂に文庫化！「限界集落」、「市町村合併」、「食糧危機」、「ワーキングプア」、「格差社会」などなど日本に山積する様々な問題を一掃する、前代未聞！逆転満塁ホームランの地域活性エンタテインメント！！

出版社 小学館

登録月日 H24.5

登録番号 1333

## もっと素敵にコミュニケーション! 1子育て編

著者名 栗栖佳子 子育てに不安を抱え悩んでいる。気が付けばいつも叱ってばかりいる。そんなお母さんたちが、この本を読むことでホッと一息入れてもう一度ゆっくり子どもと向き合えるように・・・

出版社 (株)宙 ワクワク楽しくなる子育てに役立つコーチングのコミュニケーションスキルをお伝えしています。子育て以外に部下の育成など、ビジネスにも活かせる本です。

登録月日 H24.10

登録番号 1339

## みんなおひとりさま

著者名 上野千鶴子 『おひとりさまの老後』より断然面白い。女友達がいれば安心。

出版社 正灯社

登録月日 H25.2

登録番号 1349

## さらば！超高齢社会悲観論

著者名 椎名一博 今の高齢者は10歳若返っている！  
画期的な対策がここに！74歳まで元気に働くだけで、10.5兆円の新産業が生まれ、社会保障費も12兆円減らせる。ただし、10年後では間に合わない。明るい超高齢社会が始まる。キーワードは「新しい価値の発見」と「健康」そして「連携」。

出版社 東洋経済新報社

登録月日 H25.2

登録番号 1351

## 加齢なる日々

著者名 小川有里 会社を定年しても《人生の放課後》ははじまったばかり。妻だって食事作りを定年し《錠剤ごはんの日》がほしい。介護も子供たちが《過労姉妹》にならぬよう、《PPKかBBK》でいきたいし、《ホラー介護》にならないために妻とも仲良く暮らしたい。いつ倒れても「脱がされても」大丈夫なように《毎日が勝負下着》だし、《ケアつきスナック》で尿モシを気にせずカラオケしたい！

出版社 毎日新聞出版社

登録月日 H26.2

登録番号 1376

## 飯館村は負けない—土と人の未来のために

著者名 千葉悦子・牧野光伸 村に放射能が降った。浜の避難者を懸命に受け入れた人びとへの全村避難指示、不安と混乱。家を牛を、豊かな土を、丹精込めた村を捨てるのか。世界中が注視するなか、役場の奮闘、若者の発信、女たちのがんばり、諦めない人びとの長いたたかいが始まる。寄り添ってきた研究者が様々な村民の声を拾い、未来のために報告する。

出版社 岩波新書

登録月日 H26.2

登録番号 1379

## 高齢者が働くということ

著者名 ケイトリン・リンチ 年をとって引退した身でありながら働く、その動機や経験は人によってさまざまであり、互いに相容れないものもある。

出版社 ダイヤモンド社 本書は、従来の基準に照らせば引退してもおかしくない年齢の人にとって、働くとはどんな意味があるのかを考えていく。

登録月日 H27.3

登録番号 1418

## 子どものアンガーマネジメント

著者名 長縄史子 学校や友だち同士でよくある、ついイラっとしてしまう場面。ワークを使って自分の怒りをコントロールする練習をしよう！ともだちにずるされたとき、割りこみされたとき、理由はわからないけどなんだかイライラするとき……。学校やともだち同士でよくある、ついイラっとしてしまう場面。

出版社 合同出版 アンガーマネジメントを身につけ、じぶんの怒りをコントロールする練習をしよう！

登録月日 H28.3

登録番号 1453 すぐに使えるワークが満載！ 怒りチェックシートや、アンガーマネジメントクイズつき。

## いのちが教えるメタサイエンス

著者名 宮島望 森も牛も畑の作物も、みんないのちのシンフォニーを奏でている。世界一のチーズを作った共働学舎新得農場の挑戦。

出版社 地湧社

登録月日 H29.4

登録番号 1498

## ひといちばい敏感な子

著者名 エレイン・N・アール  
ン著/明橋大二訳 泣きやまない、なかなか眠らない、相手の気持ちや細かい変化によく気がつく、服のチクチクなどにも敏感に反応する……。これは、5人に1人いる「ひといちばい敏感な子」(Highly Sensitive Child=HSC)の特徴です。HSCは、学校や病院では発達障がいなどと混同されやすく、HSCを育てる親御さんは「子どもがおかしいのでは」「自分の子育てが間違っていたのでは」と、子育てに悩みを抱えることが多くあります。

出版社 1万年堂出版

登録月日 H29.4

登録番号 1499

## 発達障害のある子どもができることを伸ばす

著者名 杉山登志郎・辻井正次 発達障害のある子ども（LD、ADHD、アスペルガー症候群、高機能自閉症）の中でも、特に成長段階において幼児（幼稚園、保育園）の頃は、肉親、関係者などは、いちばん神経を使うところです。理解できない日常生活の中で、どのように対応したらよいのか？具体的な実践サポートの方法が分かりやすい図解イラストで要約されています。

出版社 日東書院

登録月日 H29.4

登録番号 1507

## 活かそう! 発達障害脳

著者名 長沼睦男 脳から探る発達障害治療と効果的な生活上の工夫。

出版社 花風社

登録月日 H29.4

登録番号 1508

## 月光浴

著者名 旭爪あかね 引きこもりから抜けだし社会に踏み出そうとする千華は、恋人の新から「一緒に農業をやろう」と誘われるが決断ができない。ある日、新の友人でトラック運転手の靖が事故を起こしたことをきっかけに、ドライバーの実態調査をする取材に関わることに。『稲の旋律』から8年、あらたな歩み始める千華を描く感動の完結編。

出版社 新日本出版社

登録月日 H29.4

登録番号 1513

## エレガントな毒の吐き方

著者名 中野信子 脳は、「打ち負かしたい」「論破したい」もの一冷たくざらついた本音を言って、傷つけ合うコミュニケーションをとるのではなく、あたたかくやわらかな嘘で相手をしずかに見下し、思いやりながら距離をとる。そうすれば、事情が変化した、まさにその時、切らずに、あいまいな形で塩漬けにしておいた関係性を、コストもリスクも最小限に抑えた形で再構築できるはず。NOを言わずにNOを伝える“大人の教養”を、一緒に身につけてみませんか。

出版社 日経BP

登録月日 R7.10

登録番号 1647

## 介護未満の父に起きたこと

著者名 ジェイ・スー 82歳の父が突然ひとり暮らしに。幸い健康だが、家事がほとんどできないため、その生活に黄信号が灯る。  
出版社 新潮社 唯一の家族である娘は、毎食の手配から大掃除までをあえてビジネスライクにサポート。  
登録月日 R7.10 それでも日々体力と記憶力が衰える父に、「ペットボトルが開けられない」などの難題が次々とふりかかる。「老人以上、介護未満」の身に何が起きるのか？ その時期に必要な心構えは？ 父のケアに奔走した娘が綴る、七転八倒の5年間。  
登録番号 1649

## 仕事も人間関係もうまくいく離れる力

著者名 大愚 元勝 「近すぎる」から依存的になる。  
出版社 三笠書房 独占的にも、自己中心的にもなる。  
登録月日 R7.12 「あの人」との付き合い方を改めよう。  
登録番号 1654 仕事の仕方、SNSの使い方も見直そう。