

はまゆう図書館 企画展示 3月「自殺対策強化月間によせて」 展示リスト

3月は自殺対策強化月間です。浜松市精神保健福祉センターの啓発印刷物、チラシ、および関連図書を展示します。
この機会に、改めて「いのち」について考えてみませんか？



展示期間: 令和8年3月1日(日)～令和8年3月25日(水)

書名	著者	出版者	分類	資料番号
1 「助けて」が言えない 子ども編	松本 俊彦／編	日本評論社	146	6110361513
2 “承認欲求”捨ててみた	諸富 祥彦／著	青春出版社	146.8	6110350235
3 13歳からの自分の心を守る練習	谷本 恵美／著	PHP研究所	146.8	6110376198
4 はじめて学ぶグリーフケア	宮林 幸江／著	日本看護協会出版会	146.8	6110342398
5 グリーフカフェ 大切な人を亡くした人たちが語ったこと	佐藤 奈央／著	論創社	146.8	6110400915
6 グリーフケアとアウトリーチ かなしみを受け入れて生きていくということ	金田 諦應／著	方丈社	146.8	6110400709
7 もう会えない人を思う夜に	坂口 幸弘／[著] 赤田 ちづる／[著]	ディスクヴァー・トウエンティワン	146.8	6110385116
8 チームの生産性を高めるアサーション	丸山 奈緒子／著	日本生産性本部生産性労働情報センター	336.49	6110393151
9 人間関係リセット症候群	ゆうき ゆう／著	内外出版社	361.4	6110382550
10 身近な人間関係が変わる大切な人に読んでほしい本	フィリップ・ペリー／著 高山 真由美／訳	日経BP日本経済新聞出版	361.45	6110390801
11 仕事のモヤモヤに効くキャリアブレイクという選択肢	北野 貴大／著	KADOKAWA	366.2	6110371983
12 誰も教えてくれなかった「なりたい自分」のを見つけ方	なりたい自分発見ラボ／著	クロスメディア・パブリッシング	366.29	6110390074
13 「ハラスメント」の解剖図鑑	宮本 剛志／著	誠文堂新光社	366.3	6110381321
14 子どもの話をちゃんと聴く。 自分もハッピーになる傾聴のコツ	辰 由加／著	徳成出版社	367.3	6110391239
15 死にたい気持ちに触れるということ ソーシャルワーカーが見ている景色	加藤 雅江／著	大月書店	368.3	6110384655
16 共生社会のアサーション入門	小林 学美／著 石川 貴幸／絵	明石書店	369.27	6110357628
17 不登校・登校しぶり	藤枝 静暁／著	ナツメ社	371.42	6110359970
18 不登校からの回復の地図 子どもの気持ちがわからず、道に迷ったら	明橋 大二／著	青春出版社	371.42	6110398481
19 子どものSOSの聴き方・受け止め方	半田 一郎／著	金子書房	371.43	6110357008
20 気づいたら、親と同じことをしている	成田 奈緒子／著	幻冬舎	379.9	6110376495
21 10代から考えるこころの健康 みんなでつくる「だいじょうぶな社会」	笠井 清登／著	大修館書店	493.7	6110397350
22 自分を傷つけることで生きてきた	村松 英之／著	KADOKAWA	493.7	6110383483
23 心の病気はどう治す？	佐藤 光展／著	講談社	493.7	6110371967
24 文系のための東大の先生が教える心の健康科学	滝沢 龍／監修	ニュートンプレス	493.7	6110381164

はまゆう図書館 企画展示 3月「自殺対策強化月間によせて」 展示リスト

3月は自殺対策強化月間です。浜松市精神保健福祉センターの啓発印刷物、チラシ、および関連図書を展示します。
この機会に、改めて「いのち」について考えてみませんか？



展示期間: 令和8年3月1日(日)～令和8年3月25日(水)

	書名	著者	出版者	分類	資料番号
25	「適応障害」って、どんな病気? 正しい理解と治療法	浅井 逸郎/監修	大和出版	493.74	6110298954
26	ウルトラ図解おとなと子どもの頭痛	清水 俊彦/監修	法研	493.74	6110373427
27	いのちの手紙	斎藤 環/著	中央公論新社	493.76	6110298574
28	イラストでわかるシーン別うつの人にはこう見えている	下園 壮太/監修	秀和システム	493.76	6110390447
29	これだけは知っておきたいうつ病	藤野 智哉/著	翔泳社	493.76	6110399273
30	家族のためのうつ病	神庭 重信/監修	NHK出版	493.76	6110299622
31	夫が「うつ」かも?と思ったら妻がすべきこと	本郷 誠司/監修	オレンジページ	493.76	6110372411
32	これって本当に「繊細さん」?と思ったら読む本	武田 友紀/著 名越 康文/著	日東書院本社	493.79	6110362487
33	メンタルの取扱説明書 脳と心をととのえる	—	ニュートンプレス	493.79	6110378061
34	「死にたい」子どもたちと向き合う11のポイント	河邊 憲太郎/著	星和書店	493.93	6110384374
35	「自分が嫌い病」の子どもたち	成重 竜一郎/著	合同出版	493.93	6110402333
36	オトナ女子をラクにする心とからだの本	高尾 美穂/著	扶桑社	495	6110344949
37	娘と話す、からだ・こころ・性のこと	高尾 美穂/著	朝日新聞出版	495	6110364897
38	あなたのままで、大丈夫。	増田 史/著	主婦と生活社	498.39	6110367106
39	とにかくメンタル強くしたいんですが、どうしたらいいですか?	下園 壮太/著	サンマーク出版	498.39	6110296271
40	心療内科医が教える本当の休み方	鈴木 裕介/著	アスコム	498.39	6110363964
41	天気になげないカラダ大全 低気圧がしんどい人の	小林 弘幸/著 小越 久美/著	サンマーク出版	498.41	6110364921
42	産業医が教える会社の休み方	藪野 淳也/著	中央公論新社	498.8	6110387195
43	子どもカウンセリングいじめ	寺戸 武志/著	少年写真新聞社	371(児童)	6120159162
44	いじめられっ子だった弁護士が教える自分の身のまもり方	菅野 朋子/著	草思社	371.42(YA)	6110364889
45	おおきな木	シェル・シルヴァスタイン/作	あすなろ書房	E/シ	6120023301
46	生きる	谷川 俊太郎/詩 岡本 よしろう/絵	福音館書店	E/タ	6120092819
47	かがみの孤城	辻村 深月/著	ポプラ社	F/ツヅム	6110438154
48	おらおらでひとりいぐも	若竹 千佐子/著	河出書房新社	F/ワカタ	6110438980