



新 着 図 書



おすすめの本



『 雨の日の心理学 』

-こころのケアがはじまったら-

東畑 開人著 出版：KADOKAWA

【内容紹介】臨床心理士による、家庭や職場で誰かをケアする人が元気であるためのやさしい授業。こころのケアの本質から小手先の技術までを惜しみなく紹介し、日常で使える「きく技術」「おせっかいの技術」なども掲載する。



『 住職はシングルファザー 』

池口 龍法著 出版：新潮社

【内容紹介】お寺に新風を巻き起こしている型破りな僧侶が離婚。ときに世間と仏教界のジェンダーギャップに悩みつつ、仏事と家事・育児の“三役”に挑み…。シンパパ住職の奮闘記。

『 ホームレスでいること 』

-見えるものと見えないもののあいだ-

いちむら みさこ著 出版：創元社



【内容紹介】公園のテント村で生きる著者が、公園や路上での生活や、ほかのホームレス女性たちとの営み、街の再開発とそれに伴うホームレスの追い出しなど、現代社会の風景の中の「見えていないのに見えないことにされているもの」を語る。

『 脱イライラ習慣!あなたの怒り取扱説明書 』

中島 美鈴著 出版：すばる舎



【内容紹介】怒らないための考え方としかけを持つことで、楽に生きられるようになる! 臨床心理士が23年間のカウンセリング経験から、手軽にできる「怒りを避ける」認知行動療法を解説。怒りの沸点の高い自分をつくる方法を紹介する。



『 笑顔がたえない 36 の家訓』

15 人大家族 うるしやま家のママ流』

漆山 佳月著, 出版: KADOKAWA

【内容紹介】「〇歳だからできない」なんて思わない、叱らなくていい仕組みを作る、家族のピンチはみんなで乗り越える…。15人大家族のママが、忙しい毎日でも子育てが楽しくなる秘訣を公開する。

『 ゆうべのヒミツ 』

室井 滋著 出版: 小学館



【内容紹介】老後の教訓、空白恐怖症、懐かしのあの電車…。年を重ねたからこそ味わえる日々の楽しみを綴った、室井滋のエッセイ集。全 103 編を収録する。

『 ケアマネ女優の実践ノート -女優歴 42 年・介護職歴 18 年で培った、優しい介護コミュニケーション-』

北原 佐和子著 出版: 主婦と生活



【内容紹介】女優と介護、実はとても似ている!

女優と介護のダブルワークをする北原佐和子が、介護の現場で実際に活用できるコミュニケーション術を伝授。イキイキ体操、介護にまつわる基礎知識も収録する。

『 からまる毎日のほぐし方 』

尾石 晴著 出版: 扶桑社



【内容紹介】家事に仕事、子育て、お金、

人間関係…。人生が複雑にからまりあうミドルエイジという年代を自分らしく乗り越えていくには。Voicy の人気パーソナリティが、“からまり”をほぐすヒントを提案する。

『 せんさいなぼくは』

小学生になれないの?』



沢木 ラクダ著 出版: 小学館

【内容紹介】共働きで忙しいのに、むすこが学校に行かない。入学後 3 週間で小学校に行かなくなった HSC(ひといちばい敏感な子ども)のむすこと親の葛藤を日記形式で綴る。毎日新聞の子育てメディア「コマロン」連載を大幅に加筆修正。

『 わたしはわたし。あなたじゃない。』

-10 代の心を守る境界線「バウンダリー」



の引き方-』 鴻巣 麻里香著 出版: リトルモア

【内容紹介】「みんな仲良く」の呪い、毒親、ブラック校則、スマホルール、デート DV…。中高生のリアルなエピソード 15 話を通して、人権・同意・バウンダリー(他者との間に引く、越えてはならない境界線)の大切さを伝える。

『ちいさなゆめがあったなら』

ニーナ・レイデン作，メリッサ・カストリヨン絵，



よしざわ たまき訳 出版：工学図書

【内容紹介】おうちや池、テーブルにも名前をつける女の子。名前をつければ、もっと世界を好きになる。女の子のまわりは、すてきなものにあふれていて…。やさしくリズムカルな文と、のびやかで明るい絵が、子どもの想像力を広げる一冊。

『えっぴっ このこだいっきらい』

伊豆見 香苗作 出版：303 BOOKS



【内容紹介】えっぴっは、ママから生まれた赤ちゃんが大嫌い。うるさいし、くさいし、一緒に遊べないし…。LINE スタンプで人気の「えっぴっ」を主人公に、初めてきょうだいを迎えた子どもたちが感じる心のゆれをユーモラスに描く絵本。

『結婚も出産もせず親になりました』



-非婚のわたしが養子と作る<新しい家族>-』

ペク ジソン著，藤田 麗子訳 出版：大和書房

【内容紹介】わたしは結婚をせずに、2人の女の子を養子に迎えた。それはわたしにとっては、ごく自然な選択だった-。自由と責任、そして愛と結びつきについて語った韓国のエッセイ。

『マンガでやさしくわかる非認知能力の伸ばし方』



中山 芳一著，山中 こうじ作画

出版：日本能率協会マネジメントセンター

【内容紹介】意欲や忍耐力、コミュニケーション力といった、数値で測ることのできない力「非認知能力」。ほめ方・しかり方、対話のコツなど、子どもの非認知能力を家庭で伸ばす方法を、マンガとともにわかりやすく紹介する。

『眠れない夜に思う、憧れの女たち』

ミア・カンキマキ著，末延 弘子訳 出版：草思社

【内容紹介】40代、独身、子なしの女性作家は、探検家やルネサンス期の画家ら、理想の女たちを追い求めて、アフリカ、イタリア、日本を旅する。賢明で勇敢、そして情熱溢れる女たちの生涯を辿りながら、女性が生きることの本質に迫る。



(TRCMARC より抜粋)

12月新刊冊数 69冊
ご予約もできます。