

# 自殺対策強化月間

	請求記号	タイトル	著者	出版者
1	146 8 02	こころの傷をゆっくりなおす本	新川田 譲／著	成美堂出版
2	146 8 04	平気であなたを傷つけてくる人から 自分を守る本	石原 加受子／著	こう書房
3	146 8 07	つい「がんばりすぎてしまう」あなたへ	高垣 忠一郎／著	新日本出版社
4	146 8 P1	「自己肯定感低めの人」のための本	山根 洋士／著	アスコム
5	146 8 P1	わたしは織細さん	武嶋 波／漫画	飛鳥新社
6	147 04	おかげさまで生きる	矢作 直樹／著	幻冬舎
7	15 05	「がんばらない」人生相談	ひろ さちや／著	河出書房新社
8	159 7 P1	本当の「心の強さ」ってなんだろう？	齋藤 孝／著	誠文堂新光社
9	159 00	脳が変わる生き方	茂木 健一郎／著	PHPエディターズ・グループ
10	159 01	「折れない心」をつくるたった1つの習慣	植西 聰／著	青春出版社
11	159 P0	死ぬ気で自分を愛しなさい	カマル・ラヴィカント／著	河出書房新社
12	188 74 08	生きて死ぬ力	石上 智康／著	中央公論新社
13	198 24 02	置かれた場所で咲きなさい	渡辺 和子／著	幻冬舎
14	36 P0	過労死しない働き方	川人 博／著	岩波書店
15	36 P2	「死んでもいいけど、死んじゃだめ」と 僕が言い続ける理由	大空 幸星	河出書房新社
16	361 42 P0	体育会系	サンドラ・ヘフェリン／著	光文社
17	368 3 03	生き心地の良い町	岡 檀／著	講談社
18	368 3 09	自殺会議	末井 昭／著	朝日出版社
19	368 3 P0	苦しい時は電話して	坂口 恭平／著	講談社

20	369 9 P2	生きづらかったですか？	細川 貂々／著	平凡社
21	371 42 P1	F A C E S いじめをこえて	NHK「F A C E S」 プロジェクト／著	K A D O K A W A
22	460 P2	生物はなぜ死ぬのか	小林 武彦／著	講談社
23	493 7 O5	もしも「死にたい」と言われたら	松本 俊彦／著	中外医学社
24	493 7 O8	自分を傷つけてしまう人のための レスキューガイド	松本 俊彦／監修	法研
25	493 73 O8	忙しいビジネスパーソンのための 自律神経整え方 B O O K	原田 賢／著	ディスカヴァー・ トゥエンティワン
26	493 74 N4	拒食症と過食症	切池 信夫／監修	講談社
27	493 74 O3	ストレスと適応障害	岡田 尊司／著	幻冬舎
28	493 76 N7	「うつ」に陥っているあなたへ	野村 総一郎／監修	講談社
29	493 76 O8	うつを気楽にいやす本	斎藤 茂太／著	興陽館
30	493 79 N4	中年の達人	高橋 祥友／著	講談社
31	493 79 O7	敏感過ぎる自分に困っています	長沼 睦雄／著	宝島社
32	493 79 P1	どうかご自愛ください	ユン ホンギョン／著	ダイヤモンド社
33	498 3 N8	笑いの医力	高柳 和江／著	西村書店
34	498 39 N8	「脳にいいこと」だけをやりなさい！	マーシー・シャイモフ／著	三笠書房
35	498 39 O3	自分を支える心の技法	名越 康文／著	医学書院
36	498 39 O7	わたしの主人公はわたし	細川 貂々／著	平凡社
37	498 39 P0	心を壊さない生き方	T e s t o s t e r o n e／著	文響社
38	498 39 P1	精神科医が教えるストレスフリー超大全	樺沢 紫苑／著	ダイヤモンド社
39	728 21 P1	これでおしまい	篠田 桃紅／著	講談社
40	916 ㊦	ツレがうつになりまして。	細川 貂々／著	幻冬舎