

# 人文書ベストセレクション

2015年10月  
(株)トーハン 書籍部

平素は格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。  
「人文書ベストセレクションNO. 88」をご案内いたします。  
今回のテーマは「メンタルヘルス 心の平穏」です。

身体の健康と同時に心も元気であることは、毎日を過ごすうえでとても重要なことですが、現代社会は、仕事や人間関係に関する悩みや不安によるストレスが多く、とくに職場では、半数以上が強いストレスを感じているといわれています。心の健康、人間関係、精神衛生、ストレス、うつ病、不安障害、睡眠障害・・・等をキーワードに関連書を掲載しました。

「労働安全衛生法の一部を改正する法律」の中で、メンタルヘルス対策の充実・強化等を目的として従業員数50人以上の全ての事業場にストレスチェックの実施を義務付ける項目が、2015年12月1日に施行されるというトピックスもあります。

貴店の人文・社会コーナーのフェアや欠本補充に、ご活用下さい。

最終頁は人文会会員社発行の特におすすめの1点です。

## 《心理》

出版社名	書名	著者名	本体価格	ISBNコード	ジャンル	ご注文
紀伊國屋書店	はじめてのマインドフルネス	クリストフ・アンドレ	2,400	9784314011327	心理一般	
勁草書房	グリーンケア入門	高木慶子編著	2,400	9784326299003	心理一般	
春秋社	あなたは、なぜ、つながれないのか ラポールと身体知	高石宏輔	1,600	9784393365373	心理一般	
春秋社	気づきのセラピー—はじめてのゲシュタルト	百武正嗣	1,700	9784393360521	心理一般	
春秋社	つながる技術	ジェローム・リス	1,700	9784393366318	心理一般	
春秋社	自信を育てる心理学「自己評価」入門	ナサニエル・ブランデン	1,800	9784393366400	心理一般	
春秋社	瞑想クイック・マニュアル	地橋秀雄	1,600	9784393199022	心理一般	
春秋社	EFTマニュアル	ギャリー・A・フロント	1,600	9784393364635	心理一般	
春秋社	1分間ですべての悩みを解放する！公式EFTマニュアル	ゲアリー・クレイグ	1,800	9784393365151	心理一般	
春秋社	自分を信じるレッスン	手塚郁恵	1,700	9784393365229	心理一般	
春秋社	〈気づき〉の呼吸法 新装版	ゲイ・ヘンドリクス	2,000	9784393365144	心理一般	
誠信書房	職場のストレスマネジメント(CD付き)	島津明人	3,300	9784414400816	心理一般	
誠信書房	職場の心の処方箋	増井武士	2,200	9784414403503	心理一般	
誠信書房	フォーカシング健康法	森川友子	2,600	9784414400946	心理一般	
東京大学出版会	ウォームアップ心理統計	村井 潤一郎, 柏木 恵子	2,000	9784130120463	心理一般	
東京大学出版会	チームワークの心理学 エビデンスに基づいた実践へのヒント	マイケル A ウェスト, 下山 晴彦 監修, 高橋 美保 訳	2,800	9784130402644	心理一般	
東京大学出版会	インターネットは自殺を防げるか ウェブコミュニティの臨床心理学とその実践	末木 新	4,000	9784130111386	心理一般	
東京大学出版会	家族を生きる 違いを乗り越えるコミュニケーション	平木 典子, 柏木 恵子	1,800	9784130133074	心理一般	
日本評論社	承認をめぐる病	斎藤環	1,700	9784535984011	心理一般	
日本評論社	子どものミカタ 不登校・うつ・発達障害	山登敬之	1,600	9784535563391	心理一般	
みすず書房	治りませんように—べてるの家のいま—	斉藤道雄	2,000	9784622075264	心理一般	

人文書ベストセレクションNO.88  
「メンタルヘルス 心の平穩」

《心理》

出版社名	書名	著者名	本体価格	ISBNコード	ジャンル	ご注文
ミネルヴァ書房	職場のメンタルヘルス	藤本 修 著	2,400	9784623063703	心理一般	
ミネルヴァ書房	よくわかる産業・組織心理学	山口 裕幸・金井 篤子 編	2,600	9784623048717	心理一般	
筑摩書房	大人のADHD	岩波明	800	9784480068415	発達心理	
筑摩書房	ぼくらの中の発達障害	青木省三	840	9784480688927	発達心理	
紀伊國屋書店	モラル・ハラスメントが人も会社もダメにする	M.＝F.イルゴイエンス	2,000	9784314009324	臨床心理	
紀伊國屋書店	こころの暴力 夫婦という密室で	E.ナザル＝アガ	1,500	9784314009058	臨床心理	
紀伊國屋書店	トラウマをヨーガで克服する	D.エマーソン	1,800	9784314010900	臨床心理	
紀伊國屋書店	拒食症・過食症を対人関係療法で治す	水島広子	1,600	9784314010337	臨床心理	
誠信書房	野の医者はずう	東畑開人	1,900	9784414400960	臨床心理	
青土社	依存症臨床論	信田さよ子	2,000	9784791768189	臨床心理	
青土社	傷と再生の現象学	村上靖彦	2,200	9784791766253	臨床心理	
創元社	こころが晴れるノート	大野裕	1,200	9784422112831	臨床心理	
創元社	自分でできる「不眠」克服ワークブック	渡辺範雄	1,200	9784422115122	臨床心理	
創元社	こころを癒すノート	伊藤正哉、櫻村正美、堀越勝 クレア・マイケルズ・ウィー ラー著／大野裕監修	1,200	9784422115252	臨床心理	
創元社	ストレス	ディ著／大野裕監 修	1,500	9784422114866	臨床心理	
創元社	自信をはぐくむ	ディ著／大野裕監 修	1,500	9784422114859	臨床心理	
平凡社	うつ病新時代 -その理解とトータルケアのために-	張賢徳 著	760	9784582855517	臨床心理	
平凡社	「現代型うつ」はサボリなのか	吉野聡 著	800	9784582856996	臨床心理	
平凡社	そのからだの不調、ホントはうつですよ	坂元 薫 著	740	9784582857214	臨床心理	
法政大学出版局	エゴ心理療法	J.ヴィリイ	5,300	9784588022296	臨床心理	
法政大学出版局	解決志向の言語学	スティーヴ・ド・シェイザー	4,600	9784588022043	臨床心理	
青土社	看護師たちの現象学	西村ユミ	2,200	9784791767915	精神分析	
青土社	絞り出し ものぐさ精神分析	岸田秀	1,800	9784791767861	精神分析	
平凡社	現代精神医学批判	計見一雄 著	2,000	9784582513271	精神分析	
大月書店	うつ病を体験した精神科医の処方せん	蟻塚亮二	1,500	9784272360550	精神医学	
大月書店	仕事で燃えつきないために	水澤都加佐	1,450	9784272420117	精神医学	
大月書店	悲しみにおしつぶされないために	水澤都加佐/スコット・ジョンソン	1,500	9784272420148	精神医学	
大月書店	子どもの悲しみによりそう	ジョン・ジュームスほか	2,400	9784272420162	精神医学	
大月書店	高齢者がうつ病になるとき	西脇巽	1,500	9784272612246	精神医学	
大月書店	自殺、なぜ? どうして!	エリック・マーカス	1,900	9784272420155	精神医学	
大月書店	死なないで	間瀬中子	1,500	9784272360574	精神医学	
大月書店	傷を愛せるか	宮地尚子	2,000	9784272420124	精神医学	
大月書店	へんでいい。	斎藤学/栗原誠子	1,600	9784272360659	精神医学	
紀伊國屋書店	精神科医がこころの病になったとき	クリストフ・アンドレ	2,200	9784314011075	精神医学	
紀伊國屋書店	他人がこわい	アンドレ&レジュロン	2,200	9784314010245	精神医学	
慶應義塾大学出版会	メンタルケア論2	メンタルケア協会編	2,286	9784766411812	精神医学	
慶應義塾大学出版会	精神対話論	メンタルケア協会編	2,476	9784766420289	精神医学	
慶應義塾大学出版会	子どものうつ病	猪子香代	2,400	9784766419801	精神医学	
勁草書房	なぜ自殺は減らないのか	大饗広之	2,600	9784326299027	精神医学	
勁草書房	心のバリアフリーを目指して	中根允文・吉岡久美子・中根秀之	2,200	9784326250660	精神医学	
誠信書房	うつ病の心理	内海 健	2,800	9784414429190	精神医学	
青土社	ひとりで苦しまないための「痛みの哲学」	熊谷晋一郎(＋大澤真幸 ＋上野千鶴子＋鷺田清一 ＋信田さよ子)	1,400	9784791767397	精神医学	
青土社	「ひきこもり」に何を見るか	鈴木國文、古橋忠 晃、N・ヴェルナー	2,600	9784791768233	精神医学	
青土社	造反有理	立岩真也	2,800	9784791767441	精神医学	
創元社	ストレス学ハンドブック	丸山総一郎編	5,000	9784422115856	精神医学	



貴店印

出版社名	書名	著者名	本体価格	ISBNコード	ジャンル	ご注文
創元社	メンタルヘルス入門 第3版	藤井久和、藤本修編／荒賀文子、大月則子、荒井貴史、大久保真喜子、夏目誠、東牧子、大久保圭策著	1,800	9784422114132	精神医学	
創元社	メンタルサポートが会社を変えた！	天野常彦、小杉佳代子	1,600	9784422100883	精神医学	
創元社	職場のうつは、90%防げます。	内田雅美	1,400	9784422100890	精神医学	
筑摩書房	高齢者うつ病	米山公啓	720	9784480067142	精神医学	
筑摩書房	パーソナリティ障害がわかる本	岡田尊司	860	9784480431950	精神医学	
筑摩書房	精神科医がものを書くとき	中井久夫	1,200	9784480092045	精神医学	
日本評論社	自傷行為の理解と援助	松本俊彦	2,400	9784535562806	精神医学	
日本評論社	うつ病がよくわかる本	鍋田恭孝	2,800	9784535983571	精神医学	
日本評論社	マンガでわかる!統合失調症	中村ユキ	1,200	9784535983366	精神医学	
日本評論社	健康および障害の評価－WHO障害評価面接	田崎美弥子 他	2,500	9784535984288	精神医学	
ミネルヴァ書房	メンタルヘルスを学ぶ	村井 俊哉・森本 恵子・石井 信子 編著	2,400	9784623072477	精神医学	
誠信書房	対人心理学トピックス100	齋藤 勇	1,500	9784414303292	社会心理	
筑摩書房	中井久夫コレクション「つながり」の精神病理	中井久夫	1,300	9784480093622	社会心理	
白水社	喪の悲しみ	マリ＝フレデリック・バック、ミシェル・アヌス	1,200	9784560509616	社会心理	

### 《教育》

出版社名	書名	著者名	本体価格	ISBNコード	ジャンル	ご注文
勁草書房	健康教育 表現する身体	山崖俊子・山口順子編著	2,200	9784326251032	教育学・教育論	
東京大学出版会	思春期学	清登 編、藤井直敬 編、福田 正人 編、長谷川 眞理子 編	4,200	9784130111416	教育学・教育論	
ミネルヴァ書房	子どもの発達障害・適応障害とメンタルヘルス	安藤美華代・加戸陽子・眞田 敏 編著	2,800	9784623057672	特別支援教育	

### 《社会》

出版社名	書名	著者名	本体価格	ISBNコード	ジャンル	ご注文
慶應義塾大学出版会	ポスト育児期の女性と働き方	西村純子	3,800	9784766416053	ジェンダー・フェミニズム	
ミネルヴァ書房	自殺をケアするということ	木原 活信・引土 絵未 編著	2,500	9784623072958	福祉	
筑摩書房	ルポ 過労社会	中澤誠	820	9784480068453	現代社会	
ミネルヴァ書房	健康づくり政策への多角的アプローチ	河合 美香 編著	2,800	9784623073290	現代社会	
ミネルヴァ書房	日本人労働者の帰属意識	松山 一紀 著	3,200	9784623070671	日本論・日本人論	

### 《その他》

出版社名	書名	著者名	本体価格	ISBNコード	ジャンル	ご注文
吉川弘文館	親鸞と歎異抄	今井雅晴著	1,700	9784642057929	仏教(日本)	
吉川弘文館	知っておきたい 名僧のことば事典	中尾 堯・今井雅晴編	2,900	9784642080415	仏教(日本)	
吉川弘文館	戦国武将と茶の湯	米原正義著	2,200	9784642065788	日本史(中世)	
紀伊國屋書店	10代のうちに知っておきたい折れない心の作り方	水島広子	1,200	9784314011181	倫理学	
紀伊國屋書店	クレイジー・ライク・アメリカ 心の病はいかに輸出されたか	ウオッターズ	2,000	9784314011037	心理その他	
勁草書房	会社と社会を幸せにする健康経営	田中滋・川瀬孝一・河野敏鑑編著	2,600	9784326550661	経営学	
白水社	人生案内	出久根達郎	1,400	9784560084199	エッセイ・人生論	



特にお薦めの銘柄です。  
コーナー作りに  
ご活用下さい!!

貴店印

出版社 書名	著者名	ジャンル	内容	本体価格 ISBNコード	ご注文
大月書店	井上麻紀	教育心理	ダウンしてしまう教員の実態と、予防から職場復帰に至る対処ポイントをまとめる。	1,500	
<b>教師の心が折れるとき</b>				9784272412266	
紀伊國屋書店	M.=F.イルゴイエンス	臨床心理	人の心を傷つけるモラ・ハラの実態を徹底解剖。人間関係に悩むことの多い現代人にとって必読の書。	2,200	
<b>モラル・ハラスメント</b>				9784314008617	
慶應義塾大学出版会	メンタルケア協会編	精神医学	哲学・心理学・精神医学などの一流の専門家たちが語るメンタルケア。メンタルケアを必要とする人、支援する人に向けた入門書。	2,286	
<b>メンタルケア論</b>				9784766409765	
勁草書房	坂野登	心理一般	不安は、ネガティブで否定すべきだけのものだろうか。誰もが抱く普通の感情の働きを知ることで、生き抜いていく力となす。	2,700	
<b>不安の力</b>				9784326299072	
春秋社	ジェローム・リス	心理一般	「人の話」を聴くのは、どうしてむずかしいのだろうか？ 7つのレッスンで〈聴き方〉のコツを伝授。	1,700	
<b>悩みを聴く技術</b>				9784393366271	
晶文社	谷本恵美	心理一般	言葉や態度で追いつめられ、疲れきった被害者である自分を見つめ、人生を歩き直そう。「読む」カウンセリング。	1,500	
<b>カウンセラーが語る モラルハラスメント</b>				9784794967824	
誠信書房	島津明人	心理一般	職場で活かせる最新理論の活かし方を実践例とともに紹介。	1,800	
<b>職場のポジティブメンタルヘルス</b>				9784414802085	
青土社	川口有美子	精神医学	ALSの母親の介護を経て支援者として活動をつづける著者が重ねた、さまざまな立場で「生」を実践・支援する人びととの対話。	2,000	
<b>末期を超えて</b>				9784791768387	
創元社	上地安昭	臨床心理	カウンセリングにかかる時間・お金など素朴な疑問に答えます。	1,200	
<b>カウンセリングを受けたいと思ったら Q&amp;A</b>				9784422115917	
筑摩書房	加藤忠史	精神医学	診断と治療について関係者が知っておくべき知識を網羅した最良のガイド。	1,600	
<b>うつ病治療の基礎知識</b>				9784480015914	
東京大学出版会	鹿取 廣人 編, 杉本 敏夫 編, 鳥居修晃 編	基礎心理	心理学の全体を見通し、体系立てて学べる定番テキスト。	2,400	
<b>心理学 第5版</b>				9784130121095	
日本評論社	神谷美恵子	心理一般	ひろい視野をもつ体験ゆたかな一精神科医が語る不朽の名著。	1,500	
<b>こころの旅</b>				9784535981034	
白水社	ファビエンヌ・ブルジュール	社会心理	配慮をめぐって社会的な絆の問題を提起する。	1,200	
<b>ケアの倫理</b>				9784560509876	
平凡社	藤本修 著	臨床心理	精神科医はどのように患者さんの話を聴き、診断・治療するのか？ その技術をわかりやすく伝え、診療への不安を解消する。	1,400	
<b>精神科医はどのように話を聴くのか</b>				9784582834932	
法政大学出版局	新村拓	日本史(地方史・郷土史)	古代から近世までの養生、近代の衛生、そして現代の健康増進法に至る流れの中で、健康というのがそれぞれの時代において、どのようにとらえられていたかを探る。	2,500	
<b>健康の社会史</b>				9784588312106	
みすず書房	斉藤道雄	心理一般	病を持ちながら一人の人間として生きるとは、どういうことなのだろうか。心病む人の共同体をあたたく描く。	2,000	
<b>悩む力ーべてるの家の人びとー</b>				9784622039716	
ミネルヴァ書房	伊波 和恵・高石 光一・竹内 倫和 編著	心理一般	「働くこと」に関する基本的な心理学の知見を、「働く人の文脈、働く人の視点」から捉えて解説。	2,600	
<b>マネジメントの心理学</b>				9784623070565	
吉川弘文館	大隅和雄著	日本史(中世)	鴨長明が人生や社会の地獄を見て到達した無常の処世観とは何か。諦めや慰めの中で日々を暮らす現代人のこころの源流にせまる。	3,000	
<b>方丈記に人と栖の無常を読む</b>				9784642079259	