

メンタルヘルス

こころの健康づくりは身近なテーマとなっていますが、その理解は十分ではなく、様々な種類があり、その症状や治療方法も異なります。

ご自身や周囲の方たちがこころの病気を抱えていても安心して暮らしていくためには、こころの病気について正しく理解することが大切です。



現代社会とメンタルヘルス

書名	出版社	発行年月	請求記号
現代社会とメンタルヘルス 包摂と排除	星和書店	2020.10	493.7/ナカ/
コロナと闘う学校 全国120校が直面した課題と新たな教育環境の可能性	学事出版	2021.2	372.10/カワ/
格差社会と都市空間 東京圏の社会地図 1990-2010	鹿島出版会	2020.7	361.8/ハシ/
対人援助に活かすカウンセリング チーム支援、多職種連携に必要なコミュニケーション技術	晃洋書房	2020.3	498.14/イチ/
治療と就労の両立支援ガイド 疾患別に見た就労支援の実務	労務行政	2020.3	336.48/エン/
「途上国」進出の処方箋 医療、メンタルヘルス・感染症対策	経団連出版	2020.1	498.02/カツ/
「出逢い直し」の地域共生社会 下巻 ソーシャルワークにおけるこれからの「社会変革」のかたち	批評社	2019.11	369.1/ナカ/
ストレスマネジメント	新興医学出版社	2019.4	498.39/オシ/
「心の病気」がきちんとわかる本 症状・対処法・受診	西東社	2019.6	493.7/サイ/



医療から見るメンタルヘルス

書名	出版社	発行年月	請求記号
精神科医が語る精神の病気 うつ病、虐待、コロナ禍による心の問題気になる精神の病気を完全網羅	ニュートンプレス	2021.5	493.7/セイ/
メンタルヘルス時代の精神医学入門 こころの病の理解と支援	ミネルヴァ書房	2020.11	493.7/マツ/
コロナ不安に向き合う 精神科医からのアドバイス	平凡社	2020.11	080/ハ1/954
図解新型コロナウイルスマentalヘルス対策	エクスナレッジ	2020.9	498.8/カメ/
精神科医療と医事法 医事法講座 第10巻	医歯薬出版	2021.6	498.7/タチ/
メンタルヘルスにおける地域生活支援の手引き 医療機関から手を伸ばしたつながり方	金剛出版	2019.10	498.16/ハセ/
なぜ「援助者」は燃え尽きてしまうのか バーンアウトを跳ねのけるリーディング・サプリ	南山堂	2019.8	498.14/カス/



職場に関するメンタルヘルス

書名	出版社	発行年月	請求記号
職場のメンタルヘルス不調 困難事例への対応力がぐんぐん上がる SOAP 記録術	誠信書房	2021.6	498.8/か/
「働くわたし」を失うとき 病休の語りを聴く臨床心理学 プリミエ・コレクション 115	京都大学学術出版	2021.3	366.94/19/
カウンセリング入門 職場におけるメンタルヘルスマネジメント	保険毎日新聞社	2021.3	498.8/アカ/
職場のポジティブメンタルヘルス 3 働き方改革に活かす17のヒント	誠信書房	2020.10	498.8/シマ/
ケースでわかる<実践型>職場のメンタルヘルス対応マニュアル	中央経済社	2020.7	336.48/モリ/
要説産業精神保健 職場におけるメンタルヘルス対策の手引き	診断と治療社	2020.7	498.8/ヒロ/
パワハラとメンタルヘルス対策の法律知識 労務管理者必携! DAILY 法学選書	三省堂	2020.7	366.3/サン/
職場不適応のサイン ベテラン産業医が教える気づきと対応のコツ	南山堂	2020.5	498.8/ナツ/
人事・労務担当者のためのメンタルヘルス対策教本	日本経済新聞出版社	2020.2	336.48/スス/
Q&A 発達障害・うつ・ハラスメントの労務対応 女性活躍・ハラスメント規制法に対応!	中央経済社	2020.1	336.48/フセ/
働く人のこころのケア・ガイドブック 会社を休むときの Q&A	金剛出版	2019.11	498.8/ワタ/
会社や仕事につぶされない働き方・休み方 過労死にならないためにできること	すばる舎	2018.1	498.8/カヤ/



家族・こどもに関するメンタルヘルス

書名	出版社	発行年月	請求記号
新・絵本はこころの処方箋 絵本セラピーってなんだろう?	瑞雲舎	2021.3	019.53/オカ/
子どもを愛せないとき ボンディング障害を知っていますか?	日本評論社	2020.12	495.5/キタ/
大学生活、大丈夫? 家族が読む、大学生のメンタルヘルス講座	九州大学出版会	2020.9	493.7/カシ/
子どもの悩み、家庭の悩み ハブ機能としてのメンタルクリニック	文芸社	2020.10	493.93/タケ/
世界のひきこもり 地下茎コスモポリタニズムの出現	寿郎社	2020.10	367.68/ホリ/

～インターネット情報～

- 「知ることからはじめよう みんなのメンタルヘルス」[厚生労働省]

<https://www.mhlw.go.jp/kokoro/index.html>

メンタルヘルスに関する総合サイトで、心の健康や病気を支援サポートするウェブサイトです。メンタルヘルスの基本事項から、どのようなサポートが受けられるか、また国の方向性などが分かりやすく紹介されています。