

| No. | 資料識別子 | 資料コード    | 書名                       | 著者名              | 分類      | 出版年     | 出版者          | ISBN              | 請求記号            |
|-----|-------|----------|--------------------------|------------------|---------|---------|--------------|-------------------|-----------------|
| 1   | 図書    | 51032764 | だれかに、話を聞いてもらったほうがいいんじゃない | ロリ ゴットリーブ // 著   | 146.8   | 2023.4  | 海と月社         | 978-4-903212-80-7 | 146.8 / /       |
| 2   | 図書    | 51038994 | 働く人のメンタル戦略               | 鈴木 裕介 // 監修      | 498.8   | 2026.1  | ナツメ社         | 978-4-8163-7810-2 | M 498.8 / /     |
| 3   | 図書    | 51039073 | オトナ女子の心の救急手帳             | 中島 美鈴 // 著       | 146.811 | 2026.1  | フォレスト出版      | 978-4-86680-358-6 | 146.81 / /      |
| 4   | 図書    | 51011548 | 極上の孤独                    | 下重 暁子 // 著       | 159     | 2018.3  | 幻冬舎          | 978-4-344-98493-6 | S 159 / /       |
| 5   | 図書    | 51026684 | 死にたいけどトポッキは食べたい [1]      | ベク セヒ // 著       | 929.16  | 2020.1  | 光文社          | 978-4-334-95137-5 | ME 929.16 /へ /1 |
| 6   | 図書    | 51025044 | 心療内科医が教える家庭でできるセルフメン     | 山岡 昌之 // 監修      | 498.39  | 2020.6  | 徳間書店         | 978-4-19-865132-9 | M 498.39 / /    |
| 7   | 図書    | 51035327 | 気持ちも頭もスッキリする!捨てる脳        | 加藤 俊徳 // 著       | 498.39  | 2024.4  | 自由国民社        | 978-4-426-12976-7 | M 498.39 / /    |
| 8   | 図書    | 51029198 | 古典の効能                    | 寺田 真理子 // 著      | 910.23  | 2021.12 | 雷鳥社          | 978-4-8441-3782-5 | 910.23 / /      |
| 9   | 図書    | 51031087 | 絵本はホスピタリティの宝箱            | 元気が湧く // 編       | 019.53  | 2022.11 | かもがわ出版       | 978-4-7803-1240-9 | 019.53 / /      |
| 10  | 図書    | 51020999 | 自分がきらいなあなたへ              | 安積 遊歩 // 著       | 146.8   | 2019.1  | ミツイパブリッシング   | 978-4-907364-10-6 | 146.8 / /       |
| 11  | 図書    | 51028372 | 心と体がラクになる読書セラピー          | 寺田 真理子 // [著]    | 146.813 | 2021.4  | ディスカヴァー・トゥエイ | 978-4-7993-2730-2 | 146.81 / /      |
| 12  | 図書    | 51022608 | 人生おたすけ処方本                | 三宅 香帆 // 著       | 019.9   | 2019.9  | 幻冬舎          | 978-4-344-03511-9 | 019.9 / /       |
| 13  | 図書    | 51025419 | ひとりでも大丈夫                 | 柘野 俊明 // 著       | 188.84  | 2020.8  | 廣済堂出版        | 978-4-331-52303-2 | 188.84 / /      |
| 14  | 図書    | 51027451 | メンタルトレーニングの教科書           | 石津 貴代 // 著       | 498.39  | 2021.5  | 技術評論社        | 978-4-297-12121-1 | M 498.39 / /    |
| 15  | 図書    | 51018567 | その悩み、哲学者がすでに答えを出しています    | 小林 昌平 // 著       | 104     | 2018.5  | 文響社          | 978-4-86651-005-7 | 104 / /         |
| 16  | 図書    | 51037927 | 生きるための読書                 | 津野 海太郎 // 著      | 019.04  | 2024.12 | 新潮社          | 978-4-10-318535-2 | 019.04 / /      |
| 17  | 図書    | 51027647 | アイスクリームが教えてくれる           | 大野 裕 // 著        | 146.8   | 2021.6  | 日経サイエンス社     | 978-4-532-52081-6 | 146.8 / /       |
| 18  | 図書    | 51033674 | ようこそ、ヒュナム洞書店へ            | ファン ボルム // 著     | 929.13  | 2023.9  | 集英社          | 978-4-08-773524-6 | 929.13 /フ /     |
| 19  | 図書    | 51024939 | あやうく一生懸命生きるところだった        | ハ ワン // 文 イラスト   | 159     | 2020.1  | ダイヤモンド社      | 978-4-478-10865-9 | 159 / /         |
| 20  | 図書    | 51033029 | セルフコントロール大全              | 堀田 秀吾 // [著]     | 141.8   | 2022.1  | ディスカヴァー・トゥエイ | 978-4-7993-2819-4 | 141.8 / /       |
| 21  | 図書    | 51031965 | 運動させつ女子が行き着いた1分スロージョギ    | たかツキ なほり // 著    | 782     | 2023.2  | KADOKAWA     | 978-4-04-681858-4 | 782 / /         |
| 22  | 図書    | 51035539 | がんばらないランニング              | 三津家 貴也 // 著      | 782     | 2023.5  | KADOKAWA     | 978-4-04-606332-8 | 782 / /         |
| 23  | 図書    | 51012005 | 夫婦・パートナー関係もそれでいい。        | 細川 貂々 // 著       | 146.8   | 2019.12 | 創元社          | 978-4-422-93083-1 | 146.8 / /       |
| 24  | 図書    | 51020339 | ちょっと不調を感じたときのスープとドリンク    | 石澤 清美 // 著       | 596     | 2018.12 | 誠文堂新光社       | 978-4-416-71836-0 | 596 / /         |
| 25  | 図書    | 51024862 | からだを整う発酵おつまみ             | 真藤 舞衣子 // 著      | 596     | 2020.5  | 立東舎          | 978-4-8456-3482-8 | 596 / /         |
| 26  | 図書    | 51019573 | 夜空と月の物語                  |                  | 446     | 2014.8  | バイインターナショナル  | 978-4-7562-4542-7 | 446 / /         |
| 27  | 図書    | 51027998 | 超訳カーネギー道は開ける             | デール カーネギー // [著] | 159     | 2021.8  | ディスカヴァー・トゥエイ | 978-4-7993-2778-4 | 159 / /         |
| 28  | 図書    | 51010560 | なぜ「いい人」は心を病むのか           | 町沢 静夫 // 著       | 493.7   | 2003.5  | PHP研究所       | 4-569-57953-1     | M 493.7 / /     |
| 29  | 図書    | 51010648 | 人間の分際                    | 曾野 綾子 // 著       | 917     | 2015.7  | 幻冬舎          | 978-4-344-98384-7 | S 917 / /       |
| 30  | 図書    | 51035258 | 心の病気はどう治す?               | 佐藤 光展 // 著       | 493.7   | 2024.1  | 講談社          | 978-4-06-534691-4 | M 493.7 / /     |

| No. | 資料識別子 | 資料コード    | 書名                     | 著者名                 | 分類      | 出版年     | 出版者            | ISBN              | 請求記号         |
|-----|-------|----------|------------------------|---------------------|---------|---------|----------------|-------------------|--------------|
| 31  | 図書    | 51029205 | 今を生きるあなたへ              | 瀬戸内 寂聴 // 著         | 914.6   | 2021.12 | SBクリエイティブ      | 978-4-8156-1276-4 | S 914.6 / /  |
| 32  | 図書    | 51033235 | 熟睡者                    | クリスティアン ベネディクト // 著 | 491.371 | 2023.7  | サンマーク出版        | 978-4-7631-4071-5 | M 491.37 / / |
| 33  | 図書    | 51035651 | 明日も生きていこうと思える絵本101     | 赤木 かん子 // 著         | 019.53  | 2024.2  | 草思社            | 978-4-7942-2711-9 | 019.53 / /   |
| 34  | 図書    | 51009611 | 他人に振り回されない自信の作り方       | 齋藤 孝 // 著           | 159     | 2018.1  | PHPエディターズ・グループ | 978-4-569-83736-9 | Y 159 / /    |
| 35  | 図書    | 51035504 | さみしい夜にはペンを持って          | 古賀 史健 // 著          | 159.7   | 2023.7  | ポプラ社           | 978-4-591-17854-6 | Y 159.7 / /  |
| 36  | 図書    | 51028725 | しんどい時の自分の守り方           | 増田 史 // 著           | 371.47  | 2021.9  | ナツメ社           | 978-4-8163-7077-9 | Y 371.47 / / |
| 37  | 図書    | 51025860 | シン・サラリーマンの心療内科         | 遠山 高史 // 著          | 493.7   | 2020.9  | プレジデント社        | 978-4-8334-2381-6 | M 493.7 / /  |
| 38  | 図書    | 51037154 | メンタル漢方                 | 渡辺 賢治 // 著          | 493.72  | 2025.3  | 朝日新聞出版         | 978-4-02-332391-9 | M 493.72 / / |
| 39  | 図書    | 51024250 | 繊細な心の科学                | 串崎 真志 // 著          | 141.2   | 2020.2  | 風間書房           | 978-4-7599-2316-2 | 141.2 / /    |
| 40  | 図書    | 51026185 | 世界最新の医療データが示す最強の食事術    | 満尾 正 // 著           | 498.583 | 2020.11 | 小学館            | 978-4-09-310667-2 | M 498.58 / / |
| 41  | 図書    | 51009861 | スマホゲーム依存症              | 樋口 進 // 著           | 493.743 | 2018.1  | 内外出版社          | 978-4-86257-312-4 | M 493.74 / / |
| 42  | 図書    | 51035585 | 絵本のか                   | 河合 隼雄 // 著          | 019.53  | 2001.6  | 岩波書店           | 4-00-022259-7     | 019.53 / /   |
| 43  | 図書    | 51012702 | ネガティブ・ケイパビリティ答えの出ない事態に | 常木 蓬生 // 著          | 493.7   | 2017.4  | 朝日新聞出版         | 978-4-02-263058-2 | M 493.7 / /  |
| 44  | 図書    | 51024407 | 書いて、捨てる!               | 筆子 // 著             | 159     | 2020.3  | 大和出版           | 978-4-8047-0582-8 | 159 / /      |
| 45  | 図書    | 51012722 | 不安症パニック障害・社交不安障害を自分    | 渡部 芳徳 // 著          | 493.74  | 2018.5  | 主婦の友社          | 978-4-07-431326-6 | M 493.74 / / |
| 46  | 図書    | 51028294 | 大人女子のためのココロとカラダがよろこぶアロ |                     | 499.87  | 2018.5  | バイインターナショナル    | 978-4-7562-5022-3 | M 499.87 / / |
| 47  | 図書    | 51027064 | 新・絵本はこころの処方箋           | 岡田 達信 // 著          | 019.53  | 2021.3  | 瑞雲舎            | 978-4-907613-34-1 | 019.53 / /   |
| 48  | 図書    | 51035878 | 今さら聞けない睡眠の超基本          | 柳沢 正史 // 監修         | 498.36  | 2024.8  | 朝日新聞出版         | 978-4-02-333409-0 | M 498.36 / / |
| 49  | 図書    | 51022722 | 心とカラダの正しい休ませ方          | 日経WOMAN編集部 // 編     | 495     | 2019.10 | 日経BP           | 978-4-296-10402-4 | M 495 / /    |
| 50  | 図書    | 51009285 | ココロとカラダに効くハーブ便利帳       | 真木 文絵 // 著          | 499.87  | 2017.11 | NHK出版          | 978-4-14-011356-1 | M 499.87 / / |
| 51  | 図書    | 51022379 | アロマテラピー図鑑              | 佐々木 薫 // 監修         | 499.87  | 2019.9  | 主婦の友社          | 978-4-07-437978-1 | M 499.87 / / |