

精神保健関係図書・DVD紹介

2019年8月現在

大阪市社会福祉研修・情報センター2階、図書・資料閲覧室では、福祉に関する図書、DVD・ビデオ、雑誌等を2週間以内に返却可能な方であれば、無料で借りることができます。

資料に関する電話でのお問合せは、06-4392-8233（開室は、月～土（祝除く）の9:30～17:00）です。

DVD・図書紹介

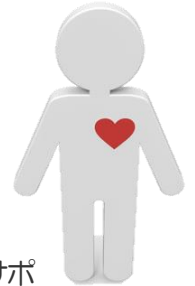


(D-7-5-40)

◆ DVD『きょうの健康 うつ病 団塊世代のうつ病対策』

NHK エデュケーショナル / 43分 / 2014年

各テーマの第一線で活躍する医師や専門家が、あなたとご家族の健康をサポート。気になる症状や、心配な病気のことをよく知り、より元気な毎日を目指しましょう！



(A2863-32)

◆ 『ギャンブル依存症から抜け出す本：イラスト版』

樋口進 監修 / 講談社 / 2019年

ギャンブル依存症は、自分の意志だけでは治せない病気です。嘘や借金が常態化し、歯止めがきかなくなり、最終的に窃盗など違法行為に手を染めてしまうことも。このような状態から抜け出すには家族が主体的に動くことが大切です。受診への筋道を整え、対処しきれない借金の問題は専門家に相談し、協力を求めましょう。本書は、医療機関の探し方や相談の仕方から、診察と治療の流れ、生活上の注意点までを詳しく解説した決定版です。

DVDリスト

精神障がい関連

番号	タイトル	分	製作年
D-7-5-27	大震災の超克・生命の輝き	50	2012
D-7-5-28	Re: バリーオーディナリーピープル2010 その1 祈り	108	2010
D-7-5-29	Re: バリーオーディナリーピープル2010 その2 地域連携	88	2010
D-7-5-30	躁うつ病のことをもっと知りたい！ 病気とのつきあい方から診断・治療・最新研究まで	120	2013
D-7-5-31	いろいろ応用できる認知行動療法	120	2012
D-7-5-32	発達障害の人の可能性を広げよう！ 人間関係を変えるコミュニケーション	105	2013
D-7-5-33	出所後の道しるべ 薬物を使わない新たな人生に向かって	62	2013
D-7-5-34	人間関係が「しんどい！」と思ったら観るDVD	69	2012
D-7-5-35	Re: バリーオーディナリーピープル2012 佐々木さんと岡本さん	80	2012
D-7-5-36	Re: バリーオーディナリーピープル2014 川村先生が街で診療所を始めた平成26年の春のべてる	30	2015
D-7-5-37	人間関係に困ったあなたへ「もうイライラしたくない！」と思ったら観るDVD	88	2012
D-7-5-38	ここが聞きたい！名医にQ うつ病	100	2014
D-7-5-39	希望のシグナル 自殺防止最前線からの提言	102	2017
D-7-5-40	きょうの健康 うつ病 団塊世代のうつ病対策	43	2014
D-13-1-40	ツシがうつになりました。	121	2012
D-13-2-58	人生、ここにあり！	111	2012

図書リスト

精神障害（統合失調症）（分類：A286）

番号	書名	著編監修者	発行所	発行年
205	新訂 統合失調症とのつきあい方 対人援助職の仕事術	野坂 達志	金剛出版	2014
206	事例でわかるピアサポート実践 精神障害者の地域生活がひろがる	金 文美 他	中央法規出版	2014
207	ストレングスマodel リカバリー志向の精神保健福祉サービス	チャールズ・A.ラップ 他	金剛出版	2014
208	当事者が語る精神障害とのつきあい方 「グッドラック!統合失調症」と言おう	佐野 卓志 他	明石書店	2013
209	精神障害のある人と家族のための 生活・医療・福祉制度のすべてQ&A 第10版	伊藤 千尋 他	萌文社	2015
210	「子供を殺してください」という親たち	押川 剛	新潮社	2015
211	拒食症と過食症の治し方	切池 信夫	講談社	2016
212	Q&A で理解する就労支援 IPS 精神疾患がある人の魅力と 可能性を生かす就労支援プログラム	リカバリーキャラバン隊 他	EDITEX	2016
213	DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル	American Psychiatric Association 他	医学書院	2014
214	ケアマネ・福祉職のための精神疾患ガイド 疾患・症状の理解と支援のポイント	山根 俊恵	中央法規出版	2016
215	解離性障害のことがよくわかる本	柴山 雅俊	講談社	2012
216	マンガでわかる! 統合失調症 家族の対応編	中村 ユキ 他	日本評論社	2016
217	最新図解やさしくわかる精神医学 治療と支援の「いま」がわかる	上島 国利	ナツメ社	2017
218	精神障害とともに	南日本新聞取材班	ラグーナ出版	2017
219	精神障害者雇用のABC	山口 創生	星和書店	2018
220	精神科ナースになったわけ	水谷 緑	イースト・プレス	2017
221	ラブという薬	いとう せいこう 他	リトルモア	2018
222	当事者が語る精神障がいとリカバリー 続・精神障がい者の家族への暴力というSOS	蔭山 正子 他	明石書店	2018
223	精神障害者の地域移行支援・地域定着支援・自立生活援助導 入ガイド 地域で暮らそう!	岩上 洋一	金剛出版	2018
224	精神疾患にかかわる人が最初に読む本	西井 重超	照林社	2018

【図書】うつ病（分類：A2861）

番号	書名	著編監修者	発行所	発行年
30	その後のツレがうつになりまして	細川 貂々	幻冬舎	2009
31	仕事休んでうつ地獄に行ってきた	丸岡 いづみ	主婦と生活社	2013
32	図解やさしくわかるうつ病からの職場復帰 復職を成功させるポイント	山本 晴義	ナツメ社	2015
33	マンガでわかりやすいうつ病の認知行動療法 こころの力を活用する7つのステップ	大野 裕 他	きずな出版	2015
34	図解やさしくわかるうつ病の症状と治療 「うつ病」なのかな?と思ったら最初に読む本	野村 総一郎	ナツメ社	2014
35	図解やさしくわかる非定型うつ病 正しい理解と治療の進め方	貝谷 久宣	ナツメ社	2014
36	うつヌケ うつトンネルを抜けた人たち	田中 圭一	KADOKAWA	2017
37	マンガでわかるココロの不調回復 食べてうつぬけ 鉄欠乏女子を救え!	奥平 智之 他	主婦の友社	2017
38	自分の「うつ」を治した精神科医の方法 薬に頼らず、心身ともに元氣を取り戻すために	宮島 賢也	河出書房新社	2010
39	双極性障害のことがよくわかる本 新版	野村 総一郎	講談社	2017
40	うつ病九段 プロ棋士が将棋を失くした一年間	先崎 学	文藝春秋	2018

【図書】人格障害（分類：A2862）

番号	書名	著編監修者	発行所	発行年
10	パーソナリティ障害（人格障害）のことがよくわかる本	市橋 秀夫	講談社	2006
11	ササッとわかる「パーソナリティ障害」	岡田 尊司	講談社	2010
13	境界性パーソナリティ障害のことがよくわかる本	牛島 定信	講談社	2008
14	図解 やさしくわかるパーソナリティ障害 正しい理解と付き合い方	牛島 定信	ナツメ社	2012
15	良心をもたない人たち	マーサ・スタウト 他	草思社	2012

【図書】依存症（分類：A2863）

番号	書名	著編監修者	発行所	発行年
17	図解でわかる依存症のカラクリ	磯村 毅	秀和システム	2011
18	薬物依存の脳内メカニズム	和田 清	講談社	2010
19	実録！あるこーる白書	西原 理恵子 他	徳間書店	2013
22	失踪日記 2 アル中病棟	吾妻 ひでお	イースト・プレス	2013
23	よくわかるSMARPPP あなたにもできる薬物依存者支援	松本 俊彦	金剛出版	2016
24	よくわかる依存症 アルコール、薬物、ギャンブル、ネット、性依存	榎本 稔	主婦の友社	2016
25	人を信じられない病 信頼障害としてのアディクション	小林 桜児	日本評論社	2016
26	家族・援助者のためのギャンブル問題解決の処方箋 CRAFT を使った効果的な援助法	吉田 精次	金剛出版	2016
27	マンガで分かる心療内科 依存症編（酒・タバコ・薬物）	ゆうき ゆう 他	少年画報社	2016
28	マンガで分かる心療内科 依存症編（ネット・スマホ・ゲーム・ギャンブル・ポルノ）	ゆうき ゆう 他	少年画報社	2016
29	上を向いてアルコール 「元アル中」コラムニストの告白	小田嶋 隆	ミシマ社	2018
30	高機能アルコール依存症を理解する お酒で人生を棒に振る有能な人たち	セイラ・アレン・ベントン 他	星和書店	2018
31	万引き依存症	斉藤 章佳	イースト・プレス	2018
32	ギャンブル依存症から抜け出す本 イラスト版	樋口 進	講談社	2019

【図書】人間関係・コミュニケーション（分類：A2864）

番号	書名	著編監修者名	発行所	発行年
123	イライラとうまく付き合う介護職になる！ アンガーマネジメントのすすめ	田辺 有理子	中央法規出版	2016
124	今日が人生最後の日だと思って生きなさい	小澤 竹俊	アスコム	2016
125	マンガでやさしくわかるアサーション	星井 博文 他	日本能率協会マネジ メントセンター	2015
126	それでいい。自分を認めてラクになる対人関係入門	細川 貂々 他	創元社	2017
127	介護職のための職場コミュニケーション術	大野 萌子	中央法規出版	2017
128	がんばっても報われない本当の理由	心屋 仁之助	PHP 研究所	2017
129	いいかげんに、生きる	心屋 仁之助	朝日新聞出版	2016
130	しない生活 煩悩を静める 108 のお稽古	小池 龍之介	幻冬舎	2014
131	50歳から人生を大逆転	心屋 仁之助	PHP 研究所	2017
132	嫌いなのに離れられない人 人間関係依存症の心理	加藤 諦三	朝日新聞出版	2014
133	「コミュ障」の社会学	貴戸 理恵	青土社	2018
134	人間の煩悩	佐藤 愛子	幻冬舎	2016
135	多様性のレッスン：車いすに乗るピアカウンセラー母娘が答える47のQ&A	安積 宇宙	ミツイパブリッシング	2019
136	置かれた場所で咲きなさい	渡辺 和子	幻冬舎	2012

【図書】不安症・適応障害・その他の心の病気（分類: A2865）

番号	書名	著編監修者名	発行所	発行年
9	悩んでばかりの自分から抜け出す方法	岸 英光	幻冬舎	2012
10	ねむりの処方箋 不眠症&パニック障害でもう6年	葛西 りいち	竹書房	2013
11	こころの病気を治すために「本当」に大切なこと 意外と知らない精神科入院の正しい知識と治療共同体という試み	青木 崇	メディカルパブリッシャー	2014
12	スッキリわかる! 敏感すぎる自分の処方箋	保坂 隆	ナツメ社	2018
13	かんもくって何なの!? しゃべれない日々を脱け出した私	モリナガ アメ	合同出版	2017
14	イラストでわかる子どもの場面緘黙サポートガイド: アセスメントと早期対応のための50の指針	金原 洋治 他	合同出版	2018

【図書】メンタルヘルス・ストレス（分類: A2866）

分類	書名	著編監修者名	出版者	出版年
20	職場の人間関係とメンタルヘルス 労災保険の新しい精神障害認定基準を参考に	中央労働災害防止協会	中央労働災害防止協会	2012
21	実践! 労災リスクを防ぐ職場のメンタルヘルス5つのルール	根岸 勢津子	同文館出版	2013
22	考え方の悪いクセを治す認知行動療法セルフケアブック 職場編	清水 栄治	講談社	2012
23	職場や家庭にストレスやうつで悩んでいる人がいたら	清水 隆司	産学社	2013
24	図解やさしくわかる認知行動療法 治療の流れと活用のしかた	福井 至	ナツメ社	2012
25	いきいき職場づくりのための アサーティブ・コミュニケーションのすすめ	岩船 展子	サンライフ企画	2013
26	障害福祉現場で働くためのメンタルヘルスハンドブック職場でおいしくいられそうあなたへ しんどいって言えますか?	大阪障害者センター・福祉現場のメンタルヘルス検討会	かもがわ出版	2013
27	対人援助職に効くストレスマネジメント ちょっとしたコツでココロを軽くする10のヒント	竹田 伸也	中央法規出版	2014
31	介護職の人間関係 メンタルをちょっと変えればうまくいく!	介護の人間関係研究会 他	清文堂出版	2015
32	管理職のためのメンタルヘルス・マネジメント	亀田 高志	労務行政	2015
33	ストレスチェック導入・運用サクセスガイド	岡田 邦夫	メディカ出版	2016
34	レジリエンス入門 折れない心の作り方	内田 和俊	筑摩書房	2016
35	キラーストレス 心と体をどう守るか	NHK スペシャル取材班	NHK 出版	2016
36	マンガでやさしくわかる認知行動療法	玉井 仁 他	日本能率協会マネジメントセンター	2016
37	対人援助職に効く認知行動療法ワークショップ 専門職としての力量を高める3つのチカラ	竹田 伸也	中央法規出版	2017
38	きちんとストレス管理 advance 介護職員のセルフケアから職場復帰支援まで 改訂版	稲谷 ふみ枝 他	全国社会福祉協議会	2017
39	親に壊された心の治し方 「育ちの傷」を癒やす方法がわかる本	藤木 美奈子	講談社	2017
40	はじめてのマインドフルネス ストレスに負けない! 心のストレッチ	熊野 宏昭 他	NHK 出版	2017
41	福祉職・介護職のためのマインドフルネス 1日5分の瞑想から始めるストレス軽減	池埜 聡	中央法規出版	2017
42	介護現場のストレスマネジメント 組織のラインケアによるスタッフへの支援	小野寺 敦志	第一法規	2018
43	今日から使える認知行動療法	福井 至 他	ナツメ社	2018
44	なぜか仕事がうまくいく7つのメンタルスキル	白石 豊	ゴマブックス	2003
45	心の病を治す 食事・運動・睡眠の整え方	功刀 浩	翔泳社	2019