

仕事と上手につきあうヒント ～大事にしたい働く自分～

働く人へのメッセージ ～エッセイ・体験談・アドバイス～

タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
働く女！38才までにしておくべきこと		有川 真由美	明日香出版社	2009	-159-ア-
幸せの作法	働く女性に贈る61のヒント	坂東 真理子	アスキー	2009	-159-ハ-
坂東式ハッピーライフ両立力		坂東 真理子	幻冬社	2010	-159-ハ-
おとなの進路教室。		山田 ズーニー	河出書房新	2007	-159-ヤ-
妹たちへ2	生き方に迷うあなたに、今伝えたいこと	日経ウーマン	日経BP社	2010	-281-イ-
働くママに効く心のビタミン		上田 理恵子	日経BP社	2009	-366.38-ウ-
働く女の胸のウチ		香山 リカ	大和書房	2005	-366.38-カ-
Job & baby	仕事と子育てーママになったクリエイターたち	三好 博子	径書房	2005	-366.38-ミ-
私の仕事道	トップ女性10人のジグザグキャリアから学ぶ！	福沢 恵子	日本能率協会	2009	-366.38-ワ-
寄り道ピアホール		篠田 節子	朝日新聞社	1999	-914-シ-
働く女は敵ばかり		遥 洋子	朝日新聞社	2001	-914-ハ-
やがて翔く日のために	女性がプロになるには	広瀬 久美子	スリーエーネットワーク	2006	-914-ヒ-

働く人のメンタルヘルス ～元気がたりない朝は～

タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
こころがフワッとする言葉		有川 真由美	廣済堂出版	2010	-159-ア-
働く女(ひと)の心身・急速充電の方法101		はにわ きみこ	まこといちオフィス	2008	-498.3-ハ-
疲れることに疲れたら	仕事、ストレスで燃えつきる前に	J・リン・ハンレー	ネコ・パブリッシング	2003	-498.3-ハ-
もういいや！！	と叫んで心の毒出しができるメンタルデトックス	牧野 真理子	祥伝社	2005	-498.3-マ-
疲れすぎて無性にチョコレートが食べたくなるあなたへ		カレン・スカルフ・リーナメン	中経出版	2004	-498.3-リ-
仕事の疲れ予防法！		桧垣 暁子	クロスメディア・パブリッシング	2008	-498.8-ヒ-
日曜日のメンタルヘルス相談室	心の荷物がちよっぴり軽くなる	和田 憲明	PHP研究所	2008	-498.8-ワ-
忙しくなると女は太る		池下 育子	青春出版社	2001	-595.6-イ-
働きマン明日をつくる言葉		安野 モヨコ	講談社	2007	-726-ア-
タッチハンガー	がんばり続けてなお、満たされないあなたへ	三砂 ちづる	マガジンハウス	2009	-914-ミ-
「困った人」にひそむ「うつ」	性格の問題と片付けてしまう前	下園 壮太	中央法規	2010	-493.76-シ-

仕事がちょっと楽しくなるスキル

タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
落ち込んだ5分の過ごし方	毎日楽しく働きたい！	大美賀 直子	春日出版	2009	-159-オ-
女性が部下をもったら読む本		蓮尾 登美子	同文館出版	2008	-336.3-ハ-
アサーティブ仕事術：気持ち伝わる！意見が通る！		畔柳 修	PHP研究所	2008	-336.4-ク-
ボクたち、ワタシたちが身につけたいイマどきのチームマネジメント		福村 泰司	明日香出版社	2009	-336.3-フ-
ミリオネーゼのコミュニケーション術	はじめて部下を持ったその日から	大塚 葉	ディスカヴァー・21	2006	-336.4-オ-
上司とうまくいかないと思ったときに読む本	人間関係がラクになるアサーティブ・コミュニケーション術	大串 亜由美	日本能率協会	2008	-336.4-オ-
もっと子どもとうまくいく！働くお母さんの習慣術		たけなが かずこ	PHP研究所	2010	-366.38-タ-
ハッピー・ワーキングマザーBO OK	4000人に聞きました	ムギ畑	講談社	2006	-366.38-ハ-
なぜあなたは仕事を抱え込んでしまうのか？	自己変革のための問題解決レッスン	笹気 健治	秀和システム	2006	-366.94-サ-
快適職場のつくり方	イジメ、ストレス、メンタル不全をただす	阿部 真雄	学習の友社	2008	-498.8-ア-
気持ちが伝わる！できる女の「書く力」	仕事もプライベートもうまくいく	PHPカラット	PHP研究所	2008	-816-キ-

働く人を守る法律・情報

タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
------	-------	----	-----	----	------

働く女性のためのパート労働法 早わかり		中経出版編集部	中経出版	2008	-366.8-ハ-
働く女性と労働法 2009年版		東京都	東京都	2009	-366.14-ハ-
おしえて、ぼくらが持つ働く 権利	ちゃんと働きたい若者たちのツ ヨイ味方	清水 直子	合同出版	2008	-366.3-シ-
図解でわかる労働法		外井 浩志	日本実業出 版社	2008	-366.14-ト-
知っていますか？セクシュア ル・ハラスメント一問一答		養父 知美	解放出版社	2008	-366.3-ヨ-
パワーハラスメント	なぜ起こる？どう防ぐ？	金子 雅臣	岩波書店	2009	-366.3-カ-
女性とパワーハラスメント なぜ 起きる、どう対処する	なぜ起きる、どう対処する	ウィメンズ・サポ ート・オフィス連	フェミックス	2008	-366.3-シ-
派遣法改正で雇用を守る		西谷 敏	旬報社	2009	-366.14-ニ-
サービス業で働く人のトラブル 対処法		小川 浩一	東洋経済新 報社	2009	-366.14-オ-
パートタイム労働ガイドブック 2009	働いているみなさんへ パート タイム労働法が改正されました ～平成20年4月1日施行	東京都	東京都	2009	-366.8-ハ-
パワー・ハラスメント (DVD)	そのときあなたは…		アトリエエム	2008	-Bハワ-
働く人が主役の小説					
タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
ブルーシート		浅尾 大輔	朝日新聞出	2009	-913-ア-
ガール		奥田 英朗	講談社	2006	-913-オ-
妙なる技の乙女たち		小川 一水	ポプラ社	2008	-913-オ-
対岸の彼女		角田 光代	文芸春秋	2004	-913-カ-
ガイシの女		汐見 薫	講談社	2007	-913-シ-
ワーキングガール・ウォーズ		柴田 よしき	新潮社	2004	-913-シ-
働く女		群 ようこ	集英社	1999	-913-ム-
働く人を取り巻く現状					
タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
ワークライフシナジー	生活と仕事の〈相互作用〉が変 える企業社会	大沢 真知子	岩波書店	2008	-336.4-オ-
非正規労働の向かう先		鴨 桃代	岩波書店	2007	-366.02-カ-
名ばかり管理職		NHK「名ばかり管 理職」取材班	日本放送出 版協会	2008	-366.02-ナ-
格差社会を変える	あたりまえに働きたい！安心し て暮らしたい！	福島 みずほ	明石書店	2007	-366.02-フ-
ワークライフバランス社会へ	個人が主役の働き方	大沢 真知子	岩波書店	2006	-366.04-オ-
“35歳”を救え	なぜ10年前の35歳より年収 が200万円も低いのか	NHK「あすの日 本」プロジェクト	阪急コミュニ ケーションズ	2009	-366.11-サ-
労働弁護士の事件ノート	これでもガマン？！	東京法律事務所	青木書店	2006	-366.14-ロ-
ルポ正社員になりたい	娘・息子の悲惨な職場	小林 美希	影書房	2007	-366.21-コ-
ルポ雇用劣化不況		竹信 三恵子	岩波書店	2009	-366.21-タ-
労働ダンピング	雇用の多様化の果てに	中野 麻美	岩波書店	2006	-366.21-ナ-
年齢差別	仕事の場でなにが起きている のか	玄幡 まみ	岩波書店	2005	-366.28-ケ-
搾取される若者たち	バイク便ライダーは見た！	阿部 真大	集英社	2006	-366.8-ア-
派遣のリアル	300万人の悲鳴が聞こえる	門倉 貴史	宝島社	2007	-366.8-カ-
主婦パート最大の非正規雇用		本田 一成	集英社	2010	-366.8-ホ-
就職・再就職・転職・仕事ガイド					
タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
30代40代の転職採用を勝ち 取る！履歴書・職務経歴書		佐藤 祐子	秀和システム	2010	-366.29-サ-
資格・スキルランキング	攻めの資格 守りのスキル		日経HR	2010	-366.29-シ-
仕事とワタシを楽しむ本 200 9	私らしい働き方を見つける！		日本経済新 聞出版社	2009	-366.29-シ- 09
ハローワーク150%トコトン活 用術	誰も知らなかった転職成功63 の裏ワザ！	日向 咲嗣	同文館出版	2008	-366.29-ヒ-
「職業訓練」150%トコトン活用 フツーをつくる仕事・生活術	タダで資格と技術を身につけ 28歳編	日向 咲嗣	同文館出版	2009	-366.29-ヒ-
		新しい生き方基準 をつくる会	青木書店	2007	-366.29-フ-
お疲れさまです！ 仕事論	マンガで読める職業カタログ 先輩に聞く、女性と就職	吉川 景都	日本経済新	2009	-366.29-ヨ-
		ドーンセンター	アルゴ	2006	-366.38-シ-
年収1/2時代の再就職		野口 やよい	中央公論新	2004	-366.38-ノ-

ハケン道！	ハケンで生きるあなたへの9つの処方箋	武田 りお	扶桑社	2007	-366.8-タ-
仕事はいっぱい 何でもなれるぞ女の子男の子パート2(ビデオ)		ワーキングウーマン	ワーキングウーマン	2005	-Bシコ--
様々な働き方(起業・独立)					
タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
女職人になる		鈴木 裕子	アспект	2005	-750-ス-
ものづくりを仕事にしました。	女性クリエイター15人ができるまで	田川 ミユ	雷鳥社	2007	-366.29-タ-
キャリア・マザーズ 起業ママ編		ブレインワークス	カナリア書房	2008	-366.38-キ-
キャリア・マザーズ	ウーマンズ・パワー	ブレインワークス	カナリア書房	2010	-366.38-キ-
女性が起業して自分らしく生きる	幸せな仕事を見つけた30人のわくわくメッセージ	三根 早苗	ゴマブックス	2006	-335-ミ-
40歳から会社をつくって成功する法		長田 静子	東洋経済新報社	1999	-335-オ-
女性と労働					
タイトル	副タイトル	著者	出版社	刊年	請求記号
均等法をつくる		赤松 良子	勁草書房	2003	-366.31-ア-
私たちの戦後労働運動史		鈴木 裕子	未来社	1994	-366.38-ス-
竹中恵美子の女性労働研究50年	理論と運動の交流はどう紡がれたか	竹中 恵美子	ドメス出版	2009	-366.38-タ-
女はなぜ出世できないか	ハイト・リポート	シェア・ハイト	東洋経済新報社	2001	-366.38-ハ-
働く女性とマタニティ・ハラスメント	「労働する身体」と「産む身体」を生きる	杉浦 浩美	大月書店	2009	-366.38-ス-
女性労働研究 No. 54(2010)		女性労働問題研究会	女性労働問題研究会	2010	-366.38-シ-
均等社会は夢ではない(DVD)	わたしたちの力で『格差社会から均等社会へ』の道を開こう！	均等待遇アクション21京都	均等待遇アクション21京都	2007	-Bキン--
働く女性の60年(ビデオ)		大阪府男女共同参画推進財団	大阪府男女共同参画推進財団	2005	-Bハタ--
働きつづけてよかった(DVD)	私たちの妊娠・出産・子育て体験	女性労働協会	桜映画社(制作)	2007	-Bハタ--

(201005作成 YK)