

その他

『マンガでわかる思春期のわが子と
話したい性のこと』(367.99 ナ)
直井 亜紀／著 すぎやま えみこ／マンガ
新星出版社



思春期の子どもを
もつ親に向けた性
教育に関する本。
マンガで分かりや
すく解説していま
す。

『空気を読みすぎる子どもたち』
(493.93 ク)
古荘 純一／監修 講談社



空気の読みすぎ
は心の病になり
やすいそう。
周りの大人が心
がけたいことを紹
介しています。

- 『子どもと性の話、はじめませんか?』(367.99 ミ) 宮原 由紀／著 高橋 幸子／監修
- 『思春期の謎めいた生態の理解と育ちの支援』(371.47 オ) 小野 善郎／著
- 『親子で力を合わせ思春期の発達障害を乗り越える』(378.8 オ) 宮尾 益知／監修
- 『みんなのひきこもり』(493.7 カ) 加藤 隆弘／著
- 『かんしゃく、暴力、反抗、無気力…。うちの子、どうしちゃったの?』(493.93 カ)
宮尾 益知／監修
- 『子どもたちのビミョーな本音』(493.93 タ) 武井 明／著
- 『わからなくても、ころはある』(493.93 ヤ) 山登 敬之／著
- 『子育て整体』(498.7 イ) 井本 邦昭／著
- 『子どもにいいこと大全』(498.7 コ) 主婦の友社／編



雑誌(1階雑誌コーナー)

- 「ニュートン」2022年8月号「思春期の心理学」
- 「Lee」2022年8月号「わが子の『思春期』がこわい！」
- 「ジュニアエラ」2022年1月号「不登校の子どもが過去最多に」
- 「ニュースがわかる」2021年11月号「10代の摂食障害が増加中」

思春期 心とからだに関する本

◆ご紹介している資料は、帯広市図書館で
所蔵している資料の一部です◆

- ★貸出中の本は予約することができます。
- ★当館で所蔵していない資料は、他館から借用することもできます。(帯広市内在住、通学、通勤されている方に限ります。)
- ★請求記号の前に Y がついている本は、中高生向きのものでヤングアダルトコーナーにあります。
- ★その他、不明な点がありましたら、カウンターでおたずねください。

か・ら・だ♪ナビ 健康・医療情報コーナー

健康や医療に関する資料を揃えています。
どうぞご利用ください♪♪♪
(図書館2階)



帯 広 市 図 書 館
〒080-0012 帯広市西2条南14丁目3番地1
TEL : (0155) 22-4700 FAX : (0155) 22-4701
E-mail : tosy@lib-obihiro.jp
URL : <https://www.lib-obihiro.jp/>

病気・症状

『10代のためのもしかして摂食障害？
と思ったときに読む本』(493.74 オ)
おちあずけ／著 作田 亮一／監修
合同出版



実話からケース別にまんがで分かりやすく解説。見守る大人たちへのアドバイスも充実です。

『起立性調節障害<OD>』
(493.93 キ) 田中 大介／監修
講談社



朝起きられず、学校に行けないのはこれが原因かも？ 対処法から周りの大人が知っておきたいことを解説しています。

『ゲーム依存からわが子を守る本』
(493.93 ケ)
花田 照久・八木 眞佐彦／監修
大和出版



子どもから無理矢理ゲームを取り上げるのは逆効果。まずは心のSOSに目を向けてみましょう。

『わかってほしい！
子ども・思春期の頭痛』(493.93 フ)
藤田 光江／著 南山堂



頭痛の原因から治療法、薬の効果、家庭や学校でできる対処法を解説しています。



『家族ができる摂食障害の回復支援』(493.74 ス) 鈴木 高男／著
『睡眠専門医が教える！

子供が朝起きなくなったときに、親子で読む本』(493.93 ア) 渥美 正彦／著
『子どもの脳を壊すネット・ゲーム依存症』(493.93 ク) 久場川 哲二／著
『子どものうつがわかる本』(493.93 コ) 下山 晴彦／監修 主婦の友社／編
『摂食障害の子どもたち』(493.93 タ) 高宮 静男／著
『ゲーム・ネットの世界から離れられない子どもたち』(493.93 コ) 吉川 徹／著

心のケア

『子どものころがそだつとき』
(493.93 カ) 笠原 麻里／著
日本評論社



不登校や体の不調など、子どものころのつまずきと、その親の不安に寄り添った1冊です。

『思春期に心が折れた時親がすべきこと』(493.93 セ) 関谷 秀子／著
中央公論新社



思春期の心の悩みを薬ではなく、家族関係の改善で解決する方法を紹介しています。

『教師・親のための子どもの心のケアの
進め方』(493.93 タ) 田中 和代／著
黎明書房



心の苦しみを救う方法を紹介。ストレスにより心が傷ついている子どもは数多くいます。

『心の病気にかかる子どもたち』
(493.93 ミ) 水野 雅文／著 朝日新聞出版



心の病気は不登校や自殺の原因にもなっています。その原因や治療法を分かりやすく解説しています。



他にもこんな本があります(1階 YA コーナー)



『10代から知っておきたい摂食障害』(Y493 ジ)
西園マーハ文／監修 WILLこども知育研究所／編著
『「自己肯定感」を高めて自分を大切にしよう』(Y493 フ) 古荘 純一／著
『イラスト版13歳からのメンタルケア』(Y498 イ)
安川 禎亮／編著 柴田 題寛・木須 千明／著