



『はじめて、子どもの権利条約 改訂版』

川名 はつ子／監修 チャーリー・ノーマン／イラスト
東海教育研究所（369.4ハ）

はじめにイラストをみて想像してください。家庭で、学校で、地域で、子どもに関わるすべての人におすすめです。



『よけいなひと言をわかりあえるセリフに変える 親子のための言いかえ図鑑』

大野 萌子／著 サンマーク出版（367.3オ）

「言った後に後悔」を減らしませんか？シーン別に92パターンの言いかえが掲載されています。



『小児科医が教える子どもの脳の成長段階で「そのとき、いちばん大切なこと」』

奥山 カ／著 日本実業出版社（379.9オ）

「子どもの脳の成長」にもとづいた「子どもの視点」から「適切なコミュニケーション」を導く指南書です。



『正解がない時代の親たちへ』

おた としまさ／著 祥伝社（379.9オ）

「教育」と「人材育成」は似て非なるもの。正解がない時代に不安な親が抱える課題の本質を探ります。



『伊藤ふきげん製作所』

伊藤 比呂美／著 中央公論新社（379.9イ）

思春期のふきげんと向き合うのは親だってしんどい。もがきながらも、苦しみながらも向き合うことを諦めない親子のサバイバルに勇気をもらえる1冊です。

帯広市図書館
「キミヘノチカラシリーズ」
ブックリストにアクセス♪



@obihirolibrary



イベント情報発信中
フォローしてね♪

キミヘノチカラシリーズ

家族と自分

「思春期だから」「難しい年頃だから」と言われていませんか？ なんだかモヤモヤするその気持ちを理解できたらいいなと感じていませんか。
今回は、家族と自分という視点で紹介します。

帯 広 市 図 書 館
2023年10月発行



『街に躍ねる』

川上 佐都／著 ポプラ社 (Y913カ)

高校生の達と小5の晶は仲良しな兄弟。物知りで絵が上手い達は、晶にとって最高の兄ちゃんだが、世間から見ると普通じゃないらしい…。「人と違うこと」の苦しさに葛藤しながらも、自分たちにとってベターな家族のカタチを探していく。



『水を縫う』

寺地 はるな／著 集英社 (Y913テ)

手芸が好きな清澄は“かわいい”が苦手な姉・水青のウェディングドレスを作ることに…。家族であっても、すべてを知っているわけじゃない。それぞれの視点から描かれる家族の物語。



『あした、弁当を作る。』

ひこ・田中／著 講談社 (Y913ヒ)

母親の弁当を食べたくない。触られるとゾクツとする。部屋に入ってほしくない。いちいち話したくない。一緒にいたくない。そう思うてしまうことに罪悪感もある…。これは成長期？反抗期？中学生男子の複雑な自立心を描く。



『ウィズ・ユー』

濱野 京子／作 くもん出版 (Y913ハ)

高校受験を控えながら、家族関係に悩み悶々と日々を送る悠人は、夜の公園で朱音と出会う。彼女は病気の母を支えながら家事を担う「ヤングケアラー」だった。悠人は朱音の力になりたいと思うようになり…。



『ななみの海』

朝比奈 あすか／著 双葉社 (Y913ア)

児童養護施設(寮)で暮らす高校生のななみ。寮では年下の子を気にかけながら、部活に、アルバイトにと忙しく過ごす。医学部への進学を目指す、それは本当に自分の意志？ ななみからみえる大人の姿とは？そしてなりたい大人とは？



『親のことが嫌いじゃないのに「なんかイヤだな」と思ったときに読む本』

藤木 美奈子／著 WAVE出版 (Y146フ)

親の言葉や態度で、なんだか気持ちがモヤモヤする。「嫌い」じゃないんだけど…。それは“見えない圧力”のせいかもしれません。3ステップで、あなたの心を守る方法を紹介しています。



『親の期待に応えなくていい』

鴻上 尚史／著 小学館 (Y367コ)

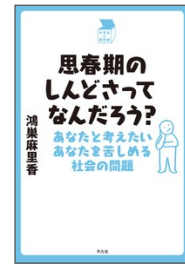
「親の期待」に応えようとして無理をしたり苦しんでいませんか？期待に応えることと親を大切にすることはイコールではない。ひとつひとつ問題を紐解いて、子も親も健康的な自立を目指します。



『ヤングケアラー』

濱島 淑恵／監修 文溪堂 (Y369ヤ)

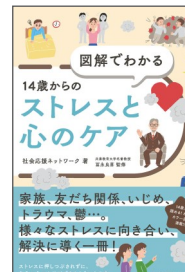
「ヤングケアラー」を理解するための入門書。最新の調査結果や取材をもとに、彼らが抱えている困難や支援の取組み、社会問題について、イラストや図を多く使ってわかりやすく解説しています。



『思春期のしんどさってなんだろう？』

鴻巣 麻里香／著 平凡社 (Y371コ)

中高生のしんどいという気持ちは、「思春期だから」「難しい時期だから」で片付くものでしょうか。スクールソーシャルワーカーである著者が、その疑問に答えます。「しんどさ」の正体とは？ 大人にもオススメの1冊です。



『図解でわかる14歳からのストレスと心のケア』

社会応援ネットワーク／著 富永 良喜／監修 太田出版 (Y498シ)

ストレスに押しつぶされる前に、向き合って解決しましょう。ストレスを知り、対処法を学べば、少し気持ちが楽になるかもしれません。オールカラーで見やすさ抜群。