



「つらさ」を自覚してみる。

生き方に戸惑いを感じた男性のための本

<生きづらさを感じたら>

ドーンセンター情報ライブラリー 作成:2021年8月

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
私のまま、素直に生きる	森田汐生	主婦の友社	2020	361.4 モ
「できない男」から「できる男」へ	伊藤公雄	小学館	2002	367.5 イ
「男らしさ」はつらいよ	ロバート・ウェッブ	双葉社	2021	367.5 ウ
捨てられる男たち 劣化した「男社会」の裏で起きていること	奥田祥子	SBクリエイティブ	2021	367.5 オ
#ボクらは誰も傷つけない「男らしさ」の謎を探る冒険 GENDER HANDBOOK ジェンダーハンドブック Vol.2	京都市男女共同参画推進協会, ホワイトリボンキャンペーン・ジャパン 編	京都市男女共同参画 推進協会	2020	【行政】 367.5 キ
BOYS ボーイズ 男の子はなぜ「男らしく」育つのか	レイチェル・ギーザ	DU BOOKS	2019	367.5 ギ
モテないけど生きてます 苦悩する男たちの当事者研究	ぼくらの非モテ研究会 編著	青弓社	2020	367.5 ボ
とまどう男たち 生き方編・死に方編	生き方編 伊藤公雄編 山中浩司編 死に方編 大村英昭編 山中浩司編	大阪大学出版会	2016	367.5 ヤ
男おひとりさま道	上野千鶴子	法研	2009	367.75 ウ

<家族との関係>

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
男の子でもできること みんなの未来とねがい	プラン・インターナショナル 文	西村書店	2020	K367.2 プ
イクメンじゃない「父親の子育て」 現代日本における父親の男らしさと「ケアとしての子育て」	巽真理子	晃洋書房	2018	367.3 タ
「家族する」男性たち おとなの発達とジェンダー規範からの脱却	大野祥子	東京大学出版会	2016	367.5 オ
夫の定年 「人生の長い午後」を夫婦でどう生きる?	グループわいふ 佐藤ゆかり	ミネルヴァ書房	2017	367.7 グ
定年不調	石蔵文信	集英社	2019	493.18 イ
パパの家庭進出がニッポンを変えるのだ! ママの社会進出と家族の幸せのために	前田晃平	光文社	2021	599 マ
夫婦のミゾが埋まらない 産後にすれ違う男女を変えるパートナーシップ学	渡辺大地 青柳ちか イラスト・漫画	KADOKAWA	2019	599 ワ

<“男らしさ”からの解放>

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
説教したがる男たち	レベッカ・ソルニット	左右社	2018	367.2 ソ
これからの男の子たちへ 「男らしさ」から自由になるためのレッスン	太田啓子	大月書店	2020	367.5 オ
「男性学」の現在 <男>というジェンダーのゆくえ 現代思想 2019年2月号	現代思想編集部編	青土社	2019	367.5 ゲ
男子が10代のうちに考えておきたいこと	田中俊之	岩波書店	2019	K367.5 タ
男らしさの終焉	グレイソン・ペリー	フィルムアート社	2019	367.5 ペ
さよなら、男社会	伊雄大	垂紀書房	2020	367.5 ユ
たてがみを捨てたライオンたち	白岩玄	集英社	2018	913.6 シ

<働くことがつらい>

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号	
自治体職員のためのアンガーマネジメント活用法 上手なセルフコントロールでパワハラ防止	安藤俊介	第一法規	2019	317.3	ア
ハラスメント時代の管理職における職場の新常識	樋口ユミ	朝日新聞出版	2017	366.3	ヒ
男性育休の困難 取得を阻む「職場の雰囲気」	齋藤早苗	青弓社	2020	369.32	サ
頑張りすぎるあなたのための会社を休む練習	志村和久	イースト・プレス	2019	498.4	シ
働く人のこころのケア・ガイドブック 会社を休むときのQ&A	福田真也	金剛出版	2019	498.8	フ

<介護に直面したとき>

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号	
仕事を辞めずに介護する 一人でもだいじょうぶ	おちとよこ	日本評論社	2017	369.26	オ
これで安心！働きながら介護する ケアも仕事も暮らしもバランスとって	川上由里子	技術評論社	2019	366.26	カ
男が介護する 家族のケアの実態と支援の取り組み	津止正敏	中央公論新社	2021	369.26	ツ
迫りくる「息子介護」の時代 28人の現場から	平山亮	光文社	2014	369.26	ヒ
介護する息子たち 男性性の死角とケアのジェンダー分析	平山亮	勁草書房	2017	369.26	ヒ

<悩みを話す、聴く>

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号	
相談の力 男女共同参画社会と相談員の仕事	須藤八千代編著 土井良多江子編著	明石書店	2016	146.8	ス
男の電話相談 男が語る・男が聴く	『男』悩みのホットライン編著	かもがわ出版	2006	367.5	オ
男性は何をどう悩むのか 男性専用相談窓口から見る心理と支援	濱田智崇編 『男』悩みのホットライン編	ミネルヴァ書房	2018	367.5	ハ
男性相談の実施に当たって DV等に関する男性相談マニュアル及び男性相談員育成 プログラム作成事業	大阪府府民文化部男女参画・府民 協働課編	大阪府府民文化部男 女参画・府民協働課	2012	【行政】 367.5	オ

<大阪府、大阪市の相談窓口>

タイトル	URL	内容
大阪府／悩みの相談窓口一覧	http://www.pref.osaka.lg.jp/kokoronokenko/soudankikan/jisatsu_soudan.html	大阪府のホームページ。悩みの種類に応じて相談窓口が掲載されている。
大阪府男性のための電話相談	http://www.dawncenter.jp/theme/maleConsultation.pdf	夫婦、パートナー、親子関係、生き方、職場の人間関係などにお悩みの方。専門の男性相談員が対応。
男性の悩みのための相談(大阪市)	http://www.creo-osaka.or.jp/soudan/mens.html	大阪市内在住・在勤・在学の方が対象。電話相談、面接相談(事前予約制)がある。

❖ 連絡・お問合せ先 ❖
ドーンセンター情報ライブラリー
(大阪府立男女共同参画・青少年センター)

◎ライブラリーでは、図書・行政資料・雑誌・DVDの貸出をしています。
一人につき図書・行政資料・雑誌は15冊(3週間)、DVDは3点(2週間)です。

〒540-0008 大阪市中央区大手前1-3-49
TEL 06-6910-8616 FAX 06-6910-8775