



「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:2019年11月

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
大丈夫。人間だからいろいろあって	香山リカ	新日本出版	2018	146.8 カ
ゆるいつながらり 協調性ではなく、共感性でつながる時代	本田直之	朝日新聞出版	2018	361.45 ホ
男はつらいらしい	奥田祥子	新潮社	2007	367.5 オ
「できない男」から「できる男」へ	伊藤公雄	小学館	2002	367.5 イ
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
すぐそばにある「貧困」	大西連	ポプラ社	2015	368.2 オ
40歳からの人生を変える心の荷物を手放す技術	名越康文 藤井誠二	牧野出版	2013	498.39 ナ

<家族との関係>

タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
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
みんな「夫婦」で病んでいる なぜ、自分で選んだ人がエイリアン夫モンスター妻に変わるのか	本田りえ	主婦の友社	2015	367.4 ホ
「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
定年、そして10万時間	上鶴瀬孝志	角川学芸出版	2010	367.5 カ
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
ふたりは同時に親になる 産後の「ずれ」の処方箋	狩野さやか	猿江商會	2017	599 カ
家族を笑顔にするパパ入門ガイド プレパパ〜3歳児パパ	ファザーリング・ジャパン	池田書店	2018	599 フ

<“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
男性学 新編 日本のフェミニズム 12	天野正子〔ほか〕編	岩波書店	2009	367.21 ア
「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
男子問題の時代? 錯綜するジェンダーと教育のポリティクス	多賀太	学文社	2016	367.5 タ
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
男が痴漢になる理由	斉藤章佳	イースト・プレス	2017	368.64 サ
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
「男のうつ」治らなくても働ける！ 復職マニュアル	石蔵文信	日本経済新聞出版社	2012	498.8 イ
産業カウンセラーが教える「つぶれない働き方」の教科書	吉岡俊介	彩図社	2015	498.8 ヨ
マイタイム MY TIME 自分もまわりも幸せになる「自分のための時間」のつくり方	モニカ・ルーッコネン	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2018	590.4 ル

<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
介護離職しない、させない	和氣美枝	毎日新聞出版	2016	366.7 ワ
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
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
ケアメンを生きる 男性介護者100万人へのエール	津止正敏	クリエイツかもがわ	2013	598.4 ツ

<男の悩みを話す、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/R1_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)

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

◎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。