

こころの健康やこころを癒すためのヒントとなる本 一覧 (令和8年3月 特設コーナー設置分)

No.	書名	著者名	出版社名
1	あなたを閉じこめる「ずるい言葉」	森山 至貴／著	東京：WAVE出版
2	あるひぼくはかみさまと	キティ・クローザー／作	東京：講談社
3	生きづらいがラクになるゆるメンタル練習帳	バク@精神科医／著	東京：ダイヤモンド社
4	いまいちばん美しい日本の絶景	MdN編集部／編	東京：エムディエヌコーポレーション
5	嬉しいことばが自分を変える	村上 信夫／著	東京：ごま書房新社
6	おとこのつば	群 ようこ／著	東京：新潮社
7	顔がわかるさかな図鑑	知来 要／著	東京：宝島社
8	悲しい本	マイケル・ローゼン／作	東京：あかね書房
9	北の馬と南の馬	前川 貴行／写真・文	東京：あかね書房
10	きらめきの大阪夜景めぐり	堀 寿伸／著	東京：東京ニュース通信社
11	くじけそうなときには	宇佐美 百合子／著	東京：PHP研究所
12	クジラ	フリップ・ニックリン／著	東京：ほるぷ出版
13	くまのプーさんささやかだけど大切にすること	キャサリン・ハプカ／文	東京：講談社
14	グレートネイチャー	DK社／編	東京：河出書房新社
15	剣客商売	池波 正太郎／著	東京：新潮社
16	現地調査で実感!知っておきたい地球史の重大イベント40	古儀 君男／著	東京：技術評論社
17	ここだけは行ってみたい		東京：ピエ・ブックス
18	しょせん幸せなんて、自己申告。	綾小路 きみまる／著	東京：朝日新聞出版
19	「自分に生まれてよかった」と思えるようになる本	藤野 智哉／著	東京：幻冬舎
20	人生はもっとニヤンとかなる!	水野 敬也／著	東京：文響社
21	スナフキンのことば	トーベ・ヤンソン／絵とことば	東京：講談社
22	スヌーピーこんな生き方探してみよう	ほしの ゆうこ／著	東京：朝日新聞社
23	世界の路地	PIE BOOKS／編著	東京：パイインターナショナル
24	世界は広く、美しい 黄	長倉 洋海／写真・文	東京：新日本出版社
25	絶景の夜空と地球	シュテファン・リーバーマン／著	東京：原書房
26	誰だってちょっと落ちこぼれ	河合 隼雄／著	東京：講談社
27	誰も教えてくれなかった「なりたい自分」のを見つけ方	なりたい自分発見ラボ／著	東京：クロスメディア・パブリッシング
28	とことんブンチョウ、インコ・オウム	BIRDER編集部／編	東京：文一総合出版
29	トラの世界	ジル・エスパウム／著	東京：エムディエヌコーポレーション
30	動物のお医者さん 1	佐々木 倫子／著	東京：白泉社
31	なやんでもいいよとブッタは、いった。	小泉 吉宏／著	東京：KADOKAWA
32	にゃんこ関西弁辞典	西川 清史／著	東京：飛鳥新社
33	日本展望タワー大全	かねだ ひろ／著	東京：辰巳出版
34	のほほん絵日記	さくら ももこ／絵と文	東京：集英社
35	花美	江見 敏宏／文・写真	東京：技術評論社
36	パンダ	岩合 光昭／写真・文	東京：新潮社
37	フラワーリースの見本帖	植物生活編集部／編集	東京：誠文堂新光社
38	振り子	鉄拳／著	東京：小学館
39	マイクロワールド微生物大図鑑	宮澤 七郎／監修	東京：小峰書店
40	みたてのくみたて	田中 達也／著	東京：ダイヤモンド社

No. 書名	著者名	出版社名
41 目でみることば	おかべ たかし／文	東京：東京書籍
42 名言セラピー 英語でしあわせ編	ひすい こたろう／[著]	東京：ディスカヴァー・トゥエンティワン
43 メンタルヘルス大国アメリカで実証された心がモヤらない練習	須田 賢太／著	東京：サンクチュアリ出版
44 もっとしりたい飼育員さんのすごいこたえ	淡路ファームパークイングランドの丘／著	東京：ワニブックス
45 ももこのいきもの図鑑	さくら ももこ／著	東京：マガジンハウス
46 ユキヒョウの世界	ジル・エスバウム／著	東京：エムディエヌコーポレーション
47 ゆる鉄絶景100	中井 精也／写真・文	東京：小学館
48 ヨーコさんの“言葉”	佐野 洋子／文	東京：講談社
49 ラッコの世界	ジル・エスバウム／著	東京：エムディエヌコーポレーション
50 ラッコの世界	ジル・エスバウム／著	東京：エムディエヌコーポレーション
51 リアルサイズ古生物図鑑 中生代編	土屋 健／著	東京：技術評論社