



わたしは、なにごとにもとらわれずに、  
軽やかに、プライドを持って、  
わたしの道を歩いていきたい



～自分らしく生きるということ～

(請求番号:無印はフォーラム、北はアートフォーラムあざみ野、南はフォーラム南太田所蔵です。どの本も3館で貸し出しできます。)

★ 自由に生きるみちしるべ

2019年10月

	書名	著者	出版社	出版年	請求No.
1	みらいめがね それでは息がつまるので	荻上チキ ヨシタケシンスケ	暮らしの手帖社	2019	D2312オ (南)
2	不安さんとわたし 《当事者研究的コミックエッセイ・総ルビつき》	ナガノハル	山吹書店	2019	C323フ
3	生きづらかったですか？ 私の苦勞と付き合う当事者研究入門	細川貂々	平凡社	2019	A3531イ
4	「空気」を読んでも従わない。 生き苦しさからラクになる	鴻上尚史	岩波書店	2019	B12ク
5	思わず考えちゃう	ヨシタケシンスケ	新潮社	2019	D2312ヨ (南・北)
6	呪いの言葉の解きかた	上西充子	晶文社	2019	B31ノ (南・北)
7	日本の気配	武田砂鉄	晶文社	2018	A35ニ
8	脱・呪縛(世界をカエル)	鎌田實	理論社	2018	B12ダ

★ 性別にしばられない生き方(日本編)

1	日本の天井 時代を変えた「第一号」の女たち	石井妙子	KADOKAWA	2019	A311ニ
2	ジェンダーについて大学生が真剣に考えてみた あなたがあなたらしくいられるための29問	一橋大学社会学部 佐藤文香ゼミ生一同	明石書店	2019	A22ジ
3	私たちの「戦う姫、働く少女」	ジェンダーと労働研究会	堀之内出版	2019	A35タ
4	「ほとんどない」ことにされている側から見た社会の 話を。	小川たまか	タバックス	2018	A21ホ (北)
5	選んだ孤独はよい孤独	山内マリコ	河出書房新社	2018	ヤ
6	たてがみを捨てたライオンたち	白岩玄	集英社	2018	シ
7	日本のヤバイ女の子	はらだ有彩	柏書房	2018	A284ニ
8	戦う姫、働く少女	河野真太郎	堀之内出版	2017	A35タ
9	不自由な男たち その生きづらさは、どこから来るのか	小島慶子・田中俊之	祥伝社	2016	A221フ

★ 性別にしばられない生き方(海外編)

1	私は私のままで生きることにした	キムスヒョン	ワニブックス	2019	B11ワ
2	三つ編み	レティシア・コロンバニ	早川書房	2019	D232コ
3	ヒョンナムオッパへ 韓国フェミニズム小説集	チョナムジュ 他	白水社	2019	D232チ
4	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	A221ボ
5	82年生まれ、キム・ジヨン	チョナムジュ	筑摩書房	2018	D232チ
6	私たちにはことばが必要だ フェミニストは黙らない	イミンギョン	タバックス	2018	A23ワ
7	ヒロインズ	ケイト・ザンブレノ	C. I. P. Books	2018	D232ザ
8	男も女もみんなフェミニストでなきゃ	チママンダ・ンゴ ズィ・アディーチェ	河出書房新社	2017	A23ワ
9	キュロテ 世界の偉大な15人の女性たち	ペネロープ・バジュー	DU BOOKS	2017	A264キ

★ 性別にしばられない生き方（LGBT編）

	書名	著者	出版社	出版年	請求No.
1	弟の夫 1~4	田亀源五郎	双葉社	2015~ 2017	タM
2	きのう何食べた？ 1~15	よしながふみ	講談社	2007~ 2019	ヨM
3	ゲイだけど質問ある	鈴掛真	講談社	2018	C11ゲ
4	カミングアウト	砂川秀樹	朝日新聞出版	2018	C11カ
5	13歳から知っておきたいLGBT+	アシュリー・マーデル	ダイヤモンド社	2017	C11ジ
6	ハッピーエンドに殺されない	牧村朝子	青弓社	2017	C11ハ (北)
7	お母さん二人いてもいいかな!? レズビアンママ生活	中村キヨ	ベストセラーズ	2015	C11オ

★ 子どもがいても、いなくても

1	誰も教えてくれなかった 子どものいない人生の歩き方	くどうみやこ	主婦の友社	2018	B11ダ
2	産まないことは「逃げ」ですか？	吉田潮	ベストセラーズ	2017	C25ウ
3	「子なし」のリアル	奥平紗実	幻冬舎メディア コンサルティング	2017	A311コ
4	ノンママという生き方	香山リカ	幻冬舎	2016	C25ノ
5	産む、産まない、産めない	甘糟りり子	講談社	2014	ア

★ シングルでも、パートナーがいても

1	50歳から結婚してみませんか？	スローマリッジ取材班	朝日新聞出版	2019	B17ゴ
2	離婚してもいいですか？ 翔子の場合	野原広子	KADOKAWA	2018	B17リ
3	お互い40代婚	たかぎなおこ	KADOKAWA	2018	B17オ
4	子連れ恋愛と再婚、幸せのためのサポートブック	M-STEP	M-STEP	2018	HB17コ
5	没イチ パートナーを亡くしてからの生き方	小谷みどり	新潮社	2018	B33ホ
6	血洗いするの、どっち？ 目指せ、家庭内男女平等！	山内マリコ	マガジンハウス	2017	B17サ
8	堂々再婚 何度でも結婚できる技術	二松まゆみ	WAVE出版	2016	B17ド
9	非婚ですが、それが何か!? 結婚リスク時代を生きる	上野千鶴子・水無田気流	ビジネス社	2015	B16ヒ
10	オトナ婚です、わたしたち: 十人十色のつがい方	大塚玲子	太郎次郎社エディ タス	2013	B17オ
11	じつはウチ、フランス婚 ~結婚してない、でも家族~	しばざきとしえ	モバイルメディア リサーチ	2008	B17ジ

★ 何歳でも

1	私がオバさんになったよ	ジェーン・スー 他	幻冬舎	2019	B11ワ
2	私が30代になった	イ ラン	タバブックス	2019	B13ワ
3	歳を取るのも悪くない	養老孟司・小島慶子	中央公論新社	2018	B11ト
4	50才からがいよいよモテるらしい神話「フランス女」	長坂道子	小学館	2018	B11ゴ (北)
5	おひとりさま v s . ひとりの哲学	山折哲雄・上野千鶴子	朝日新聞出版	2018	B16オ (南)
6	中年男ルネッサンス	田中俊之・山田ルイ53世	イースト・プレス	2018	A221チ
7	卒母のススメ	西原理恵子+卒母ーズ	毎日新聞出版	2017	B341ソ
8	おらおらでひとりいぐも	若竹千佐子	河出書房新社	2017	ワ
9	ダーリンは70歳	西原理恵子	小学館	2016	B33ダ
10	この年齢だった!	酒井順子	集英社	2012	A26コ

★ 子どもおとなも自由に楽しく生きるための絵本part1(室井滋さん、長谷川義史さんの本)

	書名	著者	出版社	出版年	請求No.
1	しげちゃん	室井滋/作 長谷川義史/絵	金の星社	2011	Pシ
2	しげちゃんとじりつさん	室井滋/作 長谷川義史/絵	金の星社	2016	Pシ
3	すきま地蔵	室井滋/文 長谷川義史/絵	白泉社	2018	Pス
4	ピトトト トン よ～	室井滋/文絵	世界文化社	2018	Pト
5	チンチンボンボさん	室井滋/文 長谷川義史/絵	絵本館	2015	Pチ
6	ウリオ	室井滋/文 長谷川義史/絵	世界文化社	2013	Pウ (北)
7	きらきは・は・歯	室井滋/文 長谷川義史/絵	世界文化社	2014	Pキ
8	うん このあかちゃん おとうちゃんの出産絵日記	長谷川義史	クレヨンハウス	2006	C251ウ
9	かわうそモグ	小森香折/文 長谷川義史/絵	BL出版	2019	Pカ
10	天女かあさん	ペクヒナ/作 長谷川義史/訳	ブロンズ新社	2017	Pテ
11	みつけてん	ジョン・クラッセン/作 長谷川義史/訳	クレヨンハウス	2016	Pミ (北)
12	へいわってすてきだね	安里有生/詩 長谷川義史/絵	ブロンズ新社	2014	Pへ
13	よふかしにんじゃ	長谷川義史/訳	光村教育図書	2013	Pヨ (北)
14	おとうさんの手	まはら三桃/作 長谷川義史/絵	講談社	2011	Pオ (北)

★ 子どもおとなも自由に楽しく生きるための絵本 part2

1	みえるとか みえないとか	ヨシタケシンスケ/さく 伊藤亜紗/そうだん	アリス館	2018	Pミ
2	それしかないわけ ないでしょう	ヨシタケシンスケ	白泉社	2018	Pソ (北)
3	こどもの時間	西原理恵子	ユーメイド	2011	Pサ
4	だいじなだいじなぼくのはこ	益田ミリ/作 平澤一平/絵	ミシマ社	2011	Pダ
5	きみのかみさま	西原理恵子	角川書店	2010	Pキ
6	おとうさんとおかあさんのけんか	西原理恵子	理論社	2010	Pサ
7	神さまはどこだ	西原理恵子	理論社	2010	Pサ
8	はやくはやくっていわないで	益田ミリ/作 平澤一平/絵	ミシマ社	2010	Pハ
9	こころ	香山リカ/文 益田ミリ/絵	大月書店	2009	Pカ (北)
10	いけちゃんとぼく	西原理恵子	角川書店	2006	Pイ

★ 自分の道を見つけるための参考に

1	アリーテ姫の冒険	ダイアナ・コールス	大月書店	2018	D232コ
2	女の子が生きていくときに、覚えていてほしいこと	西原理恵子	KADOKAWA	2017	B11オ
3	北欧に学ぶ小さなフェミニストの本	サッサ・ブーレグレン	岩崎書店	2018	小A23ホ
4	世界を変えた100人の女の子の物語	E・ファヴィツリ・ F・カヴァッロ	河出書房新社	2018	A264セ
5	世界を変えた50人の女性科学者たち	レイチェル・イグノト フスキー	創元社	2018	A264セ
6	歴史を変えた50人の女性アスリートたち	レイチェル・イグノト フスキー	創元社	2019	小D25レ
7	自分を信じた100人の男の子の物語	ベン・ブルックス	河出書房新社	2019	小A264ジ