

| しごと | 名前 | 担当事業 | 私の道を切り開いてくれた本 | 落ち込んだとき、私を助けてくれた本 | もう1回読み返したい本 |
|------|--------------------------|---|--|---|--|
| | 吉枝 ゆき子 | 女性起業UPルームナビゲーター | 一人ビジネスであなたも年収1000万円稼げる！ (西田光弘 著) | 心に響く印象派 画家の言葉46 (Moderna Classica 編著) | 7つの習慣―最優先事項―「人生の選択」と時間の原則 (S・R・コヴィー 著) |
| | 増田 雅好 | 女性起業UPルームナビゲーター | 経営と会計 (稲盛和夫 著) | 北欧流スローライフコーチング (ランディ・ノイス 著) | アルケミスト (パウロ・コエリョ 著) |
| | 小川 悦代 | 女性としごと 応援デスク キャリア・カウンセリング (キャリアコンサルタント) | ビジネスパーソンのためのアサーション入門 (平木典子 金井壽宏 著) | LEAN IN (シエリル・サンドバーグ 著) | 賢人たちに学ぶ自分を磨く言葉 (本田季伸 著) |
| | 金子 由美子 | 女性としごと 応援デスク キャリア・カウンセリング (キャリアコンサルタント) | なぜ、身近な関係ほどこじれやすいのか (森田汐生 著) | グサリとくる一言から自分を守る方法 (渋谷武子 著) | わたしの人生は、わたしのモノ (小島貴子 著) |
| | 田口 乙代 | 女性としごと 応援デスク 労働サポート相談 (特定社会保険労務士) | 性格は変えられない、それでも人生は変えられる (アルバート・エリス 著) | 働く人のための「読む」カウンセリング (高山直子 著) | 新しい労使関係のための労働時間・休日・休暇の法律実務 (安西愈 著) |
| | 高杉 順子 | 女性のためのパソコン講座 | 思うとおりに歩めばいいのよ (ターシャ・テューダー 著) | ブラフマンの埋葬 (小川洋子 著) | なんにもできなかったとり (刀根里衣 著) |
| | 横澤 昌典 | ガールズ 職場体験 (向洋電機土木株式会社 CHO 広報部長) | カモメに飛ぶことを教えた猫 (ルイス・セブルペダ 著) | 仕事と介護 両立ハンドブック (新田香織 著) | いまさら聞けないテレワークの常識 (武田かおり、中島康之 著) |
| 子育て | 名前 | 担当事業 | 子育てのヒントになる本 | | |
| | 普光院 亜紀 | はじめての保育園 (保育園を考える親の会代表) | 非認知能力を育てる あそびのレシピ (大豆生田啓友 大豆生田千夏 著) | 3000万語の格差 (ダナ・サスキンド 著) | 保育園は誰のもの (普光院亜紀 著) |
| | 名前 | 担当事業 | 私の道を切り開いてくれた本 | 落ち込んだとき、私を助けてくれた本 | もう1回読み返したい本 |
| | 武田 由紀子 | フォーラム・フォーラム南太田 子どもの部屋(保育士) | とても温かとてもせつないきみの絵本 (ジュヌヴィエーヴ・カスターマン 著 さだまさし 翻訳) | こころのちから～自分のちからに目覚めようとしているあなたへ (岩井美代子 著) | 八朔の雪～みをつくし料理帖～ (高田郁 著) |
| 林 智子 | アートフォーラムあざみ野 子どもの部屋(保育士) | 発達が気になる子への生活動作の教え方 (鴨下賢一 ほか 著) | ドキュメント 道迷い遭難 (羽根田治 著) | そして誰もいなくなった (アガサ・クリスティー 著) | |

| | | | | | |
|-------|--|--|---|--|---|
| 健康 | 名前 | 担当事業 | 私の道を切り開いてくれた本 | 落ち込んだとき、私を助けてくれた本 | もう1回読み返したい本 |
| | 大木 麻梨子 | がん手術後のリハビリ体操 (乳がんリハビリ体操考案者) | ウィリアム・サローヤン1 わが心高原に おい、救けてくれ! (ウィリアム・サローヤン 著) | 私は二歳 (松田道雄 著) | 權 (宮尾登美子 著) |
| | 工藤 なお | ガールズ編 しごと準備講座 (ヨガインストラクター) | アルケミスト (パウロ・コエーリョ 著) | ねこでよければ (やまもとりえ 著) | インテグラル・ヨーガ (スワミ・サッチダーナンダ 著) |
| | 佐野 利果 | こころとからだの深呼吸ヨガ、 週末リラックスヨガ (ヨガインストラクター) | 「ヨーガ 本質と実践」 (ルーシー・リデル 著) | 「ブッタとシツカブッタ3なあんでもない よ」 (小泉吉宏 著) | 「人生はワンチャンス！」 (水野敬也、長沼直樹 著) |
| | 富樫 英輝 | イージーブレスストレッチ (NSCAパーソナルトレーナー) | 神との対話 (ニールドナルド・ウオルシュ 著) | スーパーボディを読む (伊藤昇 著) | 「経営者失格 トランプ帝国はなぜ崩壊した のか」 (ジョン・オドンネル 著) |
| | 星野 まゆら | アロマヨガ (ヨガインストラクター) | ハタヨガの真髄 (B.K.S.アイアンガー 著) | 心の治癒力 -チベット仏教の叡智- (トウルク・トンドゥップ 著) | 奇跡の脳 (J.B.テイラー 著) |
| | 名前 | 担当事業 | 心に残った本 | 自分・パートナー・家族・友人たちとの関わりを 見直すときに読む本 | 身の危険を感じたときに手に取りたい教本的 存在 |
| 萱沼 道子 | 産後のセルフケア (NPO法人マドレボニータ認定 産 後セルフケアインストラクター) | 小泉放談 (小泉今日子 著) | 愛着障害 ~子ども時代を引きずる人々~ (岡田尊司 著) | ほんのちょっと当事者 (青山ゆみこ 著) | |
| 生き方 | 名前 | 担当事業 | 私の道を切り開いてくれた本 | 落ち込んだとき、私を助けてくれた本 | もう1回読み返したい本 |
| | 恩田 夏絵 | ガールズ編 しごと準備講座 (ピースポート・グローバルスクールコーディネーター、ひきこもりLIX会議代表理事) | あなたが生きづらいのは「自己嫌悪」のせい である。(安富歩 著) | 自分を傷つけずにはいられない (松本俊彦 著) | その島のひとたちは、ひとの話をきかない (森川すいめい 著) |
| | 佐藤 慶子 | ガールズ編 しごと準備講座 (ヴォイス・アーティスト) | 手話絵本「てではなそう」 (さとう けいこ 著) | 「ねじ式」(つげ義春 著) | 「万葉集」(大伴家持 編) |
| | 堤 暢子 | ガールズ編 しごと準備講座 (Be-Happy! アサーティブネス の会) | 「私のところが決めていい」 (岩井美代子 著) | 「わたしのとくべつな場所」 パトリア・マキツク/文 ジェリー・ピンニー/絵 | 「木かげの家の小人たち」 (いぬいとみこ 著) |
| | 三浦 貴史 | パン屋のおやじ販売員 (K2インターナショナル) | 生きづらさを抱える若者たちと (小林献 著) | 夢をかなえるゾウ (水野敬也 著) | 遠い太鼓 (村上春樹 著) |

| | 名前 | 担当事業 | 私の道を切り開いてくれた本 | 落ち込んだとき、私を助けてくれた本 | もう1回読み返したい本 |
|----|-----------------|---|--|---|---|
| 生活 | 角田 緑里 | 新鮮野菜のプチ市場 (横浜ベジフルレディ) | 鎌と聴診器 (竹熊直孝 著) | 長くつ下のピッピ (アストリッド・リンドグレーン 著) | ちいさいももちゃん (松谷みよ子 著) |
| | ちゅうがんじ みゆき | ガールズ編 しごと準備講座(健康ごはん塾 主宰) | はじめてのシュタイナー～人生のヒント～ (志賀くにみつ 著) | JOURNEY (A-WORKS 著) | 禅が教えてくれる美しい時間をつくる「所作」 の智慧 (枅野俊明 著) |
| | T.K | おしゃべりハンドメイドの会 世話人 | 母(オモニ) (姜尚中 著) | 置かれた場所で咲きなさい (渡辺和子 著) | わたしの暮らしのヒント集 (暮らしの手帖編集部 編) |
| | 名前 | 担当事業 | 私の道を切り開いてくれた本 | 落ち込んだとき、私を助けてくれた本 | もう1回読み返したい本 |
| 相談 | 鶴田 桃工 | 自助グループ選考委員 (NABA(ナバ/日本アノレキシア・ プレミア協会)代表) | 家族依存症～仕事中毒から過食まで (斎藤宇 著) | 女性の生きづらさ～その痛みを語る (信田さよ子 著) | 星の王子さま (サン・テグジュペリ 著) |
| | 阿部 裕子 | 女性としごと 応援デスク 女性のための職場の人間関係・ハラス メント相談 (かながわ女のスペースみずら理事) | 医療現場からみた新型コロナウイルス (香山リカ 徳田安春 共著) | なぜ、それが無罪なのか！ (伊藤和子 著) | 婦人保護事業から女性支援法へ (戒能民江 堀千鶴子 著) |
| | NPO法人 レジリエンス | こころのcare講座 | 傷ついたあなたへ (NPO法人レジリエンス 著) | 私の中のわたしたち～ 解離性同一障害を乗 り越えて (オルガ・トゥルヒーヨ 著) | DV・虐待の加害者の実体を知る (ランディ・バンクロフト 著) |
| | 熊谷 珠美 | セルフケアグループ「そよら」共 同開発 (臨床心理士 HEARTカウンセリング センター代表) | 性暴力を生き抜いた少年と男性の癒しのガ イド (グループ・ウィズネス 著) | ザ・ボディショップの、みんなが幸せになるビ ジネス (アニータ・ロディック 著) | 左足のポルカ (手島織江 著) |
| | 内藤 忍 | 「職場のハラスメント対策セミ ナー」講師 (労働政策研究・研修機構(JILPT)副 主任研究員) | 労働運動を切り拓く—女性たちによる闘い の軌跡 (浅倉むつ子 他 著) | #KuToo(クートゥー)—靴から考える本気 のフェミニズム (石川優実 著) | 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 著) |

男女共同参画センター横浜 (フォーラム)

045-862-5056

男女共同参画センター横浜南 (フォーラム南太田)

045-714-5911

男女共同参画センター横浜北 (アートフォーラムあざみ野)

045-910-5700