

# Think SDGs

## 2022年度社会の動きを「ジェンダー平等を実現しよう」の視点から見れば



地球と人間社会を共に持続可能にするために、2030年までの行動目標を掲げたSDGs。日本はいくつかの目標の達成に「深刻な課題がある」とされており、ジェンダー平等の実現もそのうちの1つです。2022年度はSDGsのその折り返し点をむかえた年であり、私たちの暮らしにとって重要な法整備が進められた1年でもありました。このブックリストでは、最近の社会の動きを理解するうえで役立つ本をご紹介します。



### 【#男性育休】 【#男性版産休】 ▶▶ 柔軟な育児休業取得のための法整備が進みました。

- ◆ SDGsの評価指標：5.4.1 無償の家事・ケア労働に費やす時間の割合（性別、年齢、場所別）
- ◆ SDGsの評価指標：5.1.1 性別に基づく平等と差別撤廃を促進、実施及びモニターするための法律の枠組みが制定されているかどうか



男性育休の第一世代。義務化によって社内制度は整いはじめても、ノウハウやロールモデルがみえない方へ。まずは広く、情報収集してみませんか？

### 1. 男性育休、実際とれる？ どうやってとる？

書名	著者	出版社	出版年	請求No.
1 社労士が教える産休・育休制度を有利に活用する本	養田真吾	笑がお書房	2022	B215シ
2 男も育休って、あり？	羽田共一	雷鳥社	2021	B3411オ(北)
3 なぜパパは10日間の育休が取れないのか？	成川献太, パパ育休2.0プロジェクトメンバー	good.book	2021	B215+
4 男性育休の教科書	日経xwoman	日経BP	2021	B215ダ
5 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	B215ダ



### 2. 「とるだけ育休」にならないための工夫はどこに？

1 育休夫婦の幸せシフト制育児	芳田みかん	オーバーラップ	2022	B3411(北)
2 夫婦で話そう、考えよう。パパ育休のこと	コネヒト(制作)、三木智有(監修)、齋木啓子(医療監修)	コネヒト	2020	B3411フ
3 男コピーライター、育休をとる。	魚返洋平	大和書房	2019	B3411オ(仕事4)
4 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(著) 青柳ちか(イラスト・漫画)	KADOKAWA	2019	B33フ
5 家族を笑顔にするパパ入門ガイド	ファザリング ジャパン	池田書店	2018	B3411カ
6 産後が始まった！夫による、産後のリアル妻レポート	渡辺大地(著) 青柳ちか(イラスト・漫画)	KADOKAWA	2014	B3411サ



### 3. 子育て世代の男性の葛藤について

1 ジェンダーで読み解く男性の働き方・暮らし方ワーク・ライフ・バランスと持続可能な社会の発展のために	多賀太	時事通信出版局	2022	A221ジ
2 妻に言えない夫の本音 仕事と子育てをめぐる葛藤の正体	朝日新聞「父親のモヤモヤ」取材班	朝日新聞出版	2020	B3411ツ
3 僕たちは育児のモヤモヤをもっと語っていいと思う	常見陽平	自由国民社	2019	B3411ホ*
4 たてがみを捨てたライオンたち	白岩玄	集英社	2018	シ

#### 4. 育休中に考えたい 育休後のくらしのこと

1	デュアルキャリア・カップル 仕事と人生の3つの転換期を対話で乗り越える	ジェニファー・ベトリリエリ (著)、高山真由美(訳)	英治出版	2022	B33テ*
2	仕事も家庭もうまくいく！共働きのすごい対話術	あつたゆか	クロスメディア・パブリッシング	2022	B33シ
3	家事は大変って気づきましたか？	阿古真理	垂紀書房	2022	D112カ
4	なぜ妻は「手伝う」と怒るのか 妻と夫の溝を埋める54のヒント	佐光紀子	平凡社	2021	B33ナ (北)
5	主婦をサラリーマンにたとえたら想像以上にヤバくなった件	河内瞬	主婦の友社	2021	B33シ (北)
6	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	B3411ハ*
7	ボクは食器洗いをやっていただけで、家事をやっていなかった。	土屋礼央	KADOKAWA	2021	B31ホ*
8	大黒柱妻の日常 共働きワンオペ妻が、夫と役割交替してみたら？	田房永子	エムディエヌコーポレーション	2021	B32タ*
9	家事でモメない部屋づくり	三木智有	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2020	D15カ
10	ほしいのは『つかれない家族』 ワンオペ家事&育児に絶望した私が見つけた家族のシアワセ	ハラユキ	講談社	2020	B32ホ

#### 5. 男性育休を職場から支える方へ

1	総務担当者のための産休・育休の実務がわかる本	宮武貴美	日本実業出版社	2022	B215ソ
2	今すぐ使える！男性育休の対応と実務 令和3年改正育児・介護休業法対応	島麻衣子	第一法規	2022	B215タ* (北)
3	こんな対応絶対ナシ！マタハラ・バタハライラスト事例集	森井梢江(著)、森井労働法務事務所(監修)	労働調査会	2022	B217マ
4	男性の育休 家族・企業・経済はこう変わる	小室淑恵、天野妙	PHP研究所	2020	B215タ*

【#年金制度改正】 ▶▶ 年金に関する法制度改正。私たちはどのように備えるべきでしょうか。

- 被用者保険(会社の社会保険)の適用が拡大 ▶▶ 従業員101人以上の事業所で働くパート・アルバイト等の短時間労働者の方
- 在職老齢年金制度の見直し ▶▶ 年金を受給しながら働くことを考えるシニア世代の方
- 年金の受給開始年齢の選択肢が拡大 ▶▶ 働ける間は働こうと考えるシニア世代の方
- 確定拠出年金の加入可能年齢、受給開始可能年齢の引き上げ ▶▶ 確定拠出年金の加入を考えるシニア世代の方

#### 1. 年金制度改正にかかわる当事者向け

書名	著者	出版社	出版年	請求No.
2 図解 いちばん親切な年金の本 22-23年版 知っておきたい暮らしのお金	清水典子(監修)	ナツメ社	2022	A352イ
3 社会保障のトリセツ 医療・年金・介護・労災・失業・障がい・子育て・生活保護困ったときに役所の窓口を持っていく本	山下 慎一	弘文堂	2022	A352シ (南)
4 知りたいことがぜんぶわかる！つみたて NISA & iDeCo の超基本	酒井富士子	学研プラス	2022	A343ツ (南)
5 日本一やさしい NISA & iDeCo の学校	大竹のり子(監修)	ナツメ社	2021	A343ニ
6 「非正規」六法 有期雇用やアルバイトで損せず生活するために	飯野たから(著)、横山裕一(監修)	自由国民社	2020	B212ヒ

#### 2. 30代・40代向け 知識の活用 ライフプランや家計管理を見直す

1	私の老後私の年金 このままで大丈夫なの？教えてください。	長尾義弘	河出書房新社	2022	A343ワ
2	結局、老後2000万円問題ってどうなったんですか？ 先生、お金の不安が止まりません！そう言えば……	岩城みずほ	サンマーク出版	2022	D121ケ (北)
3	正しい家計管理 将来への不安が消える、自動的にお金が貯まる	林 總	すみれ書房	2022	D121タ

4	3000以上の家計を診断した人気FPが教える お金・仕事・家事の不安がなくなる共働き夫婦最強の教科書	内藤真弓	東洋経済新報社	2021	A343ト (北)
5	腹黒くないFP(ファイナンシャルプランナー)が教えるお金の授業	岩城みずほ	三笠書房	2018	D121ハ
6	30代のための年金とお金のことがすごくよくわかって不安がなくなる本	佐藤麻衣子	日本実業出版社	2018	D121サ

### 3. 50代・60代向け これからの暮らしを支えるもの ～様々なお金の増やし方～

1	50代からの「確実な」お金の貯め方、増やし方教えてください 老後の資金が不安です	浅田里花	主婦の友社	2022	A343ゴ
2	フリーランス・自営業者のための知っておきたいお金と老後 アラフィフマンガ家が慌ててFPの先生に聞いた	あべかよこ(著)、前田信弘(解説)	日本能率協会マネジメントセンター	2021	B235フ (仕事3)
3	60歳貯蓄ゼロでも間に合う老後資金のつくり方 運用はいっさい無し!	長尾義弘	徳間書店	2021	D121ロ
4	このままじゃ老後の資金が足りない!!と不安になったら読む「お金」徹底見直し術	井戸美枝	PHP研究所	2020	D121コ
5	「定年後」の“お金の不安”をなくす 貯金がなくても安心老後を過ごす方法	大江英樹	総合法令出版	2019	D121テ (北・南)

### 4. 男女雇用機会均等法第1世代の女性が定年期に ～いつまで、どう働か～

1	定年就活働きものがゆく	堀川アサコ	KADOKAWA	2022	D2312ホ (南)
2	会社を退職するときに絶対を知っておきたいお金の話 転職・早期退職・定年	房野和由	彩図社	2022	B212カ
3	「サラリーマン女子」、定年後に備える。 お金と暮らしと働き方	大江加代	日経BP	2021	B14サ (北)
4	新50代は悩み多きお年頃	横村さとる	光文社	2021	B14
5	人生の後半戦、私たちはもっと輝こう! 女性50代からのキャリアデザイン	森ゆき	セルバ出版	2020	B14シ
6	もう一度花咲かせよう 「定年後」を楽しく生きるために	残間里江子	中央公論新社	2019	B15モ (北)
7	50代からやりたいこと、やめたこと 変わりゆく自分を楽しむ	金子由紀子	青春出版社	2019	B14ゴ (北)
8	独学のススメ 頑張らない!「定年後」の学び方10か条	若宮正子	中央公論新社	2019	B15ホ
9	女性の「定年後」 何をして、何をしないか	香山リカ	大和書房	2018	B15シ
10	定年女子 これからの仕事、生活、やりたいこと	岸本裕紀子	集英社	2015	B15テ



【#govote】 ▶▶ 2022年夏の参議院議員選挙では、女性当選者が過去最多に。

### 政治分野における男女共同参画を考える

◆SDGsの評価指標: 5.5.1 国会及び地方議会において女性が占める議席の割合

書名	著者	出版社	出版年	請求No.
1 さらば、男性政治	三浦まり	岩波書店	2023	A32サ
2 オッサンの壁	佐藤千矢子	講談社	2022	E161オ
3 フランスに学ぶジェンダー平等の推進と日本のこれから パリテ法制定20周年をこえて	富士谷あつ子、新川達郎(編著)	明石書店	2022	A32フ
4 薔薇はいいから議席をくれよ	キムジナ(著)、大島史子(訳)、 李美淑(監修)	アジュマ	2022	A32ハ
5 女たちのポリティクス 台頭する世界の女性政治家たち	ブレイディみかこ	幻冬舎	2021	A32オ
6 選挙活動、ピラ配りからやってみた。「香川1区」密着日記	和田静香(著)、小川淳也(取材協力)	左右社	2021	A321セ
7 女は「政治」に向かないの?	秋山訓子	講談社	2021	A32オ
8 日本の女性議員 どうすれば増えるのか	三浦まり(編著)	朝日新聞出版	2016	A32ニ

【#18歳成人】 ▶▶▶ 146年ぶりに成年年齢の見直しが行われ、女性の婚姻開始年齢も変わりました。



いきなり大人になれと言われても…。どうすればいいのだろう。同じ18歳でも人それぞれにスタートラインは違っているし、何をめざせばいいのか、誰も教えてくれないのだから。自立や自分らしさ、社会の在り方を考えるのに役立つ本を集めました。

1. 自立とは頼れる場所の選択肢を増やすこと 自分とは異なる視点を知り、社会のあり方を問い直すこと

1	死にそうだけ生きてます	ヒオカ	CCCメディアハウス	2022	B12シ(南)
2	親のことが嫌いじゃないのに「なんかイヤだな」と思ったときに読む本	藤木美奈子	WAVE出版	2022	B12オ
3	家族に「イヤなこと」をされているあなたにお願い今すぐこの本を持って保健室に行こう	獅城けい	高文研	2022	B12カ
4	いま君のいる場所だけが、世界のすべてじゃない	副島淳	潮出版社	2022	B12イ(南)
5	あの頃世界のすべてだった学校と自分への呪いにさよならするまで	もつお	KADOKAWA	2021	B12ア(南)
6	親の期待に応えなくていい	鴻上尚史	小学館	2021	B12オ(北)
7	親を頼らないで生きるヒント 家族のことで悩んでいるあなたへ	コイケジュンコ	岩波書店	2021	B12オ
8	おとなを動かす悩み相談クエスト ことも六法NEXT	山崎聡一郎(監修)、森井ケンシロウ(漫画)、古城宏(漫画原作)	小学館	2021	B12オ(小学生)

2. 多様なキャリアを考える 女性の婚姻開始年齢が18歳に

- ◆ SDGsの評価指標：5.3.1 15歳未満、18歳未満で結婚又はパートナーを得た20~24歳の女性の割合
- ◆ SDGsの評価指標：5.6.1 性的関係、避妊、リプロダクティブ・ヘルスケアについて、自分で意思決定を行うことのできる15歳~49歳の女性の割合

1	誰も教えてくれなかった子どものいない女性の生き方	くどうみやこ	主婦の友社	2020	B11ダ(北)
2	結婚してもしなくてもうわしきかな人生	小林久乃	ベストセラーズ	2019	B17ケ(南)
3	変貌する恋愛と結婚	小林盾(編)、川端健嗣(編)	新曜社	2019	B17ヘ
4	理系女性のライフプラン あんな生き方・こんな生き方研究・結婚・子育てみんなどうしてる？	丸山美帆子、長濱祐美(編)	メディカル・サイエンス・インターナショナル	2018	A36リ(仕事4)
5	後悔しない「産む」×「働く」	齊藤英和、白河桃子	ポプラ社	2017	C25コ(仕事4)

【#パートナーシップ制度】 ▶▶▶ 2023年2月、パートナーシップ制度の人口カバー率が6割に。

1. 自分の望む性別で進学・就職をする 成年年齢の変更で、18歳から戸籍性の変更が可能になりました。

1	トビタテ！ LGBTQ+6人のハイスクール・ストーリー	野原くろ、エスムラルダ(作)	サウザンブックス社	2022	B12ト
2	みんなちがってみんなステキ LGBTQの子どもたちに届けたい未来	高橋うらら(著)、ReBit(監修)	新日本出版社	2021	C11ミ(小学生)
3	自分らしく働く LGBTQの就活・転職の不安が解消する本	星賢人	翔泳社	2020	B221ジ
4	ぼくは性別モラトリアム	からたちはじめ	幻冬舎	2020	C11ホ(北)
5	カミングアウト	砂川秀樹	朝日新聞出版	2018	C11カ



2. 多様な家族のかたち

1	母ふたりで“かぞく”をはじめました。	松岡宗嗣	柏書房	2021	C11ア(北)
2	子どもを育てられるなんて思わなかった LGBTQと「伝統的な家族」のこれから	古田大輔(編)、杉山文野、松岡宗嗣、山下知子(著)	山川出版社	2021	C11コ

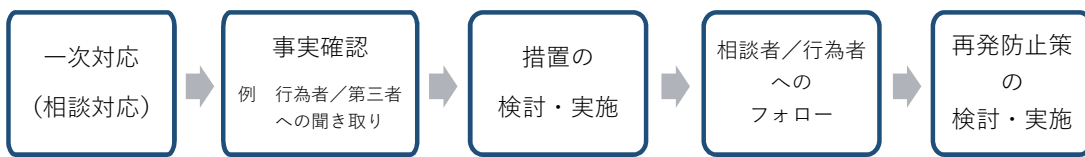


3	ふたりばば ゲイカップル、代理母出産の旅に出る	みつつん	現代書館	2019	C11フ
4	僕が夫に出会うまで	七崎良輔	文藝春秋	2019	C11ホ (南)
5	LGBTと家族のコトバ	LGBTER	双葉社	2018	C11エ
6	同性婚で親子になりました。	八木裕太	ぶんか社	2017	C11ド (北)
7	パートナーシップ・生活と制度 結婚、事実婚、同性婚	杉浦郁子、野宮亜紀、大江千束 (編著)	緑風出版	2016	B17ハ (北)
8	同性パートナーシップ証明、はじまりました。 渋谷区・世田谷区の成立物語と手続きの方法	エスマラルダ、KIRA	ポット出版	2015	C11ド
9	事実婚・内縁同性婚2人のお金と法律 法律・税金・社会保険からライフプランまで	今井多恵子、坂和宏展、市川恭 子、安井郁子、竹下さくら	日本法令	2015	A112ジ
10	にじ色ライフプランニング入門 ゲイのFPが語る〈暮らし・お金・老後〉	永易至文	にじ色ライフプラン ニング情報センター	2021	C11ニ



### 【#パワハラ防止】 ▶▶▶ パワハラ防止法で中小企業でもパワハラ防止措置が義務化されました。

(セクハラやマタハラについては、男女雇用機会均等法で対策を実施することが事業主の義務とされています)



### 1. パワハラから自分を守るための知識

書名	著者	出版社	出版年	請求No.
1 会社で泣き寝入りしないハラスメント防衛マニュアル 部長、それってパワハラですよ	山田真由子	徳間書店	2021	B217ハ (仕事10)
2 会社に人生を振り回されない武器としての労働法	佐々木亮	KADOKAWA	2021	B212カ
3 働く人を守る！職場六法	岩出誠	講談社	2021	B212ハ
4 ブラック企業から身を守る！会社員のための「使える」労働法	今野晴貴	イースト・プレス	2018	B212ブ (北)
5 まんがでゼロからわかるブラック企業とのたたかい方	佐々木亮、大久保修一(著)、重 松延寿(まんが)	旬報社	2018	B212ブ (南)
6 上司の「いじり」が許せない	中野円佳	講談社	2018	B217ジ (仕事10)
7 大学生のためのアルバイト・就活トラブルQ&A	石田真、浅倉むつ子、上西充子	旬報社	2017	B212ダ (仕事1)

### 2. パワハラをうまない職場の環境整備を担う方へ

1 中小企業のパワハラ対策はこう実践する すべての企業で対応義務化！	加藤貴之	日本法令	2022	B217チ
2 中小企業のためのパワハラ防止対策Q&A 社長！うちもパワハラ対策をしないとマズいですよ！	神坪浩喜	労働調査会	2022	B217チ
3 最新パワハラ防止法対策がよ〜くわかる本 「労働施策総合推進法」が本格施行！	池辺健太	秀和システム	2022	B217ハ
4 人事が直面する職場トラブル パワハラ管理職 指導できない管理職	樋口ユミ	第一法規	2019	B231ジ

### 3. 社会に依然としてあるセクハラ・性暴力被害について

◆SDGsの評価指標：5.2.2 過去12か月以内に、親密なパートナー以外の人から性的暴力を受けた15歳以上の女性や少女の割合（年齢、発生場所別）

1 告発と呼ばれるものの周辺で	小川たまか	垂紀書房	2022	C13コ (南)
2 生皮 あるセクシャルハラスメントの光景	井上荒野	朝日新聞出版	2022	イ
3 黙殺される教師の「性暴力」	南彰	朝日新聞出版	2022	C13モ
4 わたしは黙らない 性暴力をなくす30の視点	合同出版編集部(編)	合同出版	2021	C13フ (北)
5 男子という闇 少年をいかに性暴力から守るか	エマ・ブラウン(著)、山岡希美 (訳)	明石書店	2021	C13ダ

6	マジョリティ男性にとってまっとうさとは何か #MeTooに加われない男たち	杉田俊介	集英社	2021	A221マ
7	性暴力被害の実際 被害はどのように起き、どう回復するのか	齋藤梓、大竹裕子(編著)	金剛出版	2020	C13セ
8	マスコミ・セクハラ白書	WiMN(編著)	文藝春秋	2020	B217マ
9	学校ハラスメント 暴力・セクハラ・部活動—なぜ教育は「行き過ぎる」か	内田良	朝日新聞出版	2019	A381ガ
10	彼女が性被害に遭うなんて	マルクス(作)、片田珠美(監修)	サンマーク出版	2019	C13カ (南)
11	現代思想vol. 46-11 特集性暴力=セクハラ	青土社	青土社	2018	C13ゲ
12	Black Box	伊藤詩織	文藝春秋	2017	C13グ

#### 4. SOGI (性的指向・性自認) ハラスメント対策やプライバシー保護について

1	差別は思いやりでは解決しない ジェンダーやLGBTから考える	神谷悠一	集英社	2022	C11サ (北)
2	あいつゲイだって アウトティングはなぜ問題なのか?	松岡宗嗣	柏書房	2021	C11ア
3	マンガでわかるLGBT+	バレットーク(著)、ケイカ(マンガ)	講談社	2021	C11マ (北)
4	LGBTとハラスメント	神谷悠一、松岡宗嗣	集英社	2020	C11エ
5	はじめよう! SOGIハラのない学校・職場づくり 性の多様性に関するいじめ・ハラスメントをなくすために	「なくそう! SOGIハラ」実行委員会(編)	大月書店	2019	C11ハ (仕事10)
6	はじめて学ぶLGBT基礎からトレンドまで	石田仁	ナツメ社	2019	C11ハ
7	職場のLGBT読本 「ありのままの自分」で働ける環境を目指して	柳沢正和、村木真紀、後藤純一	実務教育出版	2015	B23シ

#### 【#生理の貧困】 ▶▶ 政府が初の全国調査を実施。地方自治体や市民グループの取組みも拡大しました。

生理の貧困の背景には、若年層をはじめとする女性の経済的な困窮のほかにも、見えにくい理由が隠れていることがある。

##### 家庭環境

- 経済的優位にある家族が生活費をくれない
- 親が生理用品を買ってくれない
- 虐待等により親に初潮がきたことを言えない

##### 古い認識や無理解

- 生理休暇の取りやすさ
- 産婦人科医院受診へのハードルの高さ
- 不十分な性教育
- 生理をオープンに話しにくい雰囲気

生理は病気ではないとの思い込みから、  
疾患への手当ての遅れにつながることも  
広い意味で生理の貧困の影響ともい  
える。

#### 1. 困難な状況にある若年女性への支援の必要性について

書名	著者	出版社	出版年	請求No.
1 横浜市の生理用品ギフト・アンケートによるコロナ下女性の困りごと調査報告書	公益財団法人横浜市男女共同参画推進協会(編)	公益財団法人横浜市男女共同参画推進協会	2022	GA311AS C
2 当たり前の日常を手に入れるために 性搾取社会を生きる私たちの闘い	仁藤夢乃(編著)	影書房	2022	A381ア
3 コロナと女性の貧困2020-2022 サバイブする彼女たちの声を聞いた	樋田敦子	大和書房	2022	A311コ
4 #生理の貧困	#みんなの生理ほか	日本看護協会出版会	2021	★
5 ルポコロナ禍で追いつめられる女性たち 深まる孤立と貧困	飯島裕子	光文社	2021	A35ル
6 貧困パンデミック 寝ている『公助』を叩き起こす	稲葉剛	明石書店	2021	A35ヒ (北)
7 コロナ禍、貧困の記録 2020年、この国の底が抜けた	雨宮処凛	かもがわ出版	2021	A35コ
8 新型コロナと貧困女子	中村淳彦	宝島社	2020	A311シ
9 日本の貧困女子	中村淳彦	SBクリエイティブ	2019	A311ニ (南)
10 絶望しないための貧困学 ルポ自己責任と向き合う支援の現場	大西連	ポプラ社	2019	A311ゼ
11 本当の貧困の話をしよう 未来を変える方程式	石井光太	文藝春秋	2019	A31ホ
12 裸足で逃げる 沖縄の夜の街の少女たち	上間陽子	太田出版	2017	A381ハ



## 2. 10代・20代向け 「知らないこと」に気づくことから始めよう。性とからだの基礎知識

◆SDGsの評価指標：5.6.1 性的関係、避妊、リプロダクティブ・ヘルスケアについて、自分で意思決定を行うことのできる15歳～49歳の女性の割合

1	はたらく細胞Lady 10代女性が知っておきたい「性」の新知識	及川夕子(著)、高橋幸子(医療監修)、原田重光(監修)、乙川灯、清水茜(監修)	講談社	2022	C122ハ(南)
2	女医が教えるオトナの性教育 今さら聞けないセックス・生理・これからのこと	宋美玄	学研プラス	2022	C222ジ
3	食べるの怖いな	シオリヌ(大貫詩織)、菊池真理子	ハガツサ	2022	C325タ(北)
4	セイシル 知ろう、話そう、性のモヤモヤ	セイシル製作チーム	KADOKAWA	2022	C122セ
5	ラジオ保健室 10代の性悩み相談BOOK	NHK「ラジオ保健室」制作班	リトルモア	2022	C122ラ
6	生理CAMP みんなで聞く・知る・語る！	工藤里紗(監修)、上田惣子(漫画)	集英社	2021	C222セ(南)
7	私たちの月経カップ より快適な新しい時代の生理用品	神林美帆(著)、宋美玄(監修)	現代書林	2021	C222フ(南・北)
8	RESPECT 男の子が知っておきたいセックスのすべて	インティ・シャベス・ベレス(著)、みつつん(訳)、重見大介(医療監修)	現代書館	2021	C122リ(北)
9	CHOICE 自分で選ぶとるための「性」の知識	シオリヌ	イースト・プレス	2020	C12チ
10	3万人の大学生が学んだ恋愛で一番大切な“性”のはなし	村瀬幸浩	KADOKAWA	2020	C122レ



## 3. プレ更年期 自分をケアする知識

◆SDGsの評価指標：5.6.1 性的関係、避妊、リプロダクティブ・ヘルスケアについて、自分で意思決定を行うことのできる15歳～49歳の女性の割合

1	40代から始めよう！閉経マネジメント 更年期をラクに乗り切る、体と心のコントロール術	吉形玲美	講談社	2022	C26ヨ
2	中年女子のゆる薬膳。 腎を鍛えて更年期を乗り切ろう	池田陽子(著)、上田惣子(まんが)	文化学園文化出版局	2022	C316チ(南)
3	更年期ってこういうこと図鑑	石原新菜(監修)	宝島社	2022	C26コ(南)
4	女医が教える性のトリセツ	富永喜代	KADOKAWA	2022	C22セ
5	40代が、こんなにしんどいなんて聞いてなかった	フカザワナオコ	幻冬舎	2021	C26ヨ(北)
6	図解ただしく知っておきたい子宮と女性ホルモン 最新知識とセルフケアで更年期を楽に過ごす！！読む常備薬	宋美玄(監修)	河出書房新社	2021	C26シ(北)
7	はじめまして更年期(コーネンキー) 40代からの不調が消える心と体のプチ習慣	永田京子	青春出版社	2020	C26ハ(北)
8	オトナ女子の謎不調、ホントに更年期？	まきりえこ	集英社	2019	C26オ(北)
9	オトナ女子あばれるカラダとのつきあい方	常喜真理	ずばる舎	2018	C26オ

## 4. 更年期～閉経 自分をケアする知識

◆SDGsの評価指標：5.6.1 性的関係、避妊、リプロダクティブ・ヘルスケアについて、自分で意思決定を行うことのできる15歳～49歳の女性の割合

1	コーネン鬼×コーネン喜	一本木蜜	KADOKAWA	2022	C26コ(北)
2	女性のからだの不調の治し方 生理トラブル・尿もれ・更年期障害	関口由紀(監修)	徳間書店	2022	C26ジ
3	女医が教える閉経の教科書	善方裕美	秀和システム	2022	C26ジ(南)
4	いちばん親切な更年期の教科書 閉経完全マニュアル	高尾美穂	世界文化ブックス	2021	C26イ(北)
5	「閉経」のホントがわかる本 更年期の体と心がラクになる！	対馬ルリ子、吉川千明	集英社	2020	C26ヘ(北)
6	60歳からのセックスクリニック 婦人科医がつたえる、こころとからだのアドバイス	松峯寿美	高橋書店	2020	C11ロ
7	50歳からのついでヨガ 更年期障害も代謝の低下も自律神経の乱れも怖くない！	深堀真由美	大和書房	2019	C313ゴ
8	更年期からのコレステロールを下げる毎日ごはん	田中明(病態監修)、春日千加子(栄養指導)	女子栄養大学出版部	2018	C316コ
9	だって更年期なんだもん治療編	善方裕美(著)、高田真弓(イラスト&コミック)	主婦の友社	2017	C26タ
10	だって更年期なんだもん	ほしはあやこ・松島むう(著)、善方裕美(監修)	主婦の友社	2016	C26タ



## SDGs それぞれの立場でできることは、何だろう？

### 1. ジェンダーバイアス（無意識の偏見）は身近なもの

1	こどもジェンダー	シオリーン(著)、松岡宗嗣(監修)、村田エリー(絵)	ワニブックス	2021	A21コ(小学生)
2	女の子の謎を解く	三宅香帆	笠間書院	2021	D2411オ
3	男の子みたいな女の子じゃいけないの？ トムボーイの過去、現在、未来	リサ・セリン・デイヴィス(著)、上京恵(訳)	原書房	2021	A22オ
4	差別はたいてい悪意のない人がする 見えない排除に気づくための10章	キムジヘ(著)、尹怡景(訳)	大月書店	2021	A35サ
5	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	B341コ
6	ジェンダーについて大学生が真剣に考えてみた	一橋大学社会学部佐藤文香ゼミ生一同(著)、佐藤文香(監修)	明石書店	2019	A22シ
7	働く女子と罪悪感 「こうあるべき」から離れたら、もっと仕事は楽しくなる	浜田敬子	集英社	2018	B22ハ(仕事7)
8	女の子は本当にピンクが好きなのか	堀越英美	Pヴァイン	2016	A23オ

### 2. 社会を変えるアクション それぞれの立場から

1	おっさんの掟 「大阪のおばちゃん」が見た日本ラグビー協会「失敗の本質」	谷口真由美	小学館	2022	D253オ(北)
2	産んでくれなんて頼んでないし	シオリーン(大貫詩織)	イースト・プレス	2022	B12ウ(北)
3	女性差別はどう作られてきたか	中村敬子	集英社	2021	A22シ
4	ラジオ報道の現場から 声を上げる、声を届ける	澤田大樹	垂紀書房	2021	E162コ
5	「男女格差後進国」の衝撃 無意識のジェンダー・バイアスを克服する	治部れんげ	小学館	2020	A21タ
6	足をどかしてくれませんか。 メディアは私たちの声を届けているか	林香里(編)、小島慶子ほか(著)	垂紀書房	2019	A23ア
7	「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)
8	日本型組織の病を考える	村木厚子	KADOKAWA	2018	A35ニ