

職場のメンタルヘルス

職場の人間関係、人員削減による仕事量の増加、成果主義の導入などにより、
 ビジネスマンは、日々、ストレスにさらされています。
 「最近少し体調が悪いなあ」と言っているうちに、こころの病にかかり、
 最悪自殺にまで追い込まれてしまうこともあります。
 今回は、「職場のメンタルヘルス」をテーマに、
 メンタルヘルス対策、ストレス、うつ病、自殺予防についての資料を展示します。
 展示資料は貸出しもできます。ぜひご利用ください。

メンタルヘルス対策

書名	著者	出版社	出版年	NDC分類	資料コード
プロに聞く「部下を持つ人のための」メンタルヘルス対策	中村 雅和／著 中辻 めぐみ／	労働調査会	2010.6	336.48	1109934881
初任者・職場管理者のためのメンタルヘルス対策の本	山本 晴義／著 曾田 紀子／著	労務行政	2010.4	336.48	1109896790
人事担当者、管理職のためのメンタルヘルス入門	亀田 高志／著	東洋経済新報社	2009.4	336.48	1109650655
健康管理の法律実務	石寄 信憲／編著 田中 朋斎／著	中央経済社	2009.10	336.48	1109774492
上司・リーダーのためのメンタルヘルス	畔柳 修／著	同文館出版	2008.6	336.48	1109835417
トラブルを起こさないためのメンタルヘルス対策の実務と法律知識	前田 陽司／著 河下 太志／著	日本実業出版社	2008.2	336.48	1109359233
現代の労働とメンタルヘルス対策	天笠 崇／著	かもがわ出版	2008.2	336.48	1109477193
部下を持つ人のメンタルヘルスがわかる本	武藤 清栄／著	日本能率協会マネジメントセンター	2007.8	336.48	1109238040
生き活きとした職場をつくるメンタルヘルス・マネジメント	高橋 修／著 松本 桂樹／著	産業能率大学出版部	2007.7	336.48	1109224537
ビジネススクールで教えるメンタルヘルス・マネジメント入門	佐藤 隆／著	ダイヤモンド社	2007.12	336.48	1109375003
職場のメンタルヘルス100のレシピ	大西 守／編 廣 尚典／編	金子書房	2006.12	336.48	1109083626
不機嫌な職場	高橋 克徳／著 河合 太介／著	講談社	2008.1	336.49	1109443032
企業こころの危機管理	田中 辰巳／著	文藝春秋	2007.6	336.48	1109192783
ビジネスマンの精神科	岩波 明／著	講談社	2009.10	493.7	1109771140
働く人のための「読む」カウンセリング	高山 直子／著	研究社	2010.2	498.8	1109924203
職場のメンタルヘルス対策	産業医科大学産業生態科学研究所精神保健学研究室／編	中央労働災害防止協会	2009.7	498.8	1109774877
職場のメンタルヘルスで困った時に読む本	伊藤 克人／著	保健同人社	2009.2	498.8	1109673257
工場のメンタルヘルス	鈴木 丈織／著	日本能率協会マネジメントセンター	2009.2	498.8	1109662173
会社で心を病むということ	松崎 一葉／著	東洋経済新報社	2007.7	498.8	1109220903
産業精神保健マニュアル	日本産業精神保健学会／編集	中山書店	2007.7	498.8	1109231540
職場におけるメンタルヘルスのスペシャリストBOOK	川上 憲人／監修	培風館	2007.5	498.8	1109238461
成果主義とメンタルヘルス	天笠 崇／著	新日本出版社	2007.5	498.8	1109295190
メンタルヘルス入門	島 悟／著	日本経済新聞出版社	2007.4	498.8	1109149325
こんな上司が部下を追いつめる	荒井 千暁／著	文藝春秋	2006.4	498.8	1108899269
ストレス					
書名	著者	出版社	出版年	NDC分類	資料コード
まなざしに管理される職場	大野 正和／著	青弓社	2005.10	336.4	1108831674
働きすぎの時代	森岡 孝二／著	岩波書店	2005.8	366.32	1108759348

ストレスに負けない脳	ブルース・マキューアン／著	早川書房	2004.9	493.49	1108574156
ストレスの科学と健康	二木 鋭雄／編著	共立出版	2008.1	493.49	1109330280
ストレスマネジメント	竹中 晃二／編	ゆまに書房	2005.9	493.79	1108776302
NHK現代日本人のストレス	日本人のストレス実態調査委員会／編著	日本放送出版協会	2003.11	498.39	1108432651
ストレスマネジメント入門	島 悟／著 佐藤 恵美／著	日本経済新聞出版社	2007.4	498.4	1109149307
草食系ビジネスマンのためのストレスフリー仕事術	奥田 弘美／著	草思社	2009.6	498.8	1109686863

うつ病

書名	著者	出版社	出版年	NDC分類	資料コード
疲労の医学	上畑 鉄之丞／著	日本評論社	2010.4	493.1	1109904004
こころの病気の誤解をとく	藤本 修／著	平凡社	2008.2	493.7	1109346155
Q&Aで理解する心の診察室	日本外来臨床精神医学会／編	自由企画	2010.2	493.7	1109869012
日本一役に立つうつとストレスの本	三野 善央／著	メディカ出版	2010.7	493.76	111014855
「困った人」にひそむ「うつ」	下園 壮太／著	中央法規出版	2010.3	493.76	1109876330
「うつ」で悩まないで!	大野 裕／著	ナツメ社	2003.3	493.76	1108294840
うつ病のすべてがわかる本	主婦の友社／編	主婦の友社	2008.6	493.76	1109417140
うつ病	岩波 明／著	筑摩書房	2007.11	493.76	1109282817
気まぐれ「うつ」病	貝谷 久宣／著	筑摩書房	2007.7	493.76	1109208936
<医師><看護師><患者・家族>によるうつ病の本	衛藤 理砂／著 岡村 志津英／著	岩波書店	2010.5	493.76	1109926600
「私はうつ」と言いたがる人たち	香山 リカ／著	PHP研究所	2008.7	493.76	1109455392
うつ病正しい治療がわかる本	樋口 輝彦／著	法研	2008.3	493.76	1109411413
うつを生きる	朝日新聞医療グループ／編	朝日新聞社	2007.6	493.76	1109186113
うつ病新時代	内海 健／著	勉誠出版	2006.8	493.76	1108970201
「うつ」を治す事典	大野 裕／監修	法研	2003.3	493.76	1108287640
平常心	保坂 隆／編著	中央公論新社	2008.9	498.39	1109545112
社員が“うつ”になったとき	荒井 千暁／著	日本放送出版協会	2008.9	498.8	1109482264
公務員のための部下が「うつ」になったら読む本	松崎 一葉／監修	学陽書房	2010.7	498.8	1110015709
「うつ」からの職場復帰のポイント	吉野 聡／著 松崎 一葉／著	秀和システム	2009.2	498.8	1109605490
ササッとわかる「うつ病」の職場復帰への治療	五十嵐 良雄／著	講談社	2009.5	498.8	1109734343
バーンアウト仕事とうまくつきあうための6つの戦略	イケル・P.ライター／著	金子書房	2008.7	498.8	1109506491

自殺予防

書名	著者	出版社	出版年	NDC分類	資料コード
過労死・過労自殺の心理と職場	大野 正和／著	青弓社	2003.3	366.94	1108304160
過労自殺と企業の責任	川人 博／著	旬報社	2006.8	366.99	1108971405
自殺対策ハンドブックQ&A	本橋 豊／編著	ぎょうせい	2007.2	368.3	1109206379
自殺予防	高橋 祥友／著	岩波書店	2006.7	368.3	1108966174
メンタルヘルスとソーシャルワークによる自殺対策	大山 博史／編著	相川書房	2008.6	368.3	1109443506