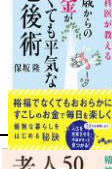


| No         | Cover | Title                                                            | Details                                                                                                                                              | pages | Date(yy/m) | Copies | Sold   |
|------------|-------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------|--------|--------|
| NEW 新刊・準新作 |       |                                                                  |                                                                                                                                                      |       |            |        |        |
|            |       | 君がいるから 因有有<br>真夏 & 真冬<br>9784479671213                           | 「僕が君にとって宇宙で一番頑丈で、安全な場所になるよ」ねことペンギンのあたたかな友情に癒されるイラスト&メッセージブック。                                                                                        | 80    | 23/12      | 50,000 | 繁体字・韓語 |
| 2          |       | 禅僧の精神科医が教える頭と心が整理される1分の使い方<br>川野 泰周<br>9784479798293             | 「もう限界……」やるべきことが山ほどある、ストレスで眠れない、他人のひとことで一喜一憂……心が追いつめられたときの対処法！                                                                                        | 320   | 25/5       |        |        |
| 3          |       | ビジネスパーソンのための使える行動経済学<br>ナッジ理論で人と組織が変わる<br>竹林 正樹<br>9784479798149 | 若手がやめてしまう、会議が長い、モチベが下がる…そんな悩みに行動経済学が効く！数ある認知biasや陥りやすい思い込みを解説した上で、行動に直接アプローチするナッジ（相手の自発性を重視した行動促進方法）理論を提唱。                                           | 216   | 24/10      | 5,000  | 繁体字    |
| 4          |       | ロジクリ思考<br>川上徹也 / 春仲萌絵<br>9784479798255                           | いま必要なロジカル&クリエイティブ思考をRPG風ストーリーで一気にな身につける！新時代の思考レッスン                                                                                                   | 176   | 25/2       |        | 繁体字    |
| 5          |       | いちいち悩まなくなる本<br>キャメレオン竹田<br>9784479321200                         | もともと「不真面目」になってみませんか？そうしたらもう、悩まなくなるかも！キャメレオン竹田流・強メンタルをつくる方法！                                                                                          | 248   | 25/3       |        |        |
| 6          |       | 一流のお客様に学んだマインドケア<br>大人女子の感情ととのえ帖<br>横田 真由子<br>9784479321255      | 元GUCCIのVIP担当だった著者が伝える感情整理の1冊。イライラせず、感情的にならず余裕がある人になるための工夫とは                                                                                          |       | 25/3       |        |        |
| 7          |       | いつもごきげんで感情の整理がうまい人<br>鹿島しのぶ<br>9784479321125                     | 「感情の整理がうまい人」はうまくいく。プロ司会者の著者が、緊張感あふれる場で培ってきた「自分で自分を整える」ヒント！                                                                                           | 240   | 24/12      |        |        |
| 8          |       | インナーマザー<br>あなたを責めつづける心の中の「お母さん」を手放す<br>斉藤 学<br>9784479761686     | 自分を責める「内なる母」声が頭の中から離れない。自分の感情と欲求に気づき、怒りを正当な自己主張に変えていく本。                                                                                              | 272   | 25/5       |        |        |
| 9          |       | 歩くサナギ、うんちの繭<br>昆虫たちのフシギすぎる「変態」の世界<br>篠原 かをり<br>9784479394457     | 昆虫のスゴさ、不思議さ、愛らしさ、おもしろさは「変態」に詰まっている！プルンプルンと踊るサナギに、うんちの繭に守られる昆虫？                                                                                       | 224   | 25/3       |        |        |
| 10         |       | 14歳のためのシェイクスピア<br>木村 龍之介<br>9784479394372                        | シェイクスピアをちょっと読んでみたい、知りたいけど、「難しそう」「とっつきづらい」そんなすべての人に送る、最高にたのしい入門書！主要キャラ図鑑&おすすめ作品チャートで、作品とキャラクターが超身近に！                                                  | 256   | 24/09      |        | 韓語     |
| 11         |       | 7歳になったら読む 猫の長生き健康ぐらし<br>獣医にゃんとす<br>9784479394389                 | 猫生の折り返し・猫が7歳になったら読んでほしい。大人気獣医師・獣医にゃんとす先生の初のシニア猫本！老いや病気が気になるお年頃の猫との暮らし方を獣医師の目線で解説！本書のために「10歳以上の猫と暮らしたことのある先輩飼い主さん」が全面協力！200名を超える飼い主さんたちの生活の知恵が結集しました！ | 192   | 24/10      | 5,000  | 繁体字    |

|                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                                                                                                   |     |         |        |                |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------|--------|----------------|
| 12                 |    | 書店員は見た！本屋さんで起こる小さなドラマ<br>森田 めぐみ<br>9784479394310                                    | 現役書店員さんが綴る本屋さんでの小さな物語。笑えます、泣けます、本屋に行きたくなります！ 絶対はずさないおすすめ本紹介も。                                                                                                     | 224 | 24/05   | 11,000 | 繁体<br>字・泰<br>語 |
| 教育、科学普及、親子関係、家庭、図鑑 |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                                                                                                   |     |         |        |                |
| 13                 |    | 10代を支えるスポーツメンタルケアのはじめ方<br>小塩 靖崇 著（国立精神・神経医療研究センター<br>精神保健研究所常勤研究員）<br>9784479786092 | スポーツの在り方が大きく変わりつつある今だからこそ、知っておきたい子どものメンタル。為末大氏、益子直美氏との豪華対談収録。                                                                                                     | 216 | 24/6    | 4,000  |                |
| 14                 |    | こどものメンタルは4タイプ<br>飯山 暁朗 著<br>9784479321071                                           | 「頑張れ！」と言われて頑張れる子と頑張れない子がいる…。子どもの性格によって、かけるべき声は違います。本書では子どもの性格を4つのタイプに分けて、子どもの勉強をサポートする親が使うべき言葉を解説します。                                                             | 192 | 24/10   | 10,000 | 韓国語            |
| 15                 |    | 10年後、どんな親子関係でいたいですか？<br>子どもを育てる7つの原則<br>石田 勝紀<br>9784479786115                      | 子どもに対し、指示・命令・説得・脅迫していませんか？子育てに必要なノウハウではなく、原則7つを伝えます。<br>対象読者：未就学から中学生くらいまでの親                                                                                      | 272 | 24/07   | 5,000  |                |
| 16                 |   | 子どもの養生習慣60 寝る・食う・動く<br>若林理砂<br>9784479786009                                        | 「疲れている」「朝起きられない」…。子どもの不調の原因の多くは、生活習慣によって自律神経のはたらきが鈍ったためにおこります。子どもがからだどころの調和のとれた状態で、元気に日々を暮らすために、親が授けることができる養生習慣をまとめます。□                                           | 192 | 24/02   | 5,000  | 繁体字            |
| 17                 |  | 激変する世界で君だけの未来をつくる4つの<br>ルール<br>尾原 和啓<br>9784479797807                               | 当代一の批評家が初めてYA&学生向けに著した一冊。世の中がどう変わったか、これからどうすればいいのかを説明。友人との接し方についても書かれたYA向け自己啓発書。                                                                                  | 192 | 23/3    | 9,000  |                |
| 18                 |  | 科学実験でスラスラわかる！<br>本当はおもしろい中学入試の理科<br>尾嶋 好美<br>9784479393931                          | 理科の教科書に出てくる不思議な現象を、家にあるものを使って実験。実際に自分の手を動かして実験すれば、子どもの科学への理解はグッと深まり、知識だけでなく、思考力も身に付きます。化学・生物・地学・物理の4つのジャンルを網羅し、地頭をしっかりと育てます。<br>（日本の中学入試問題が掲載されていますが、クイズとして楽しめます） | 160 | 22/9    | 11,000 |                |
| 19                 |  | 簡単実験でわかる！解ける<br>続 本当はおもしろい中学入試の理科<br>尾嶋 好美<br>9784479394075                         |                                                                                                                                                                   | 168 | 23/6    | 6,000  |                |
| 20                 |  | 不思議な鉱物図鑑<br>渡邊 克晃<br>978479320227                                                   | 「写真の美しさ」「平易な解説」「読み物としてのストーリー」の3つに特にこだわり、各鉱物の美しい表情を引き出すために筆者自身が国立科学博物館の標本の一つ一つを撮影。撮りおろしオールカラー160点の鉱物写真は必見。                                                         | 248 | 22/7    | 7,000  |                |
| 21                 |  | 子どもを伸ばす かわいがり子育て<br>佐々木 正美<br>9784479304494                                         | キレる、不登校、ひきこもり、子育ては心配なことばかり。子どもがのびのび成長するためにも、親は何を大切にすればいいのか？                                                                                                       | 208 | 2013/10 | 50,000 |                |
| 22                 |  | 3歳までのかわいがり子育て<br>佐々木 正美<br>9784479307136                                            | 子どもの問題行動の原因は「愛情不足」。たっぷり愛情を注いで思いっきり可愛がれば、子どもと過ごす時間がずっとHAPPYになる！                                                                                                    | 208 | 2018/07 | 13,000 |                |

|                   |                                                                                     |                                                                |                                                                                                                   |     |       |        |    |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|--------|----|
| 23                |    | 佐々木正美の子育て百科<br>佐々木 正美<br>9784479784333                         | 子育てに近道はありません。急がず、子どもの個性にあわせて。名著『子どもへのまなざし』の著者が贈る、最後のメッセージ！                                                        | 304 | 18/06 | 30,000 |    |
| 24                |    | 佐々木正美の子育て百科2<br>佐々木 正美<br>9784479785071                        | 「学童期」から「思春期」への移行期は、子育ての悩みも深くなるとき。あらゆる悩みの一つ一つを、著者が優しい言葉で解消します。                                                     | 304 | 20/05 | 5,500  |    |
| 25                |    | 子育てに迷ったときのお母さんへの言葉<br>佐々木 正美<br>9784479785538                  | 乳幼児から学童期までの子どもの悩みに。優しくも厳しく、温かい、メッセージ。最期に遺した珠玉の言葉。                                                                 | 192 | 22/01 | 5,500  |    |
| 励志（女性）、插图・随筆      |                                                                                     |                                                                |                                                                                                                   |     |       |        |    |
| 26                |    | 今すぐ人生が動き出すライフデザインBOOK<br>弘子・格蕾丝 ヒロコ グレース<br>9784479786023      | 書き込み式で自分の本当の望みに気づける！変化の大きい時代に大切なのは今すぐ行動すること。でも、どこへ？質問に答えながら読み進むことで、気づかなかった自分の本心に気づき、やりたこと、叶えたいことに向かって動き出すことができる！  | 128 | 24/03 | 9,000  |    |
| 27                |   | わたし時間を取り戻す 暮らしの技術<br>阿部 絢子 著<br>9784479320760                  | 貴重な「人生」の時間を、家事のために過度に消費せず、ラクに暮らしていくノウハウを伝える一冊。家のこと、仕事、子育てをこなしてきたはず。しかしこれから先、女性はもっと「自分のために」に「有効に」時間を遣ってもいいのではないかな。 | 256 | 23/12 | 7,000  |    |
| 28                |  | おふとんかけよう。言葉もかけよう。きつとあしたも大丈夫<br>もくもくちゃん<br>9784479671220        | 23万人超のフォロワーをもつ人気イラストレーター「もくもくちゃん」、3年ぶりとなる書き下ろしイラストブック！                                                            | 144 | 24/03 | 7,500  | 泰語 |
| 29                |  | がんばりすぎたきみ。きょうは、うんと休みすぎようね。<br>もくもくちゃん<br>9784479671107         | “自分で自分にやさしくする時間”って、とても大切。あなたの「ひとやすみ」に寄り添うイラストブックです。                                                               | 128 | 20/08 | 10,000 | 泰語 |
| 30                |  | 君なら、越えられる。涙が止まらない、こんなどうしようもない夜も<br>yuzuka<br>9784479772309     | 女の子たちが「今」ほしい言葉が詰まった、薬箱のようなエッセイ集。サイテーな恋愛、追いうちをかける誰かからのキツイ言葉、限界のメンタル、もう人生どうしてたらいいかわかんない、そんな、やり場のない想いを抱えるあなたへ。       | 208 | 21/3  | 6,000  |    |
| 31                |  | エレガントな終活 +50歳から、もっと幸せになる<br>吉元 由美<br>9784479681755             | 仕事、パートナーシップ、老親や子供との関係が激変する後半生。もっと自由に幸せになるために、今日からできること、変えられること                                                    | 192 | 19/6  | 4,000  | 韓語 |
| 32                |  | 家族、捨ててもいいですか？<br>〜一緒に生きていく人は自分で決める〜<br>小林 エリコ<br>9784479393436 | 酔って暴れる父、殴る兄、それらを止めない母…機能不全の家族なのに、愛着がないわけでもない。「家族」の枠組みを考え直す旅路。                                                     | 232 | 20/5  | 4,000  | 韓語 |
| 心理・精神科医による生き方指南本等 |                                                                                     |                                                                |                                                                                                                   |     |       |        |    |

|    |                                                                                     |                                                               |                                                                                                                                                    |     |       |         |               |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|---------|---------------|
| 33 |    | <b>精神科医が教える60歳からの人生を楽しむ忘れる力</b><br>保坂 隆<br>9784479320937      | 第2の人生を気持ちよく始めるコツを気軽に読む。消えない後悔、思い出し怒り、突然襲ってくる懐旧の情、満たされない欠乏感、余計な悩みや心配……思い切ってリセットするコツ！<br>「60歳から」とありますが、60歳はただの「中年以降の読者をターゲットにしている」くらいに見ていただければ大丈夫です。 | 224 | 24/6  | 8,000   | 繁体字           |
| 34 |    | <b>「推し」で心はみたされる？ 21世紀の心理的充足のトレンド</b><br>熊代 亨<br>9784479394198 | 精神科医が迫る、「推し」ブームが起きているワケ…なぜ、ここまで多くの人が「推し」にハマるのか？学校、職場、地域といった共同体が衰退し、気の合う者だけで付き合えるようになった現代社会。そこで、息を吹き返したのは旧くて新しい「つながり」だった――                          | 208 | 24/01 | 5,000   |               |
| 35 |    | <b>人のために頑張るすぎて疲れた時に読む本</b><br>根本 裕幸<br>9784479320456          | 「私ばかり！」というモヤモヤは「お察し上手」の証。他人への期待を捨てて、気持ちを軽くするコツ満載                                                                                                   | 232 | 23/02 | 34,000  | 繁体字・韓語・越南     |
| 36 |    | <b>こころのおそうじ。読むだけで気持ちが軽くなる本</b><br>たかた まさひろ<br>9784479303534   | ブログ発、異例の大ヒット。精神科医でもなく、カウンセラーでもない著者の等身大の言葉が人々に届く                                                                                                    | 208 | 11/9  | 22万9千   |               |
| 37 |   | <b>精神科医Tomyのほどほど力</b><br>精神科医Tomy<br>9784479320883            | 頑張るすぎる、すぐいっぱいいっぱいになる……そんなお悩みの方へ、気持ちにゆとりを生み出す小さなヒントをTomy先生が伝授。                                                                                      | 208 | 24/04 | 25,000  |               |
| 38 |  | <b>休む技術</b><br>西多 昌規(早稲田大学教授 精神科医)<br>9784479306689           | エンドレスな忙しさにはまっていますか？ 休み下手なあなたに贈る、仕事の効率を上げるための賢い「オフ」の仕方                                                                                              | 208 | 17/9  | 80,000  | 繁体字・韓語・泰語・印尼語 |
| 39 |  | <b>休む技術2</b><br>西多 昌規(早稲田大学教授 精神科医)<br>9784479320524          | どこでも仕事ができしまい、プライベートと仕事の時間の区別があいまいに…そんなビジネスマンに医師が休み方を伝授。                                                                                            | 200 | 23/4  | 7,000   | 繁体字・韓語        |
| 40 |  | <b>依存メンタルを力に変えるレッスン</b><br>バク@精神科医<br>9784479761617           | 近頃、「依存」ということばをさまざまなところで見かけるようになりました。「依存=ダメなもの」という印象を抱きがちですが、うまく使うとやる気やモチベーションにつながったり、心の支えとして活かすことができます。                                            | 264 | 22/7  | 5,000   | 韓語            |
| 41 |  | <b>精神科医が教える50歳からのお金なくても平気な老後術</b><br>保坂 隆<br>9784479305927    | お金で悩まない人は、低く暮らし、高く思う。人と比べず、不要なものを持たず、でも時には贅沢に。50歳からの人生の質を高める秘訣                                                                                     | 248 | 16/05 | 100,000 | 繁体字           |
| 42 |  | <b>精神科医が教える 50歳からの人生を楽しむ老後術</b><br>保坂 隆<br>9784479303404      | 50歳からの時間は「おまけ」でも「余白」でもない、人生で一番輝くとき！ 老後の入り口でひとり寂しく悩まないための生き方を指南                                                                                     | 240 | 11/06 | 160,000 | 韓語            |
| 43 |  | <b>精神科医が教える60歳からの人生を楽しむ孤独力</b><br>保坂 隆<br>9784479307877       | 60すぎて初めて「うつ」になる人、急増中！ 精神的にも経済的にも「定年後」が不安なあなたのための、今日からできる「定年活動」                                                                                     | 272 | 20/1  | 5,500   | 繁体字           |

|               |  |                                                                     |                                                                                                                              |     |       |        |         |
|---------------|--|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|--------|---------|
| 44            |  | 人生を整える禅的思考方法<br>枅野 俊明<br>9784479307860                              | 悟り、瞑想、マインドフルネスをすると本当に幸せになれる？「世界が尊敬する100人」に選ばれた禅僧による、禅の超入門書。                                                                  | 240 | 19/10 | 8,000  |         |
| 45            |  | 50歳からの心を「ゆるめる」教え<br>名取 芳彦<br>9784479306160                          | 「執着」を捨てれば、第二の人生がもっと楽しくなる！ベストセラー連発の下町住職が語る、折り返し点からの人生を輝かせるコツ。                                                                 | 224 | 16/10 | 10,000 | 繁体字     |
| 46            |  | 心を満たす50歳からの生き方<br>加藤 諒三 著<br>9784479640448                          | 50歳を間近に「やりたいことがない」「孤独を感じる」…必死に生きた人生を振り返った時に見える、男たちが抱える課題とは何か？                                                                | 192 | 21/05 | 4,000  | 韓国語     |
| 47            |  | 悩みのループから解放される！<br>「執着しない脳」のつくり方<br>加藤 俊徳<br>9784479785644           | 執着は脳が変わらず、ラクをしているから。脳をうまく働かせれば、行動も変わり心が軽くなる！                                                                                 | 240 | 22/9  | 6,000  | 繁体字、韓国語 |
| 人文（哲学・絵画）社会科学 |  |                                                                     |                                                                                                                              |     |       |        |         |
| 48            |  | 「わからない」人のための現代アート入門<br>どう見る？どう感じる？何を見つける？<br>藤田 令伊<br>9784479394297 | 現代アート最前線の作品や展示を丁寧に取り上げ、誰にでもわかる言葉で解説した1冊。<br>現代アート鑑賞が人のスキル向上にどう役立つのかを独自のデータで実証。現代アートの「いま」が全方位から理解できる！                         | 368 | 24/05 | 5,000  |         |
| 49            |  | 世界の食卓から社会が見える<br>岡根谷 実里<br>9784479394020                            | 世界中の家庭料理を食べてきた著者が綴る、家庭に並ぶ食事と社会の密接な関係。図版多数の「世界一美味しい社会の教科書」                                                                    | 312 | 23/4  | 4,500  | 繁体字     |
| 50            |  | 森と算盤 地球と資本主義の未来地図<br>渋沢寿一<br>9784479798088                          | 24年7月から刷新された1万円札の顔・渋沢栄一のひ孫が著者SDGs時代の経済活動とは？                                                                                  | 224 | 24/05 | 4,000  |         |
| 51            |  | 聞くこと、話すこと。人が本当のことを口にするとき<br>尹 雄大<br>9784479394051                   | 濱口竜介監督らに聞くコミュニケーションの本質。は、いつから「情報のやりとり」になってしまったのか？「論理的に破綻してはいけない」「エビデンスを出して」「感情は抜きに」は、果たして正しいのか？空気を読まない、「共感」も「判断」もないやり取りを取り戻す | 264 | 23/5  | 5,500  |         |
| 52            |  | 女性画の秘密<br>佐藤 晃子<br>9784479320562                                    | 女性画の中の女性に焦点をあて、知られざるエピソードや絵画の見どころ、モデルと画家の関係性や時代背景を解説。また近年になるにつれ増える女性画家の苦難の多い足跡をたどる。                                          | 256 | 23/5  | 7,000  |         |
| 53            |  |                                                                     |                                                                                                                              |     |       |        |         |
| 53            |  | ネコの気持ちは「見た目」で9割わかる！<br>加藤 由子<br>9784479305620                       | 世界一かわいい愛猫の「困った！」を解決！ 不思議な行動に隠された気持ちが、ひと目でわかる                                                                                 | 320 | 15/11 | 14,000 |         |
| 54            |  | イヌの気持ちは「見た目」で9割わかる！<br>藤井 聡<br>9784479304845                        | 部屋のなかでも散歩のときでも、世界一かわいい愛犬の行動に隠された気持ちが、ひと目でわかる本                                                                                | 304 | 14/5  | 30,000 |         |

|            |                                                                                     |                                                                             |                                                                                                                   |     |       |        |        |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|--------|--------|
| 55         |    | <b>すし本 海から上がって酢飯にのるまで</b><br>岡田 大介<br>9784479320876                         | 釣り好きのすし職人が書いた、一風変わった〈すし図鑑〉！<br>・ふだん見られない、魚→すしのビフォーアフター<br>・プロしか知らない食べ方の秘密<br>・子どもも大人も楽しめる解説<br>が満載！               | 224 | 24/05 | 13,000 |        |
| 56         |    | <b>本当に大事なことはほんの少し</b><br>Wu Wen<br>97844479785415                           | 大人気中国人料理研究家、初のエッセイ&レシピ。異国で子どもを抱えながら一人頑張ってきたWuさんが大事にしていることを綴る                                                      | 192 | 21/9  | 34,000 | 繁体字    |
| 57         |    | <b>無印良品と365日</b><br>本多 さおり                                                  | 無印良品で生活をもっとラクに楽しく！大人気整理収納コンサルタントが偏愛ぶりを熱く語る                                                                        | 160 | 24/03 | 11,000 |        |
| 58         |    | <b>物に囲まれてすっきり暮らす 景色を変える片づけ</b><br>古堅純子<br>9784479785811                     | 家族のものは捨てにくい、物を捨てずに部屋をすっきり綺麗にするコツを紹介。YouTube登録者数18万超！片づけのプロが「好きな物に囲まれて一生散らからない」方法を伝授！常識が変わります！                     | 208 | 23/3  | 15,000 |        |
| 59         |    | <b>片づけ0ですっきり暮らす稼働率が上がる収納術</b><br>古堅純子<br>9784479786030                      | 5000軒の悩みを解決してきた片づけのプロが、絶対リバウンドしない生活術を伝授。物の稼働率を上げる整理・収納術を解説                                                        | 208 | 23/3  | 15,000 |        |
| 60         |  | <b>片付けてるのに片付かないので、東大卒の整理収納アドバイザーに頼んだら部屋が激変した</b><br>米田 まりな<br>9784479671206 | 何度やってもリバウンドするのは、片付けのロジックが間違っているからです！漫画で楽しく身につく、一生ものの「片付けスキル」東大卒の整理収納アドバイザー「こめまり先輩」が徹底的にロジカルかつ誰でもできる片付けのキホンを教えます。  | 168 | 23/10 | 17,000 |        |
| 励志、経営、人际交往 |                                                                                     |                                                                             |                                                                                                                   |     |       |        |        |
| 61         |  | <b>メタ思考</b><br>澤 円<br>9784479797937                                         | ルールを疑わない人は思考停止している。正解もルールも変わる時代で、頭のいい人はどこを見て、何を聞き、どう考えているのか？                                                      | 248 | 23/10 | 45,000 | 韓語、繁体字 |
| 62         |  | <b>プロジェクトマネジメント／專案管理</b><br>山口 周<br>9784479794974                           | 社内創業や新規の班を率いる若手社員のための事業管理法。論理的思考の大切さ、意思疎通の取り方、班の引率の仕方などを詳説していきます。                                                 | 232 | 16/03 | 32,000 |        |
| 63         |  | <b>がんばらなくても伝わる、ラクになる苦手なまま会話術</b><br>山口拓朗<br>9784479798040                   | 会話が苦手、あまり好きではない…そのまま意識の持ち方を変え、簡単な技術と確認事項を押さえるだけで、劇的に会話はできるようになる！会話によるストレスが減り、また日々の仕事をはるかにラクにスムーズに進められるようになるメソッド集。 | 224 | 24/3  | 5,000  | 泰語、繁体字 |
| 64         |  | <b>人をひきつける「頭のいい人」の話す力</b><br>齋藤 孝<br>9784479320784                          | 「話す前に考える、内容を明確にする、場の空気を読む」ができれば、頭のいい人の話し方に変わる！大ベストセラーが増補し再登場！                                                     | 224 | 24/01 | 8,000  |        |

|    |                                                                                     |                                                                                            |                                                                                                                   |     |        |        |         |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|--------|---------|
| 65 |    | 原稿用紙10枚を書く力 増補新装版<br>齋藤 孝<br>9784479320678                                                 | 文章は引用力・レジュメ力・構築力・立ち位置で決まる。<br>書くことが思い浮かばない、まとまらない、長文が書けない人のための文章教室                                                | 240 | 023/09 | 8,000  | 韓国語     |
| 67 |    | 人生にゆとりを生み出す 知の整理術<br>Pha<br>9784479307884                                                  | 超・面倒くさがりやの著者が「京大現役合格」「人気ブログ運営」「シェアハウス運営」をやったのけた、ゆるく続けられる独学勉強法！                                                    | 248 | 19/11  | 40,000 | 韓国語、繁体字 |
| 68 |    | ハラスメントがおきない職場のつくり方 Caring Workplace入門<br>中川 瑛<br>9784479797944                             | ・加害者への具体的な声かけ、指導がわかる・ボトムアップ／トップダウンで会社の制度や文化を改善できる・綺麗事ではない「ケアリング・ワークプレイス」のビジネス的なメリットがわかる誰も責めず、病まず、辞めずに職場が変わる！      | 272 | 23/10  | 4,000  |         |
| 69 |    | 「若手と一緒に成果を出したい！」と思ったら・<br>平山 枝美 著<br>9784479798057                                         | 何となく入社順でリーダーになってしまった、自信のない中間管理職が、若手のやる気を引き出し、上手に動いてもらえるようになる本！                                                    | 240 | 24/06  | 5,000  |         |
| 70 |   | 職場で傷つく<br>勅使川原 真衣<br>9784479798118                                                         | あの社員はなぜ辞めたのか？ハラスメント未満の「傷つき」をなかったことにされる職場とは。組織内の「傷つき」から始める組織開発を提案。                                                 | 304 | 24/7   | 8,000  | 繁体字     |
| 71 |  | できるリーダーは「教えない」：「自分で考えて動く部下」を育てるコツ<br>伊庭 正康<br>978-4479797432                               | これからのリーダーにカリスマ性はいらぬ。企業研修（年間200回）リピート率9割超！<br>クライアントから絶賛の「部下が自分で考えて動く」ように導くマネジメント法、「この人と頑張りたい」と思われるリーダーになる方法を徹底解説！ | 264 | 23/6   | 7,000  | 泰語      |
| 健康 |                                                                                     |                                                                                            |                                                                                                                   |     |        |        |         |
| 72 |  | 75歳からやめて幸せになること<br>一気に老ける人、日ごとに若々しくなる人の差<br>和田 秀樹<br>9784479797746                         | 75歳まで生きているならもう十分長寿！今更の禁煙やダイエットは禁物、ストレスになる人間関係もリセット、とにかく我慢しないことが幸せに生きる秘訣！                                          | 208 | 23/1   | 12,000 |         |
| 73 |  | 15万人診た高齢者医療の名医が教える<br>70歳すぎても歩ける体になる！<br>安保雅博・中山恭秀（東京慈恵会医科大学）<br>9784479320258             | 今は元気に出歩けても、5年後、10年後には……あなたは大丈夫？「最後の活動期」70代で寝たきりや要介護にならないためのメソッドを大公開                                               | 256 | 22/8   | 7,500  | 韓国語     |
| 74 |  | 更年期のヨガ<br>サントーシマ 香 ヨガ講師（E-RYT500,YACEP）、トラウマ・センシティブ・ヨガ認定ファシリテーター（TCTSY-F）<br>9784479785675 | 体の変化や環境変化が起きやすくなる更年期前後を迎える人のためのヨガ。「ながら」でできるポーズと普段のヨガ的なセルフケア。                                                      | 128 | 22/9   | 5,000  | 韓国語     |
| 75 |  | 読むだけで心と体が元気になっちゃう 漢方養生の本<br>ロン毛メガネ（国際中医専門医）<br>9784479785750                               | 香港からきた人気養生家の初著書。養生って、実はすごく簡単で、身の回りにあるもので「当たり前」にできちゃうんです！養生って、実はすごく簡単で、身の回りにあるもので「当たり前」にできちゃうんです！                  | 256 | 22/10  | 26,000 | 繁体字     |

|    |                                                                                   |                                                             |                                                                                                     |     |       |       |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|--|
| 76 |  | 読むだけでメンタルが強くなっちゃう漢方養生の本<br>ロン毛メガネ（国際中医専門医）<br>9784479785989 | キーワードは「お豆腐メンタル！」<br><br>登録者数11万人超！<br>東洋医学の本場、香港出身の人気・漢方養生YouTuberが、<br>日々の小さな養生で「強い心」が手に入る方法を教えます！ | 288 | 24/02 | 5,000 |  |
| 77 |  | ゆるませ養生<br>すきさん<br>9784479785439                             | 温めたり、揉んだり、少しだけ押ししたり・・・自分の手一つで簡単にできるselfcareを紹介。                                                     | 240 | 21/10 | 9,500 |  |
| 78 |  | しんどい心によく効く1日1分みぞおちもみ<br>永井 峻<br>9784479785545               | なんとなくやる気がない、不安な気持ちが続く、うつっぽい……<br>それは、浅い呼吸による「隠れ酸欠」が原因かもしれません。<br>人気整体師の著者による1分セルフケアで心の元気がぐんぐん蘇ります！  | 200 | 22/5  | 5,000 |  |