

No.	書名	著者・編者・監修等	出版	内容
1	「母になること」とメンタルヘルス	レイチェル・ルーズ・モラン著 鹿田昌美(しかた・まさみ)訳	青土社	時代のうねりをかいくぐり脈々とつづいてきた「産後うつ」の権利運動。草の根活動はアメリカ全土へ広がるが、運動内にはさまざまな緊張や葛藤、矛盾があった。綿密なオーラルヒストリーとアーカイブ調査にもとづく本格的通史。
2	教科書に書かれなかった戦争		梨の木舎	戦争に協力した婦人運動、フェミニズムというものは、どんな意図を根底に秘めていても、やはり間違っている。戦前の婦人運動家が行った「戦争協力」について検証する。解説、コラム、インタビュー、関連年表なども収録。
3	常識を「蹴った」女たち	グレース・ボニー著 月谷真紀(つきたに・まき)訳	海と月社	シェフ、作家、園芸家、歌手、ダンサー、元NASAメンバー、映画監督、農場主…。50代から100歳超まで100人以上の生き方の美しい女性たちが、独自の道を切り拓く中で経験した浮き沈みや、そこから得た教訓を伝える。
4	親の離婚・再婚こども法律ガイド	佐藤香代(さとう・かよ)著 池田清貴(いけだ・きよたか)著	子どもの未来社	結婚、離婚、親権、家庭裁判所での話し合い、再婚…。こどもが知っておけば役立つ離婚・再婚に関わる法律を弁護士がわかりやすく解説。実際に親が離婚したこどもの話を通して、こどもの人権や権利についても考える。
5	こども性暴力防止法入門	近藤圭介(こんどう・けいすけ)著 益原大亮(ますはら・だいすけ)著	中央経済社 中央経済グループパブリッシング(発売)	2026年12月25日施行予定のこども性暴力防止法の入門書。こども家庭庁が公表している同法のガイドラインに触れながら、基本的な点・重要な点を中心に、コンパクトにわかりやすく解説する。
6	発達障害を抱える子どもの「できる!」を増やす作戦図鑑	武田洋子(たけだ・ようこ)著 平岩幹男(ひらいわ・みきお)監修	講談社	発達障害を抱える幼児期から学童期までの子どもを想定し、自立に向けての具体的なサポートの方法を紹介。大人からの声かけや接し方、“おすすめ作戦”などを、イラストを多用してわかりやすく解説する。
7	子育ての不安と孤独をほぐす心理学	柳川由美子(やながわ・ゆみこ)著	実務教育出版	乳幼児～小学生の子どもを育てる父母の不安と孤独に寄り添う本。1万2000もの“悩み”に向き合ってきた公認心理師が、育児の不安を“味方”に変え、心が揺れた時に力み過ぎず、「フラットな状態」へ戻る方法を伝える。
8	見え方の困り事ってこういうことだったのかドリル	高田裕美(たかた・ゆみ)著 澤田憲(さわだ・けん)著	時事通信出版局 時事通信社(発売)	学習障害、色覚障害、ロービジョンなど、学習する上で、見え方の困難を抱える子どもがいる。その困難さを直感的に理解できるドリルを掲載するとともに、支援の方法を提示する。
9	他人のために笑って、自分を泣かせてない?	こぐに一著	サンマーク出版	「周りにどう思われるか」という視線ばかりを気にするのをやめて、「自分がどうありたいか」という未来に目を向ける。心理学インフルエンサーが、「自分を後回しにしない生き方」を提案する。
10	トラウマのほぐし方	あらいびるよ著 藤本昌樹(ふじもと・まさき)監修	光文社	自分が悪い、全部自分のせい。キレてあとから自己嫌悪…。38歳からトラウマ治療を始めた元被虐待児が、現代医学で“生きづらさ”と向き合い、「生まれてきてよかった」と思えるようになるまでを漫画でつづる。
11	LGBT歴史ブック	山縣真矢(やまがた・しんや)編著 後藤純一(ごとう・じゅんいち)著	サウザンブックス社	レズビアン・フェミニズムの活動、エイズ予防法案への反対運動、府中青年の家裁判、同性婚を求める運動…。1960年以前から2020年代まで、日本におけるLGBTQの人権運動としての歴史を通史的にたどる。
12	パンセクシュアル宣言	周司あきら(しゅうじ・あきら)著	サッフオー	なぜ人は、一つの性別しか好きにならないことになっているのか? パンセクシュアル(全性愛者)やバイセクシュアル(両性愛者)の立場から問い、そうした生き方に親和的な人々の経験を綴る。テキストデータ請求券付き。
13	鎌倉幕府はジェンダーをどう定めたか?	野村育世(のむら・いくよ)著	清水書院	ジェンダーは自然に発生したものではなく、政治によって決められ、作られてきたものである。鎌倉幕府がジェンダーをどのように位置付けたのかを、御成敗式目を中心にみる。御成敗式目を制定した北条泰時の人となりも紹介。
14	コーヒーは男のもの?	中村佳太(なかむら・けいた)著	サッフオー	味の違いが分かるのは男? 焙煎は男の仕事? このままじゃいけない! 京都の焙煎家が、思い描く多様で平等なコーヒーの世界について綴る。『STANDART Japan』『IWAKAN』掲載記事を元に書籍化。

15	陽子さんはお元気ですか？	山内マリコ(やまうち・まりこ) 著	オレンジページ	58歳の専業主婦・陽子の一人息子が、彼女を連れてきた。「俺様」な息子の態度に直面し、30年間、夫の顔色をうかがって生きてきた陽子の心に、初めて強烈な違和感が芽生え…。『オレンジページ』連載を加筆修正。
16	夏帆	村上春樹(むらかみ・はるき) 著	新潮社	「君みたいな醜い相手は初めてだよ」26歳の絵本作家・夏帆は、初対面の男にこう告げられた。怒りよりもショックよりも、ただ純粋に驚いた。それから夏帆の周りで奇妙な出来事が起こりはじめ…。『新潮』掲載を加筆改稿。
17	クレラップ社員だから知っているからだにいいレンジごはん	クレハ 著	飛鳥新社	レンチンを知り尽くした“プロ”が、主菜、副菜からお菓子まで、クレラップやフリーザーバッグ、クッキングシートを使った時短・簡単・からだにもおいしいレシピを紹介。「クレラップ」の公式レシピ本第2弾。
18	きょうもマリネ	坂田阿希子(さかた・あきこ) 著	家の光協会	さばのレモンマリネ、ポークソテーとゆで野菜のマリネ、焼きなすのベトナム風マリネ、チーズのオイルマリネ、メロンのフレッシュマリネ…。できたてでも、作り置きでもおいしい、さまざまなマリネを紹介します。
19	アイラップで簡単レシピ		Gakken	袋に入れて冷凍するだけ! おいしさキープして食材ムダなく使い切り! パラパラ冷凍、下ごしらえから調理まで袋1つでできる冷凍ミールキットなど、「アイラップ」の利点を活かした冷凍テクニック&簡単レシピを紹介する。
20	どうして学校に行かないといけないんですか？	神戸遙真(こうべ・はるま) 作 カシワイ画	文研出版	仮想空間が発達した近未来。現実には居場所がない主人公・ゆんは、不登校の少年少女が集う仮想空間に参加するが…。不登校になった子どもたちの一人語りを通して、10代のリアルな悩みや苦しみが見え隠れする新感覚ミステリー。
21	ごめんねだいすきだよ	みずかみみなみ絵 古内しんご(ふるうち・しんご) 作	みらいパブリッシング 星雲社(発売)	ママに怒られ、「ママは僕のこと好きじゃないのかな」と思った男の子。布団の中で目を閉じたら、真っ暗な世界に泣いている女の子がいた。声をかけると、その子は「私、まちがっちゃうの」と言って…。親子の心をつなぐ絵本。
22	救命救急センターのいちにち	にしださとこ絵 あいはらいくこ文	少年写真新聞社	救命救急センターは、大怪我をした人や命に関わる病気の人を助けるところ。救急車で最初に運ばれる部屋はどうなっている? ドクターヘリ、DMATとは? 病院の最前線をリアルに描き、現場の緊張と医師らの想いを伝える。
23	きけん!ねっちゅうしょうにちゅうい	森戸やすみ(もりと・やすみ) 監修	汐文社	夏は楽しいことがたくさん。でも暑さや紫外線などの危険もたくさん。熱中症について紹介するとともに、熱中症にならないために気をつけるポイントなどを伝える。かわいいうまくまの「やすみちゃん」と一緒に熱中症を学べる絵本。
24	エントラーダの子どもたち	エレン・オー編 原田勝(はらだ・まさる) ほか訳	あすなろ書房	ここは、多様な人々が集う移民の国アメリカ。様々なルーツをもつ家族が暮らす、6階建ての黄色い壁のアパート〈エントラーダ〉を舞台に、11〜13歳の子どもたちの日常を描く12編の連作短編集。
25	ケチャップマン	鈴木のりたけ(すずき・のりたけ) 作	ブロンズ新社	フライドポテトの専門店で働くケチャップマンは、今日も朝から大忙し。ケチャップマンのケチャップソースは、お店の一番人気です。そんなケチャップマンが、ある日、隣のせんべい屋で働くマヨネエと出会い…。
26	あめをみる	よしだるみ作	小学館	お母さんと一緒に、降っている雨を見ている女の子。遠くにいる大切な人や、森に棲む動物たち、海の中にいる動物たちの上にも降り注ぐ雨を想像し…。すべての命を慈しむ、詩情あふれる絵本。
27	キッチンラボつぎはどうなる?実験レシピ	露久保美夏(つゆくぼ・みか) 著	偕成社	パンはなぜふくらむの? 卵をあわだてるとふわふわになるのはどうして? キッチンで起こる材料の変化のうち「ふくらむ」「あわだつ」現象に迫る実験レシピを多くの写真で紹介する。『朝日小学生新聞』連載をもとに単行本化。
28	みんなみんみーん	長田真作(ながた・しんさく) 作	絵本館	セミが「むによ」と脱皮して「みんなみんみーん」。日差しが「じりじりじり」…。声に出して読むともっと楽しい、夏の音が響くオノマトペ絵本。力強い「黒」の輪郭にあざやかな色彩が印象的な一冊。
29	はなちようちんぶぷうー	矢野アケミ(やの・あけみ) 作・絵	鈴木出版	男の子がすーすー寝ていると、はなから風船のように「ぶぷうー」とはなちようちんが出てきました。はなちようちんはどンドン膨らんで、ロケットの形になると…。子どもたちの想像力を育む絵本。

30	のぼる	本多ジロー(ほんだ・じろー) 作	ひだまり舎	しっかりつかんで、のぼる。まよったら、のぼる。そして、ときには、にげる…。繰り返される「のぼる」という言葉を通して、子どもたちにはのぼり続ける勇気を、生き方や進み方に迷った大人には自分を肯定する気持ちを届ける。
31	ぼくのはじまったばかりの人生のたぶんわすれない日々	イーサン・ロング 作・絵、 代田 亜香子 訳	鈴木出版	両親が離婚して、母さんは家を出ていった。ぼくと兄さんと妹は、父さんとくらしている。ぼくは不安で、よく眠れなくて、怒ると止まらなくなる。ぼくの人生、どうなっちゃうんだ?
32	13歳からの犯罪と裁判	二瓶裕史(にへい・ひろし) 著	メイツユニバーサルコンテンツ	「いたずら」「表現の自由」が、「名誉棄損」「プライバシーの侵害」に!? なにが“犯罪”になるのか知っていますか? 中高生に向けて、法律の世界をわかりやすく紹介します。豆知識、おさらいクイズも掲載。
33	知りたいことがぜんぶわかる!相続・贈与の超基本	中村麻美(なかむら・あさみ) 編著 永澤英樹(ながさわ・ひでき) 監修	Gakken	“争族”は避けたい! 税金も抑えたい! 相続の基本ルールから相続・贈与の節税テクニックまで、対話形式でわかりやすく丁寧に解説する。最新税制・法改正に対応。書き込み式のページ、チェックリストあり。
34	女税理士が教える女性のための自分の資産のつくり方	板倉京(いたくら・みやこ) 著	BOW&PARTNER S 中央経済グループパブリッシング(発売)	「年収の壁」問題、家事子育て負担、夫婦ローン、離婚時にわかる名義の現実、損しない相続準備、搾取されるシングルキャリア女性…。女性がお金を稼げない仕組みのなかで、どう自分の資産をつくっていけばいいのかを解説する。
35	インスタでつくるママのおうちキャリア	神野まき(じんの・まき) 著	ビジネス社	どんなママさんも、何を発信したらよいのかわからなくても、インスタでビジネスをつくれる! ママ向けのインスタ講座を主宰する著者が、インスタの基本知識から、発信・集客・収益化までのステップを丁寧に解説する。
36	大人も子どもも、失敗したってええがん、ええがん	蓬郷由希絵(とまごう・ゆきえ) 著	KADOKAWA	自閉スペクトラム症のある子どもを育てる著者が、さまざまな経験を経て生み出したポジティブ格言を、エピソードとともに綴る。毎日を生きのび、少しでも楽しく健やかに乗り越えるためのヒントが満載。
37	育児やることリスト大全	ninaru baby 監修	KADOKAWA	育児をする上で、事前に準備しておくラクなことをリストアップ。トピックごとに、情報と、切り取りまたはコピーして使える「やることリスト」を見開きで掲載する。リストのダウンロード用二次元コード(図書館利用可)付き。
38	メンタル不調、足りなかったのは「栄養」でした	藤井千愛(ふじい・ちあき) 著	きずな出版	メンタル不調に必要なのは、「がんばること」ではなく、「栄養」です。分子栄養学の視点から、糖質・鉄・タンパク質・腸内環境を整え、無理なく心身を回復する方法を紹介。
39	子どもをやめる本	平光源(たいら・こうげん) 著	サンマーク出版	大人になっても自分の中に住む親に、従ってしまう…。そんな人に向けた、親に支配された子どもでいる自分をやめるための本。長年、患者と向き合い続けた精神科医が、精神的巣立ちへの手だてを伝える。書き込み式のワークあり。
40	「やめられない」をどうするか	松本俊彦(まつもと・としひこ) 著 横道誠(よこみち・まこと) 著	金子書房	やめられないのは、きみの意志が弱いからではない…。精神科医、当事者、支援者が、「やめられない」を軸に、ネット・ゲーム、人間関係、性の悩みなどについて若者たちに向けて語る。
41	発達障害の人とうまくやっていく	横道誠(よこみち・まこと) 著	亜紀書房	家族の日常生活や職場での労働、学校での活動にさまざまな影響を与える発達障害の特性。数多くの“自助グループ”を運営してきた著者が、発達障害当事者の声から生まれた、よりよい関係を築くためのヒントを物語形式で伝える。
42	疲れと女性のプチ不調	高尾美穂(たかお・みほ) 著	KADOKAWA	女性の心身の不調や悩みを改善し、幸せに生きるためのヒント集。不調を自覚したときに、これを知っておけば大丈夫という対処法やセルフケアを、イラストで紹介する。
43	快眠ツボ	包強(ほう・きょう) 著	Gakken	終わらない緊張感、情報過多…。現代人が眠れない原因は、脳と体を休息モードにうまく切り替えることができていないことにある。脳と体を休息モードに切り替えるための「快眠ツボ」を紹介。毎日に取り入れたい快眠習慣も掲載。
44	婦人科医の「ここだけの話」ですが、何か?	櫻井くす子(さくらい・くすこ) 著	幻冬舎	現役産婦人科医が、診察室で露わになる女の「生と性」を、ユーモアと深い愛情を込めて綴る。女性特有の赤裸々な悩みから、生と死が交錯する医療現場の濃厚な人間ドラマまで、マダムたちの生き様をリアルに描く。

45	トランスジェンダー・ティーン ネイジャー	ニコ・ラング著 安齋奈津 子(あんざい・なつこ)訳	柏書房	私たちのことを一番よくわかっているのは、私たち。私たちには、 伝えたい物語がある…。8人のトランスジェンダーのティーンとそ の家族の肉声を伝える、アメリカ発のノンフィクション。的を外れな 議論を始める前の必読書。
46	戦争は女の顔をしていない 6	小梅 けいと作画, スヴェ トラーナ・アレクシエー ヴィチ原作, 速水 螺旋人 監修	KADOKAWA	第二次世界大戦の真実を明らかにする…… 500人以上の従軍女性を取材し、その内容から出版を拒否され 続けた、ノーベル文学賞受賞作家の主著。『狼と香辛料』小梅け いことによるコミカライズ、第6巻。
47	葵の紋を継ぎまして。	山岸美喜(やまぎし・み き)著	KADOKAWA	女性が当主になること、先祖が日本の歴史の重要人物であるこ と。徳川慶喜家初の女性当主が、「家じまい」に向けた奮闘を、 家族に伝わる記憶や、徳川慶喜にまつわる逸話とともに綴る。
48	考えすぎずに、考える	松浦弥太郎(まつうら・や たろう)著	光文社	「マイ・ベーシックを決める」「ひとつ加えたら、ひとつ手放す」「本 棚の風通しをよくする」「人と比べることの無意味さを知る」…。か けがえのない一日をしあわせに暮らすための思考のレッスン。
49	1946年の女子墨球部	うえむらちか著	KADOKAWA	1946年、広島。街の復旧が進むなか、女学校に通う15歳のカズ エは、教師から「ソフトボールやってみるか?」と声をかけられ…。 未知のスポーツを学び、練習し、汗を流す少女たちの姿を描く、 実話をもとにした青春小説。
50	子どもの命を守るママの防 災	松永ゆり(まつなが・ゆ り)著	きずな出版	災害から命を守るには、「その瞬間の判断」が大事。元消防士の ママ応援防災アドバイザーが「いざというときに迷わないための 防災」を目指し、家族で決めておくことや日常の中でできる準備 等を解説。巻末にチェックシート付き。