



働き方を見直そう！ブックリスト



少子高齢化による労働人口の減少、長時間労働による過労死問題など日本の労働環境の悪化が問題になっています。また、女性の社会進出も進んでいます。一人一人の個性を最大限に生かした多様な働き方をめざし、現在の働き方を見直してみましょう。

ワーク・ライフ・バランスを考えよう

No	書名	著者名	出版者	請求記号
1	人にも時代にも振りまわされない働く女(ひと)の仕事のルール ～貧困と孤独の不安が消える働き方～	有川 真由美／著	きずな出版	159ア
2	新しいパパの働き方 ～仕事も家庭も！欲張りガイドブック～	ファザーリング・ ジャパン／著	学研教育出版	366ア
3	だれも教えてくれなかったほんとうは楽しい仕事 & 子育て両立ガイド	小栗 ショウコ／著 田中 聖華／著	ディスカヴァー・ トゥエンティワン	366オ
4	幸せなワーキングマザーになる方法 ～ポジティブ心理学で手に入れる最高のワークライフバランス～	C・L・グリーンバーグ／著 B・S・アヴィグドル／著	NTT出版	366グ
5	仕事と家族 ～日本はなぜ働きづらく、産みにくいのか～ (中公新書)	筒井 淳也／著	中央公論新社	S366ツ

将来の働き方像

No	書名	著者名	出版者	請求記号
6	45歳からの会社人生に不安を感じたら読む本 ～成功するキャリア30の秘訣～	植田 統／著	日本経済新聞出版社	159ウ
7	5年後働く自分の姿が見えますか？ (角川oneテーマ21)	岩瀬 大輔／[ほか]著	角川書店	159ゴ
8	藤原先生、これからの働き方について教えてください。 ～100万人に1人の存在になる21世紀の働き方～ (DISCOVER 21世紀の学校)	藤原 和博／著	ディスカヴァー・ トゥエンティワン	159フ
9	あたらしい働き方	本田 直之／著	ダイヤモンド社	159ホ
10	未来の働き方を考えよう ～人生は二回、生きられる～	ちきりん／著	文藝春秋	366チ
11	働きかたNext選ぶのはあなた	日本経済新聞社／編	日本経済新聞出版社	366ハ

定時に帰ろう

No	書名	著者名	出版者	請求記号
12	結果を出して定時に帰る時間術	小室 淑恵／著	成美堂出版	159コ
13	もう必要以上に仕事しない！時短シンプル仕事術	鈴木 真理子／著	明日香出版社	336ス

転職・再就職を考えたら

No	書名	著者名	出版者	請求記号
14	60代の生き方・働き方 ～第二の人生を楽しむ心得帖～	阿部 絢子／著	大和書房	366ア
15	退職・転職を考えたらこの1冊 (はじめの一步)	岡田 良則／著	自由国民社	366オ

※請求記号・・・図書館の本の背ラベルの記号です。上記の本は、すべて当館で所蔵しています。

◆働き方改革に関するWebサイト

No	URL	
1	http://www.mhlw.go.jp/disasterInfo/work.html	厚生労働省(働き方改革)
2	http://www.pref.tochigi.lg.jp/sangyou/koyou/roudoukankyoku/index.html	栃木県(労働環境)