

医療福祉のプロ
がすすめる

結城俊也 編

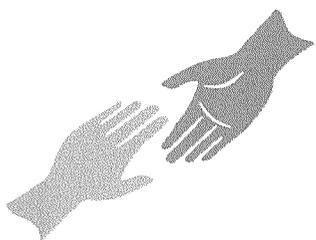
孤独

社会的孤立

つながり

を

考える1000冊



凡 例

1. 本書の内容

本書は、専門理学療法士であり医療福祉学の研究者である編者が最新のエビデンスに基づき、「孤独」「社会的孤立」「つながり」について書かれた図書1,031点を選択・分類し、更に理解を深めるために77項目に解説を加えたものである。

2. 解 説

「孤独と向き合う」「社会的孤立と包摂」「社会的孤立の諸相1—貧困など」「社会的孤立の諸相2—セクシャルマイノリティなど」「社会的孤立の諸相3—介護問題など」「つながりを考える」という大見出しの下、77項目についての解説を掲載した。

3. 見出し

大見出しの下に関連する中見出し、小見出しを設けた。

4. 図書リスト

- 1) それぞれの見出しに関連する図書を掲載した。収録点数は1,031点である。
- 2) 図書は、編者の判断により各見出しの中でも内容が近い図書を集め排列した。

5. 図書の記述

書名／副書名／巻次／各巻書名／各巻副書名／各巻巻次／著者表示／版表示／出版地*／出版者／出版年月／ページ数または冊数／大きさ／叢書名／叢書番号／副叢書名／副叢書番号／叢書責任者表示／定価（刊行時）／ISBN（①で表示）／目次／内容

* 出版地が東京の場合は省略した。

6. 索 引

(1) 著者名索引

各図書の著者・編者名を姓の五十音順、名の五十音順に排列し、その下に書名と掲載ページを示した。機関・団体名は全体を姓とみなして排列、欧文のものは五十音順の後にABC順に排列した。

(2) 書名索引

各図書を書名の五十音順に排列し、所在を掲載ページで示した。

7. 書誌事項の出所

本目録に掲載した各図書の書誌事項等は主に次の資料に拠っている。

データベース「BookPlus」

JAPAN/MARC

目次

孤独と向き合う	3	支援	84
孤独の心理学・脳科学	3	食格差・子ども食堂	89
中高年者の孤独	6	社会政策	90
ソーシャルメディアと孤独	9	若者の貧困	93
孤独の対処法	11	中年(大人)の貧困	95
「ひとり老後」とのつき合い方	17	老後の貧困	97
孤独という生き方	23	ワーキングプア	99
孤独・孤立と健康格差	31	ひきこもり	103
在宅ひとり死	34	社会心理学的考察	103
孤独死	36	当事者の語り	106
孤独死の実態	36	大人のひきこもり	108
特殊清掃・遺品整理	38	不登校に対する支援	112
地域・被災地・団地	39	青年・中高年に対する支援	118
セルフネグレクト	41	無業者	125
心構え・防止策	42	ホームレス	126
死別の悲しみ・孤独感に寄り添う	45	ホームレスの実態	126
グリーフケア総論	45	ネットカフェ難民	130
子どもとの死別・親との死別	49	社会学的考察	131
自殺	50	暴行事件	135
社会的孤立と包摂	53	支援	135
社会的孤立	53	買い物難民(買い物弱者)	138
総論	53	社会的孤立の諸相2—セクシャルマイノリ	
対策	56	ティなど	141
社会的排除と包摂(ソーシャルイ		セクシャルマイノリティ	141
ンクルージョン)	61	基礎知識	141
差別・偏見	67	ライフストーリー	143
社会的孤立の諸相1—貧困など	71	学校・職場環境	145
貧困	71	障害者	148
総論・理論	71	外国人労働者	151
女性の貧困	75	社会的孤立の諸相3—介護問題など	155
貧困の実態	75	介護問題	155
支援	79	介護疲れ・おひとりさま介護	155
子どもの貧困	81	介護離職	158
貧困の実態	81	介護殺人	160

目次

いじめ	161
構造	161
インターネット	164
ハラスメント	167
モラハラ・パワハラ・セクハラ・マタハラ	167
DV	172
その他	175
正義中毒	177
つながりを考える	181
つながるといふこと	181
つながり—関係力	185
大人の人間関係	185
友達づくり(大人)	188
大人女子・ママ友の人間関係	190
友達づくり(子ども)	192
居場所	196
心理学・社会学	196
コミュニティカフェ・サードプレイス	198
子どもの居場所	201
その他	203
社会的ネットワーク	204
ソーシャルキャピタル	208
総論・理論	208
経済・企業	211
健康・福祉	212
教育	215
地域	216
地域でつながる—地方創成	218
ソーシャルメディアでつながる	232
著者名索引	237
書名索引	271

2018 132p 28cm (別冊日経サイエンス: SCIENTIFIC AMERICAN日本版)
 ①978-4-53-251230-9

『孤独になると結果が出せる』 茂木健一郎著 廣済堂出版 2020.3 206p 19cm 1300円
 ①978-4-331-52274-5

【目次】第1章 空気を読んでいては結果は出せない、第2章 脳が孤独を求めるわけ、第3章 孤独には効用がある、第4章 なぜ孤独な人は結果を出せるのか、第5章 孤独を楽しめない人は伸びない、第6章 孤独を楽しむ5つのレッスン

【内容】脳のデフォルトは孤独。この事実を受け入れる覚悟があらゆることを成功に導く。ストレスが消える、本質に集中できる、隠れた才能が目覚める、周りから一目置かれる—究極の脳科学メソッド。

『図解 孤独は脳に悪い』 高島明彦著 幻冬舎 2016.8 95p 21cm (『淋しい人はボケる 認知症になる心理と習慣』 修正・改訂・改題書) 600円 ①978-4-344-02979-8

【目次】1 孤独は脳に悪い(ストレスを受けると、脳はどんどん老化する、うつ病を経験すると、認知症リスクが高くなる ほか)、2 脳が若い人と老化している人は何が違うのか(年を取ると、なぜ物忘れが多くなるのか、認知症になると、脳で何が起きているか ほか)、3 物忘れが多い人は脳が老いている!(物忘れをする人は、すでに脳が老い始めている、昨日読んだ本の内容が思い出せないのは認知症予備軍 ほか)、4 100歳でも若々しい脳を持っているのは、どんな人?(100歳になっても頭が冴えている人に共通していることは?、脳を若々しく保って長生きするには「腹7分目」 ほか)、5 認知症になりやすい習慣に要注意!(認知症になる人が陥りやすい3つの習慣、電車や車でばかり移動していると、脳の血流が悪くなる ほか)

【内容】脳が老いると見た目もふける! マンガと図解で「老いない脳」のつくり方を徹底解説。ちょっとした「考えグセ」を変えるだけで頭が冴えまくる!

中高年者の孤独

【解説】日本の中高年、特に男性は世界的にみても孤独を深めているという。長年の長時間労働が原因で職場にしか拠り所がなく、退職後は家族に「粗大ごみ」扱いはされる人も少なくない。また地域コミュニティに溶け込めず、妻亡き後は閉じこもりになる人もいる。

人は長期間にわたり孤独にさいなまれると、自己中心的で攻撃的になりやすいとの報告がある。近年、高齢者クレーマーが社会問題となっているが、その背景には「孤独」による満たされなさがあるのかもしれない。孤独な人が増えれば、それだけ社会全体が不寛容になる。すべての人が他人事ではない問題としてとらえたい。

おすすめ書籍

『定年後からの孤独入門』 河合薫著 SBクリエイティブ 2020.3 189p 18cm (SB新書 505) 830円 ①978-4-8156-0077-8

【目次】第1章 古戦場巡りで気付く「ぼっち」の世界—ルーティンの喪失(生前葬消滅で成仏できず、働かないおじさん化する心理 ほか)、第2章 塩漬けおじさんが定年で失敗する理由—定年ぼっちになる人・ならない人(半年で入社拒否になった元常務、「塩」が抜けない ほか)、第3章 ぼっちは定年前から始まっている—有意味感(働く人たち133人の生きた言葉、音を立てないウエートレス ほか)、第4章 死ぬより怖い「ぼっち」の世界—アイデンティティーの喪失(「もう、いっかな」と思う瞬間、アイデンティティーの再構成—海図なき航海の始まり ほか)、第5章 人生に意味を作る(自己実現という妄想、根拠なき楽観の危さ ほか)

【内容】「弱音は吐いていい」「友達がたくさんいらぬ」「再雇用こそ生きがいになる」…ひとりになって初めて人生が開ける。健康社会学と700人以上のフィールドワークでわかった「定年ぼっち」に負けない生き方。

『定年を病にしない』 高田明和著 ウェッジ 2020.4 239p 18cm 1300円 ①978-4-86310-224-8

【目次】序章 健康やお金ではない! 定年前から始まっている本当の危機、第1章 居場所がない! 定年後に待ち受ける「罨」—孤独との上手な向き合い方、第2章 現役とは違う! 肩書が通用しない現実—承認欲求の上手な手放し方、第3章 焦りは禁物! 周りとは比べるのは無意味—焦燥感の上手な抑え方、第4章 家族は迷惑! その言動が定年後に直結する—ストレスとの上手な向き合い方、第5章 人生に定年はなし! 長い後半戦を視野に入れる—意欲・自己肯定感の高め方

【内容】すべては50代でのマインドセット次第! 「居場所がない」「孤独を深める」「引きこもる」…41人の実例が教えてくれる定年者が陥りやすい環境変化の「罨」。自らも苦しんだ経験をもつ脳科学の第一人者が贈る「定年後の自分」を早く育てるためのヒント。

『50歳からの孤独入門』 齋藤孝著 朝日新聞出版 2018.9 191p 18cm (朝日新書 684) 750円 ①978-4-02-273777-9

【目次】はじめに やがてくる孤独に備えるために、第1章 50歳クライシス、第2章 後悔・自責・嫉妬—マイナスの感情と折り合いをつける、第3章 人間ざらいという成熟、第4章 孤独の時代を越えて、第5章 最後の恋を夢見ない、第6章 喪失の悲しみ、そして自らの死への覚悟、本書で取り上げた作品

【内容】「いよいよ人生後半戦」という覚悟を迎えられる50歳。長く続く下り坂を、いかによく生きるか? 45歳を過ぎる頃、はたと気がつくことがある。昔みたいに仕事や遊びが面白くない。体力もなくなってきた。そして50歳を迎えたとき、誰もがこうつぶやく。「もう楽しいことは終わりが。人生、なんだかなあ」…。後悔の念や喪失の不安と、いかに折り合いをつけられるか? やがて訪れる「孤独」を、どのように受け止めればよいか? 古今東西の賢者に学ぶ、齋藤流「後半生を幸福に過ごすメソッド」!

『世界—孤独な日本のオジサン』 岡本純子[著] KADOKAWA 2018.2 219p 18cm (角川新書 K 190) (書誌注記: 文献あり) 820円 ①978-4-04-082188-7

【目次】序章 最も危険なリスクファクター—それは「孤独」、第1章 孤独なオジサンたち、第2章 孤独は「死に至る病」、第3章 孤独の犠牲になりやすいオジサン、第4章 オジサンたちのコミュカの「貧困」、第5章 孤独の処方箋、第6章 孤独にならないために

【内容】日本のオジサンは世界で一番孤独—。人々の精神や肉体を蝕む「孤独」はこの国の最も深刻な病の一つとなった。現状やその背景を探りつつ、大きな原因である「コミュカの「貧困」への対策を紹介する。

『定年後—50歳からの生き方、終わり方』 楠木新著 中央公論新社 2017.4 221p 18cm (中公新書 2431) (書誌注記: 文献あり) 780円 ①978-4-12-102431-2

【目次】プロローグ 人生は後半戦が勝負、第1章 全員が合格点、第2章 イキイキした人は2割未満?、第3章 亭主元気で留守がいい、第4章 「黄金の15年」を輝かせるために、第5章 社会とどうつながるか、第6章 居場所を探す、第7章 「死」から逆算してみる

【内容】自営業などを除けば誰もがいつか迎える定年。社会と密接に関わってきた人も、組織を離れてしまうと、仕事や仲間を失って孤立しかねない。お金や健康、時間のゆとりだけでは問題は解決しない。家族や地域社会との良好な関係も重要だ。第二の人生をどう充実させたらよいか。シニア社員、定年退職者、地域で活動する人たちへの取材を通じ、定年後に待ち受ける「現実」を明らかにし、真に豊かに生きるためのヒントを提示する。

『50歳からは「孤独力」! —精神科医が明かす追いこまれない生き方』 保坂隆著 さくら舎 2013.2 172p 19cm 1400円 ①978-4-906732-30-2

【目次】第1章 孤独は人生の自然な成りゆき(すべては孤独からはじまる、若いとき孤独力は影をひそめている ほか)、第2章 孤独に慣れる、孤独を生かす(家での孤独にとらわれすぎない、会社での孤独は自分を鍛えるチャンスである ほか)、第3章 孤独ゆえのとびきり上等な時間の過ごし方(いい刺激がほしい! 極上の楽しみ再発見、たとえば読書(おすすめの読書法)、映画を観なおす… ほか)、第4章 孤独力は究極のささえ(からっぽになれる強さをもっているか、思いやりも孤独から生まれる ほか)、第5章 空海の生き方、死に方に学ぶ(人生は長さではない、日本で最初のモトリウム人間 ほか)

3 ひきこもりシステム—その日本的背景, 4 「甘え」文化と「ひきこもり」—比較文化論的考察, 5 「ひきこもり」の周辺(サイバースペースと「ひきこもり」—他者との距離感について, 治療法としての地域通貨, 「対話」の媒介され難い無意味さについて, 「何もないこと」からの戦略, 成熟のための二つの条件, 孤独について, 「出会い」の持つ力, 「ひきこもり」と他者, 笠原人間学の現代的意義—笠原嘉「アバシー・シンドローム」解説, 表現と「ひきこもり」)

内容 本書は多年にわたり、ひきこもり問題に取り組んできた著者による文化論的考察の集大成である。真に治療的效果をもたらす倫理と、ひきこもりから脱するための契機を考えるうえで第一歩となる書。文庫化にあたり、この10年の推移をまとめた「補足と解説」を附す。

《当事者の語り》

ひきこもりといっても、そこに至るまでの理由も現象もさまざまだ。ひきこもり当事者のライフストーリーに触れてみよう。きっとそこには専門家や研究者の本とは違った発見があるはずだ。

おすすめ書籍

『ひきこもりのライフストーリー』 保坂涉著 彩流社 2020.4 214p 19cm (フィギュール彩23) 〈書誌注記: 文献あり〉 1800円 ①978-4-7791-7107-9

目次 第1章 いじめに狂わされた人生(閉鎖病棟で自由奪われ、キレるのが面白いといじめ ほか)、第2章 母子二代でひきこもりを経験(よもや息子がひきこもるとは、夢は白衣の天使 ほか)、第3章 居場所との出会いで新たな人生(評価されるのがうれしかった、私立中学進学でいじめ抜け出る ほか)、第4章 中高年のひきこもりは置き去り(怒りの吐き出し方が分からない、体罰、いじめ、授業は“お客さん” ほか)、第5章 声を上げ始めた当事者(いつも頭の中に死がほんやり浮かぶ、多様な生き方を目にして気が楽に ほか)

内容 家族や社会との関係を断ち、一人部屋にこもっているというイメージを持たれているひきこもりの当事者だが、彼ら自身の声に耳を傾けることで、そこに至るまでの理由も現象もステレオタイプでは捉えられないほど多様化していることを浮き彫りにするルポ。ひきこもり状態にある時の話だけではなく、ひきこもりに至るまで、そしてその状態を抜け出すまでの軌跡を、本人自身が語るライフストーリー。自分の人生を自ら選び取り、主体的に生きていくには。

『あたりまえ』からズレても—ひきこもり経験者が綴る』 藤本文朗, 森下博編 大阪 日本機関紙出版センター 2020.3 164p 19cm 〈一般注記: 企画: ひきこもり当事者発信プロジェクト〉 1300円 ①978-4-88900-979-8

『ヒキコモリ漂流記』 山田ルイ53世著 マガジンハウス 2015.8 260p 19cm 1300円 ①978-4-8387-2774-2

目次 序章 ひきこもりの朝, 第1章 神童の季節, 第2章 地獄の通学路, 第3章 ひきこもり時代, 第4章 大学での日々, 第5章 下積みからの脱却, 第6章 ひきこもり、親になる

内容 神童→名門中学に合格→ひきこもり→大検取得で大学へ→失踪→上京して芸人→借金苦から債務整理→そして、復活! 人生いつだってやり直せる!! 髯男爵が七転び八起きの人生から学んだやり直しのルール。

『ひきこもりもう一度、人を好きになる—仙台「わたげ」、あそびとかかわりのエスノグラフィ—』 荻野達史著 明石書店 2013.4 408p 19cm 〈書誌注記: 文献あり 年譜あり〉 2200円 ①978-4-7503-3811-8

目次 第1章 広瀬川の土手を降りて—出会いとわたげ小史, 第2章 ある日の浜辺から—共にあることの安心, 第3章 ときには渦巻くように—フリースペースという場, 第4章 そこでは何が生じているのか?—フリースペースの意味論, 第5章 わたげ「半外地」?—学習支援という存在, 第6章 スモールステップ&フォロアアップ—地域における就労支援, 第7章 「土台」を考える—“あそび”と“かわり”, 第8章 「決して諦めない」ために—秋田流・家族支援, 第9章 「ひきこもり縁なき親を引き合わせる」—ある家族の経験と訪問支援, 第10章 繋ぎつつ、トータルに見る—障碍、そして精神医療との関わり

『不登校ひきこもりこころの解説書—僕がひきこもりだったときに言えなかったこと』 金馬宗昭著 学びリンク 2010.3 259p 19cm 1200円 ①978-4-902776-45-4

目次 第1章 僕の土台が崩れた日, 第2章 動けない日々, 第3章 誰か僕を教師にしてください…, 第4章 人の役に立つ喜び, 第5章 現在の仕事との出会い, 第6章 ECCでの経験, 付記 アスペルガー症候群の子どもたちから学んだこと

内容 自身の体験を綴った通信制高校教頭の体験的支援法。

『「引きこもり」から「社会」へ—それぞれのニュースタート』 荒川龍著 学陽書房 2004.2 237p 20cm 1500円 ①4-313-86015-0

目次 第1章 「友達関係を切るなんて簡単なんです」と語った彼女がみせた変化—能城亜紀子さん(二六歳)の場合, 第2章 福祉の仕事を経て見つけた「出口」を手作りする場所—小原由子さん(三二歳)の場合, 第3章 「ロン毛」から坊主頭へ、プログラマーをめざして修行見習い開始—児島和男君(二三歳)の場合, 第4章 息子のひきこもりを通して見えてきた母親の駄目さとせつなさ—横島和子さん(五六歳)の場合, 第5章 約五年間の引きこもり生活を解消した彼が踏み出せない一歩—坂口淳君(二九歳)の場合, 第6章 他人の目が気になって仕方なかった彼が見つけた働き甲斐—高野祐樹君(二〇歳)の場合, 第7章 ひきこもり六年半の元社会人が本音を言えるようになった理由—守岡誠君(三八歳)の場合, 第8章 「大人も会社に引きこもっている」と言った彼は旅行添乗員で再出発—田島実君(二六歳)の場合

内容 「訪問部隊」「若衆宿」「仕事体験塾」などの取り組みで、引きこもっている若者の再出発を支援する【NPO法人ニュースタート事務局】。そこで活動する引きこもり経験者・引きこもりの子を持つ親・支援スタッフ、それぞれの道のり。

『ひきこもり—ただいま冬眠中』 高橋和枝[ほか]著 新潟 新潟日報事業社 2003.9 190p 19cm 1400円 ①4-88862-995-1

『ひきこもりセキラララ』 諸星ノア著 草思社 2003.10 205p 19cm 1500円 ①4-7942-1246-1

目次 1章 気がつけばひきこもり, 2章 ひきこもるという処世術, 3章 ひきこもりの周辺, 4章 家族と私, 5章 ひきこもり見てある記, 6章 弱さでつながる

内容 30代のヒキコモリがエッセイと漫画で赤裸々につづるフツーのひきこもりの全容。ひきこもりを理解する最強の本。

『ひきこもりなんて、したくなかった』 林尚実著 草思社 2003.9 205p 20cm 1600円 ①4-7942-1244-5

目次 1章 学校のこと, 2章 病院めぐり, 3章 家族のこと, 4章 「出会い」が私を変えた, 5章 社会の中で, 6章 穏やかな日常, 7章 友人たちと

内容 中学2年で不登校になり、その後6年間、ひきこもりを余儀なくされた著者が、学校や家族、治療について、当時の思いを切々と綴る。わが子に肉体的・精神的暴力をふるう親、内申書をたてに脅す教師、心に傷を負う者をさらに追いつめる精神医療従事者…。壮絶な体験が、迎えた文体でたんたんと語られる。18歳のとき、生まれて初めて、話を聞いてくれ、自分を受けとめてくれる人と出会う。そして信頼できる精神科の医師とめぐりあったことで、少しずつ心身が回復してゆく。14歳から6年間、ひきこもりだった著者が、「出会い」に恵まれ、社会復帰を果たした貴重な記録。

『私、引きこもり主婦です。—どんな自分にも「YES!」を』 さとうまきこ著 講談社 2002.5 220p 20cm 1500円 ①4-06-211316-3

目次 第1章 ウツのトンネルから出口へ、第2章 トンネル以前—七年間ウツの小道を出たり入ったり, 第3章 深まるウツ(一九九八年・二〇〇〇年), 第4章 ひきこもり主婦の日常, 第5章 回復の兆し(二〇〇〇年秋・二〇〇一年), 第6章 ウツとさまざまなものの関係, 第7章 ウツが行くネパール, 終章 新しい自分へ

内容 これは「わがまま」なの? 夫にも理解されにくい「引きこもり主婦」。どうしようもない孤立感、絶望感、ウツ状態から立ち上がるまでの日々。

内容 居場所とは、ぶつかり合いながら、時にはひとりで、時にはみんなで作って行くもの。フリーター、就活生からリタイア男性、逸脱集団まで、著者自身の居場所探し体験と重ね合わせ、誰もが気持ち良く働き、暮らしていくヒントを示す。

『「居場所」のない男、「時間」がない女』 水無田気流著 日本経済新聞出版社 2015.6
274p 19cm 1300円 ①978-4-532-16955-8

目次 サラリーマン家庭の「時空間の歪み」、第1部 居場所のない男(男女の時空間分離がもたらした悲劇、「弱音を吐けない」という男性問題、日本男性の「関係貧困」)、第2部 時間のない女(既婚女性は家族の「時間財」、日本女性の「時間貧困」、出産タイムリミットに追われる日本女性)、第3部 時空の歪みを超えるために(不寛容な日本の私、総合的な「生活者」を考える)

内容 仕事以外の人生の選択肢に乏しく、「世界一孤独」とされる日本人男性。婚活・妊活・保活…リミットに追われ続け、家庭でも自分の時間を確保できない日本人女性、双方が幸福になるために、一体いま、何が必要なのか？ 気鋭の社会学者が、「時空間の歪み」をキーワードに読み解く。

《コミュニティカフェ・サードプレイス》

コミュニティカフェ：人と人とを結び地域社会の拠点のこと。空き家、空き店舗、自宅などを利用して、イベントやワークショップなどが開設される。利用者同士のつながりを大切にしている。

サードプレイス：自宅や学校、職場とは別の心地のよい第3の場所のこと。そこでは居心地のよいコミュニティが形成されていることも重要な要素とされる。

おすすめ書籍

『自分の居場所をつくる働き方—仲間とつながり、自分らしく成果を出すコミュニティ・ワーカー』 中里桃子著 日本能率協会マネジメントセンター 2020.2 189p 19cm
1500円 ①978-4-8207-3194-8

目次 第1章 働き方の常識が変わった！(人生100年時代、あなたに「居場所」はありますか？、「生き残るためには、スキルアップが欠かせない」というわけでもない。ほか)、第2章 「つながる力」を武器に変える！ コミュニティ・ワーカーの3つのスキル(「つながる力」を武器にするのに、努力は足りない。まずは、自分の「好き/嫌い」を知ろう。ほか)、第3章 コミュニティ・ワーカーのスキル1—自分を知る(自分を活かすために、自分というパズルのピースの形を知ろう。今の自分を知る手がかりは、過去の出来事の中にある。ほか)、第4章 コミュニティ・ワーカーのスキル2—学ぶ(「自分のための学び」から、「誰かのための学び」へ。「応援したい人」をきっかけにして、新しい役割を試してみよう。ほか)、第5章 コミュニティ・ワーカーのスキル3—チームで働く(コミュニティ・ワーカーは、みんなで勝つ道を探る。「何をやるか」「どんなスキルか」よりも「誰と働きたいか」を大事にする。ほか)

内容 人生100年時代、つながる力は最強の武器になる！ コミュニティ運営のスペシャリストが教える！ 内気でも、すごいスキルがなくてもできる！ いちばん幸せな働き方改革。

『ひとの居場所をつくる—ランドスケープ・デザイナー田瀬理夫さんの話をうかがって』 西村佳哲著 筑摩書房 2020.5 274p 15cm (ちくま文庫) 860円 ①978-4-480-43663-4

目次 1 遠野、2 東京、写真 津田直、3 田瀬理夫さんのあり方、働き方、注釈と付記、地上をゆく船—あとがきにかえて

内容 この世界は一人ひとりの仕事の累積で、仕事の質は個々の「働き方」によるところが大きい。その視点で書かれた『自分の仕事をつくる』の10年後、著者はこの本を書くことになる。土地も家族も生活空間も、メディアにおいても社会空間の個人化が進み、次第に分断されてゆく私たちの“生”を、その境界線を越えてつなぎ直してゆく、連続的なデザインとは？

『コミュニティカフェ—まちの居場所のつくり方、続け方』 齋藤保著 京都 学芸出版社 2020.7 231p 19cm 2000円 ①978-4-7615-2740-2

目次 1章 コミュニティカフェはまちの交流交差点—港南台タウンカフェの実践から(誰もがふらりと立ち寄り、場があるからこそ生まれるもの、思いがけない展開が地域を豊かにする)、2章 全国に広がるコミュニティカフェ—個性が光る7つの事例(子育てをまちでぶらすに：こまちカフェ、高齢者の見守り機能と市民参画：ふらっとステーション・ドリーム、空き家がまちの縁側に：ジュビのえんがわ、古民家を活用した官民協働まちづくり拠点：まち家世田田駅、住み開きカフェが地域をつなげる：ハートフル・ポート、庭のカフェがみんなの居場所：みやの森カフェ、「行政×大学×地域」コミュニティ拠点の実験場：芝の家)、3章 コミュニティカフェの始め方・続け方—7つのツボから探る(想いをデザインする、おもてなしの極意、人材発掘と参画のデザイン、組織のつくり方と運営、経営について考えてみる、伝える意識とチカラを身につけよう！、響き合うポイントを大切に：連携そしてコーディネート機能)

内容 誰もがふらりと立ち寄り、居心地の良い空間を楽しめる。出会いがあり、交流が生まれ、地域活動やまちづくりにつながることもできる場。そうしたコミュニティカフェの魅力と、運営のノウハウを各地の事例も紹介しながら紐解く。

『つながるカフェ—コミュニティの〈場〉をつくる方法』 山納洋著 京都 学芸出版社 2016.6 181p 19cm (書誌注記：文献あり) 1800円 ①978-4-7615-1361-0

目次 1 カフェにおける“場づくり”とは？(失われつつある“場”、人が集まれば“場”はできるのか？ ほか)、2 成長する場所としてのカフェ(不良中年とつながった場—どさんこ大将、僕の人生を変えた場—RINO POINT ほか)、3 他者とつながる場としてのカフェ(アールサン)、4 創発が起る場としてのカフェ(“まちづくり”と“まちあそび”—慈憲一さんの実践、子どもたちでつながる場—3(トキーン・アバウト) ほか)

内容 コミュニティカフェを開けば、イベントで人を集めれば、「場づくり」になるのか？ 人が出会い、つながる「場」は、どのように立ち上がるのか？ 著者自身が手掛け、また訪ねた豊富な事例をもとに考える、「人が成長する場」、「他者とつながる場」、「創発を生む場」としての「カフェ」を成立させるための機微と方法論。

『ゆっくり、いそげ—カフェからはじめる人を手段化しない経済』 影山知明著 大和書房 2015.3 246p 19cm (B6) 1500円 ①978-4-4797-9470-7

目次 第1章 1キロ三〇〇〇円のクルミの向こうにある暮らしを守る方法(クルミの里、日本の農業を守るには？ ほか)、第2章 テイクから入るか、ギブから入るか。それが問題だ(クルミドコーヒーでポイントカードをやらない理由、事業の始まりは「テイク」と「ギブ」、どちらからか？ ほか)、第3章 お金だけでない大事なものを大事にする仕組み(「利子はコーヒーで払います」、ファンからの応援でCDをつくる ほか)、第4章 「交換の原則」を変える、(一八万回の「交換」、「お店にチラシを置いてもらいたい」 ほか) 第5章 人を「支援」する組織づくり(外との交換と、内との交換、会社はボランティア組織？ ほか)、第6章 「私」が「私たち」になる(「三つの円」、「私たち」とはどこまでか？ ほか)、第7章 「時間」は敵か、それとも味方か(「五〇年続くお店にした」、そこにある、目に見えないもの ほか)

内容 JR中央線・乗降者数最下位の西国分寺駅—そこで全国1位のカフェをつくった著者が挑戦する、「理想と現実」を両立させる経済の形。

『サードプレイス—コミュニティの核になる「とびきり居心地よい場所」』 レイ・オルデンバーグ [著]、忠平美幸訳 みすず書房 2013.10 480, 35p 20cm (書誌注記：文献あり 索引あり 一般注記：解説：マイク・モラスキー) 4200円 ①978-4-622-07780-0

目次 第1部(アメリカにおける場所の問題、サードプレイスの特徴、個人が受ける恩恵、もっと良いこと)、第2部(ドイツ系アメリカ人のラガービール園、メインストリート、イギリスのパブ、フランスのカフェ、アメリカの居酒屋、古典的なコーヒーハウス)、第3部(厳しい環境、男女とサードプレイス、若者を締め出すということ、めざすは、よりよい時代…と場所)

内容 居酒屋、カフェ、本屋、図書館…情報・意見交換の場、地域活動の拠点として機能する“サードプレイス”の概念を社会学の知見から多角的に論じた書、待望の邦訳。

『地域とゆるくつながろう！—サードプレイスと関係人口の時代』 石山恒貴編著、北川佳寿美、片岡亜紀子、谷口ちさ、山田仁子、岸田泰則、佐野有利執筆 静岡 静岡新聞社 2019.10 260p 19cm 1000円 ①978-4-7838-2262-2

【あ】

相川 充	イラスト版子どものソーシャルスキル … 194
	大人になってこまらないマンガで身につく友だちとのつきあい方 … 194
青木 秀男	グローバル化のなかの都市貧困 … 131
	ホームレス・スタディーズ … 132
青砥 恭	ここまで進んだ！ 格差と貧困 … 73
	若者の貧困・居場所・セカンドチャンス … 94
	ドキュメント 高校中退 … 95
赤木 智弘	下流中年 … 96
赤澤 健一	遺品は語る … 39
あがり症克服協会	人間関係で「うまくやる人」と「つらい人」の習慣 … 187
秋山 千佳	ルボ保健室 … 81
秋山 義継	地域振興論 … 224
阿久津 美栄子	ある日、突然始まる後悔しないための介護ハンドブック … 156
吾郷 貴紀	買い物弱者問題への多面的アプローチ … 138
浅井 春夫	「子どもの貧困」解決への道 … 92
	子どもの貧困の解決へ … 92
浅川 雅晴	一家を破滅させる「孤独病」 … 4
アサツディケイ	多縁社会 … 59
アサトリアン, キーラ	大人になってからの人間関係 … 186
浅野 弘毅	高齢者の妄想 … 9
朝日新聞社	子どもと貧困 増補版 … 81
	母さんごめん、もう無理だ … 160
朝日新聞出版	心理学でわかる女子の人間関係・感情辞典 … 191
	浅見 初江
	家族の事例に見るモラルハラスメントの心理分析 … 173
	芦沢 茂喜
	ひきこもりでいいみたい … 119
	味沢 道明
	DVはなおる 続 … 174
	芦田 麗子
	シングルマザーをひとりぼっちにしないために … 77
	阿部 彩
	貧困を救えない国日本 … 71
	弱者の居場所がない社会 … 74
	特集 女性と貧困 「女性の貧困」問題のほどき方 (<雑誌>現代思想 2012年11月号) … 79
	子どもの貧困と食格差 … 89
	子どもの貧困 日本の不公平を考える … 93
	子どもの貧困 2 … 93
	阿部 絢子
	おひとりさまの老後を楽しむ処方箋 … 18
	阿部 尚美
	DV・虐待にさらされた子どものトラウマを癒す … 174
	阿部 真大
	居場所の社会学 … 197
	阿保 順子
	高齢者の妄想 … 9
	天野 彬
	SNS変遷史 … 233
	シェアしたがる心理 … 235
	雨宮 処凛
	また、福祉が人を殺した … 37
	女子と貧困 … 76
	下流中年 … 96
	綾屋 紗月
	つながりの作法 … 181
	新井 直之
	チャイルド・ブア 社会を蝕む子どもの貧困 … 83
	チャイルド・ブア 2 … 83
	新井 康友
	北東アジアにおける高齢者の生活課題と社会的孤立 … 57
	荒井 裕樹
	障害者差別を問いなおす … 148

【あ】

愛する人を失ったときあなたに起こること グリーフケアに学ぶ、深い悲しみの癒やし方	46
愛する人を亡くした方へのケア 医療・福祉 現場におけるグリーフケアの実践	48
会いたい 自死で逝った愛しいあなたへ	52
愛について、孤独について	31
愛の哲学、孤独の哲学	30
赤ちゃんの死へのまなざし 両親の体験談から 学ぶ周産期のグリーフケア	49
アカデミック・ハラスメントの解決 大学の 常識を問い直す	175
アカデミック・ハラスメントの社会学 学生 の問題経験と「領域交差」実践	175
悪意の心理学 悪口、嘘、ヘイト・スピーチ	69
「あたりまえ」からズレても ひきこもり経 験者が綴る	106
あなたが気づかないだけで神様もゲイもい つもあなたのそばにいる	144
あなたならどうする孤立死	42
あなたは「孤独」にどう向き合うのか?	13
アフターソーシャルメディア 多すぎる情報 といかに付き合うか	233
「あ〜めんどくさい!」と思った時に読むマ マ友の距離感 そうか! こう考えればよ かったんだ!	191
新たな排除にどう立ち向かうか ソーシャ ル・インクルージョンの可能性と課題	63
ある日、突然始まる後悔しないための介護 ハンドブック	156
アンダークラス 新たな下層階級の出現	72

【い】

いい人間関係ができる子に育てたい 友達作 りの能力をのばす親の工夫	194
「いいね!」戦争 兵器化するソーシャルメ ディア	234
生きられる孤独	55
生きる力がつく「孤独力」	29
いじめ・自殺 この30年で何が変わり、何が 変わらないのか	163

いじめを生む教室 子どもを守るために知っ ておきたいデータと知識	162
〈いじめ学〉の時代	162
いじめと現代社会 「暴力と憎悪」から「自 由ときずな」へ	162
いじめとは何か 教室の問題、社会の問題	162
いじめの構造	162
いじめの構造 なぜ人が怪物になるのか	161
いじめの社会理論 その生態学的秩序の生成 と解体	162
いじめは生存戦略だった!? 進化生物学で読 み解く生き物たちの不可解な行動の原理	163
1万人のホームレスに、800万戸の空家 正解 のない日本の問題	136
一家を破滅させる「孤独病」10万人の心の 病を診てきた医師が警告	4
一冊でまるわかり戦略的「地方創生」入門	221
一緒にいてもスマホ SNSとFTF	10
移動販売車がゆく 買い物弱者を支える「に こやか号」奮闘記	139
命の格差は止められるか ハーバード日本人 教授の、世界が注目する授業	32
居場所 生の回復と充溢のトボス	197
居場所づくりと社会つながり	203
居場所づくりにいま必要なこと 子ども・若 者の生きづらさに寄りそう	202
居場所づくりの原動力 子ども・若者と生き る、つくる、考える	202
居場所とスクールソーシャルワーク	202
居場所の社会学 生きづらさを越えて	197
〈居場所〉の喪失、これからの〈居場所〉成 長・競争社会とその先へ	197
居場所のちから 生きてるだけですごいんだ	202
「居場所」のない男、「時間」がない女	198
居場所のない子どもたちへ「食」と「教育」 で支える大学・地域・NPOの挑戦	90
遺品整理屋は見た! 孤独死、自殺、殺人… あなたの隣の「現実にある出来事」	39
遺品は語る 遺品整理業者が教える「独居 老人600万人」「無縁死3万人」時代に必ず やっておくべきこと	39
今を楽しむ ひとりを自由に生きる59の秘訣	27
今なら間に合う脱・貧困老後	98
今ひきこもりの君へおくる踏み出す勇気	119

編者略歴

結城 俊也 (ゆうき・としや)

23年間にわたり千葉中央メディカルセンターに勤務。現在、都内の障害者施設に勤務しながら、図書館等において医療健康講座を開催している。専門理学療法士(神経)、介護支援専門員、博士(医療福祉学)。著書に『認知症予防におすすめ図書館利用術 フレッシュ脳の保ち方』(日外アソシエーツ、2017)、『認知症予防におすすめ図書館利用術3「調べる力」で脳を活性化』(日外アソシエーツ、2019)など。共編に『リハビリのプロがすすめる 健康寿命を延ばす1000冊』(日外アソシエーツ、2018)などがある。

医療福祉のプロがすすめる 孤独・社会的孤立・つながりを考える 1000冊

2020年11月25日 第1刷発行

編 集／結城俊也

発 行 者／山下浩

発 行 行／日外アソシエーツ株式会社

〒140-0013 東京都品川区南大井6-16-16 鈴中ビル大森アネックス

電話 (03)3763-5241 (代表) FAX(03)3764-0845

URL <http://www.nichigai.co.jp/>

電算漢字処理／日外アソシエーツ株式会社

印刷・製本／株式会社平河工業社

不許複製・禁無断転載
くろ丁・乱丁本はお取り替えいたします

(中性紙三菱クレームエレガ使用)

ISBN978-4-8169-2854-3

Printed in Japan, 2020