クレオ大阪子育て館　ブックフェア

＜2026年11月＞

ひとりで抱えないケア

－家事・育児・介護を支え合う社会へ－

11月

私たちは、誰かを支えたり、誰かに支えられたりしながら暮らしています。ですが、その負担が誰かひとりに偏っていないでしょうか。ケアする人も、ケアされる人も、悩みや負担をひとりで抱え込まずにすむように。これからのケアのあり方を見直してみませんか？



書　　名	著　　者	出版社	出版年	分類	所蔵館
ケアする私の「しんどい」は、どこからくるのか	山根　純佳／著 平山　亮／著	勁草書房	2025	1-3	西
ケアするのは誰か？新しい民主主義のかたちへ	ジョアン　Ｃ．トロント／著	白澤社	2020	1-3	中央
母親になって後悔してる、といえたなら 語りはじめた日本の女性たち	高橋　歩唯／著 依田　真由美／著	新潮社	2024	1-4	西
８２年生まれ、キム・ジヨン	チョ　ナムジュ／著	筑摩書房	2018	6-1	東
どんどん仲良くなる夫婦は、家事をうまく分担している。	水谷　さるころ／著	幻冬舎	2019	8-3	南
母ではなくて、親になる	山崎　ナオコーラ／著	河出書房新社	2017	8-4	子
ぼっちママ相談室 子育ての孤独にさよなら	福田 とも花／著	WAVE出版	2025	8-9	子
「ふつう」の子育てがしんどい	石田　光規／著	晃洋書房	2023	8-9	中央
パパが育休とってみたら妻子への愛が深まった話	パパ頭／著	ＫＡＤＯＫＡＷＡ	2023	8-9	東
ケアがつなぐ連帯 シングルマザーの声が届く社会をめざして	砂脇　恵／編集	日本機関紙 出版センター	2024	9-3	南
介護離職しない！介護で仕事を辞めないための本 お金・制度・休み方がよくわかる	牛越　博文／監修	メディカル・ ケア・サービス	2026	10-2	中央
父が全裸で倒れてた。	キクチ／著	ＫＡＤＯＫＡＷＡ	2026	10-2	中央
子どもでいられなかったわたしたちへ ヤングケアラー「その後」を生きる	高岡　里衣／著	子どもの未来社	2025	10-2	東
お母さんのおむつを替えた日 ヤングケアラーの見つけ方	一ノ瀬　かおる／著	竹書房	2023	10-2	中央
「ヤングケアラー」とは誰か ～家族を“気づかう”子どもたちの孤立～	村上　靖彦／著	朝日新聞出版	2022	10-2	中央
ヤングでは終わらないヤングケアラー	仲田　海人／編著 木村　諭志／編著	クリエイツ かもがわ	2021	10-2	中央
妻たちの介護 在宅介護で孤立しないために	中村　和仁／著	新泉社	2012	10-2	中央
こんな夜更けにバナナかよ 筋ジス・鹿野靖明とボランティアたち	渡辺　一史／著	北海道新聞社	2003	10-3	中央 南
家事は大変って気づきましたか？	阿古　真理／著	亜紀書房	2022	11-1	南



クレオ大阪子育て館　情報・図書コーナー

開室時間　　平日　　10：00～21：00

土・日・祝　10：00～17：00

＊貸出中の図書は予約できます。

窓口・館内端末・インターネットでお申込ください。