

2007年12月15日発行

特集：「こころの健康」

私たちは、家庭においても、仕事をしていく上でも、ストレスのない生活は考えられなくなっています。平成14年労働者健康状況調査（厚生労働省）によれば、普段の仕事で「疲れる」とする労働者の割合は72.2％と7割を超えており、また、自分の仕事や職業生活に関して「強い不安、悩み、ストレス」がある」とする労働者は61.5％となっています。

働きやすい職場とは、どのような職場なのか？もし、自分や仲間が不調を感じたらどうすればいいのか？「こころの健康」に関して図書館で所蔵している資料から、新しいものを中心に紹介します。

『[産業人メンタルヘルス白書　２００７年版](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001347167&CTG=1&RTN=01&SID=000094949&RTNPAGE=/search.shtml)』　社会経済生産性本部メンタル・ヘルス研究所編集

　社会経済生産性本部メンタル・ヘルス研究所　2007.8

『[職場のメンタルヘルス１００のレシピ](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001379205&CTG=1&RTN=01&SID=000094952&RTNPAGE=/search.shtml)』大西守編　廣尚典編　市川佳居編　金子書房 2006.12

実際に職場でメンタルヘルス活動にかかわる際に生じる疑問を具体的に回答。職後の再雇用者やパート社員等を有効活用し、魅力的な組織を作るには。高年齢者雇用安定法改正に対応。

『[メンタルヘルス入門](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001415958&CTG=1&RTN=01&SID=000094954&RTNPAGE=/search.shtml)』　島悟著　日本経済新聞出版社 2007.4

『[ストレスマネジメント入門](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001415181&CTG=1&RTN=01&SID=000094955&RTNPAGE=/search.shtml)』　島悟著　佐藤恵美著　日本経済新聞出版社 2007.4

『[部下を持つ人のメンタルヘルスがわかる本　実務入門](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001445061&CTG=1&RTN=01&SID=000094956&RTNPAGE=/search.shtml)』　武藤清栄著

日本能率協会マネジメンントセンター　2007.8

『[会社で心を病むということ](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001439275&CTG=1&RTN=01&SID=000094957&RTNPAGE=/search.shtml)』　松葉一葉著　東洋経済新報社　2007.7

『[ひと相手の仕事はなぜ疲れるのか](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001381086&CTG=1&RTN=01&SID=000094958&RTNPAGE=/search.shtml)―感情労働の時代―』武井麻子著　大和書房　2006.12

『[メンタルヘルスと職場復帰支援ガイドブック](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001127434&CTG=1&RTN=01&SID=000095064&RTNPAGE=/search.shtml)』日本産業精神保健学会編集　中山書店　2005.4

雑誌「ＮＨＫきょうの健康」、「暮しと健康」、「毎日ライフ」

★関連するホームページ（URLは11月16日時点のものです）

「健康ネット」（財団法人　健康・体力づくり事業財団）　　　　　　<http://www.health-net.or.jp/>

「職場におけるメンタルヘルス対策・過重労働対策」（厚生労働省）

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei12/index.html>

「三島市民生部健康増進課精神保健福祉相談」　<http://www.city.mishima.shizuoka.jp/ipn002927.html>

**「パスワードを登録して、図書館を便利に使いこなしてみませんか？」**

図書館の貸出カードを持っている方は、パスワードを登録すると、パソコン･携帯電話の図書館ホームページ「貸出・予約状況照会」メニューから、「借りている資料の確認」、「貸出期間延長」、「貸出中資料のインターネット予約」、「メールアドレスの登録等」ができます。

　　パスワードは、貸出カードと身分証明書を持って、図書館窓口へお申し込みください。（ご希望の方には、行政課の棚経由でパスワード申込書をお送りしますので、記入して図書館に送ってくだされば登録します。）

レファレンス事例

「三島市内に家を建てたいが、購入しようとして

いる土地について何か調べる資料はないか？」

**「レファレンス　サービス」とは？**

司書が、あなたの調べたいことについて、資料や情報を探して紹介したり、調査法などの相談に応じるサービスです。



**＜回答＞**

地形図、空中写真で時代を追って確認することができる。

また、地元の方の話も聞いてみるように勧める。

★以下のホームページからも、地図がみられる。　（URLは12月1日時点のものです。）

* 「ウォッちず　地図閲覧サービス（試験公開）」（地形図）<http://watchizu.gsi.go.jp>

全国の2万5千分の1地形図を見ることができる。索引図、地名・公共施設、経緯度等から検索。

* 「国土変遷アーカイブ・空中写真閲覧システム」（空中写真）

<http://archive.gsi.go.jp/airphoto/>

国土地理院で保有する空中写真のデジタル化したものを順次公開。2画像を同時に

表示できるので、最近と50年前を比較して見ることができ、違いがよくわかる。

* 「航空写真画像情報所在検索・案内システム」（空中写真）

<http://airphoto.gis.go.jp/>

* 「国土地理院の主題図」（国土地理院）<http://www1.gsi.go.jp/geowww/themap/index.html>

「2万5千分の1土地条件図」など数種類の主題図が見れる。

* 「ハザードマップ」（三島市洪水避難地図）　<http://www.city.mishima.shizuoka.jp/ipn001195.html>

**《お願い》図書館では様々な地図を整理・保存しています、各課で地図を作成された際には、ぜひ図書館にお知らせください。**



**図書館は、隔月15日に、三島市職員向けにメールマガジンを発行します。**

**ご意見・ご質問は図書館本館へ。電話９８３－０８８０（内線６３８９）**

<http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/>

今月のピックアップー新着資料から

多くの人々が生活保護制度に抱いている疑問をＱ＆Ａ形式で易しく解説する。また、未受給者の生活苦による餓死・自殺が相次いでいる具体的な問題についても論述する。

格差社会が生む低所得者層の生活、年金未払い者の老後の生活などにおいて、生活保護は、これからの市民生活に深くかかわってくる。生活保護が市民に果たす役割とは？

現在、危機にさらされている生活保護の実態を明らかにし、この制度の理解と今後の再生、活用への道筋を示す。

『[格差・貧困と生活保護](http://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/cgi-bin/detail?NUM=001472587&CTG=1&RTN=01&SID=000094944&RTNPAGE=/search.shtml)　「最後のセーフティネット」の再生に向けて』

杉村宏編著　明石書店

