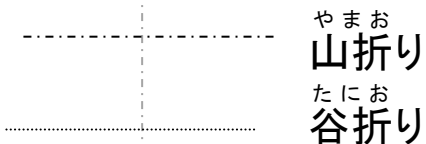


★「両面印刷、短辺を綴じる」で印刷した後、**——**線で切り、点線に沿って折ると  
 小さなパンフレットのようになります。



みやざきしりつとしょかん  
宮崎市立図書館

かいとうびょうき たいけんき  
1階闘病記・体験記  
コーナー



こころ ①●  
LibraryNAVI

・『介護されていたのは、僕だったのかもしれない』  
川田泰輔/著 経済界 2011  
(問い合わせ番号: 112963285)

とつぜんつま びょう やまい たたか ねんかん うしな  
突然妻がうつ病に。病と闘った7年間。失った  
ものばかりではなかった...共に闘い続けたある  
家族の記録です。

・『うつヌケ うつトンネルを抜けた人たち』  
田中圭一/著 KADOKAWA 2017  
(問い合わせ番号: 114001381)

・『“介護後”うつ』安藤和津/著 光文社 2018  
(問い合わせ番号: 113577720)

うつ病

・『途中下車

パニック障害になって。息子との旅と、再生の記録』  
北村森/著 河出書房新社 2012  
(問い合わせ番号: 113100564)



びんわんへんしゅうちょう しごと  
敏腕編集長として仕事を  
していた著者を突然襲った  
〈パニック障害〉。  
仕事を辞め、幼い息子  
と旅を繰り返しながら病と闘い家族の絆を再生  
していきます。

・『もう大丈夫パニック障害でもがんばれる!』  
ほりみき/著 貝谷久宣/監修 講談社 2012  
(問い合わせ番号: 113095186)

パニック障害

ご案内

かい どうびょうき たい  
1階には、闘病記・体  
験記コーナーに隣接  
して健康・医療情報  
コーナーが設置され  
ています。

どうかんさくせい  
当館作成のリーフレ  
ット「健康Life」や、  
各機関が作成してい  
るパンフレットも配布  
しています。



2020.05 作成

いぞんしょう  
依存症  
きょうはくせいしょうがい  
強迫性障害

・『三代目ギャン妻の物語』

祖父・父・夫がギャンブル依存症!』

田中紀子/著 ワタナベチヒロ/漫画 高文研 2015

(問い合わせ番号: 113339634)

・『恋から始まったビョーキ 私は強迫性障害です』

松居沙夜/著 新潮社 2016

(問い合わせ番号: 113095186)



わたし ようし みにく かれ  
私の容姿は醜い...彼が  
ほか じよせい み あいて  
他の女性を見ている...相手  
への強要や不安、それは恋  
のせいではなく病気のせい  
かもしれません。

じゅうしょうか びょう はっしょう じしょう いのち  
重症化してしまうと、うつ病を発症し自傷により命  
の危険性もあるこの病気。一つの恋から始まったこ  
びょうき たたか ちよしゃ じったいけん もと つづ  
の病気との闘いを著者が実体験を元に綴ります。

とうごうしつちょうしょう  
統合失調症

・『わが家の母はビョーキです』

中村ユキ/著 サンマーク出版 2008

(問い合わせ番号: 112799341)



ちよしゃ さい とき はは せいしんか かよ はじ  
著者が4歳の時、母が精神科に通い始めた...  
とうごうしつちょうしょう やまい りかい ぜつぼうてき  
<統合失調症>という病が理解できず、絶望的  
に。それでもはは とも とき わら な い  
数十年前をコミックエッセイにしたものです。  
だい かん かぞく きずなへん しょぞう  
第2巻「家族の絆編」も所蔵しています。

・『精神科サバイバル! 人薬に支えられて』

はたよしみ/著 解放出版社 2014

(問い合わせ番号: 113292932)



はじめに

とうびょうき たいけんき  
<闘病記・体験記コーナーについて>

びょうき しょうがい かいご どうじしゃ かぞく  
病気・障害・介護など、当事者・その家族の  
じったいけん つづ としよ あつ  
実体験が綴られた図書が集められています。

きょうかん さくひん で あ  
共感できる作品にも出会えるかもしれません。

このリーフレットでは、「こころ」に関する棚に  
なら としよ いちぶ しょうかい  
並んでいる図書を一部ご紹介します。

ほん した あおまる つ  
※本のラベルの下に●(青丸)シールが付いてい  
ます。