

Life notes Vol.10

～発達障害に関すること～

2026年2月・3月

健康・医療情報コーナー

健康・医療情報コーナーでは、健康に関する資料や闘病記を紹介しています。

日々の健康について考えるための参考としてお役立てください。



書名:『高学歴発達障害』
著者:岩波 明 出版社:文藝春秋
出版年:2025.3
請求記号:493.7/イ(1階新書コーナー)

発達障害とは、生まれながらの脳機能の偏りがみられる“疾患の総称”だそうです。本書では、著者が医師として接した幅広い年代の高学歴・高機能の発達障害の方々について取り上げています。人生で初めての挫折を経験した後に、自身の発達障害の特性を理解し周囲のサポートを受けながら“復活”する過程が、多様な36の具体例を通して記されています。

書名:『ADHD2.0』
著者:エドワード・M・ハロウェル
ジョン・J・レイティ
橘 陽子/訳 榎原 洋一/日本語版監修
出版社:ナツメ社 出版年:2023.10
請求記号:493.7/ハ(2階)

注意欠如多動症=通称 ADHD。名称こそ浸透してきたものの、よく知らない人も多いのでは。早くからADHDの研究が進められてきた米国での最新の研究をもとに、その特性を正しく理解し、パワーに変えるための科学的な方法を紹介した一冊。ADHDについて知っておきたい情報が満載です。



書名:『多動脳』
著者:アンデシュ・ハンセン 久山 葉子/訳
出版社:新潮社 出版年:2025.4
請求記号:493.7/ハ(1階新書コーナー)

世間でもよく耳にするようになったADHD。その診断数は増加し続けていて、誰でもその傾向はあると著者は言います。ADHDとは、どういう症状なのか、その特性がどのように人類に貢献してきたのかなど、ADHDのポジティブな面を知ることができる、世界的ベストセラーです。

図書館が、特定の治療法をおすすめすることはありません。また、治療法や治療方針など医療上のアドバイスはいたしません。ご自身の症状などは、医師に相談することをおすすめします。 宮崎市立図書館 0985-52-7100



他にも… 発達障害に関する本

※展示期間中は1階 健康・医療情報コーナーにあります。

□『発達障害グレーゾーンの コミュカを伸ばす本』

監修:高山 恵子 出版社:講談社
出版年:2025.6
請求記号:493.7/ハ(1階健康情報コーナー)

□『ADHDの旦那って 意外と面白いんよ』

著者:ナカモトフウフ
出版社:講談社 出版年 2022.3
請求記号:916/ナ(1階健康情報コーナー)

□『やさしい雨が降ったあと』

著者:桐生 明菜 出版:現代書林
出版年 2025.10 請求記号:378.8/キ(2階)

□『発達障害大全』

著者:黒坂 真由子 出版社:日経BP
出版年:2023.12 請求記号:493.7/ク(2階)

★読了本の☑リストとしてご利用ください。

保健所展示情報

慢性腎臓病・RDD(世界希少・難治性疾患の日)



毎月展示を行っています。お立ち寄りください。

Memo

.....

.....

.....

.....

.....