

2025年
秋

市内図書館で借りられる！ 関連書籍 あつめました

今回のテーマ「無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)」



じぶんである
っていいかんじ
--- テレサ・ソフ / 作 ---
ノア・グリー / 絵
たかい ゆとり / 訳
(エトセトラブックス)

ルーシーはトランスジェンダーのおんななのこ。
うまれたとき、みんなルーシーをおとこのこだとおもった。
だけど、おおきくなってからルーシーは「わたしはおんなのこだよ」ってみんなにおしえてあげた。おとこのこ、おんなのこ。どちらでもあるこ、どちらでもないこ。きみはきみとしていきていけばいいんだよ。

「思い込みがない」こそ、一番の思い込み。夫婦の役割、働き方、恋愛、結婚。老後生活など、人を縛る「アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)」から解放されたて、豊かな人間関係を築くための生き方を指南する。



思い込みにとらわれない生き方
--- 坂東眞理子 / 作 ---
(ポプラ社)



今日から「バツサリ」
明日からスッキリ!
--- 和田 秀樹 / 作 ---
(G.B.)

しがらみ、勝手な思い込み、広く浅い友情など、今までの考え方や習慣をバツサリ捨てることによって、あなたの人生がよいようになりそうな話を集めました。
新しい自分になれる一冊。

まだまだあります！関連書籍の一覧はこちら！



自分の思い込みを見つめ
直してみませんか？

図書館で借りられる「無意識の思い込み
(アンコンシャス・バイアス)」の関連書籍
をあつめました！ (内容紹介出典：TRC MARC)



所蔵	書名	著者	出版社 (出版年)	内容
本館 北部 西部 東初富	あいにくあんたのためじゃない (一般書)	柚木 麻子	新潮社 (2024)	差別、偏見、思い込み…。他人に貼られたラベルはもういらない、自分で自分を取り返せ！この世を生き抜く勇気が湧く、最高最強のエンパワーメント短篇集。『小説新潮』等掲載を加筆修正。
本館	男の戸籍をください (一般書)	虎井 まさ衛	毎日新聞 社 (2003)	女として生まれ、法的に男となるまでの長い道―。「3年B組金八先生」に登場した性同一性障害の生徒「鶴本直」のモデルが綴る、法と偏見の壁との戦い。「戸籍上の性別訂正」に関する闘争を語る。
東初富	思い込みにとらわれない生き方 (一般書)	坂東 眞理子	ポプラ社 (2023)	「思い込みがない」こそ、一番の思い込み。夫婦の役割、働き方、恋愛、結婚。老後生活など、人を縛る「アンコンシャス・バイアス (無意識の思い込み)」から解放たれて、豊かな人間関係を築くための生き方を指南する。
西部	99%はバイアス (一般書)	ひろゆき	ダイヤモンド 社 (2022)	人は、思い込み (=バイアス) でできている。ひろゆきブームの裏側にあったテクニックを赤裸々に語りながら、人に影響されるだけではなく、人に影響を与えられる生き方を提案する。
本館	今日から「バツサリ」明日からス ッキリ！自分を変えたいあなた へ、50のおいしい話 (一般書)	和田 秀樹	G.B. (2005)	しがらみ、勝手な思い込み、広く浅い友情など、今までの考え方や習慣をバツサリ捨てることによって、あなたの人生がいきなりそうな話を集めました。新しい自分になれる一冊。
本館	なぜあなたは自分の「偏見」に気 づけないのか 逃れられないバイ アスとの「共存」のために (一般書)	ハワード・ J・ロス 御船由美子/ 訳	原書房 (2021)	自分は偏っていないと思えば思うほど、自分の偏向が見えなくなり自覚がなくなる。誰もが持つ「防御反応」であるバイアス。様々な偏見や思い込みからフラットになるために、興味深い実例とデータをあげわかりやすく解説する。
東初富	Dear GIRLS 自分らしく生きてい くための28の言葉 (一般書)	朝日新聞 Dear Girls 取材班	朝日新聞 出版 (2019)	お寿司と指輪は自分で買おう。女の子も仮面ライダーになっていいんだよ。「女だから」「男だから」にサヨナラ。阿川佐和子、夏木マリら、自分らしく生きる28人の言葉を紹介する。『朝日新聞』掲載を書籍化。
東部	認知バイアス大全 「脳のクセ」に気づけば、見かた が変わる (一般書)	川合 伸幸/ 監修	ナツメ社 (2022)	自分は合理的、他人は感情的。その思い込みはバイアスです！他人との関係や職場などで気をつけるべき認知バイアスと、その対処法を紹介。心理学や認知科学、行動経済学の実証的研究にもとづいて、わかりやすい例で解説する。
本館	それって決めつけじゃない!?アン コンシャス・バイアス1巻～3巻 (児童書)	北村 英哉/監 修 松島 恵利 子/文のはら あこ/マンガ・ イラスト	汐文社 (2024)	男子は虫が好きに決まってる、動物が苦手な人は冷たい…。アンコンシャス・バイアス (無意識の決めつけや思い込み) の問題点は、決めつけをされた人がつらい思いをしたり、決めつけをした人がだれかをきずつけていることに気づかないこと。身近な場面を通じて、どうすれば気づけるのかななどを説明します。
本館 東部 西部	あのときすきになったよ (児童 書)	薫 くみこ /さく 飯野 和好/え	教育画劇 (1998)	あの子となんで仲良くなったんだっけ？ちっとも好きじゃなかったのに、好きになったのはなんでかなあ…。偏見で「きらい」と思っていたクラスメートの内側に触れ、くもりのない目で「すき」になるまでの少女たちの心の交信。
南部	こどもバイアス事典「思い込み」 「決めつけ」「先入観」に気づけ る本 (児童書)	犬飼 佳吾/監 修 バウンド/ 著	カンゼン (2022)	バイアスとは、誰 (だれ) もがしてしまうおかしい思考や合理的ではない行動をする原因 (げんいん) となるもの。バイアスと上手に付き合っていくるように、イラストや写真を交えながら、いろいろなバイアスを紹介 (しょうかい) します。自分で考えるための問いものっています。
西部	じぶんであるっていいかんじ きみとジェンダーについての本 (児童書)	テレサ・ソー ン/作 ノア・ グリニ/絵 たかい ゆと り/訳	エトセト ラブック ス (2024)	ルーシーはトランスジェンダーのおんなのこ。うまれたとき、みんなルーシーをおとこのこだとおもった。だけど、おおきくなってからルーシーは「わたしはおんなのこだよ」ってみんなにおしえてあげた。おとこのこ、おんなのこ。どちらでもあるこ、どちらでもないこ。きみはきみとしていきっていけばいいんだよ。

みんなでいこう
図書館！



今後の参考とするため
アンケートにご協力ください。
お待ちしております！

鎌ケ谷市男女共同参画推進センター

鎌ケ谷市富岡1-1-3 ショッピングプラザ鎌ケ谷3階

TEL: 047 (401) 0891

FAX: 047 (401) 0892

開所時間: 午前9時～午後10時 (施設休所日を除く)

※月～金曜日の午後4時以降および土・日・祝日は職員不在



センター
ホームページ

最新の貸し出し状況は、
図書館ホームページを
ご活用ください