

	タイトル	著者	出版社
1	キャンパスライフ サポートブック:こころ・からだ・くらし	香月菜々子、古田雅明	ミネルヴァ書房
2	学生相談ハンドブック 新訂版	日本学生相談学会	学苑社
3	こころが晴れるノート うつと不安の認知療法自習帳	大野裕	創元社
4	図解 マインドフルネス 瞑想がよくわかる本	有光 興記	講談社
5	図解 自分の気持ちをきちんと<伝える>技術 人間関係がラクになる 自己カウンセリングのすすめ	平木典子	PHP研究所
6	「他人の目」が気になる人へ 自分らしくのびのび生きるヒント	水島広子	光文社知恵の森文庫
7	自律神経にいいこと超大全	小林弘幸	宝島社
8	毎日がうまくいく朝のスイッチ	大嶋信頼	あさ出版
9	「気がつきすぎて疲れる」が驚くほどなくなる 「織細さん」の本 「織細さん」の本	武田友紀	飛鳥新社
10	それでいい。自分を認めてラクになる対人関係入門	水島広子	創元社
11	母がしんどい	田房永子	KADOKAWA
12	ザ・ベスト にんげんだもの 道	相田みつを	角川書店
13	スヌーピーのもっと気楽に(1) なるようになるさ	河合隼雄、谷川俊太郎	朝日新聞出版
14	1日1話、読めば心が熱くなる365人の仕事の教科書	稲盛和夫監修	致知出版社
15	「しなくていいこと」を決めると、人生が一気にラクになる	本田秀夫	ダイヤモンド社
16	新版 入門 うつ病のことがよくわかる本	野村 総一郎	講談社
17	新版 適応障害のことがよくわかる本	貝谷久宣	講談社
18	マンガでわかるLGBTQ+	パレットーク	講談社
19	思わず考えちゃう	ヨシタケシンスケ	新潮社
20	このあと どうしちゃう	ヨシタケシンスケ	ブロンズ新社
21	つい、「気にしすぎ」てしまう人へ: こころの荷物をそっと降ろす本	水島広子	三笠書房
22	最新図解大人の発達障害サポートブック	小野和哉	ナツメ社
23	過食症サバイバルキット	ウルリケ・シュミット ジャネット・トレジャー	金剛出版
24	過食は治る	クリストファーG・ファー バン	金剛出版