



# 「やめたくてもやめられない 依存症ってどんな病気？」 に関する資料リスト

連携展示 2024. 5. 15. 岡山県立図書館 自然科学・産業資料部門

※ リストはテーマに関連する本の一部です。

書名	著者名	出版者	出版年	請求記号	資料番号
<b>依存症を知る</b>					
精神の病気依存症編 スマホ、ギャンブル、アルコールなど、依存症がよくわかる		ニュートンプレス	2021.1	493.7/セ121/	0015432693
よくわかる依存症 ゲーム、ネット、ギャンブル、薬物、アルコール	榎本 稔／著	主婦の友社	2020.6	493.74/エ120/	0015358732
依存症 家族を支えるQ&A	西川 京子／著	解放出版者	2018.4	493.74/ニシ18	0014413132
図解短時間でしっかりわかる依存症の話	大石 雅之／著	日本文芸社	2023.8	493.743/オオ23/	0016517690
あなたもきっと依存症 「快と不安」の病	原田 隆之／著	文藝春秋	2021.3	493.743/ハラ21/	0015760291
アディクション・サイコロジー 依存・嗜癖問題からみた人間の本質	廣中 直行／著	誠信書房	2023.3	493.743/ヒロ23/	0016314213
依存症と人類 われわれはアルコール・薬物と共存できるのか	カール・エリック・フィッシャー／[著]	みすず書房	2023.4	493.743/ワイ23/	0016327173
依存症がわかる本 防ぐ、回復を促すためにできること	松本 俊彦／監修	講談社	2021.6	493.743/マツ21/	0015866403
<b>アルコール依存</b>					
市民のためのお酒とアルコール依存症を理解するためのガイドライン	長 徹二／著	慧文社	2018.2	493.156/チヨ18/	0014257992
ウルトラ図解アルコール依存・薬物依存 病気を理解して、正しい治療につなげる	樋口 進／監修	法研	2024.2	493.156/ヒク24/	0016635534
自閉症スペクトラム障害とアルコール 依存の始まりから回復まで	マシュー・ティンズリー／著	明石書店	2022.9	493.76/テイ22/	0016479149
お酒の「困った」を解消する最強の飲み方 栄養療法医が初めて明かす	溝口 徹／著	青春出版社	2021.10	498.3/ミソ21/	0015926942
<b>ギャンブル依存</b>					
ギャンブル依存 日本人はなぜ、その沼にはまり込むのか	染谷 一／著	平凡社	2023.7	493.743/ソメ23/	0016515413
家族のためのギャンブル問題完全対応マニュアル	田中 紀子／著	ASK	2021.7	493.743/タナ21/	0015453418
ウルトラ図解ギャンブル依存 病気を正しく理解して、?や借金の繰り返しをストップ	樋口 進／監修	法研	2023.11	493.743/ヒク24/	0016621781
誤解だらけの「ギャンブル依存症」 当事者に向き合う支援のすすめ	ワンデーポート／編	彩流社	2022.6	493.743/ワン22/	0016118754

※ リストはテーマに関連する本の一部です。

書名	著者名	出版者	出版年	請求記号	資料番号
<b>スマホ依存</b>					
デジタル依存症の罠 ネット社会にどう対応するか	香山 リカ／著	さくら舎	2022.5	007.3/カヤ22/	0015497324
スマホ・デトックスの時代 「金魚」をすくうデジタル文明論	ブリュノ・パティノ／著	白水社	2022.10	007.3/ハテ22/	0016391823
図解脳に悪い12の習慣 スマホ依存で低下した脳機能も劇的にアップ!	林 成之／著	幻冬舎	2022.5	491.371/ハヤ22/	0016103277
アルコール・薬物依存症を一から見直す 科学的根拠に基づく依存症の理解と支援	ウィリアム・R.ミラー／編著	誠信書房	2020.4	493.156/ミラ20/	0015282486
スマホ依存から脳を守る	中山 秀紀／著	朝日新聞出版	2020.2	493.74/ナカ20/	0015187206
スマホ依存が脳を傷つける デジタルドラッグの罠	川島 隆太／著	宝島社	2023.4	493.743/カワ23/	0016325516
スマホ断ち 30日でスマホ依存から抜け出す方法	キャサリン・プライス／[著]	KADOKAWA	2024.1	493.743/ワラ24/	0016613507
<b>ゲーム依存</b>					
ゲーム依存から子どもを取り戻す	佐野 英誠／著	育鵬社	2021.8	371.42/サノ21/	0015884570
心が壊れる「ゲーム依存」からどう立ち直るのか	樋口 進／監修	ミネルヴァ書房	2023.12	493.937/ヒク23/	0016610370
子どものネット・ゲーム依存問題解決ガイド 専門家が親に教える	森山 沙耶／著	Gakken	2023.8	493.937/モリ23/	0016519621
<b>脳と依存症</b>					
図解脳に悪い12の習慣 スマホ依存で低下した脳機能も劇的にアップ!	林 成之／著	幻冬舎	2022.5	491.371/ハヤ22/	0016103277
依存脳 依存症克服のための脳的アプローチ	篠浦 伸禎／著	かざひの文庫	2022.11	493.743/シノ22/	0016419988
ドーパミン中毒	アンナ・レンブケ／著	新潮社	2022.10	493.743/レン22/	0016392508
<b>依存症から抜け出すために</b>					
あなたの苦しみを誰も知らない ト라우マと依存症からのリカバリーガイド	クラウディア・ブラック／著	金剛出版	2021.3	146.8/ワラ21/	0015745896
薬物依存問題のある人の家族支援	安高 真弓／著	明石書店	2021.2	368.81/アタ22/	0016010837
しくじらない飲み方 酒に逃げずに生きるには	斉藤 章佳／著	集英社	2020.3	493.156/サイ20/	0015202914
「やめられない」を「やめる」本 脱・依存脳	山下 あきこ／著	小学館	2024.1	493.743/ヤマ24/	0016631350
最近、飲みすぎてるなと思っている人のためのお酒の減らし方	成瀬 暢也／監修	ナツメ社	2022.12	498.32/ナル23/	0015520810
減酒セラピー あなたの時間と元気を取り戻す	吉本 尚／著	すばる舎	2024.2	498.32/ヨシ24/	0016636995

☆お探しの資料が見つからない時は、カウンターでおたずねください。自然科学班