

男性も
女性も

楽しく
家事しよう！



福島県男女共生センター3F図書室 2026年8月特集

請求記号	書名	著者など	出版社	出版年
1101 コ	お母さんは忙しくなるばかり	ルース・シュウォーツ・コーワン // 著	法政大学出版局	2010
1101 ヘ	ドイツの女性はヒールを履かない	サンドラ・ヘフェリン // 著	自由国民社	2023
1102 ツ	今日も妻のくつ下は、片方ない。	劔樹人 // 著	双葉社	2017
2202 ク	「家事の値段」とは何か	久場嬉子 // 著	岩波書店	1999
3101 ア	今さら聞けない結婚の超基本	朝日新聞出版 // 編著	朝日新聞出版	2025
3201 ミ	家族全員自分で動く チーム家事	三木智有 // 著	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2024
3201 ア	家事は大変って気づきましたか？	阿古真理 // 著	亜紀書房	2022
3202 ア	ふたりで家事を	尼川 洋子 // 著	創元社	1992
3202 ノ	夫が知らない家事リスト	野々村友紀子 // 著	双葉社	2019
3205 ミ	パパがつくる産前産後のおいしいごはん	みらいたべる // 著	文化出版局	2012
3206 ア	子育てママの「自分時間」の作り方	あらかわ菜美 // 著	PHP研究所	2000
3206 ア	忙しいパパのための子育てハッピーアドバイス	明橋 大二 // 著 太田 知子 // 画	1万年堂出版	2007
3206 オ	パパのネタ帖 子どもとの時間が濃ゆ〜くなる！	おおた としまさ // 著	赤ちゃんともママ社	2009
3206 カ	新米パパに読ませたいふたりでする子育て	金盛浦子 // 著	三天書房	2000
3206 キ	お父さんの子育て日記	ジョー キタ // 著	PHP研究所	2002
3206 ク	俺だって子供だ！	宮藤官九郎 // 著	文藝春秋	2008
3206 ス	パパだからできる！	鈴木光司 // 著	新潮社	2008
3206 タ	パパがアホでも、子は育つ	鷹村アツシ // 著	長崎出版	2004
3206 タ	子どもを伸ばすお手伝い	辰巳 渚 // 著	岩崎書店	2006
3206 ヒ	ポストイクメンの男性育児	平野翔大 // 著	中央公論新社	2023
3206 フ	新しいパパの教科書	ファザーリング・ジャパン // 著	学研教育出版	2013
3206 ホ	ツレはパパ1年生	細川貂々 // 著	朝日新聞出版	2009
3206 ホ	ツレはパパ2年生	細川貂々 // 著	朝日新聞出版	2009

請求記号	書名	著者など	出版社	出版年
3206 ホ	ツレはパパ3年生	細川貂々 // 著	朝日新聞出版	2010
3206 ホ	パパ離乳食はじめます。	本田よう一 // 著	女子栄養大学出版部	2019
3206 ミ	おとうさんはウルトラマン／おとうさんの育自書	宮西 達也 // 著	学習研究社	2005
3206 ヨ	ヨチヨチ父 とまどう日々	ヨシタケシンスケ // 著	赤ちゃん和妈妈社	2017
3208 ミ	正しいパンツのたたみ方 新しい家庭科勉強法	南野忠晴 // 著	岩波書店	2011
4201 ア	料理は女の義務ですか	阿古真理 // 著	新潮社	2017
4201 ア	「自分の時間」生み出し作戦	あらかわ菜美 // 著	大和出版	2004
4201 オ	おとなのためのもちど家庭科	エイムック	エイ出版社	2003
4201 ク	小さな思いつき集	暮らしの手帖編集部 // 編	暮らしの手帖社	2023
4201 ウ	やってもやっても終わらない名もなき家事に名前をつけたらその多さに 驚いた。	梅田悟司 // 著	サンマーク出版	2019
4201 ウ	はたらくママの必ず片づく魔法の4ステップ	デビー ウィリアムズ // 著	オークラ出版	2004
4201 オ	男には男の家事がある	沖 しげる // 著	プレジデント社	2002
4201 サ	家事のワンオペ脱出術	佐光紀子 // 著	エクスナレッジ	2019
4201 サ	「家事のしすぎ」が日本を滅ぼす	佐光紀子 // 著	光文社	2017
4201 ダ	男子家事	阿部絢子 // 監修	マガジンハウス	2013
4201 ナ	お金・仕事・家事の不安がなくなる共働き夫婦 最強の教科書	内藤真弓 // 著	東洋経済新報社	2021
4201 ニ	子どもと一緒に身につける！ラクして時短の「そうじワザ」76	新津春子 // 著	小学館	2017
4201 ハ	脱完璧主義！手抜き家事のススメ	はっぴーママ. com // 編	青春出版社	2003
4201 マ	マキ流 やめていい家事	マキ // 著	宝島社	2018
4201 モ	家事する男の作り方	百世 瑛衣乎 // 著	出版文化社	2002
4201 リ	明日の私を助ける家事貯金	lelf河内智美 // 著	KADOKAWA	2018
4203 ア	家事革命 手間をかけずにキレイに暮らす	阿部絢子 // 著	講談社	2005
4203 タ	ママと子どもに作ってあげたいパパごはん	滝村雅晴 // 著	マガジンハウス	2010
4203 デ	できる男は家事も上手い！	中高年の暮らし向上委員会 // 編	旬報社	1999
6102 カ	おしゃべりな部屋	川村元気 // 著 近藤麻理恵 // 著	中央公論新社	2022
6108 サ	おりょうりとうさん	さとう わきこ // 著	フレーベル館	1976
6108 ブ	おむかえパパ	ナディーヌ・フランコム // 文 オレリー・ギユレ // 絵	主婦の友社	2017

※ほかにも多数ございますので、ぜひご利用ください。

(図書リスト②)

