



2026年8-9月のピックアップ図書「カラダとの付き合い方」

私たちの周りにあふれているダイエットや美容、健康の情報。
SNSや世間の声、誰かが決めた基準から少し離れて、自分のカラダで心地よく過ごすための本を集めました。

エル・ソーラ仙台の図書資料は、男女共同参画をキーワードに独自の分類で配架されています。

記号の末尾に「3. 1 1」「Y J」とあるものは、分類に関わらず「3. 1 1」「Y Jコーナー」にあります。

読みたい本が見つからないとき、探したい本や調べたいことがあるときは、お気軽に職員にお声掛けください。



青土社 // 発行

タイトル	著者名	出版社	分類記号
現代思想 ルッキズムを考える	青土社//発行	青土社	A1
ダイエットはやめた	パク イスル//著	明石書店	A1
わたしの体に呪いをかけるな	リンディ ウェスト//著	双葉社	A1
脱コルセット:到来した想像	イ ミンギョン//著	タパブックス	A3
美とミソジニー	シーラ ジェフリーズ//著	慶應義塾大学出版会	A3
可愛い戦争から離脱します	整形アイドル轟ちゃん//著	幻冬舎	D1/1
コンプレックスをひっくり返す	吉野 なお//著	旬報社	D1/1
だれかになりたいんじゃないくて、わたしを好きになりたい	船山 葵//著	WAVE出版	D1/1
美容は自尊心の筋トレ	長田 杏奈//著	P ヴァイン	D1/1
見た目が気になる	河出書房新社//編	河出書房新社	D1/1
私の身体を生きる	文藝春秋//発行	文藝春秋	D1/1
ダイエット依存症	水島 広子//著	講談社	D2/1
ダイエット幻想	磯野 真穂//著	筑摩書房	D2/3
食べるの怖いな	シオリーヌ//原案	ハガツサ	D2/3
太れば世界が終わると思った	キム アンジェラ//著	扶桑社	D2/3
「わたしはわたし」で生きていく。	バービー//著	PHP研究所	F1/2
そのカワイイは誰のため？	前川 裕奈//著	イカロス出版	F1/2
ルッキズムってなんだろう？	西倉 実季//著	平凡社	I1 /YJ
電車の窓に映った自分が死んだ父に見えた日、スキンケアははじめました。	伊藤 聡//著	平凡社	M3

仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台

