



横浜市職員採用予定の皆さんにお薦めする本～ヒューマンスキルを高める～

令和7年 11 月 5 日 横浜市中心図書館調査資料課 発行

☀ 職場でのコミュニケーション



『自分も相手も尊重し、心理的安全性を高めるアサーティブ・コミュニケーション(これからの教養シリーズ)』

森田汐生／監修 ナツメ社 2024 年 ¥1,500 (本体価格)

ISBN: 978-4-8163-7592-7

言いたいけど我慢した経験はありませんか？ 言ってしまった後、後悔したことは？ もしそれが癖になっているなら、アサーティブなコミュニケーションが取れていないのかもしれない。相手も自分も大事にするのがアサーティブ。我慢するでも押しつけるでも当てつけるでもないちょうどいいコミュニケーションが身につきます。

『部下も上司も動かす武器としての伝え方』

吉田幸弘／著 自由国民社 2023 年 ¥1,600 (本体価格)

ISBN: 978-4-426-12902-6

伝える側はすべて伝えたいが、聞く側は短くすませてほしいと思うもの。それは市民対応の現場で発生し、対処に悩むもの。では、どうするか。この本では、「不要情報を思い切って捨て、シンプルに絞り込むこと」と述べられています。それ以外にも傾聴力の鍛錬、間の活用法、質問術など、伝えるための手立てが多数取り上げられていますので、まずはひとつ取り組んでみませんか。

『仕事で悩まない人の相談力』

船見敏子／著 WAVE出版 2023 年 ¥1,500 (本体価格)

ISBN: 978-4-86621-468-9

仕事に大事なハウ・レン・ソウ。報告、連絡はできるけれど相談ってどうしたらいいかわからない。実は相談にもコツがあるのです。声のかけ方に悩むこともあるでしょう。そんな時にどうやって声をかけたらいいか、どんな準備が必要かを教えてください。巻末の相談フレーズ集は言葉選びの見本集。相談に行く前に少し覗いてください。

『知っておけば怖くないファシリテーション超入門』

竹本記子／監修 メイツユニバーサルコンテンツ 2023 年

¥1,380(本体価格) ISBN:978-4-7804-2722-6

初めてファシリテーターを任されて、「合意形成ってどう進めればいいの？」と不安を感じている方もいるでしょう。この本では、「少々カッコ悪くても、まずやってみる。」という考えのもと、ファシリテーションの基本的なマインドと方法が紹介されています。著者が会議の前に必ず作っているという「会議準備シート」のフォーマットや、ホワイトボードなどのツールの使い方など、実践的な内容も知ることができます。

☀ 市民・外部とのコミュニケーション



【こんな本もあります！】

『学生のための社会人入門 テキスト&ワークで身につく 人、社会・仕事、異文化との関わりを学ぶ』 柴岡信一郎／監著 渋井二三男／〔ほか〕共著
技術評論社 2024年 ¥1,800(本体価格) ISBN:978-4-2971-4087-8

『やさしい・かんたん話し方 基本のキホン』

日本能率協会マネジメントセンター／編 日本能率協会マネジメントセンター 2023年

¥1,350(本体価格) ISBN: 978-4-8005-9124-1

敬語や伝え方の基本を紹介した本です。話し方に気を遣うことで、市民・お客様からの印象が大きく変わります。間違いやすい敬語の例や、気持ちが伝わりやすい謝罪・感謝の言葉など、様々なポイントについて、OK 表現と NG 表現が紹介されています。また、仕事を上手に進める話し方のテクニックも知ることができます。

『一発OK！誰もが納得！公務員の伝わる文章教室』

工藤勝己／著 学陽書房 2021年 ¥1,800(本体価格)

ISBN:978-4-313-15124-6

不快感がなく、文字だけで正確な情報を端的に伝えるためにはどうしたらよいのでしょうか。著者はメールコミュニケーションの専門家。書き方のポイントからメール対応の効率化まで幅広く簡潔に解説しています。ビジネスメールの特徴を理解しながら、コツを学んでいきましょう。

☀ 自己理解を深める！



【こんな本もあります！】

『キャリアデザインの教科書 新版』 西本万映子／編著 労働調査会 2022年 ¥1,800(本体価格) ISBN:978-4-8631-9891-3

『自己啓発の教科書』 アン・カタリーナ・シャフナー／著 大島聡子／訳
日経ナショナルジオグラフィック社 日経 BP マーケティング 2022年
¥2,000(本体価格) ISBN:978-4-8631-3527-7

自己啓発の核になるような考え方やその歴史的背景について、10章にわけて紹介しています。様々な人物の著作や作品に触れられているので、気になる著作・作品を見つけることもできます。自分に合った自己啓発のヒントを見つけるきっかけとなる一冊です。

『入社1年目の仕事学』 吉田寿／著 経団連出版 2024年 ¥1,600
(本体価格) ISBN:978-4-8185-1955-8

仕事や職場の多様化が進む現代でも、入社1年目に身につけたい「仕事の基本」はそう大きくは変わりません。仕事に対する姿勢や職場での振る舞い、キャリア開発、ライフデザインなど厳選40項目をピックアップして解説しています。社会人としての第一歩、まずは心構えを知るところから始めてみるのはいかがでしょうか。

横浜国立図書館は、横浜市内に住んでいる方、または通勤、通学している方なら、どなたでも無料で資料を借りることができます。また、中央図書館ではみなさまの調査研究・問題解決のお手伝いもしています。お気軽に各階カウンター・電話・電子申請にてお問い合わせください。

市立図書館ホームページ

(<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kyodo-manabi/library/>)

電話 045(262)0050

明日をひらく都市

OPEN X PIONEER
YOKOHAMA

☆横浜国立図書館を
ご利用ください☆



【庁内情報拠点化事業のご案内】中央図書館では、横浜市職員の皆様を対象に、業務で必要な資料の貸出や調べもののお手伝いを行っています。入庁後、ぜひご利用ください。