

「十年の 汗を道後の 温泉に洗へ」 - 正岡子規-

このたび本県ならびに西日本を中心とした「平成30年7月豪雨」により、亡くなられた方々のご冥福をお祈り申し上げますとともに、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。また、被災地等におきまして、救援や復興支援などの活動に尽力されている方々に深く敬意を表しますとともに、皆さまの安全と一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

※2階・図書コーナーでは、お一人様3冊・2週間、貸出しをしています！

### 8月のオススメ新着図書 (8冊) 2頁へ 続く

心理学者・脳科学者が子育てでしていること、していないこと

杉山崇 著



#### 成功する子に育てるコツ!?

最新の心理学&脳神経科学を背景として、親が毎日の子育てに活かせるスキルを64の項目にまとめています。

特に「人間らしい脳に育つ臨界期」といわれる2歳までに、親がすべきこと/してはいけないことを

具体的に記述しています。

心や脳の専門家は、子育てにムダに悩まない!! 0~6歳の子どもを持つ親なら知りたい情報が満載です。ぜひ、一読してみてください。

医者が教える食事術 最強の教科書

牧田善二 著



#### 医学的に正しい食べ方68

20万人を超える臨床経験を持ち、最新の医療データや医学論文に詳しい医学博士の著者が、今の医学で本当に正しいと言える食事法をまとめた1冊です。「血糖値」のコントロール法、肥満・老化・病気がなぜ起こるのかというメカニズムの解説をしながら、「どうすればいいのか?」についての68の具体策をまとめています。健康格差社会を生き抜き、仕事・人生のパフォーマンスを最大化するために、ご一読ください。

「血糖値」のコントロール法、肥満・老化・病気がなぜ起こるのかというメカニズムの解説をしながら、「どうすればいいのか?」についての68の具体策をまとめています。健康格差社会を生き抜き、仕事・人生のパフォーマンスを最大化するために、ご一読ください。

女性のための損をしない離婚の本  
石原豊昭 著 / 國部徹 補訂

#### 家事事件手続法に対応!



離婚のしくみと手続きを、ストーリー形式でやさしく解説しています。離婚でどんな問題が起きるか、協議離婚の仕方と問題点、離婚で子供の問題はどうするか、慰謝料・財産分与の請求、調停離婚の仕方と問題点、裁判による離婚の仕方と手続き、離婚後に起こる問題と解決法、今後を生きるために…など。

離婚するかしないかを決断するヒントが書かれています。

看る力

阿川佐和子/大塚宣夫 著



#### アガワ流介護入門

作家、インタビュアーとして活躍しながら、三年前に父を看取り、今は認知症の母の世話をする介護経験豊富な阿川さん。1万人以上のお年寄りと向き合い、6千人以上の最期を看てきた高齢者医療の第一人者、大塚医師。

二人が語る親&伴侶の正しい介護法、理想的な老後の生活術を語り合った一冊です。「介護は長期戦と心得よ」「イライラしたら笑っちゃおう」など、阿川さんの体験的介護法は、説得力があります。

## 笑顔のママと僕と息子の973日間

清水健 著



### 今日も奮闘中

乳がんで亡くなった妻・奈緒さん(享年29)と、そのとき生後112日だった息子を描いた大ベストセラー「112日間のママ」に続く「想い」の書。関西の人気キャスターであった「シミケン」。シングルファーザーとなった今、息子に「ママは？」と聞かれたら、僕は何から伝えようか……。シミケンの葛藤と退社を決断し前を向いて歩き始めるまでの973日間を描いた物語です。ぜひ、「112日間のママ」とあわせて一読してみてください。

## 時は待ってくれない

小田和正 著



### 時はきっと待ってくれる 夢を求めつづける人に

今を生きる人、そして100年後の人にも伝えたいという願いをこめたNHKBS「100年インタビュー」で大反響のあった小田和正さんの放送を書籍化したものです。

大ヒット曲「さよなら」「ラブ・ストーリーは突然に」誕生秘話、人生観を変えた交通事故、伝説のコンサート…「うまくいったなと思うことは、全部、つらい思いをしたあとだった」70歳の節目に語られた小田さんの素顔と音楽への思いが詰まった1冊です。

## 骨を吊る

宇佐美まこと 著



### 松山在住の作家の作品！

著者の宇佐美さんは7月13日のコムズ主催の講演会で「最後の1行を読んで、その残響を楽しんでいただきたい。」と語られました。「骨格標本が発掘された」という新聞記事から、30年前、小学生だった男女5人の記憶・人生が、震え始めます。2017年の日本推理作家協会賞作家(受賞作品「患者の毒」)による新境地ミステリーをどうぞお楽しみください。

## オトナ女子のお金の貯め方増やし方BOOK

大竹のり子 著



### お金の「知らなきゃ損」

私達にとって切っても切り離せないお金。「たくさん持っていれば幸せというわけではなく、人生を豊かにするためのお金の使い方が大切」というファイナンシャルプランナーの大竹のり子さん。保険、結婚、子育て、マイホームなど、何から何まで網羅されている本書。これを読んで、お金の考え方を変えてみませんか？女性だけでなく、男性にも読んでもらいたい一冊です。

★ コムズの図書コーナーでは、★ 19の分野に分けて配架しています ★

女性学関連	女性史	教育・子育て	家族・家庭	結婚・離婚
こころ	からだ・健康	セクシュアリティ	セクハラ・暴力	
法律関連	仕事	高齢社会・福祉	男性関連	生き方
自伝・評伝	エッセイ・文学	絵本	資料	その他





## 8月の新着図書（全23冊）



図書管理番号	書名	著者	分類
7285	問題だらけの女性たち	ジャッキー・フレミング(著) 松田青子(訳)	女性学関連
7286	子どもの脳を傷つける親たち	友田明美	教育・子育て
7287	心理学者・脳科学者が子育てでしていること、 していないこと <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	杉山崇	
7288	なぜか、いつも夫は他人ゴト。	ザビエル	家族・家庭
7289	かかると面倒くさい人	榎本博明	こころ
7290	医者が教える食事術 最強の教科書 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	牧田善二	からだ・健康
7291	女性のための損をしない離婚の本(第5版) <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	石原豊昭(著) 國部徹(補訂)	法律
7292	JALの心づかい	上阪徹	仕事
7293	働き方 完全無双	ひろゆき	
7294	夫の後始末	曾野綾子	高齢社会・福祉
7295	見る力 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	阿川佐和子 大塚宣夫	
7296	笑顔のママと僕と息子の973日間 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	清水健	男性関連
7297	男が働かない、いいじゃないか！	田中俊之	
7298	時は待ってくれない <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	小田和正	生き方
7299	人生はおもしろがった人の勝ち	萩本欽一	
7300	骨を叩く <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	宇佐美まこと	エッセイ・文学
7301	ウドウロク	有働由美子	
7302	だるまちゃんとてんぐちゃん	加古里子	絵本
7303	おいしそうなしろくま	柴田ケイコ	
7304	狭くても忙しくてもお金がなくてもできる ていねいな ひとり暮らし	shoko	その他
7305	オトナ女子のお金の貯め方増やし方BOOK <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	大竹のり子	
7306	女性のためのお金と正しく付き合う7つの授業	大竹のり子(監修)	
7307	はかれないものをはかるひと	ハタノエリ 工藤あゆみ	

# コムズ2階 情報ひろば 利用案内

## 図書コーナー

- 図書の貸出 (無料)  
貸出期間…2週間  
貸出冊数…3冊まで

- 閱 覧  
情報広場にある図書・  
資料新聞は自由に  
閲覧できます

\* 貸出にはカードが必要です。

住所が確認できる身分証明書  
(免許証・健康保険証など)を  
ご持参のうえ、2階受付カウンターにて  
お申し込みください。



- お探しの本がない時は…  
お探しの本が貸出中の場合  
予約することができます  
お気軽にお申し出ください

## パソコンコーナー

インターネットを利用した  
情報収集を支援するため  
パソコンを4台設置しています

### ★パソコンの利用 (有料)




1 時間 100円  
印刷 片面10円  
(A4のみ・白黒)



## 図書&パソコンコーナー 8月カレンダー

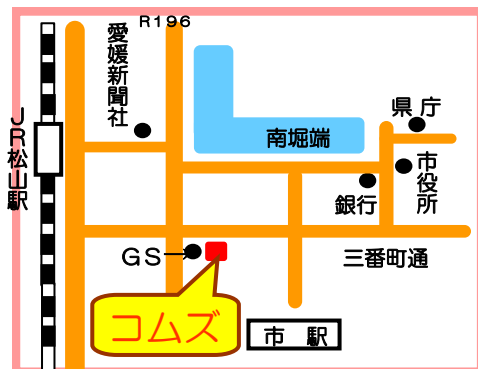
月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6 休館日	7	8	9	10	11 山の日	12
13 休館日	14	15	16	17	18	19
20 休館日	21	22	23	24 図書点検・ 整理のため	25	26
27 休館日	28	29	30	31		

### ☆利用時間☆

-  火曜日～土曜日  
9:00～20:30
-  日曜・祝日  
9:00～17:00
-  休室日

### ☆休室日☆

- ・ 毎週 月曜日(休館日)  
月曜日が祝日の場合は翌日
- ・ 毎月 第4金曜日  
(図書点検・整理)
- ・ 年未年始  
(12月29日～1月3日)



### 【お問い合わせ】

〒790-0003  
松山市三番町6丁目4-20  
松山市男女共同参画推進センター・コムズ  
TEL 943-5780 (図書コーナー直通)  
FAX 943-0460  
<http://www.coms.or.jp>

Facebookも  
見てね♪

