

4月

つなげよう ひろげよう 男女共同参画の輪 コムズ・ライブラリー通信

Vol.165
発行日
2019/4

「春風や 山紫に 水青し」 - 正岡子規 -



4月1日に新しい元号が発表されます。新しい生活がスタートする4月。気持ちを新たに目標をもって過ごしていきたいものです。2階図書コーナーでは、男女共同参画について知っていただけるよう、様々な角度から選書をしています。ぜひお越しく下さい。講座などの最新情報は、広報まつやま・ホームページをチェックしてください！

※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！

4月のオススメ新着図書 (8冊)



次頁へ 続く

夢をあきらめなかった13人の女の子の物語 チェルシー・クリントン 作



あなたには無限の力がある

著者チェルシー・クリントンが、性差別や人種差別、偏見に負けず、夢をあきらめなかった13人のアメリカ人女性にスポットライトを当てました。勇気を持って声をあげた女性、何を言われようと席を

立たなかった女性、聴衆の心を魅了した女性—信念を曲げずに闘った女性ばかりです。生き生きとしたイラストとともに、意思を貫く勇気を教えてくれる一冊です。

ママ友の距離感 西東 桂子 著



人間関係の測り方

本当は同じ悩みを持ち、ともに子育ての世界を生きる頼れる仲間のはずが・・・。
子どもが間に入ることで、もつれてしまうママ友の世界は悩みも人それぞれです。

「もーしんどい！」と感じているママへ！幼稚園に通って19年、ママの悩みも先生の悩みも聞いてきた幼児教育ジャーナリストが、縁を切らずにストレスを減らすヒントを伝えていきます。

ぜひ、一読してみてください。

一日一生 酒井 雄哉 著



悩みながら生きるすべての人に

「一日を一生のように生きよ、明日はまた新しい人生」。現代の「生き仏」と称された酒井雄哉・大阿闍梨の慈雨の言葉集です。なぜ生きるのか。どう生きるべきか。苦しみや死をどう受け止めたら良いのか。人生に迷い悩むすべての人が励まされ勇気づけられます。郵便不正事件で逮捕・起訴され、164日に及び拘置所生活を余儀なくされた元厚生労働省局長の村木厚子さんが、拘置所生活を支えた本の一冊としてNHKの番組で紹介されました。

ニムロッド 上田 岳弘 著



第160回芥川賞受賞！

それでも君はまだ、人間でい続けることができるのか。あらゆるものが情報化する不穏な社会をどう生きるか。

やがて僕たちは、個であることをやめ、全能になって世界に溶ける。「すべては取り換え可能であった」という答えを残して・・・

新時代の仮想通貨(ビットコイン)小説です。気になった方は、ぜひ一読してみてください。

50歳からの婦人科 松峯 寿美 監修



こころとからだのセルフケア

いつまでも、いきいきすこやかなこころとからだをキープする。そのために今日からはじめるセルフケアのすすめです。

女性ホルモンの役割、骨盤底筋のトレーニング、こころとからだのセルフケア、骨のエイジングにご注意！かけがえのないからだについて、婦人科の専門医である著者が分かり易くアドバイスしてくれます。

自分のからだにきちんと向き合うことの大切さを実感することができます。

親に作って届けたい、つくりおき 林 幸子 著



介護じゃないけどやっぱり心配

著者が、老いた親、義母に「おいしいから食べてみて」と届け続けて20年…「親に作って届ける・つくりおき」＝「親つく」愛情と工夫の集大成です。

「保存容器は使い捨て！」「つくりおきだけど食べきりサイズ」。高齢者はタッパーの蓋を開けるのも、洗い物をするのも一苦労。そんな年を取った親のための「つくりおきごはん」。著者自らの経験で培った小さな工夫と愛情が満載です。作って届けたくなる一冊です。

たいせつなこと

マーガレット・ワイズ・ブラウン 作



あなたがあなたであること

世界中で愛されつづけている『おやすみなさいのほん』のマーガレット・ワイズ・ブラウンとカルデコット賞受賞画家のレナード・ワイズガードがおくる一冊です。日々、目にうつるものたちを新鮮なおどろきをもって自由にとらえたこの本は、1949年に最初出版されて以来、多くの人々に読みつがれています。「たいせつなこと」とはなにかを優しく語りかけています。内田也哉子さん初の翻訳絵本として話題となりました。

わたしは ヴァネッサと歩く ケラスコエット 作



クラスがいじめを止めさせた！

ヴァネッサという女の子が転校してきました。いつもひとりぼっち。いじめの子までいます。

このままでいいの？なにをしてあげたらいいんだろう？主人公は心を痛め悩みます。

ある朝、勇気を出して、ヴァネッサの家へ向かえに行きます。文章のない、絵を読む絵本。「ひとりの子どもの小さな勇気」が感動的な絵本です。

ぜひ、お子様と一緒に読んでみてください。

読書のすすめ

読書活動は、子どもが、言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力を豊かなものにし、人生をより深く生きる力を身に付けていく上で欠くことのできないものです。子どもが、読書習慣を身に付けることができるよう、乳幼児期から、読み聞かせをしたり、子どもと一緒に本を読んだり、図書館に出向いたりするなど、工夫して子どもが読書に親しむきっかけを作ることが大切です。コムズの図書コーナーでは、小さなお子さんと一緒に本を読むことができるスペースを作りました。落合恵子さんは、「絵本は、年齢制限のない、深く豊かなメディアである。絵本を開くとき、「あなた」の、もうひとつの旅が始まる・・・。」とされています。ぜひ、一緒に読書を楽しんでみてください。



4月の新着図書（全20冊）



図書管理番号	書名	著者	分類
7474	夢をあきらめなかった13人の女の子の物語 書評あり	チェルシー・クリントン(作)	女性学関連
7475	ママ友の距離感 書評あり	西東桂子	教育・子育て
7476	HSCの子育てハッピーアドバイス	明橋大二	
7477	妻のトリセツ	黒川伊保子	結婚・離婚
7478	50歳からの婦人科 書評あり	松峯寿美(監修)	からだ・健康
7479	「ほとんどない」ことにされている側から見た社会の話を。	小川たまか	セクハラ・暴力
7480	LIFE SHIFT(ライフ・シフト)100年時代の人生戦略	リンダ・グラットン、アンドリュー・スコット	仕事
7481	メモの魔力	前田裕二	
7482	認知症「不可解な行動」には理由(ワケ)がある	佐藤真一	高齢社会・福祉
7483	認知症の人の心の中はどうなっているのか？	佐藤真一	
7484	パパとママの育児戦略	NPO法人 ファザーリング・ジャパン	男性関連
7485	一日一生 書評あり	酒井雄哉	生き方
7486	ニムロッド 書評あり	上田岳弘	エッセイ・文学
7487	カササギ殺人事件<上>	アンソニー・ホロヴィッツ	
7488	カササギ殺人事件<下>	アンソニー・ホロヴィッツ	
7489	こんな夜更けにバナナかよ 愛しき実話	渡辺一史	
7490	たいせつなこと 書評あり	マーガレット・ワイズ・ブラウン(作)	絵本
7491	わたしはヴァネッサと歩く 書評あり	ケラスコエット(作)	
7492	親に作って届けたい、つくりおき 書評あり	林幸子	その他
7493	大人体型の「きれい」を引き出す着こなしの作戦	窪田千紘	

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
- 閲 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 4月カレンダー

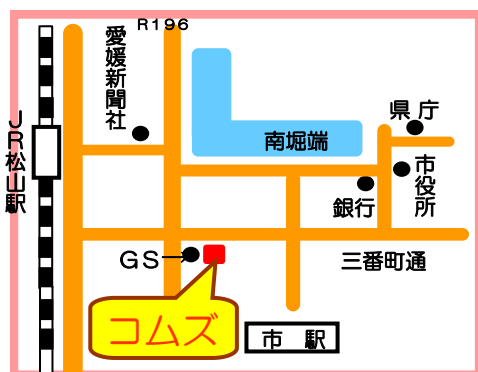
月	火	水	木	金	土	日
1 休館日	2	3	4	5	6	7
8 休館日	9	10	11	12	13	14
15 休館日	16	17	18	19	20	21
22 休館日	23	24	25	26 図書点検・ 整理のため	27	28
29 昭和の日	30 祝日					

☆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)
- ・ 年末年始
(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♪

