5月

共同参画でつくる　あたらしい暮らし　あなたらしい人生

コムズ・ライブラリー通信

Vol.190
発行日
2021/5

「夕顔の　苗売る声や　五月晴」　- 正岡子規-

一日を通して過ごしやすい、清々しい季節となりました。コムズ２階図書コーナーでは、絵本、実用書などさまざまなジャンルの本を揃えています。お家時間の充実にお役立てください。最新情報は、ホームページ・Facebookをご覧ください！

※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。

5月のオススメ新着図書（8冊）

女の子はどう生きるか 教えて！上野先生！

上野千鶴子　著

女の子の翼を折らないために

学校、家庭、進路、恋愛、結婚、性、社会、政治など。様々な場面で、女の子たちが日常的に感じるであろう疑問やモヤモヤに、上野千鶴子さんが答えます。女の子がどうやって人生の主役として生きればよいか、メッセージが込められた一冊です。

社会に潜む差別や刷り込まれた価値観を洗い出し、一人ひとりが自分らしい選択をする力を与えてくれます。

子どもを守る言葉『同意』って何？

レイチェル・ブライアン　著
中井はるの　訳

自分を守り 人を傷つけないために

暴力やいじめ、トラブルから自分を守り、人を傷つけないために必要な『同意』と『境界線（バウンダリー）』について、イラストと共にわかりやすく紹介されています。

子どもが自分の心とからだを大切にすることを知り、身を守れるようになるために。そして「いいよ」「イヤ」「ダメ」「助けて」などの意思を表すことは大切だと伝えます。大人にもためになる一冊です。

家族だから愛したんじゃなくて、愛したのが家族だった

岸田奈美　著

順風満帆ではないけれど

中学２年生の時に、父親が急逝。その後、母親も車いすに。自身も心身の不調による休職を経験します。このエッセイを読むと、著者が試練の度に、人生を豊かにする気づきを得ていることが分かります。

ダウン症の弟とのエピソードや、車いすの母親との海外旅行、会社員時代に嵐の櫻井翔さんから取材を受けた話など、笑えて、あたたかな気持ちになれる話が満載です。

気楽に、気うつ消し

櫻井大典　著

こころと身体がラクになる

アメリカで心理学や代替医療を学んだ人気漢方家の著者がおくる、不安やイライラがラクになる本です。「ため息は気のリカバリーを促す」「ネガティブの暴走には“道路標識”が効く」など、心と身体を労わる生き方を紹介します。

漢方薬や難しい方法を使わず気うつを遠ざける方法はストレスや不調に悩まされている方必見です。優しい言葉と、心温まるイラストで、ホッと癒やされる一冊です。

syunkon日記
おしゃべりな人見知り
山本ゆり　著

5年ぶりのエッセイ集

人見知りで相手の目を見れないのに間が怖くてしゃべり続けてしまう話、「つまらないもの」として渡すのに必死になってしまうお土産選びの話など、本人以外には特になんの事件もない、何気ない日常の話がこれでもかと詰め込まれています。泣いて、笑って、大忙しの作品集。ブログ「含み笑いのカフェごはん『syunkon』」の大反響ネタに大幅加筆し、エッセイにちなんだレシピも掲載した欲張りな一冊です。

オルタネート
加藤シゲアキ　著

私は私を育てていく

高校生限定のマッチングアプリ「オルタネート」が必須のウェブサービスとなった現代。東京のとある高校を舞台に、3人の若者の運命が交錯する。第42回吉川英治文学新人賞受賞の話題作。

恋とは、友情とは、家族とは、人と“繋がる”とは何か。仮想の設定「オルタネート」を軸に、若者の普遍的なリアルが描かれています。若い方はもちろん大人も楽しめる、新時代の青春小説です。

パンどろぼう
柴田ケイコ　著

パンどろぼうって何者!?

パンを一つ抱えて町を駆け抜けるのは、食パンの被り物をしたパンどろぼう。

彼の掟はふっくら焼きたてをねらう、いただくパンは一つだけ、いただくときは感謝を込めての三つです。世界一のパンを探し求めるパンどろぼうの次のターゲットは、彼が狙うに相応しい、その名も「せかいいちおいしいもりのパンや」。果たしてかすめ取ったパンのお味は…？

パンどろぼうの豊かな表情に思わず吹き出す一冊です。

オードリー・タン デジタルとAIの未来を語る
オードリー・タン 著

誰もが生きやすい未来へ

8歳でプログラミングを独習し、中学校を中退後、複数の会社を起業、35歳で台湾政府に入閣した著者が、テクノロジーが社会をどう変えるのか、わかりやすい語り口で説明してくれます。

AIは人間を補助するツールであり、のび太にとってのドラえもんのように、人間を成長させてくれると語る著者。これからのＡＩ時代に備えて、今読んでおきたい一冊です。

5月の新着図書（全19冊）

図書管理番号	書　　名	著　　者	分　　類
8028	女の子はどう生きるか　教えて、上野先生！　書評あり	上野千鶴子	女性学関連
8029	子どもを守る言葉『同意』って何？　書評あり	レイチェル・ブライアン【作】／中井はるの【訳】	教育・子育て

8030	家族だから愛したんじゃなくて、愛したのが家族だった 書評あり	岸田奈美	家族・家庭
8031	実は、内向的な人間です	ナム・インスク【著】／カン・バンファ【訳】	こころ
8032	気楽に、気うつ消し 書評あり	櫻井大典	
8033	「空腹」こそ最強のクスリ	青木厚	からだ・健康
8034	Hello!!Work　僕らの仕事のつくりかた、つづきかた。	川島蓉子【聞き手】／皆川明【語り手】	仕事
8035	まいにちが、あっけらかん。	なとみみわ【マンガ】／佐藤眞一【監修】	高齢者会・福祉
8036	さよなら、男社会	尹雄大	男性関連
8037	おれは無関心なあなたを傷つけたい	村本大輔	生き方
8038	生きるコツ	姜尚中	
8039	オルタネート 書評あり	加藤シゲアキ	エッセイ・文学
8040	旅する練習	乗代雄介	
8041	おしゃべりな人見知り 書評あり	山本ゆり	
8042	みつけてかぞえてどこどこどうぶつおきているのはだあれ？	ガレス・ルーカス／ルース・ラッセル／カースティーン・ロブソン【文】田坂苑子【訳】	絵本
8043	パンどろぼう 書評あり	柴田ケイコ	
8044	オードリー・タン　デジタルとAIの未来を語る 書評あり	オードリー・タン	その他
8045	論語と算盤　渋沢栄一の名著を「生の言葉」で読む。	渋沢栄一	
8046	じじ猫暮らし	ふじひと	

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

●延長
予約が入っていない本は、貸し出し期限を2週間延長することができます。電話での延長連絡は1回限りですが、承ります。
2回目以降はご来館ください。

●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**3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 5月カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
					1 休館日	2 休館日
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 子どもの日	6 休館日	7 休館日	8 休館日	9 休館日
10 休館日	11 休館日	12 休館日	13 休館日	14 休館日	15 休館日	16 休館日
17 休館日	18 休館日	19 休館日	20 休館日	21 休館日	22 休館日	23 休館日
24 休館日	25 休館日	26 休館日	27 休館日	28 休館日	29 休館日	30 休館日
31 休館日						

☆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♪