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.218
発行日
2023/9

「秋雲は　老の心に　さも似たり　ー高浜虚子-」

秋晴れの気持ちのいい季節を迎えましたが、いかがお過ごしでしょうか？
まだまだ暑さも続きますので体調管理に気を付けていきたいですね。
コムズ2階図書コーナーでは、様々なジャンルの本を取り揃えています。ぜひご利用ください！
※２階・図書コーナーでは、お一人様３冊まで・２週間、貸出しをしています。

９月のオススメ新着図書（8冊）

＃駄言（だげん）辞典
日経×ｗｏｍａｎ　著

心を打つ「名言」があるように心をくじく「駄言」もあります

「駄言（だげん）」とは、「男なのに育休取るの？」「女性だからそんなに頑張らなくていいよ」など、無意識の思い込みによって生まれる発言のことです。言った本人には悪気がないことが多いのですが、言われた側は、嫌な思いをしたり、深く傷ついたりしてまうこともあります。
どんな発言が「駄言」なのか、「駄言」の何が問題なのか。本書を読んで、時代とともに変化する常識や価値観をアップデートしましょう。

コジコジにきいてみた。
さくらももこ　著

心が楽になるモヤモヤ問答集

日頃の生活でストレスやもやもやを抱えていませんか？
本書は、ちびまる子ちゃんでおなじみのさくらももこ氏による漫画作品「Coji Coji」のエッセンスを凝縮したポケットサイズの一冊です。
純真無垢なコジコジのセリフを読んで、もやもやを解決したり肩の力を抜いたりしてみませんか？

80歳でも脳が老化しない人がやっていること
西　剛志　著

一生元気な脳でいよう！

「周りが気にならなくなる」「新しいことをするのが面倒」「同じ主張を繰り返す」「耳が聞こえにくくなる」…高齢者に多いこれらの行動は、脳の老化現象の一種で、著者は『老人脳』と呼びます。何もしなければ『老人脳』になりますが、本書は、脳の老化のスピードをゆるやかにし、積極的に若返らせる方法を紹介しています。長い人生をより良いものにするために、読んでみませんか？

冒険の書　ＡＩ時代のアンラーニング
孫　泰蔵/あけたらしろめ　著

AI時代の新しい生き方とは！？

タイトルにあるアンラーニングとは、持てる知識のうち有効でなくなったものを捨て、代わりに新しく取り込むこと。著者が最先端AIに触れて抱いた、現在の教育や社会に対する疑問が、執筆のきっかけでした。
本書の主人公は、時空を旅して過去の偉人から話を聞き、教育の歴史を紐解きながら、AI時代の学び方・生き方を模索していきます。これまでの人生観を見直すきっかけとなる1冊です。

ぼくはあと何回、満月を見るだろう
坂本　龍一　著

世界的音楽家最後の言葉

3月28日、世界的音楽家の坂本龍一さんの訃報が世界中を駆け巡りました。坂本さんは「戦場のメリークリスマス」の作曲など世界的音楽家としてだけでなく、環境問題などにも生前、精力的に取り組まれた方でした。世界中を旅し、様々なことに精力的に取り組んでこられた坂本さんが、未来を生きる我々に、どのような言葉を残してくれたのか。

ファンだけでなく、様々な人におすすめしたい1冊です。

木挽町のあだ討ち
永井　紗耶子　著

仇討ちに隠された人情物語

大勢の前で、若者・菊之助による仇討ちが成し遂げられた２年後、一人の若侍が、事件の顛末を教えて欲しいと目撃者たちをたずねてまわります。物語の最後には、仇討ちの発端となった事件など、さまざまなことが明らかになるミステリータッチの時代小説です。

遊郭や芝居小屋などで暮らす人々の姿が生き生きと描かれ、一人ひとりの生きざまが胸を打つ直木賞・山本周五郎賞w受賞作。

メメントモリ
ヨシタケシンスケ　著

何のために生きてるの？

「メメント・モリ」とは、ラテン語で「自分がいつか必ず死ぬことを忘れるな」という意味の警句です。

本書では「人は何のために生きているのか？」というテーマの下、メメントモリという名前の姉弟が繰り広げる３つの死生観のお話を描いています。人は幸せになるために生きているという考え方も素晴らしいけれど、それでは息苦しく感じてしまうあなたへ、著者は新たな視点を与えてくれます。

眠れぬ夜はケーキを焼いて2
午後　著

X（旧Twitter）で大人気！

本書は眠れぬ夜シリーズの第２巻です。１巻に引き続き、体質的に昼夜逆転の生活をしている著者による、孤独な夜のお供となるスイーツレシピを、心に残るエッセイとともに読むことができます。読むだけでもよし、スイーツを作ってみるのもよし。きっと読了後は少しほっこりとした気持ちになるでしょう。

第１巻もコムズ図書コーナーに所蔵していますので、ぜひシリーズ順に読んでみてくださいね。

参加無料

ママのHappyが子どものHappy！

託児あり

【第１回】

9/30(土)
10：00～11：30

笑顔が一番！一緒に遊ぼう
～頑張りすぎない子育てについて～

お子さんと触れ合ったり、じっくり向き合ったりする時間を持てていますか？体を動かす遊びを通して、親子のきずなを深めましょう！

子どもとの関りについてなど、子育てに役立つお話しも交えながら、親子体操やバラバルーンを使用した遊びなどを行います。

会　場：コムズ5階大会議室　　定　員：25組程度
持参物：飲み物、タオル

≪対　象≫
子どもと保護者
＊子ども：3歳以上～小学2年生
＊保護者：母親のみ／父親のみ／夫婦でのご参加のいずれかを選べます

※ 質問＆シェアタイムを含みます

【講師】
えひめこどもの城
園長 **敷村 一元** さん

９月の新着図書（全１９冊）

管理番号	書名	著者	分類
8603	＃駄言辞典 書評あり	日経×woman【編】	女性学
8604	親といるとなぜか苦しい	リンジー・C・ギブソン【著】/岡田 尊司【監訳】	家族・家庭
8605	コジコジにきいてみた。モヤモヤ問答集 書評あり	さくら ももこ【文・絵】	こころ
8606	更年期のヨガ	サントーシマ 香	からだ・健康
8607	自分だけの強みが遊ぶように見つかる適職の地図	土谷 愛	仕事
8608	80歳でも脳が老化しない人がやっていること 書評あり	西 剛志	高齢社会・福祉
8609	差別はたいてい悪意のない人がする	キム ジヘ【著】/尹 怡景【訳】	生き方
8610	DIE WITH ZERO - 人生が豊かになりすぎる究極のルール	ビル・パーキンス【著】/児島 修【訳】	生き方
8611	冒険の書 AI時代のアンラーニング 書評あり	孫 泰蔵【著】	生き方
8612	ぼくはあと何回、満月を見るだろう 書評あり	坂本 龍一	自伝・評伝
8613	コメンテーター	奥田 英朗	エッセイ・文学
8614	レーエンデ国物語	多崎 礼	エッセイ・文学
8615	木挽町のあだ討ち 直木賞受賞作 書評あり	永井 紗耶子	エッセイ・文学
8616	メメンとモリ 書評あり	ヨシタケシンスケ	絵本
8617	ドーナツペンタくん	柴田 ケイコ	絵本
8618	眠れぬ夜はケーキを焼いて〈2〉 書評あり	午後	その他
8619	エレガントな毒の吐き方	中野 信子	その他
8620	家事か地獄か	稲垣 えみ子	その他
8621	言語の本質―ことばはどう生まれ、進化したか	今井 むつみ/秋田 喜美【著】	その他

コムズ2階　情報ひろば　利用案内

◎図書の受付は1階事務所・カウンターにお申し出ください。

●図書の貸出（無料）
貸出期間…２週間
貸出冊数…３冊まで

●予約
お探しの本が貸出中の場合、予約することができます。準備ができましたらご連絡しますので、7開館日以内にご来館し、貸出手続きを行ってください。

※予約の連絡をしてから7開館日以上取りに来られない場合、取置き期限超過のため、予約キャンセルとなりますので、ご注意ください。

●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。

●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。

貸出し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、1階・事務所受付カウンターにてお申し込みください。

図書コーナー ９月カレンダー

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

☆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

各種SNS、開設しました！
アクセスしてね。

SNS一覧