Vol.219
発行日
2023/10

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

「砂の如き　雲流れゆく　朝の秋　ー正岡子規-」

さわやかな秋晴れの日が続いております。大きく深呼吸したくなるような、気持ちの良い季節ですね。

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。

１０月のオススメ新着図書（8冊）

近代おんな列伝
石井　妙子　著

教科書に載らない歴史人物

歴史上の人物というと、男性を思い浮かべる方が多いのではないでしょうか。本書では、明治大正時代に実在した37人の女性たちを紹介。現代以上に女性が生きづらさを抱えていたであろう時代にも、自分の意思を持ち、政治、教育、美術、ジャーナリズム、医療など多彩な分野で頭角を現した女性たちがいました。彼女たちの生き様から、教科書で習った歴史や当時の社会の空気が、より明瞭に浮かび上がります。

発達障害・グレーゾーンの子がグーンと伸びた声かけ・接し方大全
小嶋　悠紀　著

一人一人に寄り添った対応で適切にケアを

発達障害を知ることで、その子の立場になって物事を考えたり、接し方や何に気をつけるといいのかが分かると、共にスムーズに生活することにつながります。

また、子どもと話すときの原則として、子どもより先に興奮しないという点は、大人が身につけておきたい大切なスキルです。

心は熱く、頭は冷静にを心掛けたいですね。

脳ちゃんとタマ子
竹中　りんご　著

漫画で脳の機能を学ぶ

多くの人が、自分の脳の５％の能力も使いこなせず、一生を終えていくそうです。そんな脳の力を最大限に活かすには？というのが本書のテーマです。

現状にモヤモヤしている平凡な会社員タマ子は、ある日、自分の脳、脳ちゃんと話せるようになります。脳ちゃんは、なぜ辛い経験ほど忘れられないのか、といった悩み解決のヒントを、脳機能から説明し、脳の力を活かす生き方を伝授してくれます。

うみとりくの からだのはなし
遠見才希子　作　佐々木一澄　絵

やさしく学べる性教育

本書は、婦人科医の遠見才希子先生が考案した絵本で、双子の うみ と りく を通して、性犯罪から身を守るための知識や、相手の体を尊重することの大切さなどの性教育について学ぶことができます。国際的には性を“人権”として捉えており、子どもの頃から性教育を学ぶことが推奨されています。他にも、図書コーナーの特設コーナーに性教育の本を揃えていますので、お手に取ってみてくださいね。

「自己肯定感低めの人」が、一生お金に困らない方法
山根　洋士　著

お金の流れを変える

本書では、自己肯定感低めの人がお金に対する心のクセに気づき、ラクにお金が稼げるようになるメンタルを身につける方法を紹介しています。

お金にまつわる“心のクセ”をとり除くワークや幸せなお金持ちが大切にしている習慣など、目からウロコのお金の心理学が盛りだくさん。

ぜひ本書をご覧になり、あなたのお金の流れを変えていきましょう。

ハンチバック
市川　沙央　著

芥川賞受賞の話題作！

中学２年に発病し、歩道に靴底を引き摺って歩くことをしなくなって30年経つ主人公。自らをせむし（ハンチバック）の怪物と呼び、誰からも「いいね」が付かない零細アカウントに呟く日々。

ところがある日、若い介護職員の男性にアカウントを知られていることが発覚し…。

車椅子の当事者である著者が、創作と現実の間で吐き出す感情が読者の心に刺さる、衝撃の１冊です。

パンダのおさじとフライパンダ
柴田　ケイコ　作

魔法のフライパン!?

料理を作るのが楽しくないクーさんのもとにやってきた新しいフライパンのフライパンダ。フライパンの中から現れたパンダのおさじと一緒に呪文を唱え、おいしいパンダ料理を作ったことで、お客さんもたくさん来て、料理を作ることが楽しくなっていくクーさん。

何かのきっかけでやる気が出たり、物事が良い方向に進むことにフライパンダを通して気づかせてくれます。

眠れぬ夜はケーキを焼いて3
午後　著

最新刊入荷しました！

先月に引き続き、「眠れぬ夜」シリーズの第３巻がコムズに入荷されました。今作でも体質的に昼夜逆転の生活をしている著者が眠れぬ夜にスイーツを作っている様子を覗くことができます。また、スイーツだけではなく、日常で役立つ雑貨の作り方も紹介されています。

描き下ろしとして、お菓子研究家・なかしましほさんとのコラボ漫画も収録されていますので、ぜひチェックしてみてください。

ママのHappyが子どものHappy！

詳細はHPへ→　申込フォームはこちら→

10/5(木) 10：00～12：00
暮らしの中で子どもに伝える性教育

【講師】
出張専門助産所 nogamidwife
助産師　野上みき　さん

対　象：小学２年生以下のお子さんがいる女性
会　場：コムズ4階視聴覚室　　定　員：25名

「どうして空は青いの？」「赤ちゃんはどこから生まれるの？」はどちらも子どもたちが暮らしの中で感じる素朴な疑問です。でも私たち大人は後者の質問に戸惑ってしまいます。

この講座では、乳幼児からの性教育に取り組んでいる野上さんをお招きし、知識を得て、子どもとの関わり方を具体的に学んでいきます。性教育は生教育。子どもの人生を豊かにします。

10/21(土) 13：30～15：00 《会場&ZOOM》
イライラ・怒りとの上手な付き合い方
～アンガーマネジメントを子育てに活かす～

【講師】
まなのき 代表、ｱﾝｶﾞｰﾏﾈｼﾞﾒﾝﾄｺﾝｻﾙﾀﾝﾄ
石井真奈　さん

対　象：小学２年生以下のお子さんがいる女性
会　場：コムズ4階視聴覚室
定　員：会場25名、zoom30名

「つい、子どもに感情的に接してしまう」
「怒った後に『あそこまでガミガミ言う必要はなかった…』と後悔してしまう」…などのお悩みはありませんか？

この講座では、そんな「上手に怒れなくて後悔」を減らすべく、日常で活用できる具体的なスキルを学んでいきます。

10月の新着図書（全19冊）

管理番号	書名	著者	分類
8622	ぜんぶ運命だったんかい	笛美	女性学
8623	近代おんな列伝 書評あり	石井 妙子	女性史
8624	発達障害・グレーゾーンの子がグーンと伸びた声かけ・接し方大全 書評あり	小嶋 悠紀	教育・子育て
8625	Let’s Doアンミカ！ アンミカのポジティブ相談室	アンミカ	こころ
8626	なぜ、あの人はよく眠れるのか	小林 弘幸/三輪田 理恵	からだ・健康
8627	脳ちゃんとタマ子 書評あり	竹中 りんご	
8628	時間最短化、成果最大化の法則	木下 勝寿	仕事
8629	とにかく仕組み化	安藤 広大	
8630	行きつ戻りつ死ぬまで思案中	垣谷 美雨	生き方
8631	「自己肯定感低めの人」が、一生お金に困らない方法 書評あり	山根 洋士	
8632	ビギナーズ家族	小佐野 彈	エッセイ・文学
8633	この夏の星を見る	辻村 深月	
8634	ハンチバック 芥川賞受賞 書評あり	市川 沙央	
8635	パンダのおさじとフライパンダ 書評あり	柴田 ケイコ	絵本
8636	うみとりくの からだのはなし 書評あり	遠見才希子 / 佐々木一澄	
8637	ひかりやさしく	坂本 梨帆	その他
8638	眠れぬ夜はケーキを焼いて〈3〉 書評あり	午後	
8639	いい子症候群の若者たち	金間 大介	
8640	ツユクサナツコの一生	益田 ミリ	

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 10月カレンダー

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

SNS一覧