



みんなでつくろう男女共同参画社会
コムズ・ライブラリー通信

Vol.81

発行日
2012/4

新しいスタートです！！

いよいよ新年度がスタートしました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。
 新たな気持ちになれる4月。一方で、新しい環境に身を置くと気持ちに余裕がなくなってくることもありますよね。そんな時こそ、気分転換に読書がオススメです。2階図書コーナーを是非ご利用ください。



4月のオススメ新着図書 (8冊)
 👉 p2へ 続く

2階にて貸出中

ダンスアース
 宇佐美吉啓 (EXILE・USA)、のびみ 著



こどもが絶対踊り出す！

国境や宗教、人種も超えて、人と人、心と心がつながっていく旅。「そんな旅を、ひとりの旅人・宇佐美吉啓としてやりたい！」その思いからスタートしたダンスアースプロジェクト。EXILE・USAによる子どもたちへのダンスメッセージが、人気絵本作家ののびみによって、一冊の絵本になりました。かわいい“ラブ”と“ピース”が、ダンスを通して世界をめぐる旅のはじまりです！

祖父、ソフリエになる
 NPOエガリテ大手前編 著



ソフリエの資格に対応の一冊

「ソフリエ」は、孫のお守りをする単なるお助けマンではなく、積極的に孫を育てる祖父のこと。本書は、ソフリエ認定者を世に送り出すべく活動を続けるNPOエガリテ大手前が、世の祖父たちに向け開催する「ソフリエ講座」のエッセンスをふんだんに盛り込んだ孫育てのための指南書です。子どもに関わるあらゆるシーンに対応した本書は、新米じいじ必携です。

負けな自分になるための32のリーダーの習慣
 澤穂希 著



「有言実行」のメンタル術

なでしこジャパンキャプテン・澤穂希選手が初めて明かすリーダー論。激闘の女子ワールドカップで、いかにしてチームをまとめたのか。それは、夢を「言葉」に変えてイメージを具体化すること、強い意志を持ちながらも「自然体」で仲間を引っ張ること等、経験から学び編み出した独自の哲学にありました。

世界一をつかむ組織へ導いた32の習慣を公開！

「母」のせいで結婚できない女たち
 岡野あつこ 倉田真由美 著



「かくれマザコン女」？

さまざまな男女間の悩み相談の場で急増してきた「母離れできない娘」と「娘離れできない母」。本書は具体的な事例とともに、そういった母娘関係が生まれてくる背景を独自の視点で解き明かしています。自分のマザコン度がわかる「かくれマザコン女」のチェックシートも収録。

あなたは、こんなタイプの女性ではありませんか？

30分の朝読書で人生は変わる

松山真之助 著



“自分時間”をつくろう

「なぜだかわからないけど、毎日忙しい」「自分の人生、何かが足りないんだよねー」

著者も、20代はこのような不満をもつ、ごく普通のサラリーマンでした。しかし、ひょんなことから「朝読書」の習慣を身につけた途端、人生が一変！

本書には、その考え方とノウハウが詰まっています。あなたも「朝読書」の魔法で、人生を変えてみませんか！

ありがとう

水谷修 著



夜回り先生からあなたへ。

著者の代表作である「夜回り先生」シリーズの最新作。

このシリーズは常に具体的な「夜眠れない（眠らない）子ども」たちとのエピソードを鮮烈に描いています。事実であるだけに、漫画のストーリーのように都合よくは展開

しません。だから悲惨な結末だったり、途中で途切れてしまうようなエピソードも少なくないのです。そんな中の嬉しいエピソードも含まれた心がやさしくなる一冊です。

100歳までサビない生き方

白澤卓二 著



健康に生きる秘訣がわかる

皮膚が美しい人は実は内臓も美しい、パートナーとのストレスのない関係を保つコツ、呼吸だけでもインナーマッスルは鍛えられるetc…

アンチエイジングの第一人者が、いつ始めても遅くない、加齢を簡単＆確実に味方につける方法を伝授してくれます。

本書を实践すればサプリも美容液も要りません。お金も時間もかけずに体の中から若返りませんか！

速習！男のメシ支度

西田成夫・高谷典子・金久保茂樹 著



「キッチン男子」入門！

手順写真が満載の料理本との併読を勧めるなんともユニークな料理テキストが登場。心構えや勘どころ、おもしろ味のみを伝授するという、まさに男心をくすぐる作り。それもそのはず、著者はサライやぴあなどの人気雑誌の食紀行を手掛けるメンバー

たち。料理そのものを語らず、食欲をそそる仕掛けアリ。買い物から後片付けまで、「キッチン男子」必見の入門書です。

★コムズの図書コーナーでは以下の19の分野に分けて配置しています

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





4月の新着図書（全22冊）

お気に入りの1冊を
みつけてみませんか？



図書管理番号	書名	著者	分類
5428	ありがとう 書評あり	水谷修	教育・子育て
5429	反抗期子育て乗り切りマニュアル	諸富祥彦	
5430	震災婚 一震災で生き方を変えた女たち ライフスタイル・消費・働き方	白河桃子	結婚・離婚
5431	「母」のせいで結婚できない女たち 書評あり	岡野あつこ・ 倉田真由美	
5432	女性が「心のストレスに負けない」ための本	鴨下一郎	こころ
5433	100歳までサビない生き方 一体の中からキレイになれる101の習慣 書評あり	白澤卓二	からだ・健康
5434	妊娠しやすいからだづくり 2012	シオン	
5435	「エクセレントNPO」とは何か	非営利組織評価基準 検討会	仕事
5436	30代40代の転職 採用を勝ち取る！履歴書・職務経歴書	佐藤祐子	
5437	ねんきん生活の便利帖 健康とお金編 ひとりあたり月8万円で楽しく元気に暮らす！	角川マガジンス	高齢社会・福祉
5438	祖父、ソフリエになる 一新米じいじ初めての孫育て 書評あり	NPOエガリテ 大手前	男性関連
5439	速習！男のメシ仕度 一これで今日からひとりで出来る 書評あり	西田成夫・高谷典 子・金久保茂樹	
5440	負けない自分になるための32のリーダーの習慣 書評あり	澤穂希	生き方
5441	女の悩みはいつもマトリョーシカ	室井滋	
5442	あかりの湖畔	青山七恵	文学・エッセイ
5443	共喰い	田中慎弥	
5444	ダンスアース 書評あり	宇佐美吉啓 (USA・ EXILE)・のぶみ	絵本
5445	30分の朝読書で人生は変わる 書評あり	松山真之助	その他
5446	「もつもの」でつくる、お弁当と毎日のおかず 一私の保存食レシピ	根本きこ	
5447	泣き虫チエ子さん〈1〉	益田ミリ	
5448	聞くカー心をひらく35のヒント	阿川佐和子	
5449	希望 僕が被災地で考えたこと	乙武洋匡	



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
- ビデオ・DVDの貸出（無料）
貸出期間… 1週間
貸出本数… 1本
- 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
2 休館日	3	4	5	6	7	8
9 休館日	10	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						

☆利用時間☆

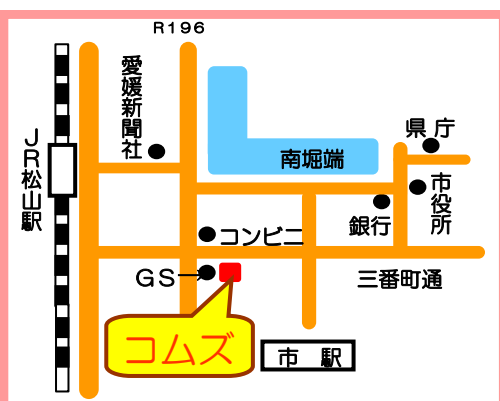
 火曜日～土曜日
9:00～20:30

 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 943-5777
FAX 943-0460
URL <http://www.coms.or.jp>

