



つながろう つなげよう 男女共同参画の輪 コムズ・ライブラリー通信

Vol.100

発行日
2013/11

ライブラリー通信vol.100記念号



紅葉も色づく11月となりました。コムズライブラリー通信は、今号で100号を迎えました。いつもより少し多めの書評や、図書コーナーご利用の方へのインタビュー企画を掲載しています。気持ちを新たに、これからもコムズ図書情報を発信していきます！！

11月のオススメ新着図書(12冊)

 P2・号外へ 続く



フィンランド流イクメンMIKKOの 世界一しあわせな子育て ミッコ・コイヴマー 著



子育てのヒント満載の1冊

いま注目を浴びる「イクメン」。日本では「イクメン」という言葉や、男性が育児に大きな役割を果たすライフスタイルに関心が集まっていますが、フィンランドには「イクメン」を表わす言葉はありません。なぜなら男性が育児に積極的に関わることはごく自然なことだから。外交官ミッコさんが日本で送る、「イクメン生活」をリアルに紹介します。

婚活難民

にらさわあきこ 著



迷える婚活難民にすくいの手を

「自分に自信がないから」「親の圧力で」など婚活に踏み込む動機も方法も人それぞれ。共通するのは、どれだけ男性と会う回数を重ねてもうまくいかないケースが大半ということ。『婚活難民』と化して東奔西走する女性たちの姿が描かれています。結婚を求め、現代を生きる、12人の女性たちのリアル・ドキュメント。500人以上の男女を取材してきた著者が放つ、渾身の1冊です。

子どもたちとつくる 貧困とひとりぼっちのないまち

幸重忠孝・村井琢哉：著/NPO法人山科醍醐こどもひろば：編



あそこへ行ってなかったら

33年前に福岡で誕生した「子ども劇場」活動に端を発する『NPO法人山科醍醐こどもひろば』。2000年、京都の地で、子どもの貧困に真正面から向き合う活動団体へと発展的継承を遂げました。京都盆地の東、山科醍醐地域で、行政や地域企業、さまざまなNPO、社会福祉法人などと協働しながら、地域ぐるみの子どもの貧困対策に、その核となり取り組む彼らの熱き活動の記録です。

阿部絢子のひとりでもハッピーに生きる技術

阿部絢子 著



自分で決めて自分で動く

家事、掃除の達人として、テレビでもおなじみの阿部絢子さん。不安に思うのは当たり前！若い時と同じように健康なわけがない！加齢と共に起こる変化を受け入れて一日一日をハッピーに生きるコツが詰まった1冊です。家事のテクニックは若い人にも参考になりますよ！シニアライフのカリスマ吉沢久子さんは「憧れの先輩」という著者、吉沢久子ファンにもオススメです。

営業の神様

ジョー・ジラード、トニー・ギブス：著
／満園真木：訳



近道も奇策もない。

ギネス認定「セールス記録」12年連続世界ナンバー1のジョー・ジラード。伝説の営業マンが教える“13のルール”とは？

重要な部分が太字で示され、分かりやすいことに加えて、生活にも参考になる内容なので、

ビジネスをされていない方にもおすすめです。自分の人生を決めるのは自分次第、本書を読んで、一步を踏み出すか踏み出さないかはあなた次第！

今夜もホットフラッシュ

青沼貴子 著



更年期みんなで渡れば怖くない

青沼貴子、53歳。子育てもひと段落し、さあ～本格的に遊ぶぞ～！と思った矢先、まさかの更年期突入？場所もわきまえず突然始まるホットフラッシュ現象、家事一切を放棄したい欲求、抑えられないヒステリーなど。

同世代の仲間と一緒に、明るい更年期の乗り越え方を探ります。更年期を体験した作者が同世代の皆様へおくる、笑って元気が出る一冊です。

美容整形と《普通のわたし》

川添裕子 著



人はなぜ美容整形へ向かうのか

人間は身体を加工する動物である。美容整形は多様な身体加工術の一つです。

西洋で誕生した美容整形は、グローバル化の流れの中で先進諸国を中心に拡大してきました。

目ざす美の基準は「白人美」です。しかし、日本では「美しくなりたい」というより「普通になりたい」という声が多く聞かれます。そこには「普通」を求める日本の社会規範があります。

野心のすすめ

林真理子 著



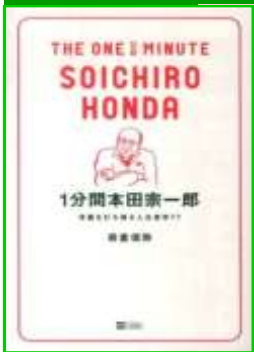
高望みで人生は変わる

「有名になりたい！」「作家になりたい！」「結婚したい！」「子どもが欲しい！」

無理と言われた願望をすべて叶えてきた人気作家・林真理子さんが語る、夢を実現させるヒント。それは「野心」を持つこと。野心とは「もっと価値ある人間になりたい」と願う、健全で真っ当な心のこと。野心がうまく回り始めると「強運」というおまけもついてきます。さあ、野心という山を登りましょう。

1分間本田宗一郎

岩倉信弥 著



たった1分でわかる！

「日本一になるなどと思うな。世界一になるんだ」「99%は失敗の連続であった。そしてその実を結んだ1%の成功が現在の私である」…本書は、常識を打ち破り続けた仕事人、本田宗一郎のメッセージを77個紹介する語録集。その

メッセージを通して、通勤時間や待ち時間など、『スキマ時間の1分間』を活用し、夢を追い続けた本田宗一郎の人生哲学をマスターすることができる一冊です。

すりへった心を満たして 「最高の人間関係」でいられる本

井上裕之 著



この本の主役はあなた！

カリスマ歯科医師・メンタルセラピスト・コーチとして、これまで6万人以上のカウンセリング経験がある“心の専門家”井上裕之が、あなたの悩みを解決！

仕事、友人、家族、恋人、大切な人と向き合うために、具体例をあげて潜在意識の重要性について説明しています。“自分が変われば相手も変わる”人生を好転するために今一度自分を見つめなおしてみませんか。



11月の新着図書（全23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
5909	うちのこ、ご近所さんに育てられました	細川貂々	教育・子育て
5910	フィンランド流イクメンMIKKOの世界ーしあわせな子育て 書評あり	ミッコ・コイヴマー	
5911	婚活難民 書評あり	にらさわあきこ	結婚・離婚
5912	美容整形とく普通のわたし 書評あり	川添裕子	女性学関連
5913	すりへった心を満たして「最高の人間関係」でいられる本 書評あり	井上裕之	こころ
5914	長生きしたけりゃふくらはぎをもみなさい	鬼木豊：監修／槇孝子：著	からだ・健康
5915	今夜もホットフラッシュー更年期 越えたら人生 パラダイス 書評あり	青沼貴子	
5916	ゆるしへの道ールワンダ虐殺から射してくる、ひとすじの光 書評あり	イマキュレー・イリバギザ スティーヴ・アーウィン： 著／原田葉子：訳	セクハラ・暴力
5917	「モラル・ハラスメント」のすべて 一夫の支配から逃れるための実践ガイド 書評あり	本田りえ・露木肇子・ 熊谷早智子	
5918	かかりつけ弁護士の見つけ方	木下慎也	法律関連
5919	営業の神様 書評あり	ジョー・ジラード ト ニー・ギブス：著／満園 真木：訳	仕事
5920	大・大往生	鎌田實	高齢社会・福祉
5921	阿部絢子のひとりでもハッピーに生きる技術 書評あり	阿部絢子	生き方
5922	ストレスをリセットして、人生を変える。	小林弘幸	
5923	1分間本田宗一郎ー常識を打ち破る人生哲学77 書評あり	岩倉信弥	自伝・評伝
5924	野心のすすめ 書評あり	林真理子	エッセイ・文学
5925	島はぼくらと	辻村深月	
5926	爪と目	藤野可織	
5927	ホテルローヤル	桜木紫乃	
5928	象の背中ー旅立つ日	秋元康：原作／城井 文：原画	
5929	子どもたちとつくる 貧困とひとりぼっちのないまち 書評あり	山科醍醐こどものひろ ば：編／幸重忠孝・村井 琢哉：著	その他
5930	40歳からの「似合う」が見つかる 大人の着こなしレッスン	堀川波	
5931	女性映画がおもしろい2013年版	小藤田千栄子ほか	



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 11月カレンダー

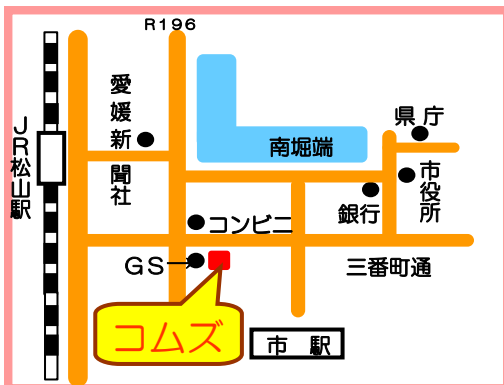
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5 休館日	6	7	8	9	10
11 休館日	12	13	14	15	16	17
18 休館日	19	20	21	22 図書点検・ 整理のため	23	24
25 休館日	26	27	28	29	30	

☆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
<http://www.coms.or.jp>

ホームページも
見てね♪

