



つなげよう ひろげよう 男女共同参画の輪
コムズ・ライブラリー通信

Vol.122

発行日
2015/9

虫の音をBGMに夜の読書

虫の声に少しずつ秋を感じる9月の夜、ちょっと一息読書を楽しみませんか？
 夏の疲れを癒すさまざまな図書を揃えてお待ちしております！また、9月も続々と連続講座
 がスタートします。最新情報はホームページやFacebookをご覧くださいね！



9月のオススメ新着図書 (8冊)

p2へ 続く

主夫になってはじめてわかった主婦のこと
 中村シュフ 著

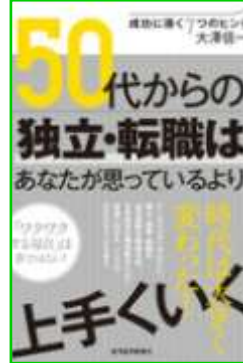


人生はせんたくの連続である

家庭科と保健教員免許を取得後、芸人になり、彼女から「家庭に入ってもらえませんか？」とプロポーズを受けたことをきっかけに主夫に。現在“主夫芸人”として活躍する著者が書いた、現代夫婦必読の書。

お手伝いをしたのに、怒られる…そんな男性は必見！大事なのはうわべだけでなく家事や育児の流れや大変さを理解すること。ページ下部分のシュフあるあるも楽しい一冊です。

50代からの独立・転職は、あなたが思っているより上手いく
 大澤信一 著



成功に導く7つのヒント

「ワクワクする毎日」は夢ではない！シニアの独立・起業・転職は、一般に考えられているより上手いく時代が始まっている、と著者は言います。本書では、様々な分野で「50代からの独立・転職」を成し遂げ活躍されている7名の方の経験を伺い、成功要因を徹底分析し、充実したシニア・ライフを送るための7つヒントが実例をもとに掲載されています。

男性漂流

奥田祥子 著



男性の生きづらさを取材

結婚できない男、仮面イクメン、介護シングル男子、男性の更年期、リストラ、非正規雇用…

黙して語らず、孤独に葛藤する男性たちを10年にわたり取材。決して予定通りにはいかない人生の難しさと、幾多の問題にもだえ苦しみながらも、何とか活路を切り開こうと必死に努めている等身大の男性たちを描いた渾身の1冊です。

**ダメ親と呼ばれても学年ビリの3人の子を信じて
 どん底家族を再生させた母の話**

ああちゃん・さやか(ビリギャル) 著



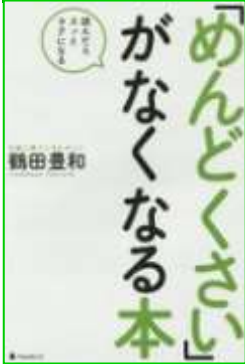
あなたの家族にも奇跡が!?

偏差値30から慶應義塾大学に現役合格した姉(さやか)、父親のスパルタ教育のせいで思春期に自暴自棄になってから立ち直った弟(長男)、不登校状態から上智大学に合格した妹など、今、話題のビリギャル家族のすべてがわかる、本当にあった物語。

祖母、母、娘と受けつがれた「折れない心」。その心がどのように伝えられたのかがわかります。

「めんどくさい」がなくなる本

鶴田豊和 著



読んだらスツとラクになる

喜怒哀楽、嫉妬に続く、人間誰もが持ち合わせている第六の感情が「めんどくさい」という感情だと言われています。私たちの日常について回る「めんどくさい」という感情とどのように付き合い、どのようになくしていけばいいのか？行動心理コンサルタントとして5000人以上の相談者の悩みを解決してきた著者が対処法をわかりやすく解説しています。

食に生きて

辰巳芳子 著



「食に就いて」の結論とは

家庭料理・西洋料理の研究者であり、「いのちのスープ」を伝え続ける著者。

同じく料理家として名を馳せた母から強く影響を受けつつも、料理の本質を掘り下げ、理由を見出すことを第一とした作者の、まさに「食に生きて」きた90年。一人の女性の一代記というよりも、「食とは、そして人生の本質とは何か」について深く考えさせられる重みのある一冊です。

教える技術

石田淳 著

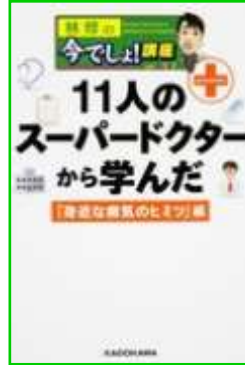


部下・後輩の育成処方箋

日本の行動科学マネジメントの第一人者が伝えるこの技術は、「いつ・誰が・どこで」行っても効果が上がる科学的な方法です。ですので、教え手（上司）と学び手（部下）がどんな人でも短時間で戦力に変貌し、「行動」を変えれば、人が変わりことを実感できます。「ほめ方」「しかり方」はもちろん、新人・中途社員・大人数など対象ごとのメソッドも満載です。

林修の今でしょ！講座

角川マガジンス 編



いつ学ぶか？今でしょ！

いつもは教える立場の林先生が生徒に！人気番組の初書籍化！！「身近な病気のヒミツ」編として、11人のスーパードクターによる「臓器」「脳」「頭痛、がん」「東洋医学」についての講座を分かりやすく抜粋して載せています。「ダイエットすると胃は小さくなる？」「風邪と肺炎の違いは？」など知っているようで知らなかった臓器や病気について学んでみませんか。

からだ・健康

夏の疲れ、でていませんか？
身体のリセットをしたい方！

→からだ・健康

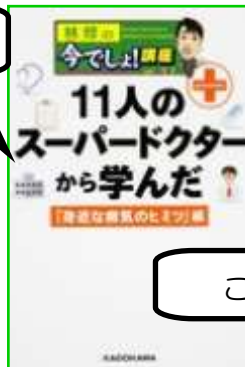
こころのリセットをしたい方！

→こころ

部屋のリセットをしたい方！

→その他（家事の本あります）

など、コムズ図書コーナーには
さまざまなジャンルの本を
揃えています。
ぜひお越しくださいね。



その他



こころ

秋・冬に向けて、生活をリセットしませんか？

10月の新着図書（全24冊）

図書管理番号	書名	著者	分類
6435	世界の女性問題<1> 貧困、教育、保健	プラン・ジャパン：監修／関橋眞理：著	女性学関連
6436	ダメ親と呼ばれても学年ビリの3人の子を信じて どん底家族を再生させた母の話 書評あり	ああちゃん・さやか（ビリギャル）	教育・子育て
6437	はじめての男の婚活マニュアル	男の婚活研究会：著	結婚・離婚
6438	夫婦で読む 家を建てて金持ちになる家族、貧乏になる家族	中川優也	
6439	「めんどくさい」がなくなる本 書評あり	鶴田豊和	こころ
6440	人の名前が出てこないことはありませんか？ ココナッツ君の出番です！	白澤卓二：医学監修／藤沢セリカ：実践指導	からだ・健康
6441	林修の今でしょ！講座 11人のスーパードクターから学んだ「身近な病気のヒミツ」編 書評あり	角川マガジンス：編	仕事
6442	マンガでよくわかる 教える技術 書評あり	石田淳◎：著	
6443	50代からの独立・転職は、あなたが思っているより 上手くいくー成功に導く7つのヒント 書評あり	大澤信一	高齢社会・福祉
6444	人間だから、一緒だよ。一介護家族と子育てママの共通点	石井英寿	
6445	男性漂流ー男たちは何におびえているか 書評あり	奥田祥子	男性関連
6446	主夫になってはじめてわかった主婦のこと 書評あり	中村シュフ	
6447	人生に悩んだら「日本史」に聞こう	ひすいこたろう／白駒妃登美	生き方
6448	ぼくの命は言葉とともにある	福島智	
6449	永い言い訳	西川美和	エッセイ・文学
6450	持たざる者	金原ひとみ	
6451	ちゃんぽん食べたかっ！	さだまさし	絵本
6452	センシュちゃんとウオットちゃん おやつのに	工藤ノリコ	
6453	トマトくんのありがとう	徳永玲子：文／二木ちかこ：絵／中野ユキヒロ：原案	その他
6454	イラストでときめく片づけの魔法	近藤麻理恵	
6455	食に生きて 私が大切に思うこと 書評あり	辰巳芳子	その他
6456	ヒーロー、ヒロインはこうして生まれるーアニメ・特撮脚本術	稲田豊史	
6457	いつもの服をそのまま着ているだけなのに、 なぜだかおしゃれに見える	山本あきこ	
6458	小林カツ代と栗原はるみー料理研究家とその時代	阿古真理	



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 9月カレンダー

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

☆利用時間☆

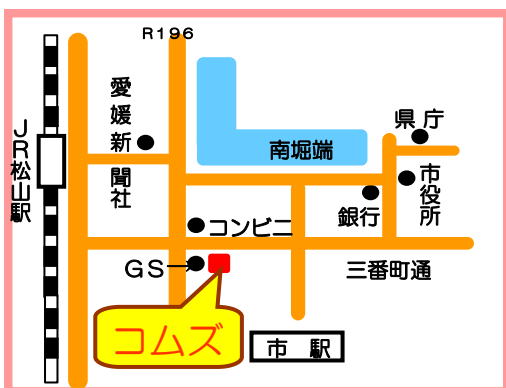
 火曜日～土曜日
9:00～20:30

 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>

Facebookも
見てね♪

