



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.134

発行日  
 2016/9

## 月の輝く夜に読書はいかが？

今年の中秋の名月は9月15日です。夏の思い出はできましたか？まだまだ暑い日は続きますが、少しずつ秋の気配を感じる9月ですね。コムズでは、秋の読書にぴったりの本を揃えています。また、講座やイベントも開催します。ぜひお越しください。※講座情報はコムズHPをご覧ください。※2階・図書コーナーにて、お一人様3冊・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)

 p2^ 続く



ほとんどの社員が17時に帰る  
 10年連続右肩上がりの会社  
 岩崎裕美子 著



#### 残業も長時間労働もいらない

「離職率100%、定時は終電」の元超ブラック企業の取締役がつくった超ホワイト企業とは？残業しないで効率よく売上を上げる3つのこだわり、社員みんなで残業ゼロを実現するための7つの働き方、を10年間かけて社内に浸透させたそうです。それらを時系列で追いながら、その度に経営者としてどのように考え、どのように社員を導いたのかをわかりやすく述べています。

### 「受け流す心」をつくる3つのレッスン

植西聰 著



#### 自分の心の守り方

「つい後ろ向きに考えてしまう」「いったん落ち込むと、なかなか立ち直れない」「人間関係が辛い」このような悩みを抱える人が、大勢います。仕事や人間関係、自分の生き方に悩むのは、それだけ誠実に、まじめに生きている証し。そんな自分を

をむやみに否定する必要はありません。

人気カウンセラー植西聰先生が『受け流す心』のつくり方をやさしく伝授します！

### 夜を乗り越える 又吉直樹 著



#### なぜ本を読むのか？

芸人、芥川賞作家の又吉直樹さん初の新書。著者が、少年期からこれまで読んできた数々の小説を通して、「なぜ本を読むのか」「文学の何がおもしろいのか」「人間とは何か」を考えます。また、大ベストセラーとなった芥川賞受賞作「火花」の創作秘話を初公開するとともに、自らの著作についてそれぞれの想いを明かしてくれています。

### 主夫のトモロー 朱川湊人 著



#### 胸を打つ家族小説

突然仕事を失った主人公トモローは、インテリアデザイナーの恋人と結婚し、主夫業をしながら小説家を目指すことに。娘が生まれ、育児に家事に奮闘するドタバタがユーモラスに描かれています。主夫の日々のリアルさは、直木賞作家である著者のほぼ実体験だからでしょう。「育児は新鮮で子どもとの時間は幸せ。男の家事は当たり前」という著者。ほっこり笑って、ほろりと涙する小説です。

子どもが聴いてくれて話してくれる会話のコツ  
天野ひかり 著



怒って落ちこむその前に

「幼稚園や学校でのできごとを聞きたい」「兄弟げんかをした」「何度言っても片づけない」「わがままを言って困る」そんな時にどんな聴き方や態度を示せばよいのかを教えます。

短時間でも質の高いコミュニケーションを図れる実践的内容です。一方的な伝え方だけでなく、親と子の相互のコミュニケーション方法が具体的にわかる一冊です。

30代のあせりをふき飛ばす31の言葉  
久志尚太郎 著



30代必読の一冊

そろそろ人生を決めなくちゃというあせりが出てきたり、「このままでいいのか？」と悩んだりする30代。本書には、そんな30代たちが、どこにいても好きなように人生を切り開いていくために必要な「自分への問いかけ」が詰まっています。「わかった気」になっていないか？「今日しかない」と思っているか？この問いかけにどきっとした人に、ぜひ読んでほしい一冊です。

だいじょうぶ！よネコさん—介護の絵本  
国栖晶子 著



介護ってなんだろう

主人公のよネコさんに、突然訪れた介護生活。周囲の仲間とかかわりながら、助け、助けられて日々を進み、乗り越えていきます。

「それぞれの事情とそれぞれの想い、誰かと比べるもんやない」「自分自身も大事なんやで」と、絵本だからこそ優しく、わかりやすく伝わってくるよネコさんの言葉…。読んだ後、あたたかい気持ちで満たされる絵本です。

命の食事  
—大切な人をがんから守るため今できること  
南雲吉則 著



命の食事を始めよう！

がんになる人は2人に1人。がんで亡くなる人は3人に1人。この時代に命を守る方法とは…。「がんが喜ぶ狂った食事」や「がんを育てる狂った生活」を分かりやすく丁寧に解説しています。

還暦を過ぎてもお、驚異的な若々しさをもつ著者の食事レシピやエクササイズもあり、現代人の健やか生活に必携の一冊です。

★発表！上半期貸出ランキング★



1位

浅子と旅する



2位

火花



3位

トットひとり

平成28年上半期貸出ランキングTOP20を発表しました！！

NHK連続ドラマだった「あさが来た」のヒロイン・あさのモデル広岡浅子の波乱の人生を辿った「浅子と旅する。」が1位に輝きました。2位は、笑いとは何か、人間とは何かを描いた、昨年の芥川賞受賞作品である又吉直樹の「火花」。3位は、共演者たちとの思い出をつづった、黒柳徹子のエッセイ集「トットひとり」でした。

4位以降は、コムズ2階図書コーナー及びホームページでご覧いただけます。

チェックしてみてくださいね♪



# 9月の新着図書（全25冊）

| 図書管理番号 | 書名  | 著者                  | 分類      |
|--------|---|---------------------|---------|
| 6739   | 笑顔でいきまっせー勇治郎先生の実践型教育コラム   | 小泉勇治郎               | 教育・子育て  |
| 6740   | 子どもが聴いてくれて話してくれる会話のコツ <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>       | 天野ひかり               |         |
| 6741   | なぜ妻は突然、離婚を切り出すのか  | 打越さく良               | 結婚・離婚   |
| 6742   | どうでもいい小さなことで不機嫌にならない本   | 和田秀樹                | こころ     |
| 6743   | 「受け流す心」をつくる3つのレッスン <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>          | 植西聰                 |         |
| 6744   | 子どものアトピー性皮膚炎 正しい治療法   | 江藤隆史：監修             | からだ・健康  |
| 6745   | 命の食事ー大切な人をがんから守るため今できること <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>    | 南雲吉則                |         |
| 6746   | ほとんどの社員が17時に帰る10年連続右肩上がりの会社 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span> | 岩崎裕美子               | 仕事      |
| 6747   | 仕事文具  | 土橋正                 |         |
| 6748   | 家族が死ぬまでにすべきこと   | 斉藤弘子                | 高齢社会・福祉 |
| 6749   | 息子に贈ることば  | 辻仁成                 | 男性関連    |
| 6750   | 不自由な男たちーその生きづらさは、どこから来るのか   | 小島慶子／田中俊之           |         |
| 6751   | 上野千鶴子のサバイバル語録   | 上野千鶴子               | 生き方     |
| 6752   | 30代のあせりをふき飛ばす31の言葉 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>          | 久志尚太郎               |         |
| 6753   | 50代は悩み多きお年頃   | 榎村さとる               |         |
| 6754   | チャンスの波に乗りなさい  | 澤満壽子                | 自伝・評伝   |
| 6755   | いのちのエールー初女おかあさんから娘たちへ   | 田ロランディ              | エッセイ文学  |
| 6756   | 主夫のトモロー <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>                     | 朱川湊人                |         |
| 6757   | 夜を乗り越える <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>                     | 又吉直樹                |         |
| 6758   | どこかでベーターヴェン   | 中山七里                |         |
| 6759   | だいじょうぶ！よネコさんー介護の絵本 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>          | 国栖晶子                | 絵本      |
| 6760   | 気になるあの病気から自分を守る！感染症キャラクター図鑑   | 岡田晴恵：監修／いとうみつる：イラスト |         |
| 6761   | すごい家事ー人生の「掃除の時間」をグッと縮める   | 松橋周太呂               | その他     |
| 6762   | お金持ちになる女はどっち？   | 花輪陽子                |         |
| 6763   | いつでも人を呼べる部屋ができるFranc francのインテリア・ルール  | Franc franc<br>スタッフ |         |





# 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

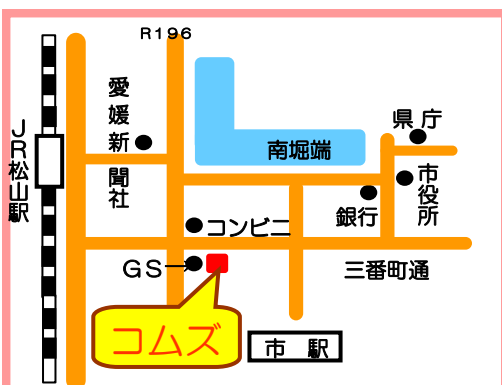
| 月          | 火         | 水  | 木          | 金                    | 土  | 日  |
|------------|-----------|----|------------|----------------------|----|----|
|            |           |    | 1          | 2                    | 3  | 4  |
| 5<br>休館日   | 6         | 7  | 8          | 9                    |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

### ☆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♪

