

「黒きまでに 紫深き 葡萄かな」 - 正岡子規-

30年に一度もない異常気象で猛暑日が続きましたが、処暑も過ぎれば少しは和らいでくれるものと願っています。この時期、夏の疲れを癒しリフレッシュするのに、読書はいかがでしょう。イギリスの大学の研究チームがストレス解消について実験を行なったところ、読書に関しては6分間で68%のストレスが解消されるという研究結果が出たそうです。また、講座も続々開催中です。最新情報は、ホームページ・Facebook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)

2頁へ 続く

#### さよなら、田中さん

鈴木るりか 著



親も子も楽しめる1冊！

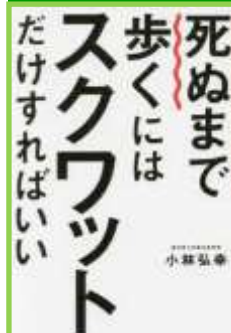
著者は、昨年秋中学生作家としてデビューした中学3年生。

「12歳の文学賞」大賞受賞作2編と描き下ろし3編からなる連作短編集です。主人公の田中花実

は小学6年生。ピンボーな母子家庭だけれど、底抜けに明るくたくましいお母さんと、毎日大笑い、大食らいで生きている。この母娘を中心とした日常の事件を時に可笑しく、時にはホロッと泣かせる筆致で鮮やかに描いた1冊です。

#### 死ぬまで歩くにはスクワットだけすればいい

小林弘幸 著



簡単かつ最強の健康法！

自律神経の名医が断言！スクワットには、足腰を鍛えるだけではなく、免疫力向上、認知症予防、尿漏れ防止、便秘改善、心を前向きにする作用など、たくさんの驚くべき効果が隠されています。

実はすごい！スクワットの効果を知り、スクワットの10の心得やスクワット6週間プログラムを実践してみたくなる一冊です。

#### 身近な人が亡くなった後の手続きのすべて

児島明日美/福田真弓/酒井明日子 著



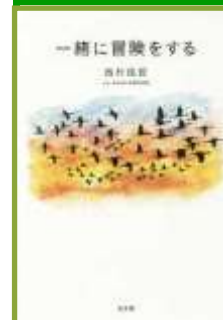
備えておきたい参考書！

近年、相続税法・マイナンバー制度・法廷相続情報証明制度など、新たな制度が増えてきています。

葬儀や法要、保険や年金、相続手続きや預預金の解約・名義変更など実際に身近な方が亡くなって様々な手続きにとりかからなければならない方、これからそのような場面を迎える可能性がある方に、いちばん身近な参考書として活用していただければ幸いです。

#### 一緒に冒険をする

西村佳哲 著



未知のものへ向かう楽しさ

お金を使うか、働かしないと居場所を得にくいこの社会で、与えられた枠組みの中で上手に生きるのではなく、その枠組みをまわりの人たちと一緒に作り直していく。そんな力をもつ約10名と交わされた、働き方・暮らし方をめぐるインタビュー集です。「生きていることは変わってゆくことなんだろう。みんな冒険の真っ最中なんだ。」あなたはこれから、どこで誰と「冒険」を続けますか？

## 介護する息子たち

平山亮 著



### なぜ男の介護は困難なのか？

わが国は、超高齢社会に突入。それに伴い「介護」という問題にも直面します。

また、「男性の生きづらさ」への注目が共有されつつある一方で、成人した男性の息子としての経験は、これまでほとんど語られずにいます。本書は、息子としての男性とはどのような存在か、また、どのような存在として理解されているかを、親の介護をする男性の経験を通して考察したものです。

## 歌丸 極上人生

桂歌丸 著



### 桂歌丸の生きざま

人気演芸番組「笑点」の顔として長く親しまれた落語家で落語芸術協会会長の桂歌丸さんが先月ご逝去されました。

本書は、幼い頃から落語が好きで落語家の道へと進むことから、大好きな趣味の釣りの話、笑点の大喜利メンバーや先代圓楽師匠、立川談志師匠との交流など歌丸さんの半生を綴った「極上人生」です。ぜひ、一読してみてください。

## 送り火

高橋弘希 著



### 第159回芥川賞受賞作！

少年たちは暴力の果てに何を見たのか？

東京から山間の町へ引っ越した中学3年生の主人公、歩。歩は、場所に馴染み、学級に溶け込み、小さな集団に属することができた、と信じていた。あの夏休み、河へ火を流す地元の習わしの日までは一。

「圧倒的な文章力がある」「完成度の高い作品」と高く評価された中篇小説です。

## ファーストラヴ

島本理生 著



### 第159回直木賞受賞作！

なぜ娘は父親を殺さなければならなかったのか？多摩川沿いで血まみれの女子大生・聖山環菜が逮捕された。環菜を凶行に駆り立てたものは？裁判を通じて明らかにされる家族の秘密とは？臨床心理士の真壁由紀は、この事件を題材としたノンフィクションの執筆を依頼され、環菜やその周辺の人々と面会を重ねる。そこから浮かび上がってくる、環菜の過去とは？「家族」という名の迷宮を描く傑作長篇です。

材としたノンフィクションの執筆を依頼され、環菜やその周辺の人々と面会を重ねる。そこから浮かび上がってくる、環菜の過去とは？「家族」という名の迷宮を描く傑作長篇です。



## 防災の日



9月1日は「防災の日」です。台風、高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、それらの災害に対処する心構えを準備するためとして、昭和35年（1960年）に内閣の閣議了解により制定されました。また、昭和57年（1982年）からは、9月1日の「防災の日」を含む1週間（8月30日から9月5日まで）が「防災週間」と定められています。9月1日の日付は、1923年9月1日に発生した関東大震災にちなんだものであり、また、この日は台風の襲来が多いとされる「二百十日」にあたり、「災害への備えを怠らないように」との戒めも込められています。制定の契機となったのは前年、9月26日に上陸した伊勢湾台風が史上まれにみる被害をもたらしたことによります。

図書コーナーでは、「防災の日」に合わせて、防災に関する本を揃えて展示していますので、是非お立ち寄りください。



## 9月の新着図書（全20冊）



図書管理番号	書名	著者	分類
7310	CULOTTEES キュロテ -世界の偉大な15人の女性たち	ペネロープ・バジュー (著)/関澄かおる(訳)	女性学関連
7311	戦略子育て -楽しく未来を生き抜く「3つの力」の伸ばし方	三谷宏治	教育・子育て
7312	佐々木正美の子育て百科	佐々木正美	
7313	さよなら、田中さん <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	鈴木るりか	家族・家庭
7314	自分のことだけ考える。 無駄なものにふりまわされないメンタル術	堀江貴文	こころ
7315	「がん」をのりこえた人が気づく7つのこと	小原田泰久	からだ・健康
7316	死ぬまで歩くにはスクワットだけすればいい <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	小林弘幸	
7317	身近な人が亡くなった後の手続きのすべて(新版) <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	児島明日美/福田真弓/酒井明日子	法律
7318	一緒に冒険をする <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	西村佳哲	仕事
7319	パラレルキャリア -新しい働き方を考えるヒント100	ナカムラクニオ	
7320	未来の年表<2> -人口減少日本であなたに起きること	河合雅司	高齢社会・福祉
7321	介護する息子たち <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	平山亮	男性関連
7322	歌丸 極上人生 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	桂歌丸	生き方
7323	生きていくあなたへ -105歳 どうしても遺したかった言葉	日野原重明	
7324	送り火 <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	高橋弘希	エッセイ・文学
7325	ファーストラヴ <span style="border: 1px solid orange; border-radius: 50%; padding: 2px;">書評あり</span>	島本理生	
7326	おしっこちょっぴりもれたろう	ヨシタケシンスケ	絵本
7327	やっぱり、僕の姉ちゃん	益田ミリ	その他
7328	ほぼ命がけサメ図鑑	沼口麻子	
7329	志麻さんの何度でも食べたい極上レシピ	志麻	



# 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

- 閱 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

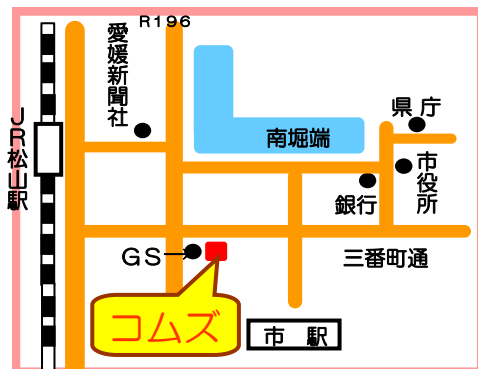
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	
3 休館日	4	5	6	7	8	9
10 休館日	11	12	13	14	15	16
17 敬老の日	18 休館日	19	20	21	22	23 秋分の日
24 振替休日	25 休館日	26	27	28 図書点検・ 整理のため	29	30

### ☆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)
- ・ 年未年始  
(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♪

