

福島県男女共生センター図書室だより

第 90 号
2023. 12. 20

ライブラリー

散 歩 道

今月のテーマ

多様性を考える

— 生きるヒント —



分類番号 5101 ス

「なんとかなるさと思える本」
菅野泰蔵 法研

本書は、月刊誌「ジャストヘルス」に4年にわたって連載されたものに手を加えてまとめたものです。

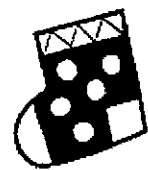
帯の「少しでも見方を変えたらラクに生きられる」そんな言葉に引寄せられ手に取りました。

人生楽しくするもしないも考え方次第、自分の中に新しい風を入れることで、心にゆとりが生まれ生き方が楽になる。

そんな明日を生きるための知恵を頂けたような一冊でした。

本書の中には、自分を知るためのチェック項目(あなたの心の前向き度など)があり、第1章～第4章まで自分は「プラス思考」「マイナス思考」など確認しながら読ませて頂きました。

物事や出来事、状況などのフレームを変えることで、別の視点を持てるようになる、そんな素敵な本でした。(K. M.)



分類番号 4101 イ

「捨てない生きかた」
五木寛之 マガジンハウス

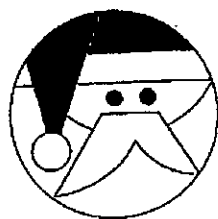
「まえがき」にある「捨てない生きかた」も悪くないという作者の言葉に、高齢者と呼ばれる年月を生きてきた者にとって、回想の中で生きる楽しみを見出すことができました。

私もコロナ禍の閉塞感から断捨離ブームに乗って、我が暮らしを見直してみました。

ところが、モノたちのお陰で懐かしい記憶が蘇り、豊かな物語が紡ぎ続けられていることに気がきました。モノたちに感謝の気持ちでいっぱいになり捨てないことにしました。

作品を読み進めていくと、モノによって明らかにされる歴史の数数、作者が体験した重たい戦争の歴史もありました。

人生100年の時代に身を置いている私たちに作者は「成長の時期には、邪魔なものは捨てればいい。」「成熟するためには、いろんなものを抱え込んでいたほうがいい。」と語っています。人生の宝物探しにお薦めの一冊です。(S. S.)



分類番号 2209 ツ

「荒くれ漁師をたばねるカ ド素人だった24歳の専業主婦が業界に革命を起こした話」
坪内知佳 朝日新聞出版

女性活躍推進法が動き出し、元気な女性がリーダーシップを発揮して活躍している様子が各所で取り上げられている昨今です。

幸運にも、作者には講演会で講師として出会い、実際に「荒くれ漁師」との出会いから満身創痍のような活躍ぶりで、萩大島船団丸代表(株式会社GHIBLI代表取締役)に就任したお話を伺う機会に恵まれました。思わず「いいね!」と心の中でガッツポーズ、笑顔になってしまいました。

再び、図書室で著書を手にして改めて活字に向き合いましたが、作者の声や表情が蘇ってきて、猛暑続きの夏を乗り切ることができました。作者は、何故こんなにも一所懸命に頑張ることが出来るのでしょうか?是非、「業界に革命を起こした話」を手にとって、命を大切に生きる力を実感して欲しい一冊です。(S. S.)



分類番号 1102 ス

「男がづらい!資本主義社会の「弱者男性」論」
杉田俊介 ワニブックス

著者は以前から、男性問題についての三部作を構想しておりました。

第1作『非モテの品格-男にとって「弱さ」とは何か』第2作『マジョリティ男性にとってまっとうさとは何か-#Me Tooに加われない男たち』(第1作・第2作は既刊)。

本書は三部作のスピノフ的な一冊です。

今の時代でも、男らしくない・男なんだから・男のくせにといった言葉はよく耳にします、男らしさという価値観を意識的にも無意識的にも求められている世の中で、未婚・非正規・孤独・美醜・貧困・非モテという本書でいう弱者の生きづらい世の中への叫びが綴られておりました。

あるがままに生きることが出来ず悩んでいる方に、私達はどんなセルフケアが出来るのか考えさせられる一冊でした。

(K. M.)

分類番号 J3211 コ

「親を頼らないで生きるヒント
家族のことで悩んでいるあなたへ」
コイケジュンコ 岩波書店

はじめにの中で著者は、「親の離婚や死別、その他のさまざまな理由で「大人になるまでに親にちゃんと育ててもらえない」、つまり、「親を頼れない」と感じている中高校生の、いま何をしたらいいのか、これから先、どう生きていけばいいのか、について少しでも力になりたいと思っている人たちと一緒に企画をしました。」と熱く語っています。

家族の形や内容は家族の数だけあるでしょうし、外からではわからない内情も様々あるでしょう。そのような中で困っていたり、悩んでいる中高校生の皆さんにとって寄添ってくれる内容になっています。

第2章では、先輩たちの体験とメッセージを紹介しています。どうすればいいのか、と悩んでいる一人ひとりに響くものがあるでしょう。自分と同じような大変な思いをしていたり、いかにそこから抜け出すことができたのか、を知ることで乗り越える勇気をもたらえると思います。(T. Y.)

☆図書室から本の紹介をします☆

番号	書 名	著 者 名	出 版 社	分 類
1	津田梅子 科学への道、大学の夢	古川安	東京大学出版会	1203 フ
2	海獣学者、クジラを解剖する。 海の哺乳類の死体が教えてくれること	田島木綿子	山と溪谷社	2202 タ
3	ふたごじてんしゃ物語	中原美智子	苦楽堂	2205 ナ
4	コールセンターもしもし日記 ご意見ご要望、 クレーム、恫喝…反論せずにお聞きします	吉川徹	三五館シンシャ	2205 ヨ
5	今日もまた余力ゼロで生きてます。 水野美紀の子育て奮闘記	水野美紀	朝日新聞出版	3206 ミ
6	80歳の壁	和田秀樹	幻冬舎	4101 ワ
7	草笛光子 90歳のクローゼット	草笛光子	主婦と生活社	4203 ク
8	スマホ脳	アンデシュ・ハンセン	新潮社	5101 ハ
9	小さな神たちの祭り	内館牧子	潮出版社	S6102 リ
10	汝、星のごとく	風良ゆう	講談社	6102 ナ

利 用 ガ イ ド

◎利用時間

9:00～20:00

(休館日前日 9:00～17:00)

◎貸出冊数

本 5冊 15日以内

ビデオ 3本 8日以内

※どなたでも無料でご利用できます。

※図書室内での飲食、携帯電話
の使用はご遠慮ください。

編集後記

いよいよ今年も師走になってしまいました。皆さまにとって今年はどうな一年だったでしょうか？どこか行きたい所には行けましたか？やりたい事は出来ましたでしょうか？

まだまだコロナやインフルエンザの心配はありますが、少しずつクリスマスやお正月を皆で楽しんで行きたいものです。

今号は少しイラストをクリスマス風にしました。楽しい風景を思い浮かべて頂ければと思います。

発行者：公益財団法人福島県青少年育成・男女共生推進機構 福島県男女共生センター図書室だより作成グループ

図書室へのお問い合わせは

〒964-0904 二本松市郭内一丁目 196-1

福島県男女共生センター「女と男の未来館」 TEL 0243-23-8308 (図書室直通)