

福島県男女共生センター図書室だより

第 61 号  
2016. 6. 20

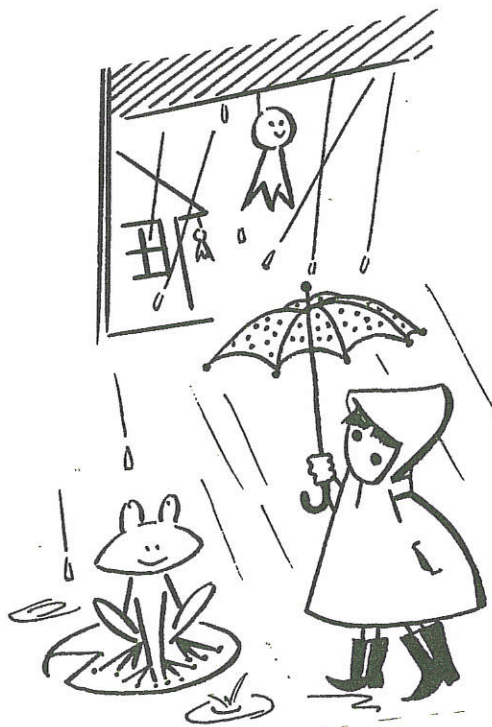
ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

児童書コーナーから

— ジャンルいろいろ —



分類番号 6108 ウ

「ピアトリクス・ポターのおはなし」

ジャネット・ウィンター・絵と文 長田弘・訳 晶文社

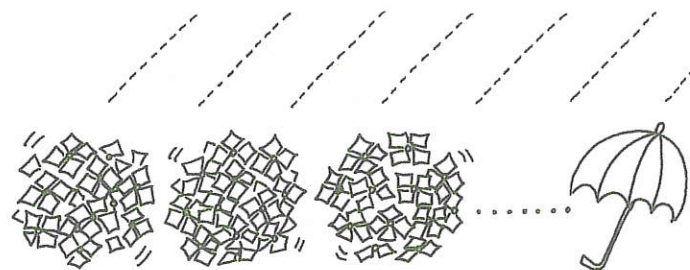
“ピーターラビットのおはなし”を知っていますか。はりねずみさんやうさぎさんなど小さな生きもの達が人間と同じように会話をし、助け合い、面白いことを発見し、生き生きと暮らしていく様子を可愛い絵と共に描いたお話です。舞台はイギリスの湖水地方という湖や丘の点在する美しい自然の中です。この本は、その絵物語の作者、ピアトリクス・ポターの伝記を絵と文章でやさしく書いたものです。ゆっくり絵を眺めながら読んでください。ピーターラビットのおはなしは 24 巻もあります。ポターの美しい絵本も、ぜひ見つけて、読んでほしいですね。(W. T.)

分類番号 6108 ア

「ワンダフルライフ 地球の詩」

飛鳥童・絵 川崎洋・詩 小学館

「おーいあざらしいーぼくだよ ほら すっとすっとむかし さかなだったぼくだよ うみにきてごらん そのころのことを うみなら おぼえているよ はなしてくれるよ」と、地球上の海に生きるものや、森や湖に生きるものの思い・ひとりごとが、あざやかな絵にのせて描かれています。本当に海の中でこんな事が、ソウと一緒に歌ってみたい、しろくまにさわりたい、しろくまの目をこっそりのぞいてみたいなあーと思うような一冊でした。これから夏休み、海や森、そして水族館や動物園に行く機会などにも、読んでから出かければまた違う世界に出会えるかもしれません。(K. M.)



分類番号 6108 タ

「ホームレス中学生」

田村裕 ワニブックス

書き出しに「家がなくなった。それは、ボクのそうそうをこえた、できごとだった」から始まる 13 歳の中学生が体験した実話である。父親から「きびしいとは思いますが、これからは、おのおのがんばっていきてください。解散！」と宣言された著者はその後どんな人生を歩むことになるのだろう？と読み進める。友達を頼って泊めてと言えずに公園生活へ入り、空腹のはてに草やダンボールも食べた。1 ヶ月弱が過ぎ、空腹の極限状態でクラスメイトと奇跡的な出会いをし「ごはんだけでも食べさせて～」とすることができた。危うさと紙一重の人生は周囲の人たちから本当の家族一員のように当たり前前に受け入れてもらえた時から展開していく。著者の心に向きあって、何気ない日常生活の大切さと人情の機微に触れられた。吉本興業漫才師・著者が語る赤裸々な表現で一気に読みできる一冊である。(S. S.)

(S. S.)

分類番号 6108 ア

「くもの糸」

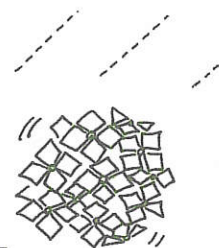
芥川龍之介・作 藤川秀之・絵 新世研

この本といっしょに借りた別の本(6108 岸本葉子「本はいつでも友だちだった」)に、次のような作者のことばがありました。

「読書によって一回きりの人生を、何倍にも、何とおりに体験できる。家の中に座ったまま、寝転がりながらでも、どこへでもいけるし、だれにでもなれるのだ。」

全くその通り、これぞ読書の楽しみです。さて、では極楽と地獄にも行ってみましょう。「くもの糸」の絵本を開いて。お話の内容はすでにごぞんじと思いますが、この大型絵本の迫力ある具象的で大胆な絵を眺めながら、龍之介の美しく、決してむずかしいことばを使っていないのに品格に満ちた、これぞ日本語という文章を久しぶりに読んで、改めてそのすばらしさに打ちのめされるような気がしました。是非、絵の、特にカンダタの表情や体の動きなどをじっくり見ながら、お話の中身と文章を味わってください。くもの糸が切れたあとのおしゃかさまの悲しみと愁いをたたえたお顔の絵がすばらしいです。(S. N.)

(S. N.)



分類番号 6108 ア

「ハッピーバースデー」—命かがやく瞬間—

青木和雄・作 加藤美紀・画 金の星社

この本の主人公あすかは、11 歳の誕生日に「おまえ、生まれてこなきゃよかったよな。」と、母親と兄の直人から言われ声を失ってしまう。悲しみやつらさでいっぱいになると、のどをつまみ、固いしこりになっていた。母は小さい時の心の傷からあすかを愛せず、抱きしめることが出来ないで来た。直人は両親の言う通りの人生に疑問をもちはじめ、自分を傷つけることでしか自分を守る方法を知らない無力な妹をいとおしく思い、兄として守ってやりたいと思っていく。

その後、あすかは離れて暮らす祖父母との生活の中で癒されていき、転校した学校へも通えるようになって、明るさをとり戻していき、翌年の誕生日には父親から「ハッピーバースデー！あすか」と祝福されたのである。

著者の専攻は心理学。現在は教育カウンセラーとして横浜市教育委員会にいじめに関する教師、親と子の相談・指導に当たっていて、実際に教育相談に訪れたあすかに出会っている。

作者のあとがきに、子どもたちみんなが「生まれてきてよかった」と言えるような学校であり、社会であることを願ってこの本を書いたとある。本の表紙の女の子は、屈託のある寂しげな表情であすかを思わせ、魅力的で好感がもてた。(K. K.)

(K. K.)

分類番号 2106 イ J

「親子できたえる防犯力」

石井栄子 セコム株式会社

子どもを狙う犯罪が後を絶たないため、地域で子どもを守ろうという動きがあります。しかし、それだけで安全かと言い切れません。そのため「子どもの防犯力を高める」ことが求められます。筆者は「自分で状況判断をし、今何をしなければいけないかを考え、もっとも安全だと思われる行動を取れる子に育てる、ということです。」と、述べています。こんな時どうするか、家庭での話し合いが大切です。テーマも基本的なこと、例えば、「安全って、どういうこと？」「遊びに行くとき、どうする？」「留守番のとき、電話が鳴ったら？」など、具体的な会話が載っています。あなたの防犯意識度チェックでは、生活度、社会性、住環境、地域性があります。日ごろ気がつかないことがこのチェックで見えてきます。是非参考にして子どもも大人も犯罪から自分を守りたいと思いました。(T. Y.)

(T. Y.)

分類番号 6108 ウ I

「精霊の守り人」

上橋菜穂子/作 二木真希子/絵 偕成社

上橋菜穂子の紡ぐ広大なファンタジー連作の第一作です。

「女ながら、腕のたつ用心棒であるバルサは、偶然、新ヨゴ皇国の皇子チャグムの命をすくう・・・ふしぎな運命を背負わされたチャグムを追って」物語をすすみます。

ファンタジーというと、つい子ども向け・・・と思いがちですが、架空の国の歴史、地図、ことばをつくりあげ、「指輪物語」のようでした。NHKでドラマ化されています。物語の世界に入ってみるのもいかがでしょうか。(A. K.)

分類番号 6101 シ

「おじいちゃんの日本語教室」

柴田武 井口豪 朝日新聞社

「どうも自分の息子は書くのが苦手らしい。どうしたら…？」という相談に乗った祖父は、孫のためにと考えた案は、毎日の手紙のやりとりでした。「お手紙を毎日書いて下さいよ。おじいちゃんも書くからね。」と指切りげんまんをして手紙を待つことになりました。

この本には 68 才の祖父と 7 才(2 年生)の孫との一年間の手紙の交換がまとめられています。自然の目を見張るような変化、興味ある動物の放し、読書のこと、友人とのもめごとなど、多岐に渡っていて、次にどんな話題に目がいくのかな？とつい引き込まれて読み進みたくなります。言語学者でもある祖父は、ことばの成り立ちや使い方などクイズでやり取りするなど、次の手紙(返事)へとつなげていってくれます。孫である筆者は大人になってから、その頃を振り返り、「手紙を書くのはめんどうだったが、思ったことを書き連ねていく時間は楽しかった」と述べています。メールもいいけど時には手紙も書いてみようかなと思わせられます。(I. M.)

(I. M.)

# ☆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	女性はなぜ活躍できないのか	大沢真知子	東洋経済新聞社	1101カ
2	成形した女は幸せになっているのか	北条かや	星海社	1101ホ
3	主夫になってはじめてわかった主婦のこと	中村シェフ	猿江商会	1102ナ
4	母ターシャの思い出 ニューハンプシャーで暮らした日々	セス・チューダー	KADOKAWA	1203テ
5	老いの冒険 人生でもっとも自由な時間の過ごし方	曾野綾子	興陽館	2110リ
6	離婚してもいいですか？	野原広子	KADOKAWA	3102ノ
7	子どもはみんな問題児。	中川李枝子	新潮社	3206ナ
8	ちょいヨガ ココロとカラダが楽になる	菅井悦子	高橋書店	5105入
9	ハタチまでに知っておきたい性のこと	橋本紀子他	大月書店	5206ハ
10	たのしい！おばけのめいろ	大泉書店編集部	大泉書店	6108カ

## 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

当センターの図書室を訪れますと、まず、「今月のおすすめ本コーナー」が目に入ります。六月は男女共同参画週間（六月二十二日から六月二十九日）の月でもあり、「わたしに合った暮らし、働き方―人生をもっと豊かに！」のテーマに沿った本が紹介されています。その先に足を進めますと、児童書のコーナーがあり、歴史もの、思春期に関するもの、現代に生きる古典など広いジャンルのものが並んでいます。子どもたちの調べ物の資料としても利用されているそうです。散歩道六十一号は、このコーナーからの本も含めて選書してみました。

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ボランティア

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)

福島県男女共生センター図書室だより

第 62 号  
2016. 9. 20

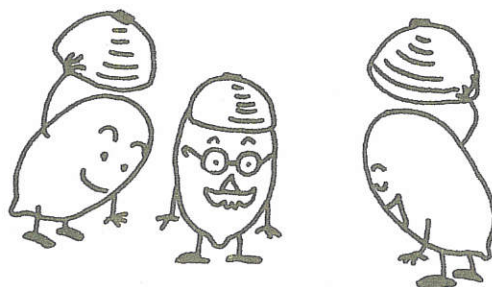
ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

児童書コーナーから

— ジャンルいろいろⅡ —



分類番号 4201 コ

「オシャレで無理なく生活できる 素敵節約！」

小若順一 三五館

まえがきに「安全性の高い素材でつくった素性のいい製品だけを、丁寧に、こまめに手入れや修理を行いながら使う、それが『節約』です」と述べている。食やエコな快適生活などについて独自の視点で提案している。見開き2ページで項目ごとに説明されているのもわかりやすい。有害物質を含まない自家製化粧品・重曹と石けんと酢でつくる重曹シュワシュワクリーム・簡単に作れる自家製タレやつゆの作り方など感心するものばかり。買うことに頼っている自分には「目からうろこ」であった。(T. Y.)

分類番号 3206 テ

「3歳からのお手伝い」 寺西恵里子 河出書房新社

この本のタイトルは「3歳からのお手伝い」ですが、今10才なら…どれもOK。お手伝いの必要とわかった時から始めればいと著者は言っています。内容は「お手伝いの4つのお約束」からスタート。炊事、そうじ、家事、動植物の世話などお手伝いのレベルも上がっていきます。愛らしい子どもの動作の実例も載っていて、たくさん能力があることに気づかされ、がんばれ！と励まし、ほめてやりたくなります。私は自分の子育ての時期はずっと働いていましたので、子どもに手伝いをさせるより自分でやった方が早い…という思いで過ごしておりました。が、読後は子どもの能力の可能性を信じて、少しだけ手を貸し、見守っていくことの大切さを感じました。これから「イクジイ」「イクバア」になってみようかなと希望を持っておられる方も、もちろん若いお父さん、お母さんも可愛い子どもといっしょにごらんになってはいかがでしょうか。(I. M.)



分類番号 J 1203 ロ

「ナターシャ チェルノブイリの歌姫」

手島悠介／著 広河隆一／写真 岩崎書店

ナターシャは、1986年4月、ロシアのチェルノブイリ原発の爆発で被曝しました。6歳でした。住んでいたのは、プリチャピ市で原発から3.5kmでした。ロシアは当時、ソ連と呼ばれており何よりも“国”を優先する体制でした。住民の多くは、正しい情報も伝えられぬまま逃げまどい、避難が続き、今も故郷は閉ざされたままです。

ナターシャの小学校時代、多くの友達のたどった道筋……。 「プリチャピっ子」といわれたそうですが「ヒバクシャ」という差別の意味があるそうです。彼女は、その後、天性の美声と民族楽器パドゥーラの弾き語りの歌手になり、日本での多くのコンサートを開き「チェルノブイリの子への支援」を訴えています。

著者がナターシャの話から、読者に「大きな体験をしてほしいと願ってこの本を刊行したのが2001年。東電の原発事故は2013年。そして今は2016年。ナターシャはどこで歌っているのかしらと思いつつ、「石棺」という言葉は、このチェルノブイリで聞いたのだったと思い出しました。(A. K.)

表題の「ジャンルいろいろ」の通り、多彩な本たちが勢揃いしました。読書の秋に、どれか一冊でもあなたの世界を広げるのに役立ったら、うれしいです。



分類番号 6108 カ

「はらぺこあおむし」

エリック・カール／作 もりひさし／訳 偕成社

物語としては、卵から幼虫そしてさなぎ、蝶が誕生するまでを描いたものですが、単なる知識の絵本ではありません。ちっちゃなちっちゃなあおむし君をガンバレガンバレと応援したくなる様な、そしてあざやかな絵が、生命の美しさをうたいあげている絵本だと思います。この「はらぺこあおむし」の他にも、虫たちのカルテット、絵本です！として、「くもさんおへんじどうしたの」「だんまりこおろぎ」「さびしがりのほたる」があり、作者が「はらぺこあおむし」を出したとき、虫のすばらしい四部作（カルテット）を作ろうと思い、26年がかりで、四作がそろったとの事です。作者、カール氏は、自分の作品に責任感と愛着をもっていて、85年には、初期の絵本「はらぺこあおむし」の絵を全て描き直しました。この本は新しい原画をもとに作り直した改訂新版です。子どもの頃に見た絵と違っているな・・・と思われた方もいらっしゃると思います。おじいちゃんやおばあちゃんと一緒に見られると、話が広がって行くかも知れませんね。(K. M.)

分類番号 3206 タ

「子育て知らずの孫育て」一次世代に伝え遺したいこと一

田原総一朗 東京新聞

著者は長女に双子の男の孫が生まれた。東京新聞・中日新聞生活部からの依頼で孫育ての立場から孫たちの日常生活を紙面に連載したものをこの本はまとめたものである。

著者と一緒の双子ちゃんの写真がふんだんにあって、読者をあきさせない。両親は子どもの疑問に答えられない時は、「オーパパ」（著者のこと）に聞きなさいと。四才の頃、大河ドラマでみたのか「武田信玄はなぜ戦いをするときいすに座っているのか」。五才の頃ではナスやきゅうりでお盆をむかえることの意味を「オーパパ」に語らせている。読んでいて真剣に孫たちに向かう著者の息づかいが感じられ、是非手にとってほしい一冊である。

次世代に伝え遺したいことでは、東日本大震災をはじめとして孫たちに今語っておきたいことがまとめられている。

【なお、著者は福島県男女共生センターで、平成19年2月17日に男女共生講演会「女性が日本をどう変える？」のテーマで下村前館長と対談を行っている。】 (K. K.)

分類番号 J 1203 ロ

「とどまることなく 奴隷解放につくした黒人女性ソジャーナ・トゥルース」

作・アン・ロックウェル 訳・もりうち すみこ

絵・グレゴリー・クリスティアー 国土社

ソジャーナ・トゥルースの本名はイザベラ。ニューヨーク州で30歳近くまで奴隷として苦難の中に生きました。曲折を経て開放されたイザベラは、1843年のある日、夢の中ではっきりと告げる声を聞きます。「ニューヨークをでよ。アメリカじゅうを旅して奴隷だったころのことを人びとに語れ。ものいわぬ、すべての奴隷たちの声になれ。」と。その時からイザベラはソジャーナ・トゥルースと名のり、自由で力強い語り手として旅から旅への新しい生活を始めます。ソジャーナとは「たえず先へすすんでいく人」、トゥルースとは「真実」。真実を人々に伝えながら、とどまることなく先へ進んでいく人生で、静かに奴隷解放に尽くしました。この絵本で、奴隷解放の歴史の中に彼女のような女性がいたことを初めて知りました。力強い絵もすばらしいです。ちなみに、リンカーンの奴隷解放宣言は、イザベラがソジャーナ・トゥルースとして活動を始めた20年後の1863年でした。(S. N.)

分類番号 6108 ア

「おじいちゃんのゴーストフレンド」

安東みきえ 杉田比呂美／絵 佼成出版社

テッチャンとぼく、二人ともごくふつうの少年。テッチャンにはおじいさんがいる。病気のせいかも知れないけれど、もう亡くなっている友人の“ふうさん”が時々訪ねて来るという。うれしそうに話すおじいさん。楽しい思い出の中で生きているのが幸せなんだと自分で納得し、一生懸命おじいさんとつき合っていこうとするテッチャン。ぼくの目を通して、テッチャンの優しい気持ちが伝わってくる。本当は大変な介護の問題を思いやるという心の観点から描いた作品です。(W. T.)



分類番号 6108 イ

「チェーン・メール ずっとあなたとつながっていたい」

石崎洋司 講談社

ある日、女子中学生のさわ子に「虚構の世界でいっしょに遊びませんか。みんなでお話を作るの。知らない人がみたら、びびっちゃうようなこわい話にするの」とメールが届いた。登場人物になりきって掲示板にストーリーをリレー形式で書き込んでいく緊迫感が心地よい。現実と虚構の世界で女子中学生たちの出会いが作り出すミステリーは、ちょっと変わった少女たちの悲しい心の叫びだった。日常生活の中で虚構描写はどんどんエスカレートしていき、引用された哲学者ニーチェの言葉が鍵となり意外な結末へと展開される。携帯からスマホに変化してきた現在のネット社会の危ういつながり感にも通じるものがある。「だれかに自分をわかってもらえること。これ以上の喜びがあるでしょうか」と、記した著者の言葉が静かに心に響いた一冊である。(S. S.)

# ☆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	ひみつの王国 評伝石井桃子	尾崎真理子	新潮社	1203オ
2	山崎豊子スペシャル・ガイドブック 不屈の取材、迫真の人間ドラマ、情熱の作家人生！	新潮社山崎プロジェクト室/編	新潮社	1203ヨ
3	大村智 2億人を病魔から守った化学者	馬場練成	中央公論新社	1203バ
4	女性と子どもの貧困 社会から孤立した人たちを追った	樋田敦子	大和書房	2106ヒ
5	PTA、やらなきゃダメですか？	山本浩資	小学館	3208ヤ
6	魅力あふれる認知症カフェの始め方・続け方	浅岡雅子	翔泳社	4102フ
7	老妻だって介護はつらいよ 葛藤と純情の物語	沖藤典子	岩波書店	4102オ
8	笑医力（わらいりょく） びっくりするほど健康になる！	高柳和江	徳間書店	5104ク
9	同性愛は「病気」なの？ 僕たちを振り分けた 世界の「同性愛診断法」クロニクル	牧村朝子	星海社	5204マ
10	昔話はなぜ、お爺さんとお婆さんが主役なのか	大塚ひかり	草思社	6102オ

## 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

第六十二号をお届けします。通常は九月二十日の発行となりますが、当センター開催の「未来館フェスティバル2016」に間に合わせるように企画しました。

観測史上初の太平洋側から東北に上陸した迷走台風十号で大変な被害に遭われた皆様に心からお見舞い申し上げます。

今回も、おすすめの一冊を選びましたので、手にとっていただけましたら幸いです。

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ボランティア

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)

ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

**ありのままに生きる！**

— 今、これから、まわりに目を —



分類番号 2110 ヨ

「今日を限りに生きる。」—人間、明日のことはわからない—  
吉沢久子 さくら舎

現在 98 才の著者は、家事評論家・随筆家として多くの著書を世に送り出して来ました。この本は、文芸評論家の古谷綱武氏と 66 才で死別して以来の自身の行き方、衣・食・住についての考え方、その具体的な実践例などを平易なことばで語ってくれていて、読むほどに共感を覚え教えられることの多いものでした。繰り返して読みました。第一章“毎日「今日が最高」と思っている”から第六章“心残りのない生き方”まで、人生の大先輩としてのことばは心にずしんと響きます。好奇心旺盛で、今日は昨日より一日分豊かになっていると思えるなんて、なんてすてきなんでしょう。ぜひ読んでみて下さい。(W. T.)

分類番号 4101 ト

「ハツラツ老人力配達します」 富田君子 風媒社

この本は、著者が講演の依頼があれば出掛け、長年福祉ボランティアをし、福祉関係の会合に出席したり、地域の中で楽しく仕事をして来た。自分自身の生き方を書いたものです。小さなことにクヨクヨするのはばからしい。要は考え方、生き方しだいストレスとのつき合い方、おしゃれの仕方、人づき合いのポイントからボランティアの魅力まで、生きることの達人が老いとの愉快的な向かい合い方を伝授してくれます。趣味は楽しんでするもの、陶芸、コーラス、友達との旅行など、人生を満きっしている。著者から生きる喜びとパワーが頂ける一冊です。そして、私はもう一つ、著者そっくりのイラスト(長谷幸治)が本文中に沢山あり、つい笑いが…その笑いで元気がいただけたように思います。(K. M.)

分類番号 4101 ニ

「枯れ木に花が咲いたら迷惑ですか？」  
—高齢者恋愛トラブル相談室—  
西本邦男 幻冬舎

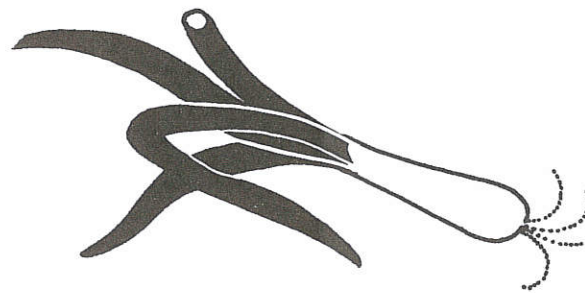
日本の高齢化社会は平均寿命の長さ、高齢化率とそのスピードが世界から注目されています。その中で生活している私も高齢者の一員ですが、高齢化社会という言葉はいやというほど聞いて知り過ぎるほど知っていますが、果たして実態をちゃんと把握しているかという、表面的なことしかわかっていないのではないかと思います。この本は恋愛トラブルという一局面から Q & A の形で高齢化社会をみているのですが、そこからさまざまな問題が広く浮かび上がってきて、社会の縮図があぶり出されてくるようです。

恋愛トラブルなど自分には縁がないと思って読み始めたのですが、高齢化社会の一大問題をガーンとつきつけられたような気がしました。要所に「法律コラム」があり、実際的な知識を与えてくれます。一度読んでおいてもいい本だと思います。(S. N.)

分類番号 4101 ア

「60 代の生き方・働き方 第二の人生を楽しむ心得帖」  
阿部絢子 大和書房

消費生活アドバイザーとして 30 年間勤務、仕事にやりがい責任感を持ち、もう少しこのままかな、と思っていた矢先「そろそろ職場をリフレッシュしたいのですが…」と退職勧告を受けることになった 63 歳。定期収入の仕事がなくなり暮らし方を見直したが、年金制度の落とし穴にこんなはずではなかったと思い知らされ、ブラッシュアップしていた薬剤師の資格をドラッグストアの薬剤師として活かし再就職できたのが 64 歳。働くのは、「傍がラクになる」ことなりと奮闘する姿が 60 代で働くときの心得、働き方のコツと展開していく。「今どきの 60 台、なってみないとわからないことが沢山あるから面白い！」と言いきる作者の生き方に共感して仕事の面白さを味わえた。60 代で働くには、頑張りも必要だが、頑張りすぎてもいけない。第二の人生を 70 代 80 代と命ある限り歩む心と身体に響く一冊である。(S. S.)



分類番号 4101 エ

「老後破産」—長寿という悪夢—  
NHKスペシャル取材班 新潮社

NHKスペシャル取材班はこれまでに「認知症 800 万人」時代、「助けて」と言えない～孤立する認知症高齢者～」を取り上げたが、それに続く番組として「老後破産」を放映した。老後破産とは高齢者を支える「お金」の問題に焦点を当てる為に、このとき考えだされた造語だそうだ。ひとり暮らしの高齢者は病気になったり、介護が必要になったりすると、とたんに生活は破綻してしまう。

この本はこのような境遇になった人のさまざま事例がまとめられている。若者がリストラされて収入がなくなり、仕事もみつからず、年金でかろうじてくらしている親元に戻っての毎日。親の面倒をみるために仕事を辞め、その結果に自らも老後破産に追い込まれることになる。

番組放送後、多くの視聴者から反響が寄せられた。意外にも若い世代からの声が多く、今のうちにお金を備えておかないと、私もこうなってしまうと言う心配や不安だった。

丁寧に丹念に取材された事例はどれも日常では考えられない事実である。国は福祉政策にもっと力を入れてほしい。是非手にとって頂きたい一冊である。(K. K.)

分類番号 2110 ヨ

「今日を限りに生きる。」—人間、明日のことはわからない—  
吉沢久子 さくら舎

「毎日、「今日が最高」と思っている…。」1918 年(大正 7 年)生まれの現在 98 才、5 才で関東大震災を経験し、66 才で夫を亡くしてから、ひとり暮らしをずっと続けている。その様子を「とにかく自由に暮らすことの素晴らしさを教えてくれている」と家事評論家、随筆家でもある筆者は語っています。若い時代をふり返りながら親から子に伝えられてきた素朴で、季節感豊かな日本食の良さ、簡単でも栄養豊かな独自のメニューなど日々の生活の工夫とともに載っています。「私も作ってみよう！」と意欲が湧いてきてメモしたくなります。また同時代を過ごされた古典評論、エッセイなどで有名な清川妙さんと一年間交わされた手紙をまとめた「八十歳をすぎてわかってきた人生の大切なこと」も同図書室にあり、おすすめです。(I. M.)

分類番号 4101 カ

「認知症をよせつけない 60 歳からの脳革命」  
加藤俊徳 大和書房

筆者は新潟県生まれの医学博士。日本は 4 人に 1 人が 65 歳以上の高齢者で、2025 年には高齢者の 5 人に 1 人が認知症になると推計されています。認知症をよせつけない脳の使い方を具体的に説明しているのだから、できることから脳をきたえてみませんか。具体例として、「家事です、料理・洗濯・掃除は毎日体を動かし、細かい仕事がたくさんあります。この家事を工夫することは非常に効果的な脳のトレーニングになる」と述べています。趣味の活動や歩くこともよいが、目的に向かって行動する、好奇心旺盛に動くなど退職前と比べ全体の活動量を減らさないことも大切です。家族それぞれが活動し、互いを尊重して脳を鍛えたいと思いました。(T. Y.)

分類番号 2202 ナ

「990 円のジーンズがつくられるのはなぜ？」  
長田華子 合同出版

990 円のジーンズとか T シャツなど、驚くほど安い新品の衣服を見て、「どうしてこんなに安いのだろうか？原価はどの位？」と作り手賃金まで不思議に思ったことはありませんか。中国や東南アジアの製品だからと、納得したことはありませんか。こんなに安い価格で売られている洋服はどこの国の誰によって、どのようにつくられ私たちの手元に届くのでしょうか。

この本は、アジアの最貧国のひとつとされるバングラデシュの女性工員の働く環境を含めた調査からの報告です。女性たちがとても劣悪な条件の中で働いていること。そして、私たちの払う価格が彼女たちの「働きがいのある人間らしい仕事」につながるような、とりくみができればと訴えています。私に何ができるか…少し考えさせられました。(A. K.)



# ☆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	「居場所」のない男、「時間」がない女	水無田気流	日本経済新聞出版	1101ミ
2	民主主義ってなんだ？	高橋源一郎 SEALDs	河出書房新社	2106タ
3	ドイツ人はなぜ、1年に150日休んでも仕事が回るのか	熊谷徹	青春出版社	2201ク
4	非婚ですが、それが何か！？ 結婚リスク時代を生きる	上野千鶴子 水無田気流	ビジネス社	3103ウ
5	介護民俗学へようこそ！ 「すまいるほーむ」の物語	六車由実	新潮社	4102ハ
6	隠れ貧困 中流以上でも破綻する危ない家計	荻原博子	朝日新聞出版	4201オ
7	はじめてでもカンタン！おいしいベランダ野菜	小島理恵	西東社	4205ハ
8	孤独病 寂しい日本人の正体	片田珠美	集英社	5101カ
9	チェルノブイリの祈り 未来の物語	スベトラーナ・ アレクシエービッチ	岩波書店	6102フ
10	ラジオは真実を報道できるか 市民が支える「ラジオフォーラム」の挑戦	ラジオフォーラム 小出裕章	岩波書店	7102ウ

## 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

北から南まで日本列島まんべんなく地震にみまわれているようです。日本は、火山の連なる国なのだといつくづく思います。災害のたびに、地域のつながりの大切さがとりあげられます。災害時といわず、普段から、地域の中でどう生きるのか、大切なのは何か・・・。

本の中には多くの人生があります。プラス面、マイナス面、何か一つでもお役にたてればと思います。それぞれの本を選びました。どうぞお読みください。

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ボランティア

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)

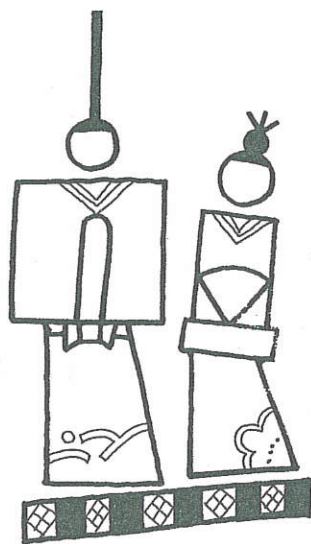
ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

**ありのままに生きるⅡ！**

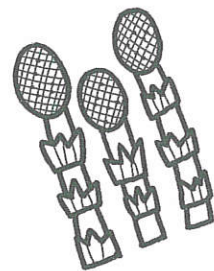
— 今、これから、まわりに目を —



## 「ペコロスの母の贈り物」

岡野雄一 朝日新聞出版

漫画というのでしょうか、“漫画らしくない漫画”に心ひかれてこの本を選びました。若い時から苦労を重ね、結婚して2児の母になって夫の酒乱に苦しめられ、その夫を70代で亡くした後は自分が認知症になっていった“みつえさん”。作者はその母親と同居し、母の様子や日々の会話のやりとりをユーモラスに温かく漫画で描いていきます。“みつえさん”は自分の生きた道筋を自由自在に往き来しながら暮している。長男の自分を時に他の誰かと取り違えても、“みつえさん”は、今その時代に居るのだと考えて否定しないで接していきます。“みつえさん”はやがて介護施設に入り晩年は胃ろうの処置を受け、その後一年半、十分に生きて91歳で亡くなりました。作者はその後も常に“みつえさん”を感じます。仕事部屋で、旅先で。“みつえさん”が折にふれて言っていた「生きとかんば」（生きてなきゃ）は、作者だけでなく私達も言われているようです。どうぞ、じっくり読んで味わってください。（W. T.）



## 「ワンピースの言葉が教えてくれること」

—ルフィと仲間たちに学ぶ「生き方」の教科書—  
方喰正彰 あさ出版

「ワンピース」は、1997年に出版されて以来、400万部以上、30ヶ国以上で出版され、アニメは現在も放映中の人気アニメです。子どもから大人まで幅広く支持されている作品ですが、私にはあまり縁がなかったものです。「ONE PIECE」の魅力は、登場人物から発せられる「言葉の力」にあると著者は言います。次の5つのテーマについて、言葉そのものが持つ魅力をとり上げ、その意味をみつめています。

- ① 夢をかなえるためのヒント
- ② 仲間をつくるためのヒント
- ③ 強くなるためのヒント
- ④ 苦しいときを乗り越えるためのヒント
- ⑤ 自分らしく生きるためのヒント

「人はいつ死ぬと思う…人に忘れられた時さ」。キャラクターを通して、時に巻き舌風に語られるのですが、とてもまじめなのです。

言葉の解釈は人それぞれですが、自分らしく生きるヒントが見つかるかもしれません。（A. K.）

64号の今回は、認知症、介護に関係する本がそろい、それに対する多方面からのアプローチの大切さを教えてください。

「ワンピースの言葉が教えてくれること」や「絵本からの贈りもの」は深刻になりがちな老いを取り巻く状況にホッとする一時を与えてくれそうです。知識を深め、さまざまな世界の情報を賢く選択しこれからの年月をできるだけ「ありのままに」、自立心と受容力をあわせ持ちながら生きていきましょう。

## 「認知症の人がスッと落ち着く言葉かけ」

右馬埜節子 講談社

著者は、「認知症の人に落ち着いていただくためには？」「認知症の人は、病気によって記憶が失われていく『引き算の世界』に住んでいます。だから私たちが、その世界に合わせて『引き算』を使った言葉かけをすればいいのです。」と言っています。家族にとって理解できないことに触れる度、悩むことも沢山あるだろうと想像しますが、著者は『足し算の世界』に引き戻そうとするのは無理な話です」と言っていることに、なんとなく共感しました。ふたつの世界を結ぶには、「ウソをつくこと」、これが認知症に寄り添ういい方法であるらしい。簡単そう、と思うかもしれないが、実際の場面ですぐに言えるであろうか。時には、自分なりの引き算の世界を想定してみようと思いました。（T. Y.）

## 「絵本からの贈りもの」

長山篤子 日本基督教団出版局

当図書室の一番奥の方に情報ネットワークのコーナーがあります。あまり足を運んだことがなかったのですが、「絵本はともだち」「絵本・ことばのよろこび」「お年よりと絵本でちょっといい時間」等に会いました。そんな中から今回は、「絵本からの贈りもの」という本を選んでみました。著者は絵本と出会っている3歳～6歳頃までの子どもの心の動きや遊びの中でどう関わっているかなど、40年近い保育歴の中から語られています。子どもたちの生きる力や幸せを願って、約40冊の推薦図書が示され、子どもたちが読んだあとでどう変化していくかを楽しみながら、あれもこれもまた読んでみようという気持ちにさせられます。

(I. M.)

## 「ボケたっていいじゃない」

関口祐加 飛鳥新社

なんとも痛快な本の題名である。昨今、介護予防や認知症予防などの言葉が脚光を浴びている中でこう言い切れる著者は映画監督である。平成24年に公開されたドキュメンタリー長編映画『毎日がアルツハイマー』は認知症の母親との同居を決意して出会う日々を、娘であるが映画監督でもある著者が動揺しなからも向き合っていく生活の記録だった。どのようにして動画が作られていったかを物語るのがこの本である。思わず笑いを誘う漫画やイラストも肩の力を抜くのに効果的で著者のポジティブな文章を上手く演出している。1章のカメラがとらえた母親の誕生祝いのシーンでは「ボケたっ〜♪」と笑い歌う姿をかわいらしくて、ちょっぴり切ないと表現し、おわりに「母と娘の過去をおさらいし、いまを結び直し、未来に希望をもつことになった」と感謝の言葉が綴られている。認知症になった人が病気と闘い人生を全うしようと頑張っている姿と、その行動の裏にある感情や思いが伝わってくるおすすめの一冊である。（S. S.）

## 「訪問看護師がみつめた

人間が老いて死ぬということ」

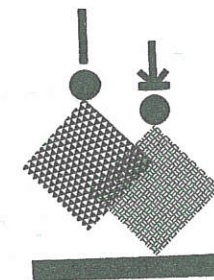
宮子あずさ 海竜社

著者は看護師。22年間一般の病院で働き、現在は精神科病院に所属し、訪問看護師の仕事をしている。

現在の医療制度の大改革によって、或る程度病状が安定して来たら退院する。そしてその後は自宅で病院と同じ治療を訪問看護師によって行われている事例がこの本にまとめられている。

第13章の「老いの衰えは階段状に進行する～75歳の壁～」では、慢性的に妄想がある人が訪問看護を受けながら、一度も入退院をすることもなく自宅で暮しているユシマさんの例が印象に残る。統合失調症とは関係のない老いによる衰えで足がうまく上がらない、膝が曲がらないと、身体的な不調が起きてきたとき、今迄は固く拒否していた介護認定をうけ、要介護より軽度な要支援をうける。出来ないことをやってもらうのではなく、今以上に機能がおちないように、一緒に動く支援で80歳を目前にして今も一人暮らしをしている。75歳を境として病気に加齢も重なって起る不調をも支援でのりきっている。

私には十数年来の友人で福島市内の病院で訪問看護の仕事についている人がいる。仕事の大変さをよく聞いているのでこの本と出会えてよかったと思う。友人にもこの本を勧めてみたい。（K. K.）



# ☆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	女装して、一年間暮らしてみました。	クリスチャン・ザイデル	サンマーク出版	1102ザ
2	14歳くフォーティーン> 満州開拓村からの帰還	澤地久枝	集英社	2108サ
3	世界でもっとも貧しい大統領ホセ・ムヒカの言葉	佐藤美由紀	双葉社	2110サ
4	働く女子の運命	濱口桂一郎	文藝春秋	2202ハ
5	ダンナが会社やめたいと言いだしまして	「会社やめたいダンナ」の妻の会	PHP研究所	2204カ
6	世界一清潔な空港の清掃人	新津春子	朝日新聞出版	2205ニ
7	毎日かあさん 12 母娘つんつか編	西原理恵子	毎日新聞出版	3203サ12
8	きみといつまでも 泣き虫おとうちゃんの子育て500日	あおむろひろゆき	宝島社	3206フ
9	60代の生き方・働き方 第二の人生を楽しむ心得帖	阿部絢子	大和書房	4101フ
10	福島が日本を超える日	浜矩子ほか	かがわ出版	4208フ

## 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

いまだかつてなかった程の雨だつたり、雪だつたりと日本各地の天候異変のなか、桃の節句の頃が巡ってきました。

六十四号をお届けします。

編集委員が八人いますが、おすすめする本も、絵本、アニメ、介護、経済についてなどと多種多様です。自分では手に取ることもないだらう分野の本が紹介されるのは、私共にとっても楽しみです。皆様のアンテナに何か一つ、ひっかかるものがあれば幸いです。

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ボランティア

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)

福島県男女共生センター図書室だより

第 65 号  
2017. 6. 20

ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

まず知ることから始めよう

— 貧困から見えてくるもの —



分類番号 4201 ツ

## スローライフのために「しないこと」

辻 信一 ポプラ社

もう一度深呼吸して、身のまわりを見てほしい、そして気づいてほしい。どこもかしこも、何から何までモノやコトがとにかく多すぎて、私たちの生きる世界の風景は「過剰」というひと言によって表すことができるのではないのでしょうか？

この過剰の時代に、人生を豊かにする引き算の発想が、この「しないこと」です。その「しないこと」から生まれる時間で、もっとゆっくりゆったりとした時を過ごす事が出来れば、もっと違ったものが見えてくるような気がします。

貧困と言われる昨今、何が貧困で、何と比べて貧困なのか？幸せ＝経済的豊かさでないとしたら、いったい幸せてなんだろう。今あるもので充分と知る人だけが、いま生きることの豊かさを知るといふ事ではないのか、と本文の中にあります。

今の社会の中で、生きづらさを感じている人にはヒントになる言葉があるはずだと思います。(K. M.)

分類番号 3207 モ

## 「生きにくさの抜け道」—子どもと大人の黙示録—

毛利子来 岩波書店

著者は東京で小児科医院を開業し、毎日接する子どもや若い親たちから「生きにくさ」を感じていた。それがきっかけで「どう生きればよいのか」を書いたり話したりしています。この専門家からのアドバイスを読み、自分はどう生きたらよいか考えるヒントが沢山ある一冊です。(T. Y.)

分類番号 4201 オ

## 「隠れ貧困」—中流以上でも破綻する危ない家計—

荻原博子 朝日新聞出版

著者はフリーの経済ジャーナリスト。家計経済のパイオニアとして経済の仕組みを生活に根ざして平易に解説しており、TV出演も多い。

この本は、収入は人並みかそれ以上あるのに貯蓄は少なく、将来の見通しがたない状態は、もしかして隠れ貧困と言えるのではと。この疑問から取材し主に40代、50代の働き盛りの世代が直面している問題解決に向けて、住宅ローン、教育費、保険の見直し、着実なお金の増やし方などを、事例に基づいてわかりやすく解決策を提案している。

第8章まであり、“高収入でも貧困がしのび寄る40代”“一見リッチな50代を蝕む「隠れ貧困」”など読んでいて老いても参考になり、ドキリとさせられる。対策編の老後資金の不安に答えるや、病気や介護に備える方法などは特に印象に残った。中流以上でも破綻する危ない家計と言うサブタイトルにはインパクトがある。最近発売された本で、すぐ暮らしに役立つ一冊と思う。(K. K.)

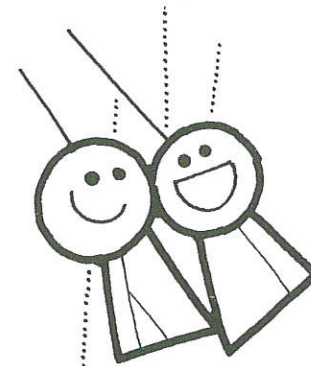
分類番号 2106 オ

## 「すぐそばにある『貧困』」 大西連 ポプラ社

貧困が社会の大きな問題になっていることは、マスコミ報道などで頭には入っていますが、その実態は具体的にどうなのかということはいささか知りません。

この本の著者、大西連（おおにしれん）は、「認定NPO法人自立生活サポーター・もやい」の代表として、生活に困っている人々への相談支援の活動をしています。その活動の中で実際に体験した貧困の実例を、プライバシーに配慮しながら淡々と素直に、構えたとこのない文章で綴っています。まず貧困の実態を知ることが、この問題を考える第一歩だと思うので、この本はそのためのよい道案内をしてくれると思います。

貧困問題と言われても自分とはあまり関係がない別世界のここのように思いがちですが、今や6人に1人が相対的貧困状態にあるというデータもあり、目をそむけることはできないのが現実です。まず「知る」ことから始めましょう。この社会の歪みもそれによってわかってくると思います。(S. N.)



分類番号 3206 コ

## ある漫画家の里親入門「うちの子になりなよ」

古泉智浩 イースト・プレス

子どもの6人に1人が貧困と言われ、身近かな問題と思われず。その実態には複雑な課題があるようです。人がつながる地域で子どもの居場所を作る工夫もなされていますが・・・。

今回は、ある漫画家の里親入門「うちの子になりなよ。」を選びました。「0歳の赤ちゃんを預らせていただく幸福に恵まれ・・・」で始まり、生後数週間から1年2ヶ月までの赤ちゃんとの関わり、日々成長していく中で新しい動きや感情に直面し、その変化のめまぐるしさを積み重ねていく様子がほほえましいです。

後半は里親入門編で里親への思いや研修制度が載っていて、体験された方の里親制度のすばらしさが語られています。

子育てに悩んだり、迷っているお父さん、お母さんにも「子どもってそうだったのか」と気づかせてくれるシーンが多々あって、「こんな時、どう接すれば・・・？」のヒントにもなることと思います。(I. M.)

分類番号 3212 オ

## 「爆笑問題と考える いじめという怪物」

太田 光 NHK「探検バクモン」取材班 集英社

いじめによる子どもの自殺、どうして悲劇は繰り返されてしまうのか、なぜいじめは起きるのか。筆者達はこの問題について有識者と意見を交わし、いじめられた経験を持つ子ども達と話し、また子ども達を守ろうと活動する人々に会い記録する。この本はそのようにしてインタビューを多く取り入れながら“いじめ”問題に取り組んだ報告書であると感じました。「今、いじめで苦しんでいるあなたへ」の呼びかけで、そんなに苦しみながら学校に行くことはない、絶対に死んではいけないと言う太田、田中両氏の訴えが胸をつきます。多かれ少なかれ、いじめたりいじめられたりした経験のある人は居ると思います。“心の傷”をつけないように一度読んで、考えて欲しいですね。(W. T.)

分類番号 3103 ア

## 「ひとり親家庭」 赤石千衣子 岩波書店

子どもの貧困は、「子ども」だけでなく、家庭の貧困であり社会のしくみから生じるさまざまな歪みの現れです。

自らもシングルマザーの筆者が、ひとり親とはどういう状況か、なぜこうもいきづらいのか等々、課題を整理し子どもの生活を豊かにする道筋を提起しています。母子、父子家庭といわれたひとり親家庭だけでなく、子どもの貧困の根は深い。男女の賃金差も、格差もあります。でも年収100~200万円での暮らしを考えると、生きてはいけるが、教育費までは難しい。高学歴が良いとはいわれないが、高い技術を身につけるには、やはり教育が必要だと考えてしまう。DVや虐待を生む負の連鎖もある。児童手当や、給食費支給などで片づく問題でないが、ひとり親の現状とそのサポートのいくつかを読んでみませんか。(A. K.)

分類番号 3210 ト

## 「子ども食堂をつくろう！人がつながる地域の居場所づくり」

豊島子どもWAKUWAKUネットワーク 明石書店

NHKの番組「あさイチ」で取り上げられた「子ども食堂」の様子を記憶していた時に偶然に出会った番組である。「子どもの貧困問題」に向き合って活動し続けているWAKUWAKUネットワークの栗林知絵子氏の講演会が郡山市のビッグパレットで開催されたのは昨年11月だった。2014年政府公表の子ども貧困率は16.3%、6人に1人の子どもが貧困状態にあるという。お腹いっぱい食べていない子どもの声に、お腹いっぱい食べさせてあげたいと思い「子ども食堂」をつくってしまった。子どもの貧困SOSに気づいた大人たちがネットワークし「わいわいガヤガヤ、みんなで一緒にご飯を食べることでつながることができる」と活動の輪を広げていった。子どもだけでなく、そこに集うみんなの居場所づくりのエネルギーで元気になれる一冊である。(S. S.)

# ☆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	私には山がある 大きな愛に包まれて	田部井淳子	PHP研究所	K1202タ
2	夫が怖くてたまらない	梶山寿子	デイカガア・ トウインテック	1501カ
3	漫画は戦争を忘れない	石子順	新日本出版社	2108イ
4	あつというまに	竹内海南江	ベストセラーズ	2113タ
5	ブラック化する保育	大川えみる	かもがわ出版	2201
6	毎日かあさん 13 かしまし婆母娘編	西原理恵子	毎日新聞出版	3203サ 13
7	ルポ保健室 子どもの貧困・虐待・性のリアル	秋山千佳	朝日新聞出版	3208ア
8	給食費未納 子どもの貧困と食生活格差	鷹咲子	光文社	3208ガ
9	農ガール、農ライフ	垣谷美雨	祥伝社	6102カ
10	九十歳。何がめでたい	佐藤愛子	小学館	6102サ

## 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

あざやかな緑よ、さわやかな緑よ、と歌われている今がその季節、青葉の香りがしてきます。

先日、年配の方たちとお話する機会があり、手作業で農作業をされた時代の様子に話はずみでした。となり近所の人たちと互いに助け合い、日常的な交流が仕事の励みになり楽しかったことなど。

近ごろは、子どもを孤独、孤立から守るために、「子ども食堂」などが開かれたり、また、高齢者にとっても地域とのつながり、見守りが大切となっています。

現代にも助け合いの力は大きい。

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ボランティア

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)





分類番号 3102 シ

「りこんのこども」 紫原明子 マガジンハウス

なんと悲しい書だろうと思わず手に取りました。筆者はエッセイストで自らも離婚を経験し、二人の子どもを育てているシングルマザーです。離婚に至る親達の事情はそれぞれで、お互いにそれなりに納得して受けとめているけれど、その子どもはいったいどんな気持ちでいるのだろう。結婚、離婚、家族のあり方といった重要な問題に新しい見方が得られるかも知れないという思いで、それらの子ども達にインタビュー取材を行ったと筆者は書いて居ります。6例の実話を紹介していますが、文章が簡明で温かく、子どもが主人公の小さな物語集になって居ります。それぞれの子ども達が、自分の事情を理解して行き適応しようと心を動かせるその様子が明るくさっぱりと書かれて居ります。自分が育った時代とは随分違って来たと思ひながら読み進めましたが大人の一人としてどう応援していけるか考えさせられました。(W. T.)

分類番号 4101 フ

「下流老人 一億総老後崩壊の衝撃」

藤田孝典 朝日新聞出版

2014年にNHKスペシャルで「老後破産」というタイトルの番組が放送され反響が大きく、本著はそれに続くかたちで、高齢者の貧困の実態・下流老人(下流老人とは文字通り普通に暮らすことができない“下流”の生活を強いられている老人を意味する造語です)の実状とその社会的な背景や未来予想図そして貧困に対する自己防衛策などを取り上げております。

著者は、ソーシャルワーカーとして現場で活動する一方、生活保護や生活貧困者支援のあり方に関する提言を行うなど活躍されています。

「下流老人を生んでいるのは社会である」下流老人になるのは、その高齢者本人や家族だけが悪いわけではない。少しでも住みやすい社会を構築するために私たちは何を選択し、何を訴えていくべきか?共に考え、想像し行動して行くことが必要だと訴えております。現実に目をそらさないで読んでほしい一冊です。(K. M.)

分類番号 2209 オ

「ホームレス農園」 小島希世子 河出書房新社

貧困に直面している人々をどう支援していくか。そのためにできることは何かを、単なる金銭的援助ではなく考えることは今日とても重要な問題です。この本の著者小島希世子(おじまきよこ)は、畑作野菜を中心とする農業会社「株式会社えと菜園」の代表取締役で、2009年に自分で起業しました。神奈川県藤沢市にある農園で、ホームレスやニート、生活保護者などを積極的に受け入れて農業を教え習得させ、人手不足の深刻な農業界へ働き手として送り出し、定着、活躍してもらおうというユニークな試みを続けて着実に成果をあげています。農にこだわる自分の姿勢や起業のいきさつ、ホームレスなどを受け入れての苦労や喜びの数々、未来への展望などを明るい語り口で「お話しした」本です。発想の豊かさに感心すると共に、支援の在り方について大きなヒントを与えてくれる本です。私は知らなかったもので、こういう女性がいるんだということを知った喜びもありました。(S. N.)

分類番号 3210 イ

「この思いを聞いてほしい! 10代のメッセージ」

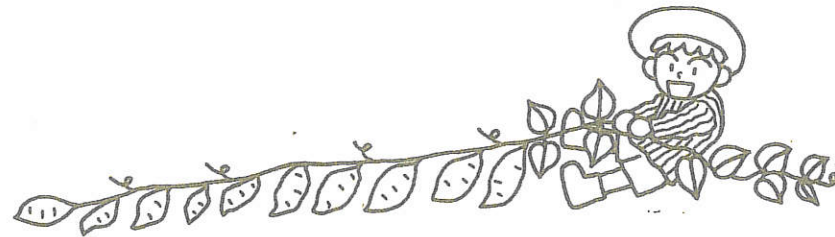
池田香代子 編著 岩波ジュニア新書

中学生、高校生、大学生を含む世代の人たちが、今抱えている問題をどう感じ、どう行動しようとしているか、公の公表の場を通して語られたメッセージが載っています。

「二度と被爆者を生み出さないために」と平和・核兵器の廃絶、沖縄・基地問題についてオバマ(元)大統領へ書いた手紙文など高校生の切実な声が伝わってきます。東日本大震災の事故後の不安と苦悩の日々をふり返り、「原発のない日本を」・・・など。

本の後半では東アジア(日本・中国・韓国)青少年歴史体験キャンプでの記録集より、また「STOP!子どもの貧困東京ユースミーティング」でのスピーチ—学費、就職などへの不安—から子どもをひとりぼっちにしない支援が求められています。

この本の編著者である池田香代子さんは、中学時代に自分を同等に見てくれるおとなに出会い、そのときから若い人に敬意を持って接することを学んだと言っています。(I. M.)



分類番号 3104 ア

「戸籍のない日本人」 秋山千佳 双葉新書

NHKドラマ「クロスロード」を見た。連続殺人事件や冤罪などの刑事物なのだが、解決に至る伏線の一つが「無戸籍者」の事だった。

夫のDVから逃げる生活の中で探されないために出生届を出さず、結果、生まれた子は「無戸籍」となる例。平成28年6月に改正されたが、離婚後百日以内に生まれた子が前夫の戸籍に入るのを避けるためやはり出生届を出さないとかいろいろな事情での「無戸籍」。戸籍がないと、「いない」と同じで住民票がない、運転免許もパスポートも取れない。だいいち、乳児検診も予防注射等の行政のサービスも無いし学校に入ることも出来ない。そんな無戸籍者が日本に推定で数万人いると著者は言い、そんな無戸籍者の苦悩を紹介し解決の道を追及している。

刑事ドラマから「戸籍」のない生活ってどんななのだろう・・・と考えた。普通の生活さえ出来ないまま成長していく子ども達の行方に豊かさは難しいし、負の連鎖につながるのではないか。解決のため何が出来るわけではないが、一つの現実を知った。

無戸籍と無国籍の違いについても書かれているが本当にわからないことばかりだった。(A. K.)

分類番号 4101 ホ

「老後貧困から身を守る」 細沢祐樹 講談社

この本は「成年後見制度」について書かれたものである。成年後見制度とは認知症、知的障害などで判断能力が十分でない人が、不利益を被らないよう家庭裁判所が決めた「成年後見人」によって保護され、支援してもらえる制度で、2000年に制定された。

この制度の内容をよく知り、自分で財産を管理出来なかった場合に活用すれば有効である。元気なうちに準備しておく「任意後見契約」もあり、大変参考になる一冊である。

かなり前だが知人の死亡記事に、喪主は成年後見人とあった。奥さまは先に亡くなり、お子さんもいない方だった。これを書くにあたって思い出したことである。(K. K.)

分類番号 4202 フ

「フェアトレード—倫理的な消費が経済を変える—」

アレックス・コルズ / シャーロット・ガル 編著 北澤肯 訳 岩波書店

著者は「消費者の選択が変える未来を提言」。フェアトレードとは、途上国の生産者との「公平な貿易」のことであり、この仕組みが貧困問題を解決すると言う。研究者と実践者はさまざまな事例を紹介し、ビジネスとしての魅力と、消費者の行動が未来を変えるという点を強く提言している。

「公平な貿易」とは、お互いを認め合うことから始まると感じた。そうすれば、妥当な価格で購入することで、生産者の生活も成り立つだろう、一方だけが得をする仕組みは不公平と言わざるをえない。

倫理的な消費は私たちの社会と生活を変える、つまり私たちの毎日の買い物結果的に社会や経済をよりよい方向へ変えるのである。このような倫理的な考え方で日本国内の貧困問題も解決できたらと思った。(T. Y.)

分類番号 2108 ヤ

「ぼくは戦争は大きらい」～やなせたかしの平和への思い～

やなせたかし 小学館

毎年8月が近づくと「戦争」の文字を意識してしまう。アンパンマンでお馴染みのやなせたかし氏の自筆と思われる表題が訴えている世界に引き込まれた。昭和15年から5年間の戦争体験が綴られているが、94歳のラストメッセージになってしまった。周りに戦争を語られる人がほとんどいなくなり、日本が戦争をした記憶が忘れ去られてしまう。過去を忘れて同じ失敗を繰り返し、若い人たちがかわいそうなことにならないようにと軍隊体験を語りはじめたものをまとめたものである。

やなせ氏は人を殺すのをきらい、戦争の原因を「飢え」と「欲」と考えて、動物や植物、人間でも同じだが、生き物の生存本能とみている。しかし、私たち人間には「アンパンマン」からのメッセージで「分け与えることで飢えはなくせる」と希望を託していた。心の貧困を考えるように教えられた一冊であった。(S. S.)

# ☆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	夢みる教養 文系女性のための知的生き方史	小平麻衣子	河出書房新社	1201カ
2	城主になった女 井伊直虎	梓澤要	NHK出版	1203ア
3	古市くん、社会学を学び直しなさい！！	古市憲寿	光文社	2106ア
4	困難な結婚	内田樹	アルファブックス	3101ウ
5	人はなぜ不倫をするのか	亀山早苗	SBクリエイティブ	3105カ
6	フランスのパパはあわてない 妊娠から産後まで妻を支える 166 の心得	リサ・パリス & ブノール・ドジェック	CCCメディアハウス	3205パ
7	ネウボラ フィンランドの出産・子育て支援	高橋睦子	かがわ出版	3206タ
8	両親の送り方 死にゆく親とどうつきあうか	宮子あずさ	さくら舎	4102ミ
9	俺たち妊活部「パパになりたい！」男たち 101 人の本音	村橋ゴロー	主婦の友社	5103ム
10	夢は牛のお医者さん	時田美昭／作 江頭路子／絵	小学館	6108ト

## 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

七月末、トラベルヘルパーの研修が御岳山の宿坊で行われ、参加して来ました。

一人では旅が難しい方にヘルパーとして同行する仕事です。

思い出の地、墓参り、最後に行ってみたい・・・等々、その方にとっても思い入れの強い旅のお話に感動して戻って来ました。

そして、今回の貧困をテーマにした本を読み、正直言ってその格差にとっても考えさせられる日々でした。

特別の人ではなく、誰でも普通に出来る旅になる事を願うばかりです。

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ボランティア

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)

ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

## 日々を楽しく

— 心にも身体にも —



## 「持たない生活」

向山昌子

晶文社

日常生活の中で「もの」をふやさない、ためない生活スタイルが最近見直されています。生活のシンプルを旅で覚えたと言っている筆者は、地元の人が食べている「普通のごはん」を求めて、タイ、インド、トルコなどアジア、アフリカの国々を訪ね歩いています。

その旅の中で知った無駄を出さない食生活など日常生活の様子は自分の暮らしを見つめ直すきっかけになったそうです。

アジアの気候の特性を考えた住まいや家事の工夫などイラストをまじえながら語られていて、リラックスタイムに手に取ってみてください。きっと疲れをいやしてくれることと思います。(I. M.)

## 「野菜の選び方・調べ方図鑑 1—おいしくて栄養のある野菜を選ぼう—」

伊東 正

偕成社

小学生がたのしく学べる本で、もちろん大人にとってもわかりやすい工夫満載です。例えばきゅうりなら、種類も沢山あってそれぞれの特徴やじょうずな選び方、歴史や文化、おもな産地、栄養や味、じょうずな保存方法などが写真入りで紹介されています。身近な野菜やくだものであるかぼちゃ、ピーマン、トマト、インゲン、ナス、スイカ、メロン、イチゴなど紹介しています。

いまさら聞けないことばかり、少しの時間で読めるので親子で一緒にどうぞ!

(T. Y.)

## 「ちひろ美術館 7 あかちゃんと動物」

いわさきちひろ絵本美術館[編]

第一出版センター

いわさきちひろの絵はあまりにも有名で何か知ったつもりになって、カレンダーなどで眺めるだけで過ぎていました。絵本としてまとまった一冊を手取るのは、今度が初めてです。思っていた以上に、とても魅力的でタイトル通り、あかちゃんと動物がさまざまなシチュエーションでひたすら描かれているだけなのですが、光にあふれるやわらかな、少しほかしやにじみがかかったような色彩、やさしい輪郭、じっとこちらを見つめるあかちゃんや動物たちの目、ページを綴るごとに、見ている自分の気持ちがゆったりと穏やかになっていくのがわかります。また、このテーマにちひろの描く対象への愛があふれています。

時には、冬の長い夜にでも、こんな絵本をゆっくり眺めるのも、豊かで楽しい時間の使いかかなと思います。ちなみにこれは「ちひろ美術館全 12 巻・別巻 1」のうちの第 7 巻です。とても美しい、両手で持って眺めるのに、ちょうどよい大きさの絵本です。心にも時には栄養を!(S. N.)

## 「いわさきちひろ」—平和を願い、こどもを描きつづけた画家—

ちひろ美術館

河出書房新社

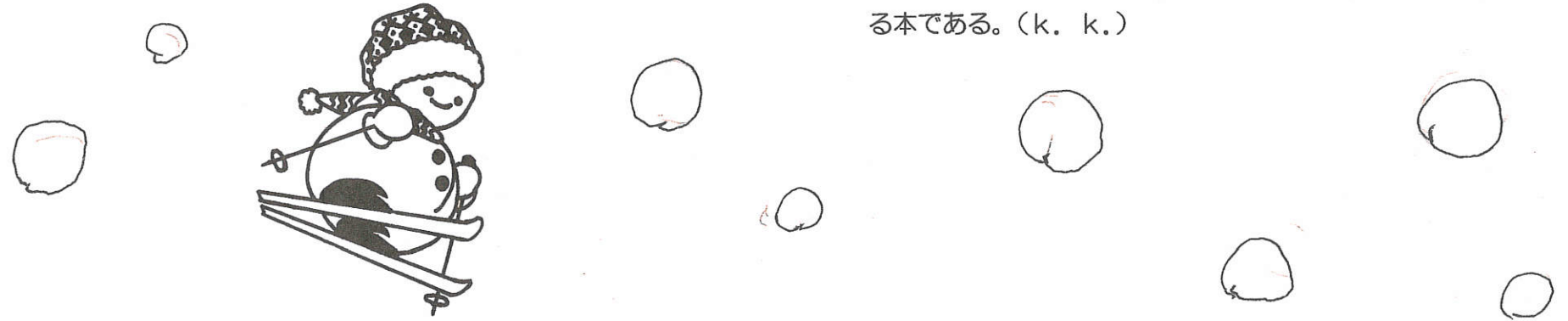
この本は 2013 年の発行です。ちひろの没後約 30 年の時、こどもを見つめ続けた「ちひろ」のことばにもう一度耳を傾けたい思いから、各方面の方々の声を集めたものです。

「ちひろ」の描く赤ちゃんの指のかわいらしさ幼い子どものやんちゃさ、少女のふと見せるしぐさ…。でも忘れられないのは「あのこは風のように駆けていったきり…」と書かれた少年の眼。戦火のなかの子どもは今もなおまだまだ多くいるのです。

小さな絵本「わたしの結婚」も大切な一冊です。これからも時折手にとって、優しさを思い出していこうと思っています。

「ちひろ」の絵から、ことばから、力をもらっていきませんか。

(A. K.)



## 「それでもこの世は悪くなかった」

佐藤愛子

文芸春秋

近頃、毎日の食事が食欲を充たすだけでなく栄養面、カロリー面、取り合わせ、調理の手間など多方面から取り上げられることが多くなって来たように思えます。私は今回、心の栄養という面でこの本を選んでみました。著者は知る人ぞ知る小説家佐藤紅緑の娘、詩人サトウハチローの妹で、自身も直木賞他、数々の文学賞を受賞して居ります。私は著者のさっぱりした平易な文体が好きで、好んで作品を読んできましたが、前回読んだ「九十歳何がめでたい」がとても面白かったので、迷わず手にしました。この本は自伝的なエッセイ集です。著者のこれまでの人生でおきた事、出会った人達、交流の様子、考えたこと等さりげなく書かれて居りますが、読んでいてずしんと心に響く「ことば」に出会えました。これから永い人生を生きて行く若い方達にぜひ大先輩の飾らない生き方と「ことば」を一つの栄養として受け取ってほしいと思います。どうぞ手に取ってみてください。(W. T.)

## 「本物にごちそうさま」 向笠千恵子

ポプラ社

著者はフードジャーナリスト、そしてエッセイスト。日本の本物の味、安心できる食べ物や、伝統食品づくりの現場を知る第一人者である。

この本は食の安全を確認するためにどんな人が、どんな土地で、どんな思いや方法で作ったかを取材している。洒落な文章でまとめられており、イラストのご馳走がおいしそう。美味しい味、ゆかしい味、匠の味、ゆったり味にわけられていて、嬉しいことに、第四章のゆったり旅の味に、飯坂の「鯖湖湯といかにんじんでほっこり」があった。いかにんじんは「惣菜料理だったが、テレビで紹介されてから人気となり、今は旅館ごとに味を競っているともいう。」と書かれている。

この本の特徴は、とりあげた料理の作り手の住所と商品名、電話番号が掲載されていることだ、読んですぐにでも問い合わせることができるのは、とても親切で興味をそそられる。体力があればずっと行って、本物をその土地で食べたくなるような楽しさと感動をもらえる本である。(k. k.)

## 「日本一へたな歌手」—原因不明の難病で身体が日々動かなくなる亡き母との約束を胸に、命尽きるまで紅白を目指す—

濱田朝美

光文社

「あなたなんか、生まれてこなければよかったのに」と言われ続けて育った著者を、唯一支え続けてくれたのが歌でした。

大好きだったおばあちゃんに歌を教わり、厳しい母とは歌で心を通わせました。「歌手になって、絶対に紅白歌合戦に出場するからね…」亡くなった母との約束でした。しかし、「障害者の私が歌手になる夢なんて不相应？」心のどこかで諦めかけていた時がありましたが、著者は日々路上ライブを中心に歌手活動をする中、憧れの歌手へのスタートラインに立ち、この本の出版と同時に、初めてのCD「生涯～たったひとつの母との約束～」が発売されることになりました。今歌いながら私が思うこと「諦めなくてよかった。歌い続けてきてよかった！」諦めなければ夢はきっと叶う。それは私のような重度の障害者であっても同じです。この本が、夢を追うすべての人の希望になりますようにと、著者は最後に全ての人にメッセージを送っております。「誓い～奇跡のシンガー～」の舞台がいつか見られる日を願っております。(K. M.)

# ☆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	ダメをみがく“女子”の呪いを解く方法	津村記久子 深澤真紀	紀伊国屋書店	1101 ツ
2	日本の女は、100年たっても面白い。	深澤真紀	ベストセラーズ	1101 フ
3	どんとこい、貧困！	湯浅 誠	理論社	J2106 ユ
4	あっというまに	竹内海南江	ベストセラーズ	2113 タ
5	王子じゃなくておやじでもいい	結婚を考える委員会	ネオ書房	3101 オ
6	きょうだいリスク 無職の弟、非婚の姉の将来は誰がみる？	平山亮・古川雅子	朝日新聞出版社	3201 ヒ
7	まずは、ゲイの友だちをつくりなさい LGBT初級講座	松中 権	講談社	5201 マ
8	農ガール、農ライフ	垣谷美雨	祥伝社	6102 カ
9	うさぎとマツコの往復書簡	中村うさぎ マツコ・テラックス	毎日新聞社	6102 ナ
10	i アイ	西 加奈子	ポプラ社	6102 ニ

## 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

木々があらかた葉を落とし、木枯らしの冷たいころになりました。冬はいろいろ大変なことの多い季節ではありますが、暖かくした部屋で、自分の趣味に没頭したり、おいしいものを食べたり、家族や友人と団らんしたり楽しい時間を持てる時でもあります。その楽しみの中に読書が入っていたら、なおすばらしいですね。今回の選書はいかがでしょうか。いつもながらバラエティーに富んでいれると思います。どの一冊をとっても、読んで下さる方の生活に何かしら小さなことでも「よい変化」があらばうれしいです。よいお年をお迎えください。

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ボランティア

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)

福島県男女共生センター図書室だより

第 68 号  
2018. 3. 20

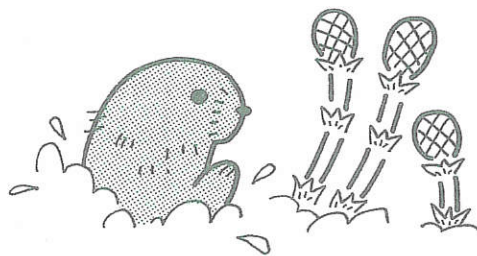
ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

日々を楽しくⅡ

— 心にも身体にも —



分類番号 4203 サ

「年中行事から食育」の経済学 佐々木輝雄 筑波書房

子どもの頃から生活の中で当たり前のように行われてきた年中行事、普段と違って特別な食事があり、厳かであり、華やかな思い出が蘇ってくる。

著者は日本伝統の「年中行事」を見直すことによって、高度経済成長後の今日、何を見失い、何を大切にしなければならないのかを1月から12月までの年中行事の中で語っている。また、明治時代から重要視されていた「食育」が2005年6月10日の「食育基本法」成立後、再度注目されてきた食育運動に注目して「年中行事」の根本にある「心」「家庭」や「地域」の在り様を説いた。行事食については経済面からの解説で世相を物語っていた。

年中行事にとって大事なことは、それを行う人々の「人生」があり、次世代への「伝承」があるということ。日本文化を継承していくことの素晴らしさを教えられた一冊であった。(S. S.)

分類番号 1203 マ

「イギリスのある女中の生涯」シルヴィア・マーロウ 草思社

すべての人々の絶対多数は「普通の人々」です。本に書かれるのも、天才、英雄または大悪人など何か特別な事件が大半です。普通に生きてきた人々の話を聞き、彼らがどう生き、どう働き、どんな喜びと哀しみを経験したかをその人の許可を得てまとめて出版された本のひとつが本書です。1899年生まれ、イギリスの農村で、女中として働き、結婚し70代まで働いたウイニフレッドを通した「近過去」の話です。ひたすら「耐え、黙って辛抱した」だけの話から、大切な何かを、前進への意欲と闘志を感じとった一冊でした。

(A. K.)

分類番号 4203 ヒ

「いのち愛しむ、人生キッチン」  
92歳の現役料理家、タミ先生の見つけた幸福術  
文芸春秋 桧山タミ

92歳の現役料理家桧山タミ先生は、日本の料理研究家の草分けとして知られる、故江上トミ先生の愛弟子として世界の料理の歴史や食材への見識を深め、30代で料理家として独立し料理教室を始め60年近くになります。

かまどで煮炊きした大正の生家でも、子育てと仕事に奮闘した昭和の町屋でも、ひとり暮らしの平成のマンションでも、台所がいつもタミ先生の生活の中心にありました。

本書は桧山タミさんの長い人生の中で得た経験や知恵を含め、食を大事にする心、ものの選び方、子育てや人づきあい、年を重ねてからの暮らし方などの、知恵や心掛けがちりばめられています。

「大事な人を思って真心を込める、そんなキッチンがある人生なら何があろうとも幸せに違いありません。がんばらなくていいの！ほんとうに伝えたいことは言葉でなく思いで伝わりますから」ふと心に触れるタミ先生の「ほんとう」の言葉が、今日も台所に立つたくさんの女性を勇気づけ生きる力につながるお守りになるはずです。(K. M.)

分類番号 2113 ゴ

おとんだからこそ楽しめるゆるやかな時間

「お母さん、旅ははじめました」 後藤由紀子 光文社

雑誌や書籍などの分野に関わってきた著者が、これからやりたいこととしてあげたのは「旅」。この本は定休日も定年退職もないお母さんだからこそ、「旅」に出るタイミングは自分で決めるしかない、「旅」の初心者が旅する様子を、いつか「旅」に出たいと思っている人の参考になればと書いたものである。

「旅」をする時、決めていることは、①移動はできるだけ安く②宿は移動しやすい場所で③できるだけ身軽に④おみやげは必ず⑤無理はしない、ことをあげている。

「旅」した所の一つに、東京に住む知り合いが、福島の三春町に嫁いだ時の“結婚式で福島に一泊。大人の慰安旅行”がある。お泊り組が泊まった昭和な雰囲気のホテルに思いをはせたり、幸せを分かち合った著者の笑顔を想像すると、読んでいてとても癒された。詳細に描かれた旅への地図や行ったところ、経費にも注目し参考にしたい。写真やイラストが美しく、充分楽しめるおすすめの本である。

私も旅好きの一人としてとても楽しく、共感出来た。(K. K.)



分類番号 2205 イ J

「食べ物を作る人、売る人」  
今井美沙子 今井祝雄/写真 理論社

将来何になりたいか、どんな仕事をしたいか、と悩んでいる人に読んでほしい本です。著者は家庭の事情で大学進学をあきらめ、作家への道を志し、昼間働きながら文学の道を励みました。たくさんのインタビューをとおして仕事を紹介しているので、登場人物は皆さん自分の仕事に誇りを持ち生き生きと暮らしています。

まえがきには、「あなたのまえの道を一生懸命に歩いている人たちの道程を知ることによって、将来のあなたの道を選ばれることを願っています。」とあります。

紹介している仕事は、農業、八百屋、肉牛経営、酒醸造業、和菓子製造販売、調理師専門学校教員、パン製造販売業、洋食屋、調理師、日本茶販売、バー経営などです。経験や大切にしていることを、その方の言葉そのままで紹介している点は読んでいて人をひきつけ感動させます。

例えば、「自分を信じて前へ進めば、きっと道はひらける」、「商品だけど生き物であり、生き物だけど商品なんです」「どんな仕事でも、ものまねではうまくいかないもんです」など、自分を励ましてくれる言葉に出会える本です。(T. Y.)

分類番号 2205 ミ

「ねてもさめても とくし丸 移動スーパーここにあり」

水口美穂 西日本出版社

京都府の丹後半島、天橋立の近くで、京都のスーパーに所属する移動スーパー「とくし丸」に取り組んでいる女性の活動の記録です。一人ひとり自立した志を持った人たちが「とくし丸」という名で寄り集まって巨大企業に対抗する存在になりたいと願いながら……。自分で荷を積み、自動車を運転し、週2回ずつ同じ場所での販売までひとりですというスーパー女性の奮闘記です。約10分程度の短い時間でも客との出会い、つながりを大切に、健康状態の変化などにも気を配り、信頼関係も広げていきます。

「とくし丸」にはよろず承り係の意味を持ち、つまり地域見守り活動にもなっているそうです。客との会話のやりとりが温かで笑いを誘います。「泣いて笑って、日々感謝」の章についている販売ルートマップ—丹後半島の見どころ案内のイラストも魅力的で旅への意欲がそそられます。(I. M.)

分類番号 6108 ス

「ジャンポールという名の魚」  
ブリジット・スマッジャ作 末松氷海子/訳 小泉るみ子/絵 文研出版  
登場するのは、母親とジャンポールという名のその婚約者といっしょに暮らすこの物語の語り手ジュリアン少年、別居している考古学者の父親、その母親のラリーおばあちゃん、ジュリアンのただ一人の女友だちファトゥ。そして冒頭で死んでしまうジャンポール・サルトルという名の黒い金魚、最後にファトゥから贈られる元気な赤い金魚。これらの人々と二匹の金魚の間で、

繊細に揺れ動くジュリアン少年の心理。

まあ読んでみてください。単なる子供の物語ではなく、現代社会を鋭く切り取った深い、考えさせられることの多い、ジュリアン少年を思わず抱きしめたいような物語です。小泉るみ子の絵もすてきなんです。短い時間で読めるようにと何気なく手に取った本ですが、すぐに引きこまれてしまいました。思いがけなくすばらしい本に出会えることは、読書の大きな楽しみです。(S. N.)

分類番号 6102 ハ

「峠しぐれ」 葉室 麟 双葉社

先年、船旅をした時、図書室の書棚の中から題名に心ひかれて手に取った一冊の本。冒頭の場面は静寂でひっそりとした峠とそこにある一軒の茶屋の描写でした。何日かかかって夢中で読み切りました。その本がこの図書室に有ったのです、びっくりしました。歴史文学賞、松本清張賞、直木賞等を受賞している作者の気品のある文体は魅力的で、ぜひ皆様にも手に取っていただきたいと迷わず選書しました。謎めいた登場人物、はらはらするような場面、これから物語はどう展開していくのだろうと期待がふくらんでいきます。面白かったです。物語の世界にどっぷりつかってみてください、おすすめです。(W. T.)

# ☆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	女子力で読み解く基地神話 在京メディアが伝えない沖縄問題の深層	三上知恵 島 洋子	かもがわ出版	2108 ミ
2	女子力×原子力	WiN-Japan	エネルギー フォーラム	2202 ウ
3	そこそこエコ、はじめました。 シングルマザーの半自給自足入門	高木ちえこ	KADOKAWA	3103 タ
4	母の恋文	下重暁子	KADOKAWA	3203 シ
5	地域包括ケアシステムのすすめ これからの保健・医療・福祉	豊島泰子 立石宏昭	ミネルヴァ書房	4106 ト
6	「健康食品」ウソ・ホント 「効能・効果」の科学的根拠を検証する	高橋久仁子	講談社	4202 タ
7	くまのトーマスはおんなのこ ジェンダーと ゆうじょうについてのやさしいおはなし	ジェシカ・ウォルトン	ポット出版プラス	J5201 ウ
8	冲方丁のこち留 こちら渋谷警察署留置場	冲方丁	集英社インター ナショナル	6102 ウ
9	週末介護	岸本葉子	晶文社	6102 キ
10	主夫のトモロー	朱川湊人	NHK出版	6102 シ

## 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

昨日のニュースで春一番が吹いたという気象庁の発表がありました。

平年の何倍もの降雪に悩まされている北陸、中越、東北地方日本海側、何よりも穏やかな春が早く訪れて欲しいと待ち望んでいます。

今号はそんな願いをこめて各自が選んだ多様な選書が挙げられて居ります。それぞれに選んだ観点、感じ取った思いが書かれております。本を読むって良いですね、まず、手に取ってご覧になってください。えっと思うような新しい知識、感動を得ることが出来るでしょう。今は二月、これからも寒気は続くと思いますが、この号が発行される三月にはきっと暖かな日差しが見えることでしょう。今号もよろしくお願ひします。

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ボランティア

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)



ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

働かってどんなこと？

—社会と向き合う—

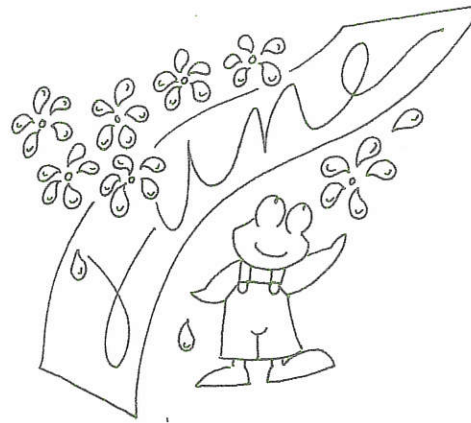


## 「ダンナが会社やめたいと言いだしまして」

「会社やめたいダンナ」の妻の会 PHP 研究所

「会社をやめたい」もしダンナさんが突然言いだしたら、あなたならどうしますか？多くのダンナさんが家庭と自身の将来について悩み「会社をやめたい」といつ言いだしてもおかしくないのです。そんなとき、妻はどうしたらいいのでしょうか？

ここには、突然「会社をやめたい」と言われた一人の女性と、実際に会社をやめたダンナさんとその奥さん 9 組が登場します。YouTube の動画制作で、食べていくといくダンナ、医療機器メーカーをやめてラーメン屋になるというダンナ、育児がしたくて勝手に会社をやめたダンナ、部長職を捨てて陶芸家になったダンナの父親などなど。「会社をやめたい」と言われた奥さんたちは、どのように悩み、どのような行動を取り、どのような答えを出したのでしょうか？(K. M.)



## 「歩いて行く二人」

岸恵子 吉永小百合 世界文化社

この本は大女優として永く映画界で活躍し現在も更に広い分野でその歩みを伸ばし続けている二人の女性の三回の対談を記録し、挿入されている多くの写真と共に紹介された二人の足跡です。あまりにも有名なお二人なので、どんなことを話し合っているのか少々ミーハー的興味を持って読み進めて行きました。赤裸々に自分の人生を語る二人、それぞれが持つ個性を尊重し合いつつ、話題は映画界から現代社会情勢へと移って行きます。離婚してあえて一人の道を行き、エッセイスト、作家としても活躍の場を広げている岸恵子。沖縄の話、原発の話、福島の話、原爆の詩の朗読をこれからも続けて行くという吉永小百合。二人が持つそれぞれの人間観、社会観、人生観。自分が生きて行くということへの気魄は二人に共通していました。読後、ぐんと胸を押されるようなさわやかな共感を覚えました。(W. T.)

## 「生きづらい世を生き抜く作法」

雨宮処凛 あけび書房

著者の雨宮処凛さんの名前は見たことがある方も多いと思います。私は初めて見たとき著者の名前が読めませんでした。「あまみや かりん」と読みます。

この本は、著者が 31 歳から 40 歳までの心を書いたものです。2006 年 9 月 1 日から 2015 年 8 月 15 日までの 98 篇。1 篇は 2 ページの見開きで書かれているため、読みやすいです。どこから読んでもいいですが、初めから読むと東日本大震災で著者がどう考えを変えていったかが分かって、興味ひかれます。

その中の数篇は著者が読んだ本について書いてあります。その本を読むと、著者が向き合った現実をもっとよく知ることができて、より読書が深まります。(K. N.)

## 「人生の流儀」 萩本欽一他 13 名 新日本出版社

コメディアン、作家、脚本家、映画監督、女優、科学者、怪談家 (!) など、14 人の各方面で達人の生き方、考え方を凝縮して紹介しています。特攻隊員の母にまつわる怪談から「生命が一番」と稲川淳二。福島原発の事故を題材に「ノクターン 夜想曲」を舞台にのせて、何が大事かと問いかけている倉本聰。科学研究とともに平和の問題を大切に考えてきたノーベル賞物理学をうけた益川敏英 etc. 全員、紹介できず残念です！(A. K.)

## 「1冊でわかる！改正早わかりシリーズ」

## —育児・介護休業法、均等法、雇用保険法—

小磯優子 島中 豪 河野文雄 労務行政

働く人が働きやすいための環境づくりは、少子高齢化、仕事と介護の両立、介護離職を減らす、高齢者の雇用促進のために大切になっています。そのため、育児休業、介護休業制度の見直しなどこれらの法改正は今の時代に合った内容に改正しているのです。

改正の内容を「改正前」と「改正後」と対比し、改正のポイントも付記されているので、変更点などがわかりやすくなっています。就業規則や書式さらにモデルもあって、すぐに対応できるので参考になります。

働き方も多様になり、誰もが活躍できる「一億総活躍社会」を作ろうとする目的のためにも法律の改正が求められると思います。

(T. Y.)

## 「叱られる力（聞く力 2）」

阿川佐和子 文春新書

「ピンチを解決、友だちづきあいに悩まない、イヤな気持ちにならずに目上の人と上手く話す、聞く」・・・など。これは小学生用の「困ったり」の解決本当のタイトルです。また、お互いを尊重し、制服や髪型・色などの多様性を認め合い、偏見のない未来をめざして話し合う高校生たちの記事にも目に止まりました。自分の意見、主張、感情などを率直に表現でき、尊重し合える大人たちがより求められているように思われます。

今回は、キャスターやインタビュアーとして活躍している阿川佐和子の「叱られる力」を選びました。以前、年間ベストセラーとなった「聞く力」のパート 2 として出版されたもの。対談やキャスターとして得た体験を通して「叱る覚悟と聞く力」など叱り、叱られ弱くなった大人の年代の人たちに贈られたヒントです。

日常的なできごとを通して、喜怒哀楽の 4 つの感情を幼いうちからバランス良く出すことができたなら・・・と著者は結んでいます。(I. M.)



## 「給食のおばさん、ブータンへ行く！」

平澤さえ子 飛鳥新社

なぜ給食のおばさんが「幸せの国」ブータンへ行ったのだろうか。ブータンは、先代の国王が所得や GDP のような尺度でなく CNH「国民総幸福量」を提唱して幸福度を世界にアピールしたことで、美しい自然と仏教文化の中で経済的には決して豊かではないけれど幸福に暮らす国民がいる国として知られている。興味深く読み進めていくと、19 歳で結婚し 2 人の娘を出産したが 29 歳で離婚した著者の波乱万丈な人生が広い世界を巻き込んで綴られていた。生活していくために働く・・・しい姿に思わず応援してしまう。とことん辛い思いをした時に会ったブータンの風景写真集、そこには顔中で笑っているブータン人の男性の写真があった。笑顔の素敵な国民、日本の着物に似ている民族衣装を着ている人たちの住む国をいつかは訪ねてみたいと思う夢を持ち続け叶えてしまった。こんな働き方もあります。(S. S.)

# ☆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	シングルマザーの貧困	水無田気流	光文社	1101 ミ
2	男子問題の時代？ 錯綜するジェンダーと教育のポリティクス	多賀太	学文社	1102 タ
3	私には山がある 大きな愛に包まれて	田部井淳子	PHP研究所	K1202 タ
4	てっぺん我が妻・田部井淳子の生き方	田部井政伸	宝島社	K1203 タ
5	すぐに役立つ図解とQ&Aでわかるセクハラ・パワハラ・マタハラをめぐる法律とトラブル解決法 130	加藤知美	三修社	2104 カ
6	「なんとかする」子どもの貧困	湯浅誠	KADOKAWA	2106 コ
7	武器輸出と日本企業	望月衣塑子	KADOKAWA	2108 モ
8	マタハラ問題	小酒部さやか	筑摩書房	2202 オ
9	女性労働研究NO.59 「ふつうの働き方」を諦めない	女性労働問題研究会	女性労働問題研究会	2202 ジ59
10	お仕事のマナーとコツ 暮らしの絵本	西出博子	学研教育出版	2205 オ

## 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

寒暖の差の激しい日々が続いて居りましたが早や九州・四国地方梅雨入りの報が届きました。何はともあれ四季は確実にめぐって来ますのでね。今号から私たちがボランティア仲間新しいメンバーが一人加わりました。選書にも話し合いにも新鮮な感覚が加わるか同一期待して居ります。今号は人生の中で働くということはどう捉え、位置づけていくか(ちよっと大きなテーマですが)を考えてそれぞれ選書を試みました。どうぞ読んでいただきたいと思います。

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ボランティア

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)

ライブラリー

# 散 歩 道

今月のテーマ

働かってどんなこと？

—生き方いろいろ—



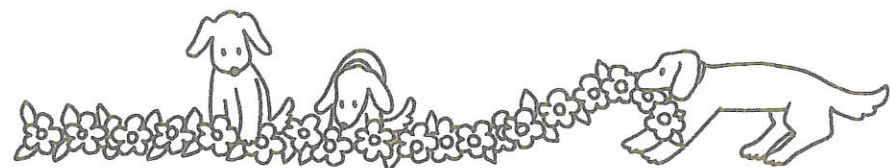
## 「おとなの進路教室。」

山田ズーニー

河出書房新社

著者は長年、高校生の小論文教育をしてきて、どうすれば自分の頭で「考える」ことを楽しくさせられるかと工夫を重ねたそうです。

第一章正しい選択って何ですか？から、全部で 30 項目にわたって、いろいろな問いがなされています。誰にでも、人生のまがり角でかんがえること、ふり返ってまだ迷う時など、分かれ道は無数にあります。あまり考えず、今まで来てしまったことに少し驚きつつ、そんな選択もあったかなとおもいました。まだまだ間にあう方の一助になればとえらびました。(A. K.)



## 「はじめてのエシカル」

末吉里花

山川出版社

「エシカル」という言葉を初めて聞く方も多いのではないのでしょうか。ここ数年使われるようになりましたが、どんな内容なのかまでは、まだまだ知られていないと思い今回この本を読んでみることにしました。

「エシカル」の意味は、もともと「倫理的な」「道徳的な」を指しています。

「私たちの毎日の生活は食べたり服を着たりしています。それらはどこかで誰かが作ってくれたもの、誰かがお店に届けてくれたものです。生産から販売されるまでの間で誰かのつらい思い・犠牲のうえで作られた物であるとしたら、気持ちのよいことではありませんね。作っている人や、作られている環境を思いやってみて暮らしていくことを『エシカル』と呼びます」と著者は話されています。

例えば、買い物をする時、値段や品質などで選んでいませんか？その商品はどこで・誰が・どんな原材料で・どんな環境で作られたものなのか、考えること・知ることが「エシカル」を考える第一歩だと思います。生産者も私たち消費者も幸せを感じられる毎日を過ごしたいものです。(T. Y.)

## 「生きる悪知恵」

一正しくないけれど役に立つ 60 のヒントー

西原理恵子

文芸春秋

文芸春秋漫画賞、手塚治虫文化賞短編賞などを受賞した著者が波乱万丈の人生で会得した处世術をユーモラスに伝授して居ります。仕事編・家庭編・男と女編・性格編・トラブル編の五章に分かれ、相談とアドバイスという形で書き進められて居ります。ザックパン過ぎて少々際どい表現の部分もありますが、さすが悪知恵、正攻法だけでは世の中回らないのだなと、妙に納得してしまいます。昨今、少し息苦しさを感ずるご時世です。ユーモラスな文章を楽しんでください。(W. T.)

## 「夫の定年」

一「人生の長い午後」を夫婦でどう生きる？一

グループわいふ/佐藤ゆかり

ミネルヴァ書房

著者は 5 組の夫婦のインタビューを通じて夫の定年後のふたりの人生について書いています。

今、人生は 80 年、90 年あるいは 100 年の時代。生きるには今までにない長さの人生と時代の流れを読むことが必要になります。「人生を楽しく生きたい」と多くの方は思います。しかし思っているだけでは、人生は楽しくなりません。ひとりで生きるにも、ふたりで生きるにも、あるいは家族で生きるにも、知恵と実行力が必要です。

この本では特に夫婦の「夫の定年」に焦点をあてています。著者は「女と男が二人で楽しく生きる生活を手にするのは容易ではない」と言いきっています。しかし「努力する人は必ず報われる」とも言います。

この本はひとりで生きる人にも、二人で生きる人にも、人生とは何かについて語っています。私たちはこの本からどう努力すればいいのかを学べると言います。(N. K.)

## 「人生なかばのギアチェンジ」

杉山由美子

オレンジページ

人生が更年期から始まったように見える人も実に多い。「更年期は人生の終りではなく、あらたな始まりでもある。そう考えるのは嬉しい。」と、著者は婦人雑誌のインタビューなどで知り合った 7 人の女性の 50 歳代からの人生のギアチェンジの話。それまでの体験を生かし、また新たな知識・技術を取得し、自立の道を選んでいる姿が清々しい。人と人との関わりを大切にしながら第 2 章の「老人ホームを保育園に併設して異世代交流をはかる」や第 6 章の「不当解雇されたひとのための支援活動を続ける」などが筆者の想いがより強く伝わってきました。(I. M.)



## 「女、今日も仕事する」

大瀧純子

ミシマ社

この本を手にした時「女」の文字が言葉として語りかけてくるような気がした。目次の章立てにも「女」の文字が 8 章まで続き、男社会が幅を利かせる中で、女がしなやかに仕事をする姿勢が実にテンポ良く綴られていた。女性である著者は、大学時代に結婚して就職、出産、離職、子育て、再就職、会社社長の現在まで憤りや不安、失敗の中でも仕事を楽しむことを見出しながら丁寧に向き合う姿を見せてくれた。1967 年生まれの著者が就職した頃は、1985 年制定の男女雇用機会均等法により男性と同等に雇用環境が整備されているはずであったが、現実はまだまだ「男性が働いて女性は家庭を守る」という性別役割分業が根強く残っていた。仕事をする女性に、働きやすい労働環境が整っていると思っていたら「妊娠」で会社組織の実情が迫る。どう自分の場を切り開くか、美しい仕事を目指す一冊である。(S. S.)

# ☆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	現代女性文学を読む 山姥たちの語り フェミニズム/ジェンダー批評の現在	水田宗子ほか	アーツアンドクラフツ	1101ゲ
2	忘れる女、忘れられる女	酒井順子	講談社	1101サ
3	素顔の西郷隆盛	磯田道史	新潮社	1203イ
4	トランスジェンダーと職場環境ハンドブック 誰もが動きやすい職場づくり	東優子ほか	日本能率協会 マネジメントセンター	2201ト
5	パパは脳研究者 子どもを育てる脳科学	池谷裕二	クヨクハウス	3206イ
6	15歳のコーヒー屋さん 発達障害のぼくが できることからぼくにしかできないことへ	岩野響	KADOKAWA	4103イ
7	「家事のしすぎ」が日本を滅ぼす	佐光紀子	光文社	4201サ
8	スカートはかなきゃダメですか？ ジャージで学校	名取寛人	理論社	J5201ナ
9	葭の堤 女たちの足尾銅山鉱毒事件	秋山圭	作品社	6102ア
10	労働者階級の反乱 地べたから見た英国EU離脱	プレイティみかこ	光文社	8201ブ

## 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

暑すぎる夏、いかがお過ごしでしたか。散歩道六十八号から参加しています、N・Kです。  
福島県男女共生センター図書室には、他の公共図書館にはない本が所蔵されています。  
ここにきて本を借り、ここに多くの人が来て本を読むようになれば、地域はもっと生きやすく、平和な社会になると思います。  
今回も前号に引きつづき「働く」というテーマで本を紹介しました。どうぞお読みください。

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ボランティア

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)