



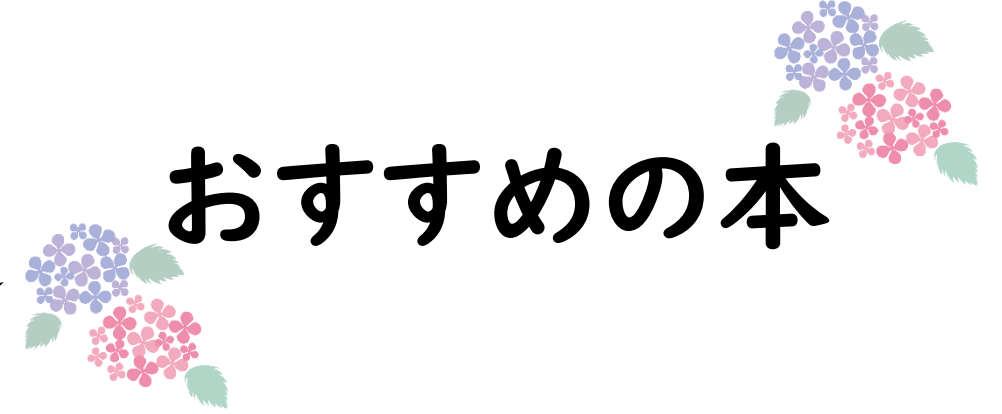
新

着

図

書

おすすめの本



『抱え込む男たち ケアで読み解く生きづらさの正体』

奥田 祥子著 出版:朝日新聞出版

【内容紹介】四半世紀、1500人の継続取材から見えてきたのは、自分を大切にできない男たちの姿だった。彼らの生きづらさのメカニズムを解明し、自分を労わる「セルフケア」から始まる自己改革への道筋を提示する。

「女性たちの定年後 お金・仕事・暮らしのリアル」



坊 美生子著 出版:祥伝社

【内容紹介】働くミドルシニア女性は増加しているが、一人ひとりの状況が異なり、定年後の人生設計を描きにくいのが現状である。データと取材を基に、女性の定年前後の雇用や暮らしの実態、定年後の働き方を先進事例を交えて紹介する。

「生きるだけ筋トレ」

ふだんの動きを「こう変える」だけでカラダが元気でキレイになる」

小熊 祐子監修, 平田 昂大運動指導 出版:文響社

【内容紹介】家事、通勤、トイレ…。日常生活の動きを少し工夫するだけで簡単に筋トレができる! ヒップアップ、姿勢改善、美脚効果など、シチュエーション別の「生きるだけ筋トレ」をイラストで紹介。土台づくりの有酸素運動なども収録。



「子どもの防犯・防災で知りたいことが全部のってる本性犯罪・ネットの危険・大地震・水の事故」

国崎 信江監修, あらい ぴろよマンガ・イラスト,
主婦の友社編 出版:主婦の友社



【内容紹介】子どもを犯罪や災害から守るには、親も子どもも事前に知識を学び、いざという時に適切な行動ができるようにすることが大事。子どもの防犯・防災について親が知っておくべきことを、マンガやイラストを交えて解説します。



「和と旅する。 日本の近代看護の先駆者」

フォレストブックス編集室編著, 熊田 和子執筆,
フォレストブックス編集室執筆 出版:いのちのことは社

【内容紹介】日本で初めて正規の教育と訓練を受け、「日本のナイチンゲール」と呼ばれた看護婦たちの一人、大関和。その生涯を振り返りながら、初期のナースたちが専門職としての地位を確立するまでを描く。

「女がひとりで パレスチナ占領地を往くイスラエル人の物語」

イラナ・ハメルマン著, 樋口 範子訳 出版:かもがわ出版

【内容紹介】2000年代初頭、パレスチナ人の村で女性や男性、個人、家族の人々と出会った。わたしは占領国側の市民だった。イスラエル人女性が約30年間、パレスチナとイスラエルで目の当たりにした出来事を記録したルポルタージュ。



「味つけ冷凍ひとり分 使い切り分量がちょうどいい!」

石澤 清美著 出版:Gakken

【内容紹介】数分の手間で鮮度を保ったまま長期保存できるうえに、シンプル調理でおいしいひと皿があっという間に作れる! 調味料と食材をからめて保存袋に冷凍しておく「味つけ冷凍」を、ひとり分の分量で紹介する。



「杏のパリ細うで繁盛記」

杏著 出版:新潮社

【内容紹介】アカデミー賞授賞式でドレスアップ、スペインでジグソーパズル世界大会出場、子どもたちの自転車猛特訓…。俳優・モデルの杏が、仕事と子育て、家族との時間と自分の時間、そして「今」想うことを綴る。『波』掲載を書籍化。



「ワンガリ・マータイ



ケニアの自然を守り、ノーベル賞を受賞した女性」

伊藤 砂務まんが, 和田 奈津子シナリオ, 津田 みわ監修
出版:集英社

【内容紹介】アフリカの環境の変化に気づき「グリーンベルト運動」を起こした環境保護運動家、ワンガリ・マータイ。アフリカ人女性で初めてノーベル平和賞を受賞したワンガリの人生を漫画で紹介します。

「いもうとのデージー 男の子だと思っていたきみを、女の子としてうけ入れるまで」



エイドリア・カールソン作, ライナス・クルチ絵, 松浦 直美訳
出版:偕成社

【内容紹介】ぼくは、「ほんとに、女の子なの?」とたずねた…。これまで男の子だと思っていたきょうだいが女の子だとわかり、戸惑う兄の目からトランスジェンダーの子どもと家族のかかわりを描く。作者家族の実話をもとにした絵本。

「男と女、どっちがずるい？
10代のジェンダー、49の疑問と悩み」

アルテイシア著, 太田 啓子著 出版: 集英社

【内容紹介】女性専用車両やレディースデーは男性差別？ フェミニストはエッチな表現を規制したいの？ 作家・アルテイシアと弁護士・太田啓子が、中高生のジェンダーやフェミニズムについての疑問や悩みに本気で、真剣に、熱く回答する。



「うちの子、今の食事で栄養的に大丈夫ですか？
医師が教える子どもの元気をつくる食事術」

面家 健太郎著 出版: 日本実業出版社

【内容紹介】「ご飯は食べているのに体が重い」「見た目は元気なのに朝起きられない」といった新型栄養失調による日常的な不調を抱える子どもが増えている。病気になりにくい健康な体をつくる医学的に正しい栄養の知識を解説。レシピ付き。

「おひとりシニア、1年生」

岸本 葉子著 出版: 中央公論新社



【内容紹介】まだまだ動ける60代。今のうちに備えつつ、今を楽しむ！賢く、無理なく、持続可能な「おひとりシニア」の生活を考えるエッセイ集。『日本経済新聞』連載を加筆修正。

「<主婦>という職業 「愛の労働」の近現代」

木村 涼子著 出版: 吉川弘文館

【内容紹介】近代日本で女性の理想的な職業として誕生した<主婦>。家庭を運営し家族のケアも担う神聖な仕事と賞賛される一方で、無償の家事労働を強いられる女性の歴史をたどるとともに、21世紀における主婦労働の意味を探る。

「絶望しかけた女子のための世界史」

ティチュー・ルコック著, 鳥取 絹子訳 出版: 大和書房

【内容紹介】古代の女性戦士、大聖堂を建設する女性たち、消された女性革命家たち…。先史時代から現代までの最新研究と埋もれた史実から、「女性はずっと家にいた」という“歴史の物語”が作り話だったことを明らかにする。

(TRCMARC より抜粋)



6月新刊61冊

ご予約できます

