



身近に男女共同参画 みんなの“知りたい”をバックアップ！

男女共同参画社会は、男女がともに個性や能力を発揮できる社会のこと。

男性だって、主人公なんです。

まずは、あなたの身近なコトから、主役になる準備をはじめませんか？



『時間管理の基本とコツ  
：たちまちわかる・すぐに役立つ』

336.2 / ミズ  
(水口和彦 学研 2009年)

### 時間管理で自分時間をつくる！

「自分のため」に時間を作ること、「仕事のため」  
「会社のため」に効率よく仕事を行うことは両立  
できる！

仕事とプライベート、それぞれで時間を活用し、  
それぞれをより充実させることが可能な“時間  
管理”の実践テクニックを自分のものにしましょう。



『今日からはじめる男の家事  
：R60の教科書』

590 / キョウ  
(阿部絢子灘監修 講談社 2010年)

### 家事上手な男に変身！

衣食住を整える家事は、生きるための基本です。  
気持ちよく快適に暮らすこと、日常生活を楽しむ  
ことを、誰かに任せたままなってもったいない！  
家事をはじめること、あなたもあなたの家族も  
人生が豊かになるはず。

まずは自分の好きなことから始めてみましょう。

『オトコの介護を生きるあなたへ  
：男性介護者 100万人へのメッセージ』

598.4 / オト  
(男性介護者と支援者の全国ネットワー  
かもがわ出版 2010年)



### 介護者の3人に1人が男性です

「老老介護」や「おひとりさま介護」など、介護の  
形はそれぞれ異なりますが、男性介護者たちは、  
介護のこれからを作っていく先駆者です。

たくさんの体験談が、つながり、共有し、新しい  
時代の介護を切り拓いていく仲間へのエールに  
なる1冊です。

『イクメンで行こう！  
：育児も仕事も充実させる生き方』

366.7 / アツ  
(渥美由喜 日本経済新聞出版社  
2010年)

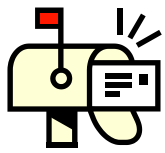


### イクメンへの道を踏み出そう！

「イクメンはもてる！」「イクメンよりイクメン！」

「イクメン現象は、社会変革のきっかけだ！」

イクメン・ライフの楽しさや苦勞を、ワークライフ  
バランス推進の第1号者が、ストーリー仕立てで  
伝えます。育児に、仕事に、地域に、あなたの  
居場所を作りませんか。



# みんなの なんでも質問箱

Q: についてのいろんな情報を  
まとめて知りたい!



情報ナビ

A: は、

本・雑誌・WEBページ・団体情報など、  
さまざまな媒体の情報をA4用紙1枚に  
まとめています。

「情報ナビ」は、さまざまなテーマごとに、司書が厳選した  
情報を解説付きでご紹介したものです。現在、14テーマを  
公開、随時新しいテーマで作成していきます。

図書室で配布しているほかに、ホームページからも  
ダウンロードすることができます。



# 司書のビデオ日記

映画 『プレシャス』DVD 2010年 109分  
体型的なコンプレックスを持ち、両親から性的・精神的  
虐待を受けて育った16歳の少女・プレシャス。  
フリースクールに通い始めたことをきっかけに、「幸せ  
になること」に向かって歩きはじめます。

個人貸出のみ

啓発 『夫の暴力を許さない! 夫婦のモロ・ハズメ』

DVD 2010年 19分

見下した態度と言動で妻の人権を傷つけながらも  
自覚のない夫。暴力がないため、虐待だと気づか  
ない妻だったが…。夫婦生活で見過ごされがちな  
女性への人権侵害を、ドラマ仕立てでわかりやすく  
描きます。

団体貸出可能

## あざれあ復刻本ギャラリー

『女と戦争』 F/367.2/オ

1巻～24巻 (全25冊)

出版社: 日高有燐堂(復刻: 大空社)

主な著者: 鈴木秋子、エレン・ケイ、  
山田わか、山高しげりなど

戦争の中で、女はどのように位置づけられ、飲  
みこまれ、生きていったのか。「女と戦争」を  
テーマに、明治・大正・昭和二十年  
までの戦時下の文献を収録する。



## おはなしのへや in あざれあメッセ2011

7月30日は あざれあメッセ2011

今年のあざれあメッセのテーマは“子育てを応援!”。  
子育て真っ最中の家族も、見守り世代のあなたも、  
将来パパママになるかもしれない君も、み～んな大集合!  
図書室では、毎年大好評の

「大人も子どもも楽しい! おはなしのへや」  
を開催します。大きな絵本の読み聞かせや、古紙を  
使った工作など、家族みんなが楽しいプログラムを  
用意してお待ちしています。

7月30日(土) 10:00～15:00

場所: あざれあ2階 図書室

### \* \* \* ご利用案内 \* \* \*

開室時間 平日 9:00～18:00、土日祝日 9:00～17:00

休室日 第1・3・5日曜日、年末年始、図書整理日

貸出 図書5冊、ビデオ2本 2週間

\* 貸出カードが必要です。現住所・生年月日を確認できる証明書をお持ちのうえ、  
カウンターにお申し出ください。

静岡県男女共同参画センター 2F あざれあ図書室

〒422-8063 静岡市駿河区馬淵1丁目17-1

TEL: 054-255-8763 / FAX: 054-255-8759

MAIL: library@azarea.pref.shizuoka.jp

URL: <http://azarea.pref.shizuoka.jp/tosho/azareatosyo.htm>

### 6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

### 7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	あざれあメッセ2011					

■ 休室