

# あざれあ 図書室通信 No.28

2010.4

身近に男女共同参画 みんなの“知りたい”をバックアップ！

## おすすめ★BOOK

### 男を磨く 新・家事術

『男子家事:料理・洗濯・掃除の新メソッド』

590/ダン

(阿部絢子/監修 マガジンハウス 2009年)

「いやー美味しそう。」

鍋で炊いたごはん、豚と夏野菜のオープン焼き、鶏のパリパリ焼き・・・写真を見て、思わず出た言葉です。

この本は、料理・洗濯・掃除をはじめとする家事全般について、男性向けに書かれたものです。

単に家事がこなせるだけでなく、目指すは、省エネ&エコ時代といった



現代の暮らしに合った家事ができるようになることです。

例えば、料理で使った道具を「使ったらすぐ洗う」ことで汚れが取れやすく、水の使用量を節約できるといった簡単にできる家事術を紹介します。

自分自身や自分の大切な人、環境をも助ける「男子家事」を始めてみませんか。

自分らしさ



『ショコラちゃんはおいしゃさん』

中川ひろたか/ぶん はたこうしろう/え

講談社 2003年

「リリリリーン」電話が鳴ります。腕の良いお医者さんのショコラちゃんは、患者さんたちから引っ張りだこです。今日も「ちょっとアフリカに行ってくる」と自家用飛行機でひとつ飛びです。イキイキ働くショコラちゃん、とっても魅力的です。

自分らしさ



『びくびくピリー』

アンソニー・ブラウン/さく 灰島かり/やく

評論社 2006年

ピリーは、色んなことが心配で眠ることができません。ある日、おばあちゃんから「しんぱいひきうけにんぎょう」をもらい、ぐっすり眠ることができるようになりましたが・・・。自分だけではなく、周りのことも心配してしまう、やさしいピリーのおはなしです。



## お互いへの依存関係

『共依存症 いつも他人に振りまわされる人たち』146.8/ピ  
 (メロディ・ビーティ 講談社 1999年)

特定の人に振りまわされながらも、相手をコントロールしようとする共依存症者。自らも共依存症だった著者が、共依存の理解と回復をめざし、「自分の人生を生きる」ためにアドバイスしています。

## アルコール依存症と母娘

『ママと踊ったワルツ』

『アルコール依存症の母親をもった娘たちの癒しの物語』368.8/アグ  
 (エレノア・アグニュー/シャロン・ロビドー 保健同人社 2006年)

アルコール依存症の母親との関係が、娘である女性たちへどんな影響を与えるか、ということがアンケートやインタビューを通して明らかにされていきます。女性たちの回復を目指した本です。



## 摂食障害と対人関係



『拒食症・過食症を対人関係療法で治す』493.7/ミ  
 (水島広子 紀伊國屋書店 2007年)

摂食障害の多くが若い女性だそうです。本書では、「対人関係療法」という最も身近な人との現在の関係を改善していくことで治していく、精神療法を提案しています。



## 司書のビデオ日記

## ～少女の巻～

『オフサイド・ガールズ』 DVD 2006年 92分  
 どうして女はスタジアムに入れないの？  
 サッカー大好きなイランの少女たちが試合を見るために大奮闘！！

『地下鉄のザジ』 ビデオ 1961年 92分  
 地下鉄に乗るのを楽しみに田舎からやってきたザジ。でも地下鉄はストでお休み。がっかりしたザジは、パリの街へ冒険に出かけるが・・・。

『西の魔女が死んだ』 DVD 2008年 115分  
 学校へ行けなくなった まい は、森で暮らす“西の魔女”、おばあちゃんと過ごすことに。  
 “西の魔女”からの秘密のメッセージとは・・・。

『母たちの村』 DVD 2004年 124分  
 西アフリカの村に住むコレの元に“女子割札”から逃れた少女達が助けを求めてくる。娘たちを守るコレの決断が村中に大きな波紋を呼ぶことに・・・。

あなたが「何だかつらいな」と感じている理由の一つは人間関係にあるのかもしれませんが。

今号では、依存や人間関係に関する本をご紹介します。（松永）



### 「母娘」の問題

『母が重くてたまらない：墓守娘の嘆き』367.3/17  
（信田さよ子 春秋社 2008年）  
母との関係に苦しみ、悩んでいる「娘」たち。母と娘の関係を明らかにしながら、育児の場で姿のみえにくい父親についても指摘します。  
問題解決の糸口を提示した本。

### アダルト・チルドレンって何？

『知っていますか？アダルト・チルドレン 一問一答』146.8/7  
（斉藤学灘監修 解放出版社 2002年）

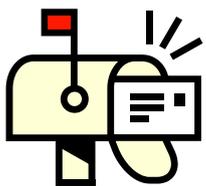


アダルト・チルドレン（AC）とは機能不全の家庭で育った大人のこと。  
一問一答式でアダルト・チルドレンとはどのような人たちが、またどのような誤解があるのかなどを説明します。

### 摂食障害の情報がほしい人へ



『摂食障害治療サポートガイドブック：  
受診の仕方、治療の理解、治療者の声』493.7/2  
（西園文 女子栄養大学出版部 2002年）  
摂食障害について知られているようで、摂食障害者本人に情報が届いていない  
ようだと感じた著者が、摂食障害を乗り越えるヒントを示します。本人だけで  
なく周りの人にも参考になる一冊。



Q：図書室の中を案内してくれるってホント？

みんなの

なんでも  
質問  
受け

A：はい、「ライブラリー・ツアー」でスタッフがご案内します。

「ライブラリー・ツアー」では、特色ある資料群や便利なサービス内容など、あざれあ図書室を使いこなすための、とっておきの方法をご紹介します。

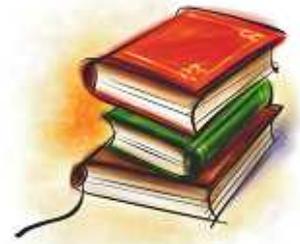
事前申込なら、あなたの都合の良い時間に、ご希望のテーマを重点的にご案内することができます。  
所要時間は15分～30分くらい。個人でも、グループでも 参加OK！あざれあに遊びに来たついでに、  
ちょこっと得して帰りませんか？

当日申込の場合は、14:00～15:30の間のツアーです。

# あざれあ 復刻本ギャラリー

『女人藝術』 F910.5/二  
第1巻1号～5巻6号(全49冊)

発行年：昭和3年～昭和7年 出版社：女人藝術社(復刻：不二出版)  
主な著者：林芙美子、尾崎翠、平林たい子、宇野千代、長谷川時雨、鷹野つぎ



それぞれの立場・思想にこだわらず、昭和初期の女流作家たちが集まった、広場のような存在の雑誌。浜松市出身の鷹野つぎの作品も掲載されている。付録の『女人大衆』の記事もとても面白い。

## 4月から祝日もオープンします！

平成22年4月1日より、あざれあ図書室は祝日もオープンします。  
開室時間は9:00～17:00まで。皆様のご来室をお待ちしております。

## 新聞の閲覧サービスがわかりました！

平成22年4月1日より、新聞の閲覧が次のとおり変更となりました。

閲覧場所：2階ロビー

購入紙：5紙(朝日、静岡、日経、毎日、読売)

## 古本リサイクル市 in あざれあを開催！

読み終わった本やいらなくなった本など、ご家庭で不要になった本を持ち寄って、読みたい誰かが持ち帰る「古本リサイクル市」。古本のリサイクルを通じて、身近にできる楽しいエコを提案する活動です。

リピーター続出のこの催しを、あざれあ2階ロビーで開催することになりました。

もしかしたら、あなたも掘り出しモノに出会えるかも…。ご来場をお待ちしています！

開催日時：平成22年5月21日(金)10時～23日(日)15時

お問い合わせはあざれあ図書室(054-255-8763)まで

共催：市民エコワーク2010

## \* \* \* ご利用案内 \* \* \*

開室時間は？ 平日9:00～18:00、土日9:00～17:00

休室日は？ 第1・3・5日曜日、年末年始、図書整理日

貸出は？

\* 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>

ご意見や  
ご感想、  
お聞かせ  
ください！

### 4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	

### 5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					

■ 休室