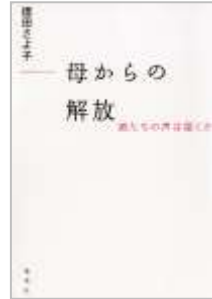


ライツこくぶんじ(国分寺市立男女平等推進センター)おすすめ図書

ライツこくぶんじ ライブラリーニュース



人とのかかわり方や自分自身の在り方について、悩み苦しんでいる人への楽しく生きるためのヒントが詰まっている。大事な人に会う前に目次から自分だと思ふタイプを読むとよいヒントがもらえるかもしれない。何も悩みがないと思っている人にとっても、気にしていなかった自分のタイプを知るといふ、新しい発見がありそうだ。



「母が重い」と感じている娘たちが、どうしたらもっと軽やかに自分の人生を生きられるようになるのか、母親との距離の取り方について具体的な方策が書かれていて参考になる。「母親と友だちになれるかどうか」が、これからも付き合えるかどうかの見極めポイントというのは、なるほどと納得した。

『大事な人に会う 30分前に読む本』

大原敬子 KK ベストセラーズ 1997年

『母からの解放』

信田さよ子 ホーム社 2016年



作者自らのことを描いた漫画。子どものときは習い事、進路まで強引に母に決められ、大人になって母から逃れようとする執拗に追いかける。自分が母のコピーになることへの恐怖とも戦う。深刻な現実をあっさり描き、大丈夫乗り越えられるよと、励ましてくれる。文章より、漫画のほうが読みやすいときもある。



人生って、つらいよね。でも受け入れるとちょっと楽になれる。作者(ペコロス)はホームにいる認知症の母に会いに行く日常を描いた。いろいろな意味でつらい。でもそれをユーモアでくるむ。そこに切なさが生まれた。読み進め、その切なさを感じると、なぜか優しくなれる。ペコロスは主人公の愛称、小さな玉ねぎのことだ。

『母がしんどい』

田房永子 株式会社 KADOKAWA 2012年

『ペコロスの母に会いに行く』

岡野雄一 西日本新聞社 2012年

ライツこくぶんじ図書資料室の利用方法 問い合わせ先：042-573-4378

開室時間	月曜日から金曜日の午前9時から正午まで、午後1時から午後5時まで 土・日・祝日・ひかりプラザ休館日(原則第2・4月曜日)・年末年始(12/28~1/3)を除く
利用できる方	本を借りることができるのは、国分寺市に在住、在勤、在学、在活(ライツこくぶんじで相談・活動中の方を含む)の方です。
初めて図書等を借りる方は	「貸出登録票」に記入し、住所・氏名がわかるもの(保険証・免許証など)を提示してライツこくぶんじ職員に利用カードの発行申込みをしてください。 ライツこくぶんじ専用の図書資料室利用カードを発行します。
図書等を借りるには	借りたい図書等とライツこくぶんじ図書資料室利用カードを職員に提示してください。 図書は1人5冊まで、視聴覚資料(CD、DVD等)は1人2タイトルまで借りられ、貸出期間は2週間です。 【注意】市内図書館の利用カードでは貸出しできません。
返却方法	ライツこくぶんじ事務室が開いている時は、直接職員にお返しください。図書資料室開室時間外及び休室日は、ひかりプラザ2階事務室入口横の返却ポストに入れてください。