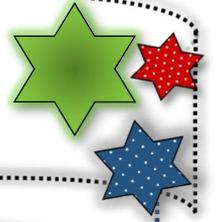


ぶっく★まーく

編集スタッフのおすすめ



このコーナーでは、情報・図書コーナーの中から、本紙スタッフがピックアップした本を紹介しています。

このほかの本も、ぜひご利用ください。※書籍下の番号はセンターでの検索番号です。



[300-2]

「自分の感情」の整えかた・切り替えかた モヤモヤがスッキリ!!に変わる
85のセルフケア

2022年 大和出版

高井 祐子 (著)

負の感情の堂々巡りから抜け出せなくなった時、本書があなたの助けになってくれるかも。なりたい自分や思考のクセに気づく、生活習慣を整えるワークを紹介。まずは1つ試して変化を感じてみては？ (こなつ)



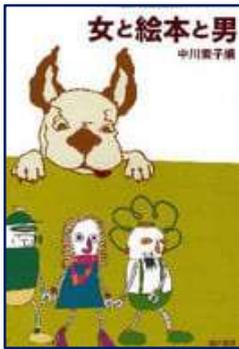
[300-5]

あいつゲイだってアウティングはなぜ問題なのか?

2021年 柏書房

松岡 宗嗣 (著)

同意なく、性的指向や性自認を暴露されることが、性的少数者にとっていかに危険か。実際にあったケースを丁寧に解説。誰にどこまで伝えるかは、本人が決めること。誰もが心得ておくために。(こなつ)



[400-3]

女と絵本と男

2009年 翰林書房

中川 素子 (編、著)、ほか

大学院での特別講義「絵本とジェンダー」がきっかけで、文筆家と大学院生14人が各々の観点から「女と絵本と男」を論じる。第3章は、ジェンダーの絵本を探すべき道案内。さあ、絵本を探そう。(ルナ)



[900-4]

子どもが巣立つということ
—この時代の難しさの中

2012年 ジャパンマシニスト社

浜田 寿美男 (著)

時が来て、飛び出す。飛び出すことによって飛べるようになる。希望があればこそ飛ぶ。人は自らの力だけでは飛べず、共同的な関係の網の目に支えられている。巣立ちとはあらたな関係作り。(ぼっと)



[900-5]

子育てが楽しくなったら読む本
“イライラ”ママの悩みに答える
精神科医の処方箋80

2004年 エビデンスコーポレーション情報センター出版局 (2021年9月「株式会社ゆびさし」に社名変更)

宮田 雄吾 (著)

誰にとっても子育ては不安なもの。三人目の子育てであっても「この子を」「この子も」に変わる程度でやっぱり不安はなくなる。とりあえず今日という一日を笑顔で。自分の人生を大切に。(ぼっと)



[1000-3]

老〜い、どん! 2
どっこい生きてる90歳

2022年 婦人之友社

樋口 恵子 (著)

90歳を前に、老いの悲喜こもごもを綴ったエッセイと、板東真理子さんとの対談。老いて前向きに生きるために大事なことは「体の動くうちにやりたいことはやっておく」ですって。がんばろう! (ルナ)

編集後記

「ぶっく★まーく」は今年度から発行回数を2回に変更し、購入本を一覧で紹介するようになった。こんなに素敵な本が購入されているのかと、一覧表を見るだけでもワクワクする。その中の数冊の紹介をさせてもらえる楽しさ。この機会を大事にできているだろうかと自問しながら編集後記を書いている。(ぼっと)

★★★★★

