

図書便り

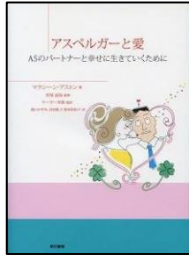
男女共同参画センター“いこ～る”プラス
(JR長岡京駅直結長岡京市立総合交流センター6F)は、男女共同参画に関する約1,600冊の図書を貸出しています。ぜひご利用ください！



パートナーとの関係が苦しいのはあなたのせいではないかもしれません。

10/30(金)講座
「パートナーとの関係を考える」の関連本

新刊！



アスペルガーと愛 ASのパートナーと幸せに生きていくために マクシーン・アストン/著
宮尾益知/監修
東京書籍/刊

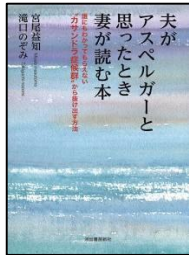
アスペルガー (AS) の子どもがいる家庭では、AS者とそのパートナーの関係性をよくすることで、子どもにも良い影響が期待できる。専門のカウンセラーである著者が、豊富な経験からとらえた実像と問題解決のガイドラインを呈示している。

新刊！



アスペルガーだからこそ私は私 発達障害の娘と定型発達の母の気づきの日々
白崎やよい、白崎花代/著
生活書院/刊

自分の特性を知って暮らしやすくするために必要なこととはなにか。具体的なエピソードを娘と母それぞれの視点からとりあげている。自分自身も、周囲の人たちも、ともに障がいへの理解を深めるための一冊。



夫がアスペルガーと思ったとき妻が読む本
誰にもわかってもらえない“カサンドラ症候群”から抜け出す方法
宮尾益知・滝口のぞみ/著
河出書房新社/刊

それでも「あなたの夫はいい人じゃない」と言われる妻たちへ。アスペルガー症候群の夫または妻と情緒的な相互関係が築けないためにパートナーに生じる身体的・精神的症状である「カサンドラ症候群」。そこから抜け出す方法と解決策を指南する。



「自分のために生きていける」ということ 寂しくて、退屈な人たちへ
斎藤学/著
大和書房/刊

自分を認め、許し、愛していくのはあなた自身である。私は何がしたいのか? 「個性」とは? 「ホンネ」とは? いきいきとした感情生活をとりもどし、よりよい人間関係を築くための一冊。



カウンセラーが語るモラルハラスメント 人生を自分の手に取りもどすためにできること
谷本恵美/著
晶文社/刊

モラルハラスメントは肉体的な暴力とは違って理解されにくく、当の本人ですら何故こんなに苦しいのかわからないという。「心の暴力」で受けた傷はどうすれば癒せるのか、事例経験豊富な専門心理カウンセラーによる、「読む」カウンセリングブック。



パール&オレンジリボンプロジェクト2020



マイ・レジリエンス ト라우マとともに生きる

新刊！
11/13講演会講師の本

中島幸子/著
梨の木舎/刊

大学で出会った恋人から4年半におよび暴力にあっていた著者が、加害者から離れた後も、PTSD（心的外傷後ストレス障害）に苦しみながら、うつや解離とどのように向き合ってきたか。暴力が被害者に及ぼす影響や回復への道のりが綴られている。



傷ついたあなたへ

新刊！

わたしがわたしを大切にすること DVトラウマからの回復ワークブック

NPO法人レジリエンス/著
梨の木舎/刊

DVやトラウマと向き合い、乗り越えていくことは大変なこと。自分に起きたことに向き合い、「わたし」を大切に生きていくことをサポートするための本。自分を知り、気づく手がかりとなるための質問と、チェックリストを用意。



結愛へ 目黒区虐待死事件 母の獄中手記

新刊！

船戸優里/著
小学館/刊

なぜ、夫の暴力を止めることができなかったのか。なぜ、過酷な日課を娘に強いたのか。なぜ、誰にも助けを求めなかったのか。その答えが本書に中にある。虐待事件取材してきた杉山春氏の解説、公判前に優里被告を診断した精神科医の診断書も巻末に収録。



「DVと虐待」対策・改善提言2020

新刊！
11/17講座講師の本

伊田広行/著
電子書籍版&ペーパーバック版POD/刊

DV被害者支援に基づくDV加害者更生プログラムを实践されている著者が、2019年1月、千葉県野田市で起こった実父による10歳の女儿虐待死事件「心愛さん虐待死事件」を契機に、「DVと虐待」問題への提言をまとめた。



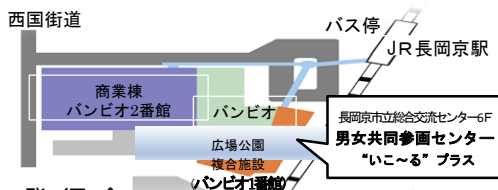
シングル単位思考法でわかる デートDV予防学

伊田広行/著
かもがわ出版/刊

デートDVなんて、私には関係ない。でも、実は「ふつう」の恋愛にこそ、DVの芽がある。恋愛依存せず、相手との適切な距離をとって自分の人生をコントロールする「シングル単位の思考法」を軸にしたDV予防教育。そこから、適切な人間関係を学ぶ。

情報コーナーの利用について

貸出：1人2冊まで、2週間（延長可）
対象：長岡京市在住・在勤・在学の人
※図書への貸出しには「情報利用者カード」の登録が必要です。カードの登録には、運転免許証など、本人確認が出来るものをお持ちください。



◇ 編集・発行 ◇
長岡京市男女共同参画センター “いこ〜る” プラス
〒617-0833
京都府長岡京市神足2丁目3番1号
長岡京市立総合交流センター6階
TEL 075-963-5501 FAX 075-963-5521
E-mail: danjo-c@city.nagaokakyo.lg.jp
開館時間：午前9時～午後5時（日・祝を除く）