

男女共同参画センター“いこ～る”プラス
(JR長岡京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!



図書便り



特集 女性の生きかた

～働きかたあれこれ～



マイペースで働く! 女子のひとり起業

滝岡幸子/著
同文館出版/刊

あなたの「経験」と「得意なこと」はお金になる。そして仕事を始める時も「ちょっとやってみよう」みたいなユルさの良いビジネスを見つける鍵となる。お仕事を「時間と場所を自由に調整しながらマイペースにやっつけていこう!」という願いをこめている。



起業家育成のプロが教える 「失敗しない」ゼロからの起業

加藤恵子/著
フォレスト出版/刊

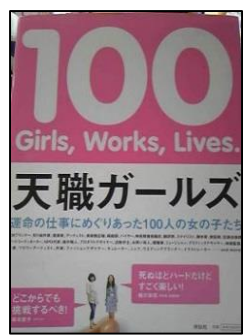
これから起業する人や、起業したての人が本当に知りたいのは、なけなしだった著者と同じような人が成功するまでにいったいどんな困難とぶつかり、どんなふうに切り抜けてきたのか、である。それらを起業家である「あなた」に向けて書いている。



まんがでわかるLIFE SHIFT 100年時代の人生戦略

リンダ・グラットン、アンドリュー・スコット/著
星井博文/原作 松枝尚嗣/まんが
東洋経済新報社/刊

いま50歳未満の日本人は100年以上生きる時代を過ごすつもりでいたほうが良いと著者は言う。長寿化に対する不安を減らし、その恩恵を最大限に得るためにはどうしたらいいのか。このまんがでは日本人のための新しい生き方、働き方を提示している。



天職ガールズ 100Girls、100Works、100Lives.

藤原美奈/編
祥伝社/刊

運命の仕事にめぐりあった女の子たち。Creative, Entertainment, Sports, Fashion, Life&Beauty, Food Service, Art, Media and more... 天職にめぐりあい、人生を楽しんでキラキラ光っている彼女たちの100のストーリー。

3月8日は国連が定めた「国際女性デー」。
女性の権利と政治的・経済的分野への参加を盛り立てていくために1975年に制定されました。
また、厚生労働省は3月1日から3月8日を「女性の健康週間」と定め、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを支援するために健康づくりを国民運動として展開することとしています。



女性の生きかた

～女性ホルモンとからだの不調～



新刊！

相談しにくい ちつとカラダの話

森田敦子/監修 太田博明/医療監修
朝日新聞出版/刊

誰かに相談したいけれど話しにくい、デリケートゾーン、セックス、生理、更年期、尿もれ、心が揺れる気持ちのことなど、女性たちの日々の悩みを解説。セルフケアの方法も紹介し、女性たちの日々の悩みに向き合う一冊。

新刊！

生理CAMP みんなで 聞く・知る・語る！

工藤里紗/監修
上田惣子/漫画
集英社/刊

タブー視されがちな生理を巡る基礎知識や話しにくい悩みの解決に役立つ情報が満載。さまざまな人たちの体験や本音がつづられ、海外の生理事情や、素朴な疑問に産婦人科医が答える章もあり、肩の力を抜いて読める生理入門書。

新刊！

見えない 妊娠クライシス 誰にも言えない妊娠に悩む女性を社会で支える

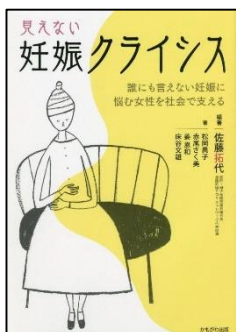
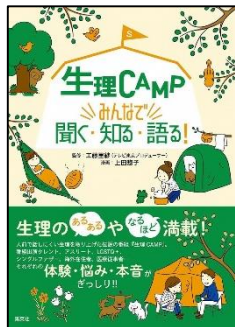
佐藤拓代/編著
松岡典子、赤尾さく美、姜恩和、床谷文雄/著
かもがわ出版

もしかして・・・妊娠？誰にも言えない妊娠を「妊娠クライシス」と呼ぶ。妊娠を自己責任にすることなく、産めないと思い込んでいる女性にも情報提供を行い、産むか産まないかという女性の「自己決定」を支え、支援につなげることを目指している。

更年期障害 気・に・な・る・症・状・と・治・し・方

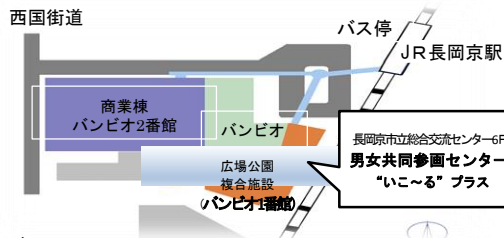
堀口雅子/著
成美堂出版/刊

更年期を迎えるとからだにさまざまな変化が現れる。自己チェック表、更年期障害がおこるメカニズム、対処方法と最新のホルモン補充療法、体験談も含めてもうがまんせず悩まずに女の後半生を楽しく美しく過ごすための一冊。



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
※図書の出しには「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）

