

らぶらす

ライブラリーニュース Vol.25



シングルマザー、プレシングルマザーを応援！

らぶらすで実施しているグループ相談会「ほっとサロン」の特徴の1つは、シングルマザーだけでなく、プレシングルマザー、すなわち離婚を考えている母親も対象にしていることです。行政の支援策は離婚が成立して初めて使えるというものが多く、どこからも支援を受けにくいプレシングルマザーの相談先が必要という当事者たちの声に応えたものです。実際に参加者の約2割がプレシングルマザーです。参加者からは「仲間がいて心強いと思った」「自分の経験が他の人の参考になったことで自信がもられた」などの声が寄せられています。

今号は、シングルマザー、プレシングルマザーに関連する図書資料を紹介します。らぶらすにはライブラリーのほか、絵本コーナーがある子どもスペースや、調べものや打合せに利用できるフリースペースがあります。図書資料の貸出や閲覧はもちろん、ほっとするスペースとしてご利用ください。

『シングルマザー365日サポートブック』

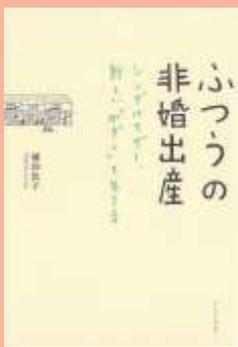
赤石 千衣子 ほか 著
NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ



離婚にはどんな方法があるのですか？など、60題のQ&Aはすべて、シングルマザーの経験に基づき、専門家の協力を得て回答されている。相談できる友だちを増やすのがあなたのためのセーフティネット、などのアドバイスも。

『ふつうの非婚出産 シングルマザー、新しい「かぞく」を生きる』

樫畑 敦子 著
イースト・プレス



結婚しないで出産することにした著者が語る、新しい「かぞく」。集団生活になじめない保育園から学生時代に出会ったさまざまなひとの生き方を辿り、生きていくこと自体への絶望の後に生じた「産みたい」思いから産後までを綴る。

『ママのゆるコツ事典 今日、子どもが可愛く見える』

渡辺 のぞみ 著/Boojil 絵
文響社



がんばればなんとかなる、ではなく、なんとかするためにどうするか？という問いに、豊富な「ゆるコツ」で応える。落ち込んだときは「明日の楽しみを1つ考える」などすぐに実践できるコツが満載。各ページ欄外の図書紹介も嬉しい。

[シングルマザー、プレシングルマザーに関連する図書・資料]



『シングルマザーの貧困』
水無田 気流 著
光文社



『シングルマザー、家を買う』
吉田 可奈 著
ワタナベ チヒロ イラスト
扶桑社



『家族無計画』
紫原 明子 著
朝日出版社



『ライティングクラブ』
姜 英淑 著
現代企画室

利用案内

らぶらす資料コーナー（ライブラリー）へようこそ！

- ◆らぶらす資料コーナーでは、およそ1万9千点の書籍やDVD、行政資料などを所蔵しています。
- ◆運転免許証や健康保険証など、住所とお名前の確認できる書類をお持ちいただければ、その場で利用者登録ができます。◆1回につき3点まで、2週間の貸出が可能です（AV資料1週間まで）。
- ◆貸出中の場合は予約ができます。◆らぶらすのホームページから図書・資料が検索可能です。

らぶらす開館時間 9:00-22:00

図書貸出時間 9:00-21:30

休館日：毎月第3月曜日（祝日の場合はその翌日）及び年末年始





『未来を変える目標 SDGsアイデアブック』

一般社団法人Think the Earth 編著／蟹江 憲史 監修
一般社団法人Think the Earth

2015年に国連で採択された「持続可能な開発目標 Sustainable Development Goals」17項目を解説、小さな気づきから次の行動を促す。目標5の「ジェンダー平等を実現しよう」では、女性が自分の人生を自分で決め、能力を発揮できるように社会の制度や慣行を変えようと呼びかけつつ、取り残される人はいないか?など考える視点を与えてくれる。

ジェンダー
平等を
考える



『男女平等はどこまで進んだか』

山下 泰子／矢澤 澄子 監修
岩波書店



『地図とデータで見る女性の世界ハンドブック』

イザベル・アタネ ほか 編
原書房



『男性は何をどう悩むのか 男性専用相談窓口から見る心理と支援』

濱田 智崇・『男』悩みのホットライン 編
ミネルヴァ書房

「相談者に書を与えない」を理念に、1995年に始まった男性専用相談窓口「『男』悩みのホットライン」。実際に寄せられた相談内容を例に、対応のポイントを示す。男性自身が考える「男らしさ」「男はこうあるべき」をどのように「自分らしさ」に出来るのか。女性の社会進出が進む中で、男性相談はワーク・ライフ・バランス推進へのきっかけになる。

相談を
知る



『保育現場の子ども虐待対応マニュアル』

倉石 哲也 著
中央法規出版



『ソーシャルワーカーの成長を支えるグループスーパービジョン』

山崎 美貴子 監修
中央法規出版



『ひとりサイズで、気ままに暮らす』

阿部 絢子 著
大和書房

時には孤独を味方にして、誰にも気を遣わずに気ままに自由。余分なものをこそげ落としつつ、最後の持ち物は「トランク1個分」を目指している、73歳、独身、働く女性。筋金入りのひとり暮らし40年の著者が、「ひとり時間を満喫する」「社会の中に居場所を見つけて」など、少しずつ読んできたコツを示してくれる指南書。

ひとりを
楽しむ



『ひとりごはんの愉しみと工夫』

有元 葉子 著
東京書籍



『いつか一人になるための家の持ち方住まい方』

井形 慶子 著
KADOKAWA

絵本

『ふたりママの家で』

バトリシア・ボラック 絵・文／中川 亜紀子 訳
サウンズブックス社



ふたりのママの家にやってきた3人の子どもの日常が長女の思い出から描かれる。パパとママと子どもという典型的な家族ではないという「ちがいはあっても「まちがいはない。世代にわたる「家族」「愛」について深く考えさせられる。

コミックス

『生きづらいと思ったら親子で発達障害でした』

モンズーサー 著
KADOKAWA



自身もADHD当事者で生きづらさを感じてきた著者。発達障害グレーゾーンな息子たち二人を抱え、母親として、当事者として、共感と苦悩、愛情をもって、なんとか前向きに生きていく。迷いも喜びも率直に描いた子育てエッセイ。

DVD

『カルテット！ 人生のオペラハウス』

ダスティン・ホフマン監督
2012年 イギリス



かつてのオペラの大スターも、オーケストラの一員として舞台上に上がった演奏家も、音楽こそがその人生を支えている。老いと向き合いながら、穏やかに余生を送る音楽家たちが集うホームで、史上最高齢のオペラコンサートが開幕する。



らぶらすHP



Facebook



Twitter