

新 着 図 書 紹 介



誰でもできる！
アサーティブトレーニングガイドブック
海原 純子著 金剛出版【I-214】

おひとりさまの老後
上野千鶴子著 文春文庫【A-138】

アサーティブとは、相手も自分も「OK」というゴールを目指すコミュニケーションである。

日常会話の中で「仕方なく…」と妥協した返事になることはないだろうか？自分が思っていることを言わずに溜めたままにしていると、本当の感情がわからなくなってしまうたり、溜めていることのストレスによって身体のさまざまな部分に不調が現れたりする。そうなる前に、本書を使いアサーティブについて学んでみよう！

結婚していてもしていなくても、長生きすれば、最後はみんなひとりになる。

日本における女性学・ジェンダー研究のパイオニアとして長年にわたって活躍し、様々な社会問題へ発言を続ける社会学者であり、自らも「おひとりさま」である上野千鶴子が、数多くのケーススタディをふまえ、ひとりで安心して老い、心おきなく死ぬためのノウハウを、住まいやお金などの現実的な問題から心構えや覚悟にいたるまで考察する。



書名	著者	出版社名	No
言い訳してる場合か！	坂東 真理子	法研	A-139
家族・働き方・社会を変える父親への子育て支援	小崎 恭弘、田辺 昌吾他	ミネルヴァ書房	B-35
女性リーダー4.0 新時代のキャリア術	坂東 真理子	毎日新聞出版	C-167
男の子の本当に響く 叱り方ほめ方	小崎 恭弘	すばる舎	G-70
あー、また言っちゃったがなくなる 男の子のママの言葉かけ便利帳	小崎 恭弘	総合法令出版	G-71
辛くならない子育てのコツ	坂東 真理子、柳沢 幸雄	秀和システム	G-72
子どもが育つ魔法の言葉	ドロシー・ローノルト他	PHP 文庫	G-73
女の子の育て方 子供の潜在意識にこっそり”幸せの種”をまく方法	中野 日出美	大和出版	G-74
男の子の一生を決める 0歳から6歳までの育て方	竹内 エリカ	KADOKAWA	G-75
女の子の一生を決める 0歳から6歳までの育て方	竹内 エリカ	KADOKAWA	G-76
一度も愛してくれなかった母へ 一度も愛せなかった男たちへ	遠野 なぎこ	ブックマン社	H-65
マンガでわかるココロの不調回復 食べてうつぬけ	奥平 智之	主婦の友社	I-215
笑顔と思いやりで幸せになる	坂東 真理子	清流出版	I-216
シングル女性の貧困	小杉 礼子他	明石書店	J-71
東京くらしの防災	東京都	凸版印刷	K-63
ハローキティのおしえて！防サイくん	東京都	リフコム	K-64
きみがいま Little Boy	アリスン・マギー	主婦の友社	M-19
ちいさいあなたへ Someday	アリスン・マギー	主婦の友社	M-20

図書ご利用のご案内

男女共同参画・女性の活躍支援センター内での閲覧や1人3冊以内2週間までの貸出しをしています。

※初回にご利用登録が必要です。
(ご登録の際、身分証明書の提示が必要です。)

■ 開所時間：9:00～17:00

■ 休館日：日曜、祝日、年末年始
OKBふれあい会館休館日(年2回)

