

ソレイユさがみ 新着 図書・DVD NEWS

ソレイユ ブックレビュー

第83号 2021年1月15日

〔発行・お問合わせ先〕

相模原市立男女共同参画推進センター

(ソレイユさがみ) 情報委員会

《指定管理者 特定非営利活動法人

男女共同参画さがみはら》

〒252-0143 相模原市緑区橋本 6-2-1

TEL 042-775-1775 FAX 042-775-1776

<http://www.soleilsagami.jp/>

編集委員のおすすめ新着図書

『働き方改革で伸びる女性つづれる女性』

東谷 由香/著 日経 PB (2020 年)



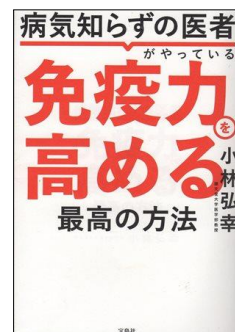
著者は人材育成会社代表で研修講師として、働く女性を取り巻く環境の変化を実感し、女性の人生にとって仕事が「幸せな人生」を送る上で大きな意味を持っているということ、また、自分らしい仕事と共に生き生き

と働いて、充実した人生を手にしてほしいと述べています。能力や、やる気があれば、女性であっても、子どもがいても、あるいは総合職、一般職、正規・非正規にかかわらず、あらゆる立場の人に同じようにチャンスがある時代がやってくる。そのチャンスをしっかりとつかみ取ることが重要です。「あなたが必要です」と言われる人になるにはどうしたらよいかを伝えています。(湯田)

『病気知らずの医者がやっている

免疫力を高める最高の方法』

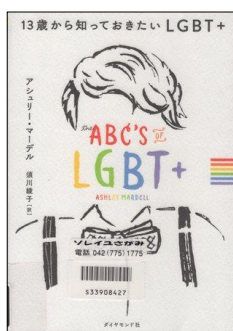
小林 弘幸/著 宝島社 (2020 年)



著名な自律神経研究者と同時に腸のスペシャリストとしてメディア出演が多い医師が書いた本です。猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症にかかるか否かは“免疫力の差”です。

そしてその免疫力を高める一番重要なのが腸内環境を良くすることで、免疫力の8割は腸内で作られると述べています。免疫力を高めるためのメソッド（方法）を「生活習慣・食事術(腸活)・リラクゼーション(休息)・日常の暮らし」の4項目に分けて40のメソッドで示しています。(遠藤)

今号のおすすめ テーマ <LGBTsを知ろう>



『13歳から知っておきたい LGBT+』

アシュリー・マーデル/著
須川 綾子/訳

ダイヤモンド社 (2017 年)



『Xジェンダーという生き方 男でも女でもない人の恋愛事情』

石崎 沙織・清水 展人/著

星雲社 (2019 年)



性的マイノリティのカテゴリーを表す言葉の一つとして「LGBT」があります。「L=レズビアン」「G=ゲイ」「B=バイセクシャル」「T=トランスジェンダー」ほかにも、性愛的な関係を求めない無性愛者や性自認を男女のいずれかとは認識していない「X(エックス)ジェンダー」など、様々なセクシュアリティが存在します。また、LGBTの4つではない性や恋愛に関するいろいろなことを表すため、sを付ける場合もあります。

その他の新着図書



『女性白書 2020』

日本婦人団体連合会/編
ほるぷ出版 (2020 年)



『女子学生はどう闘ってきたのか』

小林 哲夫/著
サイゾー (2020 年)



『炎上CMでよみとくジェンダー論』

瀬治山 角/著
光文社 (2020 年)



『女性の一生』

大日向 雅美/著
日本評論社 (2020 年)



『マンガで解決！セクシュアルハラスメント』

弁護士ドットコム/監修
双葉社 (2020 年)



『もしものときから日常のそなえまで 一家に一冊！ 防災アイデア手帖』

肥後 晴奈/編
世界文化社 (2020 年)

ソレイユさがみ 情報コーナーご利用案内

相模原市の貸出券でご利用できます。皆さん、どうぞお立ち寄りください!!

- ・利用時間 9:00~21:50 (ただし、17:00 以降は、貸出、返却のみ)
- ・休館日 (令和2年度) 2月22日 (第4月曜日)
- ・貸出冊数 図書: 10冊まで 2週間以内 DVD(ビデオ): 3本 2週間以内
- ・全国の男女共同参画情報誌が閲覧できます。
- ・DVD(ビデオ)は館内で視聴ができます。
DVD(ビデオ)上映コーナーのリスト一覧から お選びください。
- ・大型絵本も11冊所蔵しています。(貸出は団体のみ) 館内では個人でもご覧いただけます。

