

☆自分らしく働く

図書・資料室だより



『働くわたしの仕事地図
長く幸せに働くために知って
おきたい40の TOPICS』

小林佳代子 // 著
ダイヤモンド社 2025年

生涯賃金格差、転職・パートナー選び、妊娠・出産など、女性が長く幸せに働くために知っておきたい40トピックスを、豊富なデータを交えて徹底解説します。



『キャリアと子育てを両立
する！ 自分と家族の価値軸
で築く幸せな生き方』

江野本由香 // 著
ごきげんビジネス出版
プランディング
2023年

自分ならではのキャリアを築きながら、子育てと両立し、自分も家族も幸せと感じられる我がらしい生き方を導き出す手助けをします。

☆働く母応援



『働く母』の子育て

『お金・時間・責任』のプレッシャー』

青野典子/渥美京子/内田良子/大谷尚子/
加納土/貴戸理恵/桜井智恵子/永田夏来/
浜田寿美男/光畑由佳/山田真 // 著
ジャパンマシニスト社 2021年

「お母さん」が働くときには葛藤があり、何かを諦めたり、譲ったり、あとまわしにしながらやりくりしている。そんな追い立てられる日々を整え直し、モヤモヤを整理します。

☆パパママ共働

『3000以上の家計を診断した人気 FP
が教える お金・仕事・家事の不安がな
くなる 共働き夫婦最強の教科書』

内藤眞弓 // 著
東洋経済新報社 2021年

うまくいっている家庭のスゴ技を公開し、よくあるお悩みを一挙解決。歯をくいしばって頑張る必要無し、ちょっとした工夫で生活が変わる、共働き家庭を応援する一冊です。



☆お悩み解消

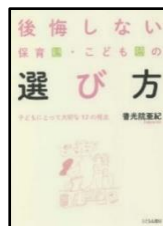
『産休・育休中の不安がスーッと解消
される がんばりすぎないお仕事復帰
BOOK』

藤井佐和子/mamari // 監修
KADOKAWA 2022年

いまや共働きは当たり前！妊娠中から産育休、そして復帰、というそれぞれの時期で知っておきたい、押さえておきたいコツを紹介します。頑張りすぎず、無理なくできるだけ仕事を続けていくためのヒントが満載です。

『後悔しない保育園・こども園
の選び方 子どもにとって大切
な12の視点』

普光院亜紀 // 著
ひとなる書房 2021年



☆保育園

☆就活

『女性の職業のすべて 2024年版』
女性の職業研究会 // 編
啓明書房 2022年



☆お金



『この1冊で不安・疑問がほとんど消える
女子のお金大全』

Gift Your Life
ファイナンシャルプランナー女子部 // 著
すばる舎 2022年

☆時短料理



『帰ってからでもすぐできる
おかず400レシピ』

市瀬悦子 // 著
学研プラス 2017年

スフィア基準

- 災害や紛争の影響を受けた人びとには、尊厳ある生活を営む権利があり、従って、支援を受ける権利がある。
- 災害や紛争による苦痛を軽減するために、実行可能なあらゆる手段が尽くされなくてはならない。



スフィアとは、この2つの基本理念に基づき、1997年にNGOと赤十字などによってはじめられた、人道的な支援を届けるための最低基準のことです。

2016(平成28)年の「避難所運営ガイドライン」(内閣府)でも、スフィア基準は、「今後の我が国の『避難所の質の向上』を考えると参考にすべき国際基準となる」と紹介しています。

参考：「スフィアハンドブック 2018」「内閣府 HP

G-NET シネマ

『マダム・イン・ニューヨーク』

《日本語字幕》

2012年/インド/134分

主人公のシャシは二人の子どもと夫と暮らすごく普通の主婦。そんなシャシの悩みは家族の中で自分だけが英語ができないこと。家族にからかわれるたびに傷ついてきた。そんな彼女がNYの英会話学校に通いだし、自信を取り戻していく。

10月3日(土)13:30~

滋賀県立男女共同参画センター“G-NETしが”視聴覚室

定員80名 参加無料&申込不要

※無料託児あり;9/26(土)までにお申し込みください

男女共同参画絵本 を紹介



『だいきらい でも だ~いすき』

さとうくにこ // 作

トンボ出版 2015年

朝起きたらいいにおい！大好きなカレーだ！でもカレーはだいきらい！だってカレーの日はママがお仕事が遅くなって一緒に食べられないから。ぼくはカレーを床に投げた。夕方保育園にお迎えに来たパパと家に帰ったら、ママが帰っていて…。

仕事を続けるママを支えてくれる家族に感謝し、懸命に働くママを応援するために作られた絵本です。

図書・資料室 ご利用案内

- 開室時間 9:00~17:00
- 9月の休室日 7日、14日、24日、28日
- 貸出(本・雑誌)15冊 3週間まで
(DVD) 2本 1週間まで
- お問い合わせ先(電話)
0748-37-3735(図書・資料室直通)
0748-37-3751(センター代表)



滋賀県立男女共同参画センター
公式Instagram



滋賀県立男女共同参画センターの
情報はここから

