



# 図書・資料室だより

仕事と介護を両立させるために

## 介護離職について考えてみよう



『妻たちの介護 在宅介護で孤立しないために』 中村和仁:著  
新泉社 2012年

18人の「妻」たちの在宅介護の現状を紹介。突然訪れる介護の負担と心の葛藤をやわらげるとともに、家族との関わり方や社会とうまくつながるための参考となる一冊。



『介護離職しない、させない』 和氣美枝:著 毎日新聞出版 2016年

家族の介護を理由に働き盛りの40～50代が仕事を辞めるケースの多い「介護離職」。親子共倒れ、職場の人材消失を防ぐための知恵とスキルを、介護と仕事を両立している「働く介護者」の声から見出すことができる。



『週末介護』 岸本葉子:著 晶文社 2016年

認知症になった父のために自分の家の近くにマンションをローンで購入。仕事との両立、親の変化への覚悟、お下問題、介護用品あれこれ…

5年間の介護の日々と実感を実践的かつ飄々と、ときにしみじみと綴るエッセイ集。



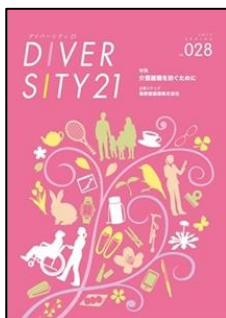
『ペコロスの母に会いに行く』 岡野雄一:著 西日本新聞社 2012年

「忘れること、ボケることは、悪いことばかりじゃないんだ。母を見ていてそう思った」— 62歳の漫画家が、施設に暮らす認知症の母との「可笑しく」も「切ない」日々を綴った感動のコミックエッセイ。2013年に映画化。



『私の介護家族戦争』 宇野淑子:著 講談社 2002年

元アナウンサーでジャーナリストの宇野さんが、両親の介護という至近距離からこの問題と取り組んだ記録。家族との軋轢や確執、迷い、行政との交渉や病院との闘いをドキュメンタリーに描く。



## さんかく☆ミニ講座

男女共同参画に関する、ことばや数字を紹介するコーナーです

# 約3.5倍

総務省「労働力調査」によると、平成27年に介護・看護を理由とした離職者数は男性が約2万人、女性が約7万人と、女性の離職者数が男性の約3.5倍となっています。

過去10年についても介護・看護による離職者数は女性が多い傾向にありましたが、子がない、または子が非婚という高齢世帯が増えていることから、今後は夫・息子による介護が多くなっていくと考えられています。

※今年1月に改正された育児・介護休業法では、93日間の介護休業が3回まで分割取得が可能に、また介護休暇が半日単位で取れるようになりました。※



サンカク先生

## ★新しい雑誌が入りました★



### 女性向け生活情報誌 CHANTO

主婦と生活社発行(月刊)

働く女性・ワーママのための生活情報誌です。

楽しく[ちゃんど]家事はもっとラクしていい! 家事や育児、美容・健康、仕事、マネー、ファッション、その他幅広いジャンルの記事が掲載されています。

最新刊以外は借りていただけますので、是非ご利用ください。

### 図書・資料室 ご利用案内

- 開室時間 9:00~17:00
  - 7月の休室日 3日、10日、18日、24日、31日
  - 貸出 (本・雑誌) 15冊 3週間まで (ビネオ) 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)
- ☆県内在住・在勤・在学の方は、どなたでもご利用いただけます。



### ♪ひとこと♪

夏を代表する食べ物といえば、鱧・鰻・蛸・ゴーヤ・西瓜…。

いずれも夏バテ防止に効くミネラル・ビタミンなどが多く含まれているそうです。

旬の食材を上手にとり入れ、暑い夏を元気に過ごしたいものですね。





# 図書・資料室だより



6月23日～29日の一週間は  
「男女共同参画週間」です。

～平成29年度のキャッチフレーズ～

まる まる にじゅうまる  
男で○、女で○、共同作業で ◎。

## 『忙しいビジネスマンのための 3分間育児』

おおた としまさ：著  
ディスカヴァー・トゥエンティワン  
2013年

「イクメン」という言葉も浸透して  
きましたが、その中で仕事と育  
児・家事の板挟みで苦しむ父親が  
増えています。そんなあなたに、  
簡単で長続きする、量より質の家  
族との時間の過ごし方をご提案。

おおたとしまさ

忙しいビジネスマンのための  
3分間育児



「新書参画コンテンツ」

## ママの仕事復帰のために パパも会社も 知っておきたい 46 のアイデア



子どもの予定に  
合わせられる？  
いつから復帰  
するの？  
それでは復帰を  
思い出し、  
早く働く方がいいママへ  
パパも復帰後にも  
働いてほしい内職家！  
職場に復帰  
してから  
どうする？  
ママの会社  
に復帰して  
ほしい内職家！  
労働調査会

## 『ママの仕事復帰のために パパも会社も知っておきたい46 のアイデア』

NPO 法人ファザリング・ジャパン  
マザーリングプロジェクト：編  
労働調査会 2014年

働くスタート時期を迷っているママ  
から聞く言葉で多いのが「子育てが一段  
落したら働きたい」…この言葉に  
思い当たるママは、この本を読んで  
ください。ふわっとした考えや、もやも  
やした思いを確かなものに変えてい  
きましょう。



『平成28年版 男女共同参  
画白書』  
内閣府 2016年



『男女共同参画の実践 少子  
高齢社会への戦略』  
富士谷あつこ/塚本利幸：著  
明石書店 2007年



『パートナーしがプラン2020  
～滋賀県男女共同参画計画・滋賀  
県女性活躍推進計画～』  
滋賀県 2016年



『男女共同参画統計データブ  
ック2015-日本の女性と男性-』  
男女共同参画統計研究会：編  
ぎょうせい 2015年



★滋賀県発行の女性の活  
躍応援情報誌『CARAT 滋  
賀 2017』

★今年創刊された男性の  
育児・家事参画推進情報  
誌『MEN's CARAT Shiga』

どちらも図書・資料室にて  
配布しております。



内閣府発行の男女共同参画の総  
合情報誌『共同参画』が今年の5月  
号にて創刊100号となりました！

## さんかく☆ミニ講座

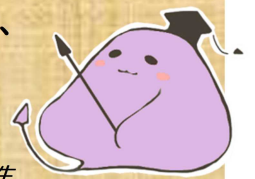
男女共同参画に関する、ことば  
や数字を紹介するコーナーです

# 15.3%

わが国の女性研究者数は2007（平成19）年の10万9千人から毎年右肩上がりに増え続け、2016（平成28）年3月31日現在、13万8400人と過去最多に。

研究者全体に占める女性の割合についても15.3%と過去最高を更新しました。とりわけ、医学、歯学、薬学等をはじめとした大学等の全ての分野において、女性が占める割合が顕著となっています。（総務省統計局統計調査結果より）

しかし、国際的にみとみるとロシア、イギリス、イタリアでは40%前後、アメリカ、ドイツ、フランスでは30%前後ですから、主要国の中ではまだまだ低い割合といえます。



さんかく先生

## 6月のG-NETシネマ

「女たちの都～ワッゲンオッゲン～」2012年 日本 103分

監督：橋本（「橋」のネは示） 主演：大竹しのぶ

舞台は九州天草市。財政も活気も先細っていく町で女たちが立ち上がる！  
築100年の元遊郭を使って料亭を開業、女たちの「町再建計画」が始まった。

6月24日(土)13:30～

会場：滋賀県立男女共同参画センター 参加無料&申込不要



### 図書・資料室 ご利用案内

- 開室時間 9:00～17:00
  - 6月の休室日 5日、12日、19日、26日
  - 貸出（本・雑誌）15冊 3週間まで  
（ビデオ）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）
- ☆県内在住・在勤・在学の方は、  
どなたでもご利用いただけます。



### ♪ひとこと

梅雨の頃に鮮やかな花を  
咲かせる紫陽花。

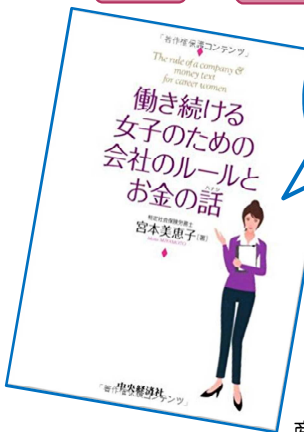
花の色は土の酸性度によ  
って変化し、高いと青く、低  
いとピンク寄りの色になる  
そうです。

じめじめしたこの時期は  
とかく敬遠されがちですが、  
雨上がりの大きな虹とその  
下に広がる紫陽花の素敵な  
風景が見られたら素敵です  
よね！





# 図書・資料室だより



仕事とお金

「働き続ける女子のための会社のルールとお金の話」  
宮本美恵子：著  
2012年 中央経済社

就職、結婚、妊娠、出産、介護、人生の転機を無理なく、賢く乗り越えるために、活用できる制度やサービスを知っておこう！

## 働く女性を応援する本



新年度、新たな環境でがんばる皆さん！  
仕事や勉強のスキルアップをめざす皆さん！  
そんなあなたを応援する本をご紹介します。



仕事の悩み

「図解 働く女性の成功ノート ココロを元気にする解決法教えます。」  
久恒啓一：著 2006年 成美堂出版

「仕事で成果を出したい」「プライベートも充実させたい」「家族との関係をもみつめ直したい」そんな女性の悩みを「図を描く」ことによって整理し解決の糸口を探る。

仕事と子育て



「働くお母さんの楽しみ方 - 仕事、子育て、そして家事。」  
西郷美穂子：著  
2016年 朝日新聞出版

子ども3人を育てながら働くお母さんの時間の使い方、料理、資格取得法、お付き合いに関してなど暮らしのヒントが満載。

本音と弱音



「ワーキングガール・ウォーズ」  
柴田よしき：著 2004年 新潮社

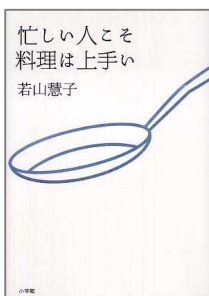
仕事に疲れ、ある日ふと思い立ったオーストラリア旅行。そこで出会った二人の女性との奇妙な友情を力にして、翔子は、オフィスに渦巻く悪意や嫉妬と闘いつづける。働く女性のリアルな本音と弱音がここにあります。

ココロとカラダ



『ダメな私』にマルをする  
香山リカ：著 2012年 中央法規出版

自己肯定からはじめよう！生きていれば、大変なこと、傷つくこと、悲しいことはたくさんある。でも、そこで「ああ、私の人生って失敗」と思うことはない。



## さんかく☆ミニ講座

男女共同参画に関する、ことばや数字を紹介するコーナーです



サンカク先生

## 世界111位

ジェンダーギャップ指数 (GGI) というものをご存知でしょうか？

経済・教育・保健・政治の各分野について、各国の社会進出における男女格差を示す指標のことです。2016年、日本は144か国中、経済118位・教育76位・保健40位・政治103位、トータル111位でした。ちなみに1位はアイスランド。2位以降フィンランド、ノルウェー、スウェーデンと北欧の国々が上位を占めています。

## ★★★新着コミック★★★

コミック (まんが) の貸出もおこなっています！



「逃げるは恥だが役に立つ ①～③」  
海野 つなみ：著 講談社 2016年

2016年ドラマ化され一大ブームを起こした「逃げ恥」の原作。派遣切りにあい職を失った主人公・みくりは、父親の紹介で津崎の家の家事代行を任されることとなる。とにかく働きたいみくりと、家事全般をやってほしい津崎の利害関係は一致し、二人は賞金の発生する契約結婚をすることに！主婦が行う家事の対価とは？

「この世界の片隅に 上・中・下」  
こうの 史代：著 双葉社 2008年

話題のアニメ映画の原作コミック。すずは広島で生まれた絵が得意な少女。昭和19年、18歳で呉の周作のもとへと嫁いだすずは戦争が厳しくなる中、姑に小言を言われながらも知恵をしぼって日々の生活を送っていく。当時どこにでもいたであろう女性の姿をとおして、戦時中の日本を描き出す。



### 図書・資料室 ご利用案内

- 開室時間 9:00～17:00
- 5月の休室日 1日、6日、8日、15日、22日、29日
- 貸出 (本・雑誌) 15冊 3週間まで (ビデオ) 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)
- ☆県内在住・在勤・在学の方は、どなたでもご利用いただけます。



### ♪ひとこと

新年度が始まりひと月が経ちました。新しい環境に慣れようと頑張った自分に読書タイムのご褒美をしてはいかがでしょうか。新たな景色が見えてくるかもしれませんね。



# 図書・資料室だより

## 新着本☆特集！

新年度、新たな本との出会いを応援します！



### 明日の食卓

柳月 美智子：著  
KADOKAWA 2016年  
同じ名前の男の子を育てる3人の母親たち。愛する我が子に手を上げたのは誰か。どこにでもある家庭の光と闇を描いた、衝撃の物語。



直木賞・本屋大賞 W 受賞

### 蜜蜂と遠雷

恩田 陸：著  
幻冬舎 2016年  
ピアノコンクールを舞台に、人間の才能と運命、そして音楽を描き切った青春群像小説。第156回直木賞受賞作。



### 女、今日も仕事する

大瀧 純子：著  
ミシマ社 2015年  
結婚、就職、転職、出産、育児、クビ、経営、更年期…「ふつうの女性」が、こうしたすべてを織り重ねて生きていく！



### ずっと働ける会社

マタハラなんて起きない先進企業はここがちがう！  
小酒部 さやか：著  
花伝社 2016年  
IT業界を始め、食品、販売、人材派遣、サービス、医療まで幅広く取材。



### 不自由な男たち

その生きづらさは、どこから来るのか  
田中 俊之・小島 慶子：共著  
祥伝社 2016年  
タレント・エッセイストとして活躍する小島慶子と、男性学の専門家・田中俊之が、さまざまなテーマで男の生きづらさについて議論する。



### フルオートでしか洗濯できない人の男の家事

五藤 隆介：著  
秀和システム 2016年  
「ゴミ捨てていてやったよ」の一言が、妻をイラッとさせています。



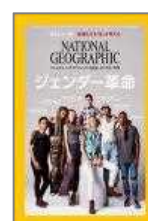
### 本の時間を届けます

篠原 典子・芹澤 健介・北條 一浩：著  
洋泉社 2016年  
「本が好き」な女性たちが選んだ、「本にかかわる」自分らしい生き方。



### 再発！

それでもわたしは山に登る  
田部井 淳子：著  
文藝春秋 2016年  
世界初の女性エベレスト登頂者。がん闘病と登山の記録。



この他にも新着本多数取りました。「新着本リスト」は図書・資料室にございます。  
貸出中の本につきましては、ご予約も受け付けておりますのでお気軽に図書・資料室スタッフまでお声がけください。

## サンカク先生の さんかく☆ミニ講座

男女共同参画に関する、ことばや  
数字を紹介するコーナーです♪

### ヌエック (NVEC) とは？



サンカク先生

男女共同参画に関  
する事を教えてく  
れる謎のサンカク  
生物。

『独立行政法人 国立女性教育会館』のことで、男女共同参画社会の形成を目指した女性教育に関する唯一のナショナルセンターとして、1977年に埼玉県に設立されました。国内外の女性関連施設等と連携し、さまざまな事業や研修を実施したり、利用者に施設の提供をしたりしています。宿泊施設もあり、ヌエック内の図書室には13万冊の関連図書を所蔵しています。

今年度はヌエックから図書をお借りすることとなりました。  
テーマを入れ替えて3か月ごとに100冊（年間400冊）を図書・資料室に配架します  
のでぜひご利用ください！  
※4～6月のテーマは、「国際協力・海外事情」「家庭・家族」です。

## 4月のG-NETシネマ



「ミラクルバナナ」 監督：錦織 良成  
2006年 日本 105分

「バナナから紙ができる!？」実在するプロジェクトがモチーフとなってきた  
感動と元気一杯の物語。

4月29日(土)13:30～

会場：滋賀県立男女共同参画センター 1F 視聴覚室

< 参加無料&申込不要 >

### 図書・資料室 ご利用案内

- 開室時間 9:00～17:00
- 4月の休室日 3日、10日、17日、24日、25日
- 貸出 (本・雑誌) 15冊 3週間まで  
(ビデオ) 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)
- ☆県内在住・在勤・在学の方は、  
どなたでもご利用いただけます。



♪ひとこと

一念発起、心機一転…  
こんな言葉が似合う、新  
たな始まりの季節4月。  
一歩踏み出して、何か  
に挑戦してみませんか？  
その小さな一歩が輝く  
未来の扉を開くかも！