

図書・資料室だより

「しあわせ老後」をめざして

人生100年時代！
シニアライフ関連本



『在宅ひとり死の
ススメ』
上野千鶴子 // 著
文藝春秋
2021年

慣れ親しんだ自宅で、「おひとりさまの最期」を迎える準備と心構えを伝えます。また、医療・介護・看取りの最前線も紹介しています。



『老いの福袋
あっぱれ！ころば
ぬ先の知恵88』
樋口恵子 // 著
中央公論新社
2021年

老いの時期を楽しく快適にするアイデアや、少し怖い現実、超高齢化社会の課題を乗り越える知恵などを語る、痛快エッセイです。



『ひとり老後、賢く
楽しむ』
岸本葉子 // 著
文響社
2019年

老後に不安を抱いていた著者が、一般の50代から90代の人たちから話を聞きながら、「ひとり老後」の明るい迎え方を考えていきます。



『すぐ死ぬんだから』
内館牧子 // 著
講談社
2018年

余生を幸せに暮らす78歳の女主人公が、突然夫が倒れたことで、思いがけない夫の秘密を知ることになります。人気作家・内館牧子が放つ、新「終活」小説です。



『エリザベスの友達』
村田喜代子 // 著
新潮社
2018年

介護ホーム「ひまわり園」に暮らす、認知症の老女たち。彼女たちが、輝かしい記憶の過去と現実を往来する姿を描く、心温まる長編小説です。



『マツちゃん 84歳
人生店じまいはムズ
カシイ』
沼野正子 // 著
岩波書店
2019年

主婦兼絵描き屋稼業50年、未だ現役のマツコ。母の介護に後悔し、夫は突然死、そして自分の原因不明の病気のことなど。シニカルでシュールなコミックエッセイです。

コミック



『メタモルフォーゼの縁側①～⑤』
鶴谷香央理 // 著
KADOKAWA 2018年～2021年

シニア世代の働き方



『定年後も働きたい。人生100年時代の
仕事の考え方と見つけ方』
松本すみ子 // 著
ディスカヴァー・トゥエンティワン 2019年

老後資金の基礎知識



『一般論はもういいので、私の老後の
お金「答え」をください！』
井戸美枝 // 著
日経BP 2020年

女性活躍・男女共同参画の重点方針2021

この重点方針は、女性の活躍を加速するために毎年6月をめぐりに決定されます。コロナの拡大は、特に女性の就業から生活面に深刻な影響を及ぼしておりコロナ拡大の性別による影響やニーズの違いを踏まえて政策課題を把握し、必要な政策を実施する必要があることから、まず一つ目の柱を「コロナ対策の中心に女性を」として、

- ・女性デジタル人材の育成、
- ・厳しい状況にあるひとり親に対する職業訓練に関する取組、
- ・「生理の貧困」にある女性への支援
等を盛り込んでいます。

参考：『共同参画2021年7月号』



防災関連本



『自衛隊防災BOOK』



『シニアのための
防災手帖』



『災害支援手帖』



『災害女性学
をつくる』



『子どもと一緒に防災の本
+防災おやつ&献立レシピ』



『災害時でもおいしく
食べたい！
簡単「みそ汁」&
「スープ」レシピ』

男女共同参画 絵本を紹介



『ルピナスさん』
バーバラ・クーニー // 作
掛川恭子 // 訳
ほるぷ出版 1987年

世界中を旅し、年をとってからは海辺の小さな家に住み、村を美しい花でいっぱいにしたルピナスさん。
自分の人生を自分で選択し、「世の中をもっと美しくするために何かをする」という約束を子どもたちに引きついだひとりの女性の一生を、美しい景色と花々で描いています。

図書・資料室 ご利用案内

- 開室時間 9：00～17：00
 - 9月の休室日
6日、13日、21日、24日、27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）
- ※新型コロナウイルスの感染拡大防止対策のため、休室日については変更になることがあります。

