

# くまもと県民交流館パレア 情報ライブラリーだより

Vol.161  
2024年  
6月・7月



生涯学習マスコット  
「マナビィ」



## 県民カレッジ講座からピックアップして関連図書をご紹介します

### 友好台湾コース

『台湾のすこやかで福のある暮らし365日』  
【302.2/コ】  
コバシ イケ子(著)  
気分に合わせて夜市を選ぶ、漢方薬局でスパイスを買う、台湾新幹線でお出かけ、ノスタルジックな台南、ランタンフェスティバル…。写真とエッセイで365日の台湾の暮らしぶりを紹介する。

### 科学技術コース

『今と未来がわかる半導体』 【549.8/ズ】  
ずーぼ(著)  
半導体は何が凄いのか？ そのつくり方は？ 世界の動きは？ 半導体の原理や応用、最新技術から半導体の製造方法、発展の歴史、業界の構造や業務内容までを、ビジュアルに解説する。

### くまもと防災コース

『熊本地震 あの時何が』  
【369.3/ク】  
熊本日日新聞社(編)  
行政や病院、百貨店、工場、コンビニ、ボランティア団体…。恐怖と混乱の中、現場では何が起こっていたのか？ それぞれの「あの時」を検証した、熊本地震の貴重な記録。

### 健康(睡眠)コース

『うまくいく人の睡眠の法則』 【498.3/ホ】  
堀 大輔(著)  
「眠気」を飛ばしたり誘発したりして、好きなときに眠り、好きなときにスッキリ起きましょう！ 眠気が発生する原因や眠いときの頭と身体について解説し、シーン別に眠気のコントロール法を紹介します。

## 男女共同参画 in パレア マインドアップセミナー①から関連図書をご紹介します

『性と生 自分らしく生きるための心の在り方と周囲のサポート』(ZOOM形式 オンラインセミナー)  
日時:2024.6/23(日) 13:30~15:00(オンライン入室 13:15) 講師:みたらし加奈氏  
※詳しくは、くまもと県民交流館パレア 男女共同参画センターのHPをご覧ください。  
<https://www.parea.pref.kumamoto.jp/danjo/>



### 『マインドトーク』

【140.4/ミ】 ●:生き方・仕事  
みたらし 加奈(著)

たくさんの方に悩み、ぶつかって、砕けて、今日まで生きてきた…。同性のパートナーがいる臨床心理士が、半生を振り返りながら綴る心の話。社会的なこと、「自分自身をケアしていくこと」についても触れる。

### 『ほんとうの多様性についての話をしよう』

【361.5/へ】 ●:社会・経済・福祉  
サンドラ・ヘフェリン(著)

誤解と偏見だらけの日本の「多様性」。外国人も日本人も、障害者も健常者も、LGBTQ の人もそうでない人も、みんなが居心地のいい社会をつくるためのヒントがここに。



## 《おすすめの絵本ご紹介》

### 『だれのせい？』 【E/ル】

ダビデ・カリ(作)・レジーナ・ルック・トゥーンペレ(絵)・ヤマザキマリ(訳)

何でも切り捨てる剣を持つクマの兵士が「オレさまの砦をこわしたやつをきってやる」と森中を犯人さがし。出会った動物たちから知った思いがけない真実を発見し、おごりと剣を捨て勇気を持って平和を探る物語。今の世界情勢を映し出した話題作。



# 【特集】孫育て(孫のためにできることは?)

近年は共働きの夫婦が多く、おじいちゃん、おばあちゃんがお孫さんの面倒をみる「孫育て」について注目が高まっています。これから「孫育て」が始まる方や、只今絶賛孫育て中の方も、何に気を付けたら良いのか知っておきましょう。

## 《「孫育て」には、いいことがいっぱい!》



### 孫にとってのメリット

両親以外に自分を愛してくれる相手がいることを知ること、情緒の安定や社会性が身につく。

### 祖父母にとってのメリット

孫を育てることがいい刺激になり、老いてなんかいられないと心身ともに元気になる。



### 両親にとってのメリット

普段の育児を手伝ってもらえると家事が進み、自分や夫婦の時間ができ、リフレッシュできる



## 《「孫育て」に関連する図書のご紹介》

### 〈孫との接し方や心得〉

『子育て、孫育て』 【379.9/夕】

田口 則良(著)

子どもの元気の源は親子の信頼関係にあり。子や孫への接し方について、教育現場での体験に基づいて綴る。

### 〈孫育ての実践に〉

『孫育ての新常識』 【599/オ】

小屋野 恵(著)

「祖父母力」を上手に発揮して孫を幸せに育てよう。知っておきたい「イマドキの子育て」を正しく理解して家族をもっと笑顔に!

『孫ができたらずまず読む本』 【599/ミ】

宮本 まき子(監修)

娘、嫁、息子、婿、先方の祖父母との関係がよくなる、孫を中心とした大人たちのマナーブック。祖父母の役割から行事での役割、預かるときのルールづくり、子守りに役立つ情報までを紹介。

『祖父母手帳』 【599/モ】

森戸 やすみ(監修)

今と昔の子育ての常識をわかりやすく比較し紹介。「妊娠編」「育児編」にわけて、「いま」の育児の常識を紹介。孫のお世話で知っておきたいことも教える。

他にも『孫育て』に関する本がありますので、是非ご来館ください!



閉館日・休館日のお知らせ



6月 4・**11**・18・25日 / 7月 2・**9**・16・23・30日

情報ライブラリーの閉館日は**毎週火曜日**です。○印は**パレア休館日**です。

くまもと県民交流館パレア 情報ライブラリー

〒860-8554 熊本市中央区手取本町8番9号 テリアくまもとビル9階

電話・FAX 096-355-4308

開館時間 午前9時 ~ 午後7時

閉館日 パレア休館日及び毎週火曜日

パレアホームページ <http://www.parea.pref.kumamoto.jp>

