

うさ本ファミリー

# 楽しく子育て!

～子育て支援コーナー通信～

第93号

発行日

2015年2月19日

(毎月19日刊行)

## 司書のオススメ本

～節約に役立つ本～

<企画展示コーナーから選んでみました>

みなさん、家計簿はつけていますか。私は、今年からスマートフォンの無料アプリで家計簿をつけ始めました。集計を自動的にしてくれるので、楽です。とりあえず、「1年間の収支がはっきりするまで」は続けようと思っています。

家計簿が節約につながっているかどうかは不明ですが、利点はいろいろあります。レシートでパンパンだった財布が、すっきりした財布になったり、明細書と通帳の引き落とし額が合っているか必ずチェックするようになったり。何となく良妻賢母になったような気がして、精神衛生上も良いと思います。最終的には、節約&貯金につながるというのですが。(T)

### <おすすめbook>

『年収300万円でも2年で100万円貯めた人、  
ここが違う』

村越克子/著 主婦の友社/刊

『おいしく節約できる食品保存マニュアル』  
講談社/刊

『着なくなったおとなの服や小物を  
こども服にリフォーム』  
ブティック社/刊



新しい本が  
入りました。

( )内の数字は  
棚の番号です

『はじめてママ&  
パパの離乳食』  
主婦の友社/編・刊  
2015. 2  
(支援1-4)

『まいにちの中高生  
のお弁当250』  
食のスタジオ/著  
学研パブリッシング  
/刊  
2015. 2  
(支援2-2)

『子どものグズグズ  
がなくなる本』  
田嶋英子/著  
青春出版社/刊  
2015. 2  
(支援3-3)

『運営からトラブル  
解決までPTAお役  
立ちハンドブック』  
田所永世/著  
有楽出版社/刊  
2015. 12  
(支援4-3)

### 企画展示

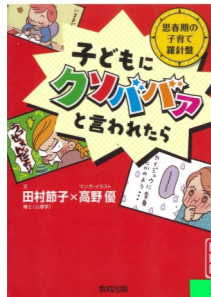
「おこづかい、どうしてる? ~親子で考える、お金のこと~」展

子育て支援コーナーにて、平成27年3月1日(日)まで開催中!

当コーナーの本は、子どもの成長に合わせて時系列で置いています。  
第3回目は、「しつけ」の棚から3冊選んでご紹介します。

<しつけ>
3-1： 叱り方・ しつけ方
3-2： 子育てヒント
3-3： 子育てヒント
3-4： 子どもの ころ
3-5： 子どもの トラブル

貸出中の資料は  
予約ができます。  
どうぞご利用くだ  
さい。



『子どもにクソババアと言われたら 思春期の子育て羅針盤』  
田村節子/文, 高野優/マンガ・イラスト 教育出版/刊  
2011.6 (支援3-1)

過激なタイトルですが、子どもさんが思春期真っ盛りの方へオススメします。子どもは思春期になると心も体も豹変し、突然、母親に「クソババア」と言ったり、父親を無視したり。幼かった頃の可愛いわが子はいったいどこへ思うことも多いのでは？この本を読んで、子どもの思春期を温か〜い気持ちで過ごせたらいいですね。

『失敗する子は伸びる  
ころんでも自分で立ち上がれる子に育てる』  
岸英光/著 小学館/刊 2012.3 (支援3-2)

子どもが失敗したとき、親は子どもにどんな声かけをすればいいのでしょうか。励ます？失敗の原因を探る？子どもの心を代弁する？子どもが、自分の足でしっかりと立ち、歩いていけるようにするために、親はどのようにサポートすればいいのかを探る本です。



『緊張して失敗する子どものためのリラックス・レッスン  
親子でチャレンジ10ステップ』  
有光興記/監修 講談社/刊 2013.6 (支援3-4)



誰でも「あがってしまう」ことはあるでしょう。強い不安や緊張を感じるようになったときに、コントロールする方法を知っていれば気持ちが楽になります。  
臨床心理士である著者の研究で明らかになった有効な対処法が紹介されています。

子育ては、楽しいこと、面白いこともたくさんありますが、悩みや心配事もつきないですね。幼い時は幼いなりの、大きくなれば大きいなりの悩みや心配事がありますものね。

私も今となっては笑い話ですが、当時はそれはそれは悩んでいました。本を読んで少しでも気持ちが楽になったり、ヒントが見つければいいですね。子育ての先輩に聞くのもひとつかも？！

私事ですが、今月で県立図書館を卒業します。

これからも「楽しく子育て」をよろしく願います。(J)

