



# 楽しく子育て!

～香川県立図書館 子育て支援コーナー通信～

第163号

発行日

2021年3月19日

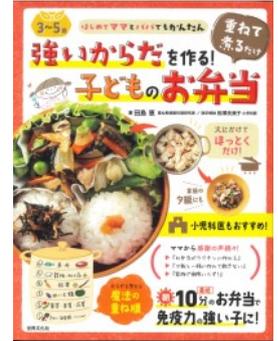
毎月19日は、「かがわ育児の日」

## ★司書のオススメ本～3月の新着図書から～

『強いからだを作る!重ねて煮るだけ子どものお弁当』  
田島 恵/著 世界文化社/刊 2021.2

「重ね煮健康料理研究家」のお弁当レシピ集です。

重ね煮のお弁当には、「栄養バランスが整い子どもの免疫力がアップ」「皮むき・だし・アク取りいらずで手間なし」「油を使わないから冷めてもおいしい」など、他にも多くの利点があるとのこと。「子どもの体のことを考えて、お弁当ももっと工夫できないかな?」と考えている方におススメです。



『マリッジカウンセリングブック』  
吉池 安恵/著 出版芸術社/刊 2021.2

人生100年時代と言われる昨今、夫婦で過ごす長い時間をもっと楽しく過ごすために夫婦関係を見直したいという相談も増えているそうです。

本書は著者が受けた相談件数の多い問題を中心に、解決に向けたアドバイスを掲載しています。

## <3月の新着図書～ほかにもこんな図書が入りました～> ( ) は棚番号と内容です。

### (支援1-2 不妊治療)

・『最新!不妊治療ナビ』山下 正紀/著 主婦の友社/刊

### (支援1-5 育児ヒント)

・『米国最強経済学者にして2児の母が読み解く子どもの育て方ベスト』エミリー・オスター/著 サンマーク出版/刊

### (支援2-1 子どもの服)

・『子ども服の教科書 はじめてさんでもおしゃれに作れる』  
清松 加奈子/著 新星出版社/刊

### (支援2-3 子どもの健康)

・『母と子の新型コロナ 社会医学と現場の専門家がアドバイス』  
渡邊 香, 林 謙治/編著 世界書院/刊

### (支援3-2 子育てヒント)

・『いま、子育てどうする? 感染症・災害・AI時代を親子で生き抜くヒント集35』弘田 陽介/話し手 彩流社/刊

### (支援3-4 子どもの心)

・『保健室から見える親が知らない子どもたち』  
桑原 朱美/著 青春出版社/刊

### (支援4-2 子どもと遊ぼう)

・『実践!0・1・2歳児わくわく手作りおもちゃ』  
西坂 小百合/監修 ナツメ社/刊

### (支援4-5 学力)

・『働くママの成功する中学受験』  
清水 久三子/著 世界文化社/刊

### (支援5-2 家庭教育)

・『モンテッソーリ教育が教えてくれた「信じる」子育て』  
あきえ/著 すばる舎/刊

### (支援5-4 体力)

・『運動能力をぐんぐん伸ばす親子体操』  
パティスポーツ幼児園/著 講談社/刊

●県立図書館の子育て支援コーナーの図書は、県内のお近くの市町図書館等から取り寄せができます。詳しくはお近くの公共図書館へご相談ください。

## 季節のお役立ち本 ～お母さんのお付き合いのヒントの本～

春は、進学、進級、引っ越しなどで環境が変わり、子どもだけではなく大人にも新しい出会いがある季節ですね。楽しみな反面、新しく出会った人とうまくやって行けるか少し不安を感じているお母さんもいるのではないのでしょうか。

そこで、今回は、現在開催中の企画展示「お付き合いのヒントの本～春からの新しい出会いのために～」の中から、お母さんのためのお付き合いのヒントの本を紹介します。

展示期間は5月30日（日）までです。どうぞご利用ください！



『「あ～めんどくさい!」と思った時に読むママ友の距離感』

西東 桂子／著 青春出版社／刊 2018.8

ママ友付き合いのキーワードは「距離感」なのだそう。ママ友づきあいで悩んだり、苦しんだりしているお母さんは、この「距離感」が分からなくなっている状態だそうです。

ママ友との付き合い方とトラブル回避の方法などをママ友との距離感「半径5m」、「半径10m」、「半径100m」の3段階に分けて紹介してくれているので、自分に合った距離感を見つける参考になりますよ。

### ●企画展示「お付き合いのヒントの本～春からの新しい出会いのために～」には、他にもこんな本があります。

・『ママ友付き合いのルール』 井出 聖子／著 セルバ出版／刊

・『ママ友おつきあいマナードリル』 西東桂子／監修 主婦の友社／刊

・『お母さんのあいさつ・手紙・マナー』 新星出版社／編集・発行

・『おとなママの会話術 いい関係をきずくことば選びと使い方』 辰巳 渚／文 岩崎書店／刊

・『好印象を与えるママ&パパの子連れマナー』 岩下宣子／著 主婦と生活社／刊



### <子育て支援担当より>

先日、もうすぐ6年生になる息子が、「〇〇くん、私立中学を受験することにしたから塾に通い始めたんだって。〇〇くんは勉強好きだから、平気だろうけど、僕は余分に勉強するのは嫌だなあ。」と言っていました。私は、「〇〇くんは、将来自分がやりたいことをするには、今からどうしたらいいのかを考えて、私立中学に行く方がいいと思ったんだね。勉強は大変だろうけど、その先にある目標をかなえるための勉強なら、頑張れるのかもしれないね。」と話しました。私の言ったことが、勉強嫌いの息子の心にどれだけ響いたかは分かりませんが、身近な友だちの決心を聞いたことは、自分の将来を考えるきっかけにはなったようです。