

# 永福の本欄

2020/3

3月特集

新生活の心得



## 特集コーナー

# 「新生活の心得」

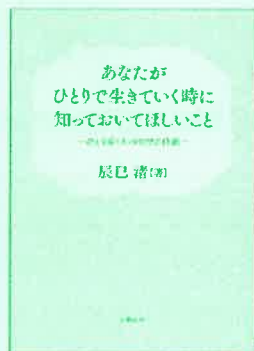
### 『あなたがひとりで生きていく時に知っておいてほしいこと ひとり暮らしの智恵と技術』

辰巳渚／著 文藝春秋

請求記号:590夕

ISBN:978-4-16-390958-5

いざひとり暮らしをしてみると、生活をするうえで知らないことが意外とたくさんあることに気がつきます。本書は、「自立して生きる」ために必要な、様々な知識や技術について説明しています。生活の基本であるご飯の炊き方やゴミの出し方、あなたはひとりでできますか？



春は入学、就職、転勤などに伴って、新しい生活が始まる季節です。そこで一人暮らしや引っ越しなど、新たな暮らしを始めるにあたって参考になる本を集めました。

### 『定年オヤジ改造計画』

垣谷美雨／著 祥伝社

請求記号:カ375

ISBN:978-4-396-63539-8

思い描いていた定年生活とは裏腹に、暇で孤独な日々を送る庄司常雄。妻は「夫源病」、娘からは「アンタ」呼ばわり。そんなある日、息子夫婦から孫の保育園のお迎えを頼まれて…。人生初の子守を通じて、頭の固いオヤジが、素敵なジジイに変わっていくさまが面白い作品です。



### 『女50歳からの東京ぐらし』

石野伸子／著 佃二葉／絵 産経新聞出版

請求記号:914.7イシ

ISBN:978-4-86306-040-1

大阪の新聞社に勤める50代女性編集長が、家族(夫・息子・娘)3か所別居で、東京単身赴任生活を始めます。好奇心と広い視野で、大都會での行動を軽やかに広げていく様子が、東西の生活習慣の違いや体験を交え、記者の文筆力で書かれています。挿絵でも臨場感が膨らむ、在住者の気づかなかった東京の案内書。



### 『はじめての人でも自信が持てる 電話対応の基本とマナー』

恩田昭子／著 日本実業出版社

請求記号:336オ

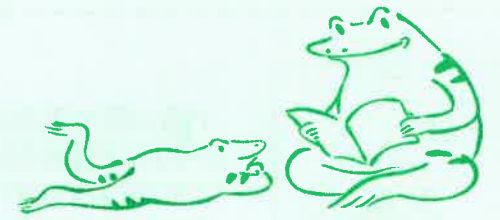
ISBN:978-4-534-05252-0

電話対応の基本とマナーを、ピザ店を舞台にしたストーリー仕立てで学べる本です。登場する職場の上司や先輩、お客さんは十人十色。だからこそ、型通りのマニュアル対応を超えた「心の対応」が身に着く一冊です。ぜひ主人公になりきってお読みください。





# 新着図書コーナー



## 『ブッシュマンの民話』

田中二郎／採録・解説 京都大学学術出版会  
請求記号:388.9タ  
ISBN:978-4-8140-0249-8

アフリカの狩猟採集民ブッシュマンの民話を紹介。ピーツォワゴ(創造主)が登場する神話、動物や植物についてのおとぎ話など4章にわけて書かれています。南の大地の狩猟採集民ならではの、民話の世界を楽しんでみませんか？



## 『ジーナ式カリスマ・ナニーが教える 赤ちゃんとおかあさんの快眠講座』

ジーナ・フォード／著 高木千津子／訳  
朝日新聞出版 請求記号:599フ  
ISBN:978-4-02-251633-6

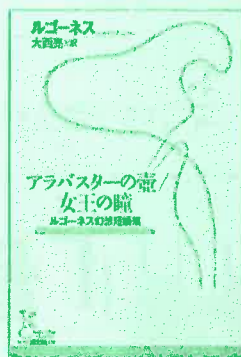
乳母として12年間働いてきた著者が、様々な体験をした中で、母子ともに健やかに過ごすのに最適な睡眠と授乳のバランスを伝授します。夜中の辛い授乳や母乳のトラブルを減らすこのメソッドは、第一子の育児のみならず第二子以降の育児中のママにもお勧めです。



## 『アラバスターの壺／女王の瞳 ルゴース幻想短編集』

ルゴース／著 大西亮／訳 光文社  
請求記号:BRル(光文社古典新訳文庫)  
ISBN:978-4-334-75418-1

エジプト王墓発掘関係者たちを襲った謎の死は、ファラオの復讐によるものなのか？史実を元に、三千年の時を超える呪いと女王の転生を語る連作の表題作など、近代アルゼンチンを代表する作家の短編集。当時の科学知識やオリエンタリズムを織り交ぜた、幻想的な作風が印象的です。



## 『保険ってなんだっけ？ 知らないで損する上手な活用法』

大吉／著 幻冬舎メディアコンサルティング  
請求記号:339タ  
ISBN:978-4-344-92635-6

保険の世界は私たちの知らないことだらけ。保険のことを知らないと、「いざ、保障を」というときに思わぬ障害に直面することに。本書は数々の保険に加入してきた著者が、加入にあたって最低限知っておいてほしい知識を解説します。



# えいふくイベントレポート



## 令和2年 2月19日(水) 「おはなし会」

毎月第三水曜日はチャコさんとチャウリーさんのおはなし会を開催しています。おもしろいお話が多いと、人気のおはなし会です。

チャコさんとチャウリーさんは長年、永福図書館でおはなし会のボランティアをしてくださっています。

おはなし会のボランティアさんは全員で7名。毎月第一水曜日の「おはなし会」、毎月第四月曜日「0.1.2歳のわらべうたと絵本の会」、年3回の「小学生のためのお話会」。それぞれボランティアさんが活躍してくださっています。

そして毎年8月には、ボランティアさん全員が参加する「ちょっぴりこわいおはなし会」を開催しています。今年も8月に予定しています。ボランティアの皆さんの活躍をお楽しみに。

(2月、3月の「集まれ、0.1.2」「0.1.2歳のわらべうたと絵本の会」はお休みします。)



## 3月のスポット展示

# 「いざという時のために 防災のヒント」 展示期間:3月6日(金)～4月1日(水)

東日本大震災から9年が経過しました。様々な災害から自身や家族、地域の方々大切な命を守るために準備しておく安心な防災グッズや避難時に役立つ知識などを学ぶ本を集めてみました。あの日を忘れずに防災について考えてみませんか。

永福図書館からの

## お知らせ

開館時間 (月曜～土曜) 午前9時～午後8時  
(日曜・祝日) 午前9時～午後5時

3月の休館日

3月5日(木)、19日(木)

### -メールアドレスご登録のお願い-

パソコン・携帯電話をお持ちの方で、メールアドレスをお持ちの場合は、ご予約された資料の連絡方法を「メール」にさせていただくと便利です。予約資料が用意できるとメールで連絡が入ります。

メールアドレスは、図書館ホームページか館内の利用者用端末機(OPAC)からご登録いただけます。

尚、迷惑メール対策をされている場合は、以下のアドレスを受信可能に設定してください。

[sugi\\_lib@library.city.suginami.tokyo.jp](mailto:sugi_lib@library.city.suginami.tokyo.jp)

### ☆えいふくシアター

## 『ボブという名の猫 幸せのハイタッチ』

(2016年/イギリス映画/103分/日本語吹き替え版)

生きる希望を失っていたストリート・ミュージシャンのジェームズが、一匹の猫と出会ったことで人生が好転していく物語。実話を基にした映画で、なんと実話の猫がボブ役として出演しています。世界中で大ヒットした、温まる感動の名作を上映します。

【日時】3月21日(土) 14:00

【場所】永福図書館

【申込】不要

新型コロナウイルス感染症の  
拡大防止のため中止いたします

【定員】40名(先着順)

【対象】どなたでも



※ご参加の際は、感染症対策にご協力ください。(マスクの着用、手指の消毒など) 尚、体調がすぐれない時は、来場をご遠慮ください。

問合せ：永福図書館 (杉並区永福4-25-7 ☎ 03-3322-7141)

永福の本棚 2020年3月号 (通巻273号)

※書籍の表紙画像は、出版社の許諾を得て掲載しています。