

## 📖 今月のおすすめ本 📖

### 『遠距離介護の幸せなカタチ

#### 要介護の母を持つ私が専門家とたどり着いたみんなが笑顔になる方法』

著者名 柴田理恵

出版年 2023

出版者 祥伝社

分類番号 369.26/シ

タレントとしても活躍している女優の柴田理恵さんが、突然の親の発病から遠距離で介護をしているその状況やノウハウをわかりやすく紹介している本です。

その人により状況もそれぞれ違うので、何が良いと決めつけるのではなく、在宅介護や医療、FPの方とそれぞれ対談し、陥ってしまいがちな親子の関係など具体的に解説しています。親と寄り添いつつ子供の負担をより軽くしてどう豊かな介護をするのか、そのヒントが見つかるはず。ぜひ手に取ってみてください。

こちらに書いてある介護費用などの数値は2023年9月までの情報を元に作成しているので、その後の法改正により料金の目安などは変わる可能性があります。

### 📖 介護について

『親不孝介護 距離を取るからうまくいく』

【369.26/ヤ】 山中 浩之(2022)日経BP

### 『女だろ！ 江戸から見ると』

著者名 田中優子

出版年 2023

出版者 青土社

分類番号 914.6/タ

「男だろ！」の「男」には「自己制御できる人間」という目指すイメージがあるが、「女だろ！」にはその様な意味がない。本書は、そこに毅然とした女性像のイメージができることを望んでいる、と作者は述べています。

とはいっても本編全てが女性について書かれている訳ではなくサブタイトルにある様に、江戸の暦からみた現代日本がどこに向かうべきか、見開き1ページで書かれています。着物の袷や単衣、八朔や桜について…。暦の流れがあるので、いまの月日に合わせて読むのもいいかも。書かれたのがコロナ禍だったので、振り返りにもなり「喉元過ぎれば」になっていないか辿って読むのもお勧めです。

### 📖 女らしさについて

『女らしさは誰のため？』

【367.21/シ】 ジェーン・スー、中野 信子(2023)小学館

## 『すてきで偉大な女性たちが地球を守った』

著者名 ケイト・パンクハースト/作、橋本 あゆみ/訳 出版年 2021  
出版者 化学同人 分類番号 280/ハ/2

世の中に貢献した女性たち、しかも地球の自然や環境に関わる問題に取り組んだ13人の女性と活動グループ、それに協力した女性たちを紹介しています。

地球上のかけがえのない命を尊重し、守るため、また環境汚染や森林破壊など環境について訴える運動をしました。希少価値のある野鳥や動物を保護する活動。森林伐採に対し、新しい木を植えるグリーンベルト運動や、木に抱きついて平和的に抗議するチプコ運動など、女性の働きによって社会的な運動につながっていきました。小さな活動でも、大きな変化をもたらすこともあるのです。

再生可能エネルギーなど比較的新しい女性たちの活動についても書かれていますので、お子さんと一緒に読んでみてはいかがでしょうか。

### 📖 同じシリーズの新着本です

『すてきで偉大な女性たちが世界を「あっ!」と言わせた』

【280/ハ/1】ケイト・パンクハースト/作、増子 久美/訳(2021)化学同人