

男女共同参画センター ウィザスあしや

情報コーナー おすすめ図書



1階 情報コーナー

家事は8割 捨てる いい

佐光紀子
Noriko Saka

「家事は8割捨てていい」 佐光 紀子【著】（宝島社）

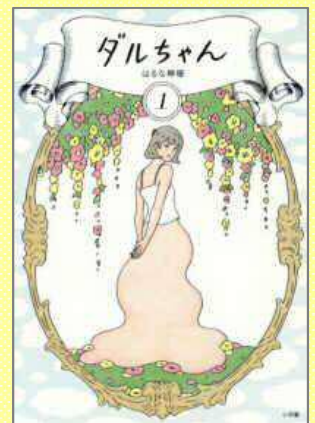
家事の多くを妻が担い、さらに「きちんと家事をしなければならない」と思い、実践しています。楽にしたい・上手に家族でシェアしたいと考えている方への家事実践本ですが、家事を「きちんとしなければならない」という考え方をやめられるものからやめてみて、少しでも気持ちが楽になり、家事が手元から減っていくことが究極の目標となっています。

また、夫や子どもに家事を気持ち良く担ってもらえるようになる秘訣もあり、家事分担の参考にもなる一冊です。

「ダルちゃん」 はるな檸檬【著】（小学館）

ダルダル星人の姿を隠して、一生懸命に「働く24歳女性」に「擬態」する「ダルちゃん」。女性の生きづらさ、孤独や葛藤を、笑いあり、涙ありのストーリーで丁寧に描き出した作品です。

資生堂のウェブサイト「花椿」にて2017年秋から連載され、主人公の「ダルちゃん」に共感した読者から、大反響の声が集まったことから、フルカラーで単行本化されたこの作品。女性のみならず、たくさんの方にぜひ読んでいただきたい一冊です。



クローバーナイト Clover knight 辻村深月



「クローバーナイト」 辻村 深月【著】（光文社）

家族の幸せを守る騎士(ナイト)として、お父さんから見た日常生活を描いています。「普通」の幸せを望んでいるだけなのに、子育ての色々な場面で、何が「普通」なのかわからなくなることはありませんか。周りの人と比べて、迷って自分が選ばなかった選択肢と比べて、あるいは親世代の考え方と比べて。迷いながらも自分たち家族が望む「普通の幸せ」を探し、選び、守ろうとするナイトのお話です。子育て中の方に勧めの1冊です。