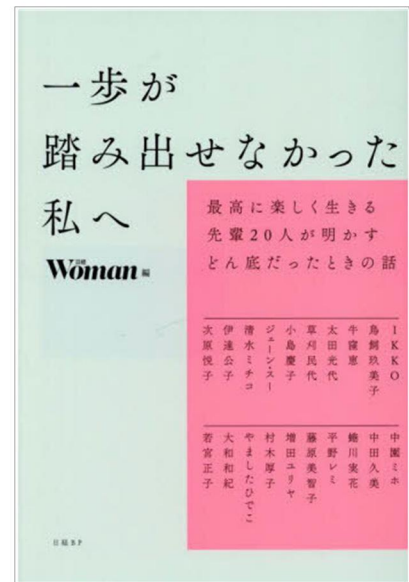




人生がラクになる「バウンダリー」の考え方
人間関係に「線を引く」レッスン
 藤野智哉／著
 ディスカバー・トゥエンティワン 2025年

I1-F

「バウンダリー」とは「自分と他者の間にある境界線」のことです。バウンダリーには時間、考え方、価値観、感情などいくつかあります。バウンダリーを適切に引くことで、自分も相手も尊重しつつ人生がラクに。その考え方が具体的に学べる一冊です。



一步が踏み出せなかった私へ
 最高に楽しく生きる先輩20人が明かす
 どん底だったときの話
 日経ウーマン／編
 日経BP 2025年

M2-ニツ

「目標がない自分＝ダメ」と考えがちな現代人に対し、自身の強みに目を向け、それを育てる大切さや具体的な実践方法を教えてくれる心強い一冊です。多様なバックグラウンドを持つ女性たちの人生の転機や壁を乗り越えるヒントが語られています。働く女性から支持されている『日経ウーマン』で好評連載中の「妹たちへ」。雑誌掲載当時の語りを一冊にまとめた、20人の“姉”からのエール集です。



私の心は私のもの 私のからだは私のもの
「同意」を考えよう 1. 家族・友だち編
 汐見稔幸／監修 孫奈美／編 藤本たみこ／著
 汐文社 2023年

N2-シ

私たちは毎日いろんな人と関わって生活しています。その関わりの中で毎日出会うもの、それが「同意」です。親に「私はこうしたい」と言っているのか悩む時があると思います。家族や先生、友だちに自分の思いを伝えたい時に役立つコミュニケーションの方法が書かれています。大人も子どもも、読んで欲しい本です。

ネットワークギャラリーの ご案内

男女共同参画社会に関する各種の情報・資料の提供スペースです。
 ギャラリーの図書はご自由にお読みください。

貸出には
図書利用カード
 が必要です。
 (WAM専用)

本・雑誌・
 啓発DVDを
各5点、2週間
 まで借りられます。

**図書貸出予約が
 Webからできます！**



あらかじめ蔵書検索で確認のうえ、お申込みください。図書・雑誌・啓発DVDを合計3点まで予約できます。ご用意できましたらメールでご連絡します。

お問い合わせ

次なる
 茨木へ。 茨木市立男女共生センターローズWAM
 〒567-0882 茨木市元町4番7号
 TEL:(072)620-9920

<https://www.city.ibaraki.osaka.jp/kikou/shimin/wam/tosho>

