

今、話題の本を取り上げました！

新着図書ピックアップ

No.407(11/9)

以下の図書はライブラリカードで利用できます。フォーラム、フォーラム南太田、アートフォーラムあざみ野の3館どこでも貸し出しできますので、お気軽に受付にお尋ねください。(電話:045-862-5056)

*新着図書ピックアップは、ホームページ「ライブラリを利用する」からもご覧になれます。



フォーラム 横浜 検索

◆女性の覚悟

坂東真理子著 (主婦の友社)【B13 ジ】



「人生こんなはずではなかった」
「自分ばかりが損をしている」
「家事は私ばかり、疲れた」とい
った、人生が不安で悩むあなたへ。
50歳からの後半生を強く、楽観
的に生きぬくために役立つ一冊
です！

◆今のわたしになるまで

うつと向き合った1年間の記録

usao 著 (大和書房)【C323 イ】



小学校教員の usao さんが"うつ"
と診断されてからおよそ1年のあ
いだに綴ってきた「うつ闘病漫画」。
自分自身とじっくり向き合っ
て見つけた答えとは？ やさしいタ
ッチのイラストが心地よく、穏や
かな気持ちで読める一冊です。

(フォーラム南太田所蔵)

健康

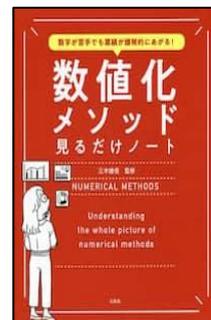
◆マッスルランチの筋トレ飯



マッスルランチ著
(マイナビ出版)
【D143 マ】

ビジネス

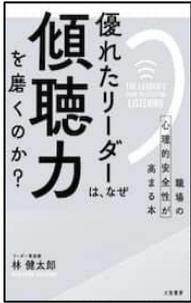
◆数値化メソッド見るだけノート 数字が苦 手でも業績が爆発的にあがる！



三木雄信／監修
(宝島社)
【B22 ス】

◆優れたリーダーは、なぜ「傾聴力」を磨くのか？ 職場の心理的安全性が高まる本

林健太郎著（三笠書房）【B220 ス】



リーダーが部下の話に耳を傾けることで多くのメリットが生まれるが、いざ部下の話を見ようとしても「聞き方」を身につけていないと失敗してしまう。「傾聴力」の基本から実践法までをわかりやすく解説した一冊です。（アートフォーラムあざみ野所蔵）

手芸

◆イチバン親切なおさいほうの教科書



クライ・ムキ著
（新星出版社）
【D132 イ】

◆50代からの「確実な」お金の貯め方、増やし方教えてください

浅田里花著（主婦の友社）【A343 ゴ】



老後のお金の不安をじっくり先延ばしにしている方へ。50代からの家計の見直し、貯め方、殖やし方を複数の事例を交えてわかりやすく解説しています。

健康

◆40代から始めよう！閉経マネジメント



吉形玲美著
（講談社）
【C26 ヨ】

- ◆フォーラム(男女共同参画センター横浜)の情報ライブラリは、女性にも男性にも役立つ、男女共同参画社会をテーマとした情報を収集し、提供しています。
- ◆資料はどなたでもご利用できます。横浜市在住または在勤・在学の方にはライブラリカードを発行し貸出をしています。
- ◆フォーラム(男女共同参画センター横浜)、フォーラム南太田(男女共同参画センター横浜南)、アートフォーラムあざみ野(男女共同参画センター横浜北)の3館の資料はどの館からも取り寄せて借りることができます。

本の紹介は、主に帯・目次・トートンデータなどを参考に作成しています。

HPからの検索はQRコードから→

発行：フォーラム情報ライブラリ 問合せ：045-862-5056

●フォーラムは、公益財団法人横浜市男女共同参画推進協会が管理運営する横浜市の男女共同参画センター3館のうちの1つです。

