

あいホール図書だより

あいホールでは、男女共同参画に関わる本を収集、貸し出しています。皆さまのご利用をお待ちしています。

2023.11

おひとりさまの生き方を考える



自らおひとりさまで生きる選択をした方だけでなく、連れ合いに先立たれたり、子どもに頼ることができなかつたり、おひとりさまで生きることの可能性は誰もが持っています。できるだけ元気なうちに、おひとりさまの老後とその生き方について考える本を紹介します。

介護

在宅で安心して死ぬことができる社会を目指して、おひとりさまの介護と介護保険制度について意見を交わす、介護現場のプロと社会学者上野さんとの対談本です。



『おひとりさまの逆襲
「物わがりのよい老人」になんかならない』
上野千鶴子、小島美里 著
ビジネス社 2023年

片付け

生前整理や終活だけが老後の片付けではない。おひとりさまが自分のことを自分で決め、残りの人生を楽しんで安心して暮らすための片付けについての指南本です。



『おひとりさま最後の片づけ
やるべきこと・やらなくてもいいこと』
杉之原富士子 著 講談社 2023年

お金



家族であるがゆえにからみあってしまう実家のお金問題や親の介護問題についてなど、著者の老いとお金にまつわるエピソードが赤裸々につづられたエッセイです。

『老いとお金』
群ようこ 著 KADOKAWA 2023年

住まい



「安心して住める場所」「安心して死ぬ場所」を自ら選択するためのガイドブック。生きてゆかために避けて通ることのできない住まいの問題をじっくり考えさせてくれる本です。

『おひとりさまの終の住みか
自分らしく安らかに最期まで暮らせる高齢期の「住まい」』
中澤まゆみ 著 築地書館 2015年

あいホール図書利用案内

あいホール図書コーナーでは、運転免許証などの身分証明書をお持ちいただければ、その場で利用登録ができます。
あいホール休館日は、ご利用できません。

利用時間 9:00～21:00
貸出期間 2週間（貸し出し無料）
図書・雑誌・紙芝居 1回につき3点まで
DVD等（視聴覚資料） 1回につき1点まで

当事者の声



働き方や介護、お金、住まいなどさまざまな問題を抱えてきた中高年齢シングル女性たちの声を聞き、人とのつながりを力に生きる知恵と現実を、当事者の経験と調査データで示しています。

『シニアシングلز 女たちの知恵と縁』
大矢さよ子, 湯澤直美 編
わくわくシニアシングلز 著 大月書店 2018年

新着図書から

『50代で一足遅れて
フェミニズムを知った私
がひとりで安心して暮ら
していくために考えた身
近な政治のこと』

和田静香 著
左右社
2023年



『ひとり暮らしでも
大丈夫！
自分で自分の
介護をする本』

小山朝子 著
河出書房新社 2023年



『家で死ぬということ
ひとり暮らしの親を
看取るまで』

石川結貴 著
文藝春秋
2023年



11月中旬に届く予定

こちらから
新着図書は



ほぼ毎月更新!

利用者の
読後感想

『親の入院・介護に
直面したら読む本
[新訂第2版]』

長岡美代 著 実務教育出版 2014年

いざという時に必要な情報がくまなく分かり易く解説されており、読んでいて‘目からウロコ’状態でした。手元に置きたい1冊が見つかりました。

60代 女性

『しあわせの授業 認知症の妻が教えてくれたこと』
里村良一 著 幻冬舎ルネッサンス 2012年

若い頃に妻に寄り添えなかった分、認知症になった妻の介護を心を込めてやっている・・・美談のようだが、それならもっと早く元気な時に寄り添ってあげれば良かったのにと感じてしまう。それにしても認知症が進んで理性が働かなくなり、自分でも気づかなかった本性が露わになることを想像すると恐ろしい。

60代 女性



あいホール 浜松市男女共同参画・文化芸術活動推進センター

〒433-8123 浜松市中区幸3丁目3番1号

TEL: 053 (412) 0351 FAX: 053 (412) 0377

Mail: info@ai-hall.com URL: <https://www.ai-hall.com>

浜松駅バスターミナル 13番乗り場 50番

市役所山の手医大行き「あいホール」下車徒歩1分

※有料駐車場有 (100円)

