



「本を読んでみる」

みなさん、こんにちは。いかがお過ごしですか。

このお便りは、ウィの「女性と女の子の相談窓口」より、すきま時間にほっと一息、簡単にできる心と身体のリフレッシュ方法などをお届けしています。

さて、10月は「読書の秋」にちなんで、相談員3人のオススメの一冊をご紹介しますと思います。気になった本があれば、近くの図書館などで探して、読んでみてください。

「行き抜くチカラ～ボクがキミに伝えたい50のことば」

相談員 yuki



著者：為末 大
出版社：日本図書センター

著者は、世界陸上選手権2大会で銅メダルを獲得し、3度のオリンピックに出場した元陸上選手の為末大さん。為末さんが、子どもたちに伝えたいと、生き抜くための考え方、工夫を50のことばにまとめた本です。かわいいイラスト付きで、シンプルな表現になっているので、子どもも読みやすく、大人にとっても、日々の悩みや生きる上でのヒントをもらえる内容です。親子で読める・話せる・考えられる本として、オススメです。

「みえるとかみえないとか」

相談員 aya

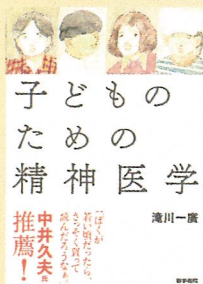


著者：ヨシタケシンスケ
相談：伊藤亜紗
出版社：アリス館

主人公の宇宙飛行士が降り立ったのは、目が3つあるひとの星。後ろが見えなくて不便がられ、かわいそうと言われてしまいます。得意なこと、不得意なことなど、その身体で生きてきた人にしかわからない感じ方、「あたりまえ」も「ふつう」もみんな違う、そんなことを教えてくれる絵本です。小さい子からお年寄りまで、違いを知ることで、自分も相手ももっと思いやれたらいいなあと思います。

「子どものための精神医学」

相談窓口 michi



著者：滝川 一廣
出版社：医学書院

子どものこころ（精神）とその障害（失調）をテーマにした、素手で読める児童精神医学の基本書です。

子どもの精神障害への基本的な考え方や基本的なかかわりの姿勢を、具体的・実践的に伝えてくれます。

463 ページ！の分厚い専門書なので、手に取るとるところからハードルが高いのですが、アスペルガー？自閉症？ADHD？など、子どもの発達障害に対する不安や、いじめや不登校などの子どもの成長に伴う問題も、なんとかわかりたいと思うそんな親の悩みに、専門知識をもたない読者にもわかりやすく説明してくれています。特に、後半は一緒に読んで、いろいろ語り合いたい。



本を手にして自分だけの時間をつくることができたら、ちょっと声に出して読んで見ると、文章がまた違った感覚として、感じられるかもしれません。言葉って面白いですよ。素敵な本をぜひ見つけてください。

それでは、今日も良い1日を。

～みやぎの女性つながりサポート型支援事業～

女生と女の子の 相談窓口

長引くコロナ禍で、不安や困難を抱えている人が増えています。疲れや憂鬱さに悩む人もいます。感染への不安に加え、大きく変化した私たちの日常生活や人間関係などが影響しているのかもしれない。心や身体になんらかの不調を感じたら、一人で悩まず相談してみてください。

 相談窓口では、専任の女性カウンセラーが対応します。
あなたの秘密は守られます。相談は無料です。

生理用品の無料配布

気仙沼市・登米市・南三陸町にお住まいの方で、経済的な理由などで生理用品の入手が困難な方に対し、無料配布を行います。必要な方へ発送も行いますので、まずはお問合せください。協力団体の窓口でも受渡しは可能です。

配布期間 ～2022年2月28日まで

受渡協力団体

気仙沼市社会福祉協議会
登米市社会福祉協議会
南三陸町社会福祉協議会
ひまりんく気仙沼、そえる登米

開催期間 2021年7月21日～2022年2月28日（日曜・祝日除く）

でんわ 080-9256-0035（10時～18時）

メール相談 soudan@womenseye.net QRコードからもご相談できます

対面相談 南三陸町 ウィメンズアイ事務所

出張相談 月1回、10時～14時、事前予約制
気仙沼市 第三木曜日／会場／気仙沼ハローワーク
登米市 第二火曜日／会場／登米保健所

まずはお電話で
ご予約ください



特定非営利活動法人ウィメンズアイ 住所：本吉郡南三陸町入谷字山の神平 10-1 電話：0226-25-9517