

国際ガールズ・デーは女の子の権利やエンパワーメントの促進を、広く国際社会に呼びかける日として、2011年の国連総会によって制定されました。世界中の若年女性たちが直面している問題について考えてみませんか。



世界じゅうの女の子のための日：国際ガールズ・デーの本

ジェシカ・ハンフリーズ、ロナ・アンブローズ文、シモーネ・シン絵

大月書店／2021.9

教育、健康、早期婚や暴力など、今、直面する問題について声を上げた女の子たちの物語。「女の子だから」というだけで機会や権利を奪われることがない、ジェンダー平等と女の子の権利の大切さを知る絵本。

女の子がいる場所は

やまじえびね著／KADOKAWA／2022.6

声をあげて、世界を変えよう！：よりよい未来のためのU30の言葉

アドーラ・スヴィタク著、カミラ・ピンヘイロ イラスト／DU BOOKS／2021.10

わたしは女の子だから：世界を変える夢をあきらめない子どもたち

ローズマリー・マカーニー、ジェン・オールバー、プラン・インターナショナル文／西村書店／2019.3



MIWビデオサロン上映予定

MIWでは14:30～、18:30～に、所蔵する映像作品を上映するビデオサロンを開催します。上映後には、感想を語りあう交流会を開きます。事前申込みは不要です。ぜひ、ご参加ください。



**10月18日(金)
「チャンシルさんには福が多いね」**

監督 キム・チョヒ
2019年／96分／韓国
仕事一筋の女性に訪れた突然の失業と恋愛の物語

©KIM Cho-hee All RIGHTS RESERVED/ ReallyLikeFilms



**12月20日(金)
「ジュディ 虹の彼方に」**

監督 レネー・ゼルウィガー
2019年／118分／イギリス
ミュージカル俳優ジュディ・ガーランドの人生

© Pathé Productions Limited And British Broadcasting Corporation 2019

千代田区男女共同参画センターMIW(ミュウ)

〒102-8688 千代田区九段南1-2-1 千代田区役所10階

電話:03-5211-8845 FAX:03-5211-8846

Eメール:miw@city.chiyoda.tokyo.jp https://miw.city.chiyoda.lg.jp/

Instagram:chiyoda.miw Facebook:@chiyoda.miw

開館時間／月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00 日曜・祝日休館

ホームページ

メルマガ登録



ライブラリニュース

みゆう

2024年10月 103号

新しい絵本が入りました！

MIW情報ライブラリでは、小さなお子さんや親子でも楽しめる、さまざまな絵本を揃えています。子どもたちにとってはジェンダーについて考えるきっかけに、大人も分かりやすく学ぶために、ぜひ気軽に手に取ってみてください。

千代田区
男女共同参画センター

MIW (ミュウ)



NEW

地球に暮らすぼくたちへ

中川ひろたか作、松田奈那子絵／アリス館／2024.6



誰もが自分らしく生きていけるよう、一人ひとりの権利が尊重されることの大切さを、やさしく語りかけます。地球に暮らす人びとの平和について考える本。

NEW

しずかなところはどこにある？

レーツタ・ニエメラ文、島塚絵里絵・訳／岩波書店／2024.5



主人公は、大きな音が苦手な、大きな耳のきつね。心の外にも中にもある“静けさ”をあなたも探してみませんか。

NEW

**世界はこんなに美しい
：アンヌとバイクの20,000キロ**

エイミー・ノヴェスキー文、ジュリー・モースタッド絵／工学図書／2022.10



女性で初めて、バイクで単独世界一周したアンヌ＝フランスの物語。彼女が旅で出会ったさまざまな景色や人々が美しく描かれています。

NEW

**じぶんであるっていいかんじ
：きみとジェンダーについての本**

テレサ・ソーン作、ノア・グリニ絵／エトセラブックス／2024.4



どんな性別のあり方をしているか、自分自身であることが祝福されているのだというメッセージが伝わってくる一冊です。



生き方



気がつけば40年間無職だった。:もしかして潔癖ひきこもり女子の極私的物語
難波ふみ著
古書みつけ
2024.3

【MIWスタッフレコメンド】

潔癖、暴力、不登校。精神科の通院、29歳での初恋、31歳で入学した定時制高校……。就労経験がないことが理由でバイトの面接も全敗、気がつけば40年間無職だった著者。しかし、学校の課題であった作文をきっかけに、自らの人生が(履歴書のように)決して「空白」ではないことを知る。そんな二つの「気づき」に心励まされる一冊。

悪いのは、あなたじゃない

Poche 著/ダイヤモンド社/2023.9

「自分に自信がない」「相手の顔色ばかり気にしてしまう」といった悩みは、自分が忘れてしまっているような、幼少期に親から否定された経験といった人間関係に原因があるかも。まずはその辛さを受け止めて、これからは「自分軸」で生きることをおすすめする、心理カウンセラーからの助言集。

当事者対決! 心と体でケンカする

頭木弘樹、横道誠著/世界思想社/2023.11

潰瘍性大腸炎と自閉症スペクトラム症の当事者研究で知られる二人が、それぞれの困難や生きることの大切さを持ち寄った対談。難病になることと発達障害と診断されることの違いや思いもよらない共感からはじまり、心身二元論では割り切れない「心身1.5元論」といった感覚の提言など、社会の見方を大きく変えてくれる。

心の健康



わたしが「わたし」を助けに行こう
:自分を救う心理学
橋本翔太著
サンマーク出版
2024.4

【MIWスタッフレコメンド】

傷つけられたり、苦しんだりした時に自分を守ってくれる一方で、知らないうちに自分を困らせる存在、「ナイトくん」。その正体は無意識、すなわちもう一人の自分だった。こうしたナイトくんとのように向き合うか、自分の抱えている問題にどう対処するかを描く、「自分」が「自分」を救うための一冊。生きづらさを抱える、どこか「辛い」と感じる人には、ぜひこの本を手にとってほしい。

まいにちメンタル危機の処方箋

内田舞著/大和書房/2024.1

私たちは日常生活を送る上で、さまざまな感情と遭遇する。感情に振り回され、モヤモヤとした気持ちやストレスが続くなど感情の影響でメンタルの危機に陥ることも少なくない。では、感情と上手く付き合うにはどうすればよいのか。本書では、モニタリングやセルフケア、マインドフルネスなど多様な観点からこの問題への解答を示している。

心療内科医が教える本当の休み方

鈴木裕介著/アスコム/2023.9

「そもそも休みの時間を確保できない」といった人から、「休みは取れるがあまり疲れがとれない」といった人まで、日々の生活や仕事の中で疲労やストレスを抱える人へ、心療内科医である著者が本当の休み方、心と身体の癒し方について教える、効果的な休み方を見つけるための本。

伝記



三淵嘉子と家庭裁判所
清永聡編著
日本評論社
2023.12

【MIWスタッフレコメンド】

NHK 連続テレビ小説『虎に翼』の主人公のモデルである三淵嘉子さん。本書は彼女が女性として初めての弁護士、判事、裁判所所長となり、女性が法曹界で活躍する道を切り開いた足跡を評伝と証言で綴る。三淵さんの法服姿などの写真や、創世期の最高裁家庭局に勤務したメンバーが家庭裁判所を作り上げた当時を語る座談会など、その人物像を辿るのにつけての本。

リーゼ・マイトナー

:核分裂を発見した女性科学者

マリッサ・モス著/岩波書店/2024.3

オーストリア・ウィーン出身の物理学者、リーゼ・マイトナー。彼女は1938年に核分裂を発見した一人だった。後世に多大な影響を及ぼす業績を残したが、発見の栄誉は共同研究者に奪われてしまう。ユダヤ人差別、女性差別をうけながらも研究を続けた女性科学者の生涯を知る。

たべてみて!:

フリーダ・キャプランがひろげた食のせかい

マーラ・ロックリフ文、ジゼル・ポター絵/
BL出版/2024.1

マッシュルームやキウイフルーツ、スナップエンドウなど、今では身近な野菜や果物を最初に売りはじめた、フリーダ・キャプラン。アメリカではじめて野菜や果物の卸売業を始めた女性の伝記絵本。

性教育



親子で考えるから楽しい!世界で学ばれている性教育:安全、同意、多様性、年齢別で伝えやすい!ユネスコから学ぶ包括的性教育
上村彰子構成・文、
田代美江子監修、
大久保ヒロミまんが&イラスト/講談社/2022.3

【MIWスタッフレコメンド】

国際的に推進されている「包括的性教育」とは、性知識やスキルだけでなく、人権やジェンダー観、セクシュアリティ、多様性、同意についてなど、その内容は多岐に渡る。本書はユネスコを中心に作られた「国際セクシュアリティ教育ガイダンス」に基づき、年齢別に伝えるべきことがわかりやすく書かれており、親子で学ぶのに役立てたい。

男子校の性教育 2.0

おたとしまさ著/中央公論新社/2024.6

男子だけの集団で過ごす男子校では、ジェンダー観に偏りが生じるのか。著者は全国の男子校に性教育についての独自アンケートを実施。その結果と取材をもとに、男子校の性教育の「今」を分析し、紹介する。男子校の性教育やジェンダー教育の現在地を知ることができるだけでなく、親世代にも知識をアップデートする助けになる。

わたしの心と体を守る本

:マンガでわかる!性と体の大切なこと

遠見才希子著、アベナオミ漫画、
碓優子イラスト/KADOKAWA/2022.8

著者は「えんみちゃん」のニックネームで全国の小・中・高校で性教育を行ってきた産婦人科医。小学6年生のクラスを舞台に、思春期に起こる体や心の問題についてマンガを交えて具体的にわかりやすく解説する。