

No.276

2023年  
9月号

# さくら

図書館だより



(編集・発行)

宿毛市立坂本図書館

〒788-0001

宿毛市中央二丁目7番14号

☎ 0880-63-2654

FAX 0880-63-0155

## 《 展示のご案内 》

展示期間 9月28日(木)まで

★メイン展示

### 『もっと知ろう もっと語ろう 認知症』

9月21日の「世界アルツハイマーデー」にちなんで、今月は“認知症”をテーマに展示しています。

長寿政策課予防係・宿毛市地域包括支援センター・認知症サポーターわの会のみなさんと作りました。コミックエッセイや絵本など気軽に手に取って頂きやすい本を集めました。この機会に認知症への理解を深めてみませんか。



●メイン展示図書(抜粋)

「認知症の人の「かたくなな気持ち」が驚くほどすーっと穏やかになる接し方」「笑い涙の認知症介護」「ようこそ、認知症カフェへ」「ことことこーこ」「ゆきちゃんは、ぼくのともだち！」

★サブ展示

### 『敬老の日』

「敬老の日」に関する本を集めました。今月は、窓口カウンター前に展示しています。

●サブ展示図書(抜粋)

「ハッピーシニアの参考書」「老いの器量」「大晩年」「おばあちゃんのあかいマント」「おじいちゃんがペンギンやったとき」「百歳」



## ピアノソロ ライブラリーコンサート

ピアノソロのライブラリーコンサートを開催します。本を読みながら、音楽を聴いてみませんか。皆様のご来館をお待ちしています。

日時 9月18日(月・祝) 14時～15時

場所 坂本図書館 観覧無料

出演者 石崎友隆 濱口亜希

※当日は、館内で終日、BGMが流れます。

## 祝日開館のお知らせ

令和4年度より祝日開館をしている坂本図書では、月曜日の祝日も開館しております。

開館日 9月18日(月・祝)・10月9日(月・祝)

閉館日 9月19日(火)・10月10日(火)

※祝日の翌日が閉館となります。

# 読んでみませんか？

## -新着図書のご案内-

(一般)

### 聞き書き・関東大震災

森 まゆみ 著  
亜紀書房

今年、1923(大正12)年9月1日に起こった関東大震災から100年を迎えます。関東大震災の地震の規模はマグニチュード7.9。その後起こった火災などにより、死者・行方不明者は10万人を越えました。地震当日、人々はどのように行動したのか。当時の人々の証言や文学者らの日記など、膨大な資料を繙き大震災を振り返ります。

私たちの住む地域でも危惧される南海トラフ巨大地震。防災への備えを身近なことから捉え、考える一冊です。

(児童)

### あてっこどうぶつずかん だれ

あべ 弘士 作・絵  
KADOKAWA

どんぐりをほっぺに入れているのは誰？  
夜、暗くなると元気に動き出すのは誰と誰？

親子で楽しく学べる絵本。この絵本を読んだ後は動物園に行ってお観察したらいろんな発見があるかも？

3歳から楽しめる、あてっこあそびとなっています。

(一般)

### 月夜行路

秋吉 理香子 著  
講談社

元バレーボール選手で現在は専業主婦の涼子。思春期真ただ中の娘と息子の子育てや、夫とのすれ違いから日々疲労感を感じていた。そんな中、あることがきっかけで家を飛び出し、ひよんなことから偶然入ったBARのママと大学時代の想い人を探す旅に出ることに。

大阪に縁のある名作の舞台や文学碑が旅の随所に登場し、文学作品に触れながらミステリ要素が存分に楽しめる、素敵な物語です。

(児童)

### 読書バリアフリー 見つけよう！ 自分にあった読書のカタチ

読書工房 編・著  
国土社

本が読みたいけれど、読むのに不便さを感じる人がいます。さまざまな立場の人が、自分にあった手段を使って本を読んだり、情報を得たりするために工夫された本が『バリアフリー図書』です。

『バリアフリー図書』にはどんな種類の本があるのか知っていますか？自分にあった本の読み方を見つけてみましょう！本の新たな世界を見つけることができるのではないのでしょうか。

※本の紹介文は、スタッフが作成しています。

## 子どもたちの自己肯定感

山下量子

子供・若者インデックスボードver. 4.0によると、児童生徒の自殺者数は悲しいことに増加し、2022年では514人。いじめも2021年度は数が増加しており705件。不登校は5年前の約13.4万人から2021年度は約24.5万人と増加傾向にある。

また、10歳～14歳に対するこども・若者の意識と生活に関する意識調査（令和4年度）では、1520件の回答数に対し、「今の自分が好きか」という問いに「あてはまらない」、「どちらかといえばあてはまらない」、に答えたのが21.2%。

「自分は役に立たないと強く感じる」に関して、「あてはまる」、「どちらかといえばあてはまる」に24.3%の回答があった。このデータは例年より改善傾向にあるが、依然、欧米諸国と比べて低い傾向にあるという。

日本の子ども達は自己肯定感が低いのである。それは何故なのだろうか？

最近読んだ本「子どもを伸ばす言葉 実は否定している言葉/天野ひかり著」では、自己肯定感とは、子どもがやっていることを親がそのまま認めることで育っていきと書いてあった。そして自己肯定感とは、①新しいことに挑戦し学ぶ力 ② 努力して壁を乗り越える力 ③相手の気持ちを思いやれる力 につながるのだという。

つまり親が子どもをどう認めていくか、ということが、子どもの精神に大きな影響を与えと言え。

子どもを認めること、とはつまり親の子どもへの「評価」であるとも言えると思う。

では、評価というものは、どういったものなのだろうか。よく言われるのが下記の3つに評価は分けられることが出来るという。

- 1 Doing(ドゥーイング)：努力・行為
- 2 Having(ハビング)： 持つ・結果
- 3 Being(ビーイング)： 存在

に対する評価である。

例えば、テストで良い点を子どもが取ってきた。「偉いね！頑張ったね」と親がいうことは、1のDoingの「行為」に対する評価である。テストの良い点という意味では、2のHavingの「結果」に対する評価でもある。

では3のBeingとはどういうことなのだろうか？

それは、存在そのものを認めることである。分かりやすいのは誕生日などの、「お誕生日、おめでとう！！」かもしれない。それは、その子が存在すること、その命そのものを喜んでいいる状態であり、テストで良い点をとったとか、何か功績を残したとか、そういったものを越えたその子の存在自体を評価している。存在価値である。

この3のBeingの評価。これがきちんと親から与えられていると、子どもの自己肯定感につながる、という説が有り、私もそうだと考えている。

しかし、普通は、子どもがテストで良い点を取ってきたなら、親なら誰もが「頑張ったね」と言

うだろう。こういった場合、どう言えばいいのだろうか？

先日見たYouTubeのある対談では、テストで良い点をとってきた子どもに対して

「嬉しかったでしょう？ママも嬉しいよ。」

と、まず、子どもの感情について焦点をあて、その後、「頑張ったね」と続けると良いのだと言っていた。

何故か。

それは、先に「頑張ったね」と言ってしまうと、1のDoing「行為」を褒めることになり、子どもは、「頑張ったから褒められた」つまり「頑張りを褒めなければ褒められない」と解釈するからだという。けれど、「感情」について褒められると、自分が嬉しいと思うことが、親も喜んでくれるのだと、自分の感情に焦点が行く。すると、その子が自身の感情をより認めることになり、自己肯定感の基盤になる自己受容につながるのだという。

逆に1のDoing、2のHavingの評価だけだとどうなっていくのだろうか。

例えば、クラスでトップの、いつも成績優秀で褒められてきた子が、大学進学した途端、まわりも優秀で、とてもトップの成績を取ることが出来なくなるとする。するとその子は「成績が優秀でない自分には価値が無い」と感じ始めてしまう恐れがある。

その子の存在価値と、大学の成績はイコールではない。その命は尊いものであり、大学の成績がどうかなんて関係が無い。

しかし、そう取り違えることがあり得るのだ。

いじめなどもそうかもしれない。いじめられたからといって、その子の命に価値が無い、ということでは無い。なのに、「みんなから嫌われる自分は、生きる価値が無いんだ」と取り違えたりしてしまう。それは、「好かれる」という2 Having が良くて、それ以外はダメだという自己評価から始まる。

そういった事態を防ぐには、テストの成績や、人に好かれるとか、外側の評価が全てではなく、その子が存在していること (Being)、それ自体が大切なことであり、一人一人の命が本当に尊いんだよ。大事なんだよ、というメッセージを子どもにとことん伝えてあげることなのだと思う。

「ありのまま」という言葉はよく使われるが、ありのままの子どもを、親がそのまま認めてあげること、子どもは自分を認めることが出来る。しかし、ありのままを認めるとワガママになっていくのではないか？という疑問も浮かぶ。が、ありのままを認めて貰った子は、自分を認められるようになり、やがて他人のことも、他人の感情もきちんと認めることが出来る思いやれる子になるのだと思う。

親がもっともっと子どものBeingに焦点をあて、日本の子どもたちの自己肯定感が増すといいな、とそう思う。

## ～新着図書のご紹介～

### 一般図書



- 1 「すぐやる習慣、はじめました。」 水江卓也
- 2 「世界の320万人が“いいね！”した「アメリカン京都」」  
Discover Kyoto編集部
- 3 「もしも高校生のわたしに「法律用語」が使えたら？」 木山泰嗣
- 3 「60歳からの「働き方」と「お金」の正解」 浦上登
- 3 「さよなら、子ども虐待」 細川貂々
- 4 「世界を変えた50の植物化石」  
ポール・ケンリック
- 5 「可愛い♡Popteen」  
Popteen編集部
- 5 「ゆーママの簡単！節約レンチンごはん」 松本ゆうみ
- 6 「図解でまるごと大解剖！コンビニのしくみ」 小野寺崇
- 7 「色鉛筆で写真のような絵が描けるようになる本」  
SBクリエイティブ
- 7 「大人の折り紙」 小林一夫
- 9 「サクラサク、サクラチル」 辻堂ゆめ
- 9 「あの花が咲く丘で、君とまた出会えたら。」 汐見夏衛

※左側の数字は図書の分類を表しています。  
0...総記、1...哲学、2...歴史、3...社会科学、4...自然科学  
5...技術、6...産業、7...芸術、8...言語、9...文学

### 児童図書



- 「学研まんがNEW世界の歴史1～13」 近藤二郎
- 「夜空をおもいっきり楽しむ図鑑」 野田祥代
- 「10歳から育てるすぐやる行動力」 菅原洋平
- 「わたしに似合う最高にかわくなる色のルール」 Kyoko 笹川勇
- 「男の子おりがみ」 あんずゆき
- 「アゲイン」 野中終
- 「ルビとちっちゃなねこたち」 最上一平
- 「じゅげむの夏」

### 絵本



- 「夏」 あべ弘士
- 「おなかのプール」 藤川敏美
- 「うかぶかな？しずむかな？」 川村康文
- 「ひこうきでおでかけ」 ケツソクヒデキ
- 「とっておきのはなし」 こがしわかおり
- 「ホットドッグ」 ダグ・サラティ
- 「あかちゃんはどうやってできるの？」  
コーリー・シルヴァーバーグ
- 「ようかいむらのきもだめしキャンプ」 たかいよしかず



★このほかにもたくさんの図書が入っております。  
図書館ホームページでは、新着図書一覧が検索  
できますので、そちらもぜひご覧ください。

【新着図書一覧検索】

### 9月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

### 10月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

開館日時 火～金 10:00～18:30 土・日・祝 10:00～18:00

ホームページ <https://www.city.sukumo.kochi.jp/docs-25/p010805.html>

メールアドレス [tosyo@city.sukumo.lg.jp](mailto:tosyo@city.sukumo.lg.jp)

■は休館日



【図書館HP】

