

# 人権センター 図書だより



Vol.28 令和4年9月1日発行

発行：四日市市人権センター

TEL.354-8609 FAX.354-8611

jinkencenter@city.yokkaichi.mie.jp

9月になりました。暦の上では処暑を迎え、過ごしやすい季節になるはずが・・・残暑で汗ばむ日がまだまだ続きそうですね。頑固な夏にもう少し付き合うつもりで、引き続き暑さ対策にも気を配っていきたいと思います。

9月は「長月(ながつき)」と呼ばれます。由来は諸説ありますが、次第に日が短く、夜が長くなる時期を表した「夜長月(よながつき)」が転じたという説が有力だと言われています。

秋の夜長、ゆっくりと読書を楽しみながら、私たちにとって大切な「人権」について考えてみてはいかがでしょうか。



## 📚 新着図書より 一部紹介 📚

数えきれないほど泣いたあと、私たちは向き合う決心をしました。 「このケーキを公平に三等分にしてください」

### 『ADHD の旦那って意外と面白いんよ』

(F-233 ナカモトフウ 著 講談社)

ADHD って何？ ADHD は弱点ではなく強み！  
沖縄での暮らしぶりを紹介する動画を配信し、人気を集めている YouTube クリエイター、ナカモトフウ。この作品では、再生回数 400 万回を超えた「ADHD の旦那って、面白いんよ。」以降人気を集めている ADHD の夫と妻の暮らしについて、動画では語られなかったエピソードを紹介しています。

成人の約 30 人にひとりが ADHD だといわれている日本。身近な存在となった ADHD と本気で向き合い、乗り越えた夫婦の記録。ADHD 当事者と、その家族の本当の気持ち、悩みを赤裸々に告白しています。ちょっと大変そうで、でも、とても温かい気持ちになれる、そんな二人の物語です。

### 『ケーキの切れない非行少年たち』(1)~(4)

(I-5-2~5 原作：宮口幸治 漫画：鈴木マサカズ 著 新潮社)

児童精神科医である原作者が、多くの非行少年たちと出会う中で気づいた「反省以前の子ども」が沢山いるという事実。

少年院には、認知力が弱く、「ケーキを等分に切る」ことすら出来ない非行少年が大勢いた。15歳で妊娠し少年院で出産する少女。幼児への性犯罪を繰り返す少年。自分の放火で人を死なせてしまった少年の自覚と更生。

ベストセラー新書を漫画化したこの作品では、人口の十数%いるとされる「境界知能」の人々、特に子ども達に焦点を当て、その行動の背景にある問題を描いています。

単なる「非行少年」では片づけることのできない、何かしら事情があるのではないか。そんな大事なことに気づかせてくれる作品です。

漫画

### 第二の人生、その「ストレス」手放してみませんか？

### 『精神科医が教えるちょこっとズボラな老後のすすめ〜』 (H-61 保坂隆 著 三笠書房)

無理をしない。無駄をしない。これからは「良い加減」がちょうどいい。老後は、楽しまなければもったいない！

日本人の平均寿命は急激に伸び、今や男女とも 80 歳を超えています。食生活や衛生状況の改善、医療技術の向上が大きな要因だとされていますが、実は日本人が長生きしようと「がんばった」ことも大きな原因かもしれません。著者である保坂さんは言います。「みなさん、ちょっとがんばりすぎではないですか？」

「ほどほどでがんばらない」を合言葉に。人間関係も「ちょこっとズボラ」に。「お金持ち」より「時間持ち」の精神。読むだけでポジティブな気持ちになれる一冊です。

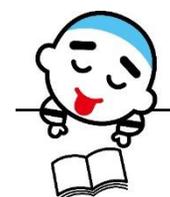
### 『俺の心は死んでも、俺の音楽は生き続ける』

### 『20歳のソウル』

(J-5-270 中井由梨子 著 幻冬舎文庫)

作曲家になること、恋人との結婚……。たくさんの夢を抱えたまま、浅野大義は肺癌のために 20 年の短い生涯を終えた。告別式当日。164 名の高校の吹奏楽部 OB と仲間達が涙で演奏する大義が作曲した市立船橋高校の応援歌「市船 soul」。人生を精一杯生ききった大義のための 1 日限りのブラスバンド。関係者の証言で描く感動の実話ストーリー。(幻冬舎 HP より引用)

20歳という若さで亡くなった主人公と、恩師や仲間たちとの強い絆の中で、神応援曲と言われる「市船 soul」は完成しました。短い人生を力強く生き抜いた彼。「命の尊さ」「命の輝き」そして何より「今を精一杯に生きることの大切さ」を教えてくれる、ぜひ読んでいただきたい一冊です。



入荷月	書名	著者等	出版社等	分類番号	
6	なぜ表現の自由か（理論的視座と現況への問い）	阪口正二郎・毛利透・愛敬浩二（編）	法律文化社	A	143
6	ADHDの旦那って意外と面白いんよ	ナカモトフウフ	講談社	F	233
6	ケーキの切れない非行少年たち（1）～（4） ★	原作：宮口幸治 漫画：鈴木マサカズ	新潮社	I-5	2～5
6	橋のない川（1）～（7）	住井すゑ	新潮文庫	C-3	72～78
7	精神科医が教えるちょこっとズボラな老後のすすめ	保坂隆	三笠書房	H	61
7	80歳の壁	和田秀樹	幻冬舎新書	H	62
8	精神科医・安克昌さんが遺したもの	河村直哉	作品社	J-1	138
8	20歳のソウル	中井由梨子	幻冬舎文庫	J-5	270

## 新着DVDよりご紹介



### 『一瞬の雨』 「雨が続くような毎日をごまかしてしまうんです。一瞬の雨だと信じ込もうとして…。」

2020年11月、ひとりのホームレスの女性が殺害されました。

この作品はその事件に着想を得て制作されたショートフィルムです。

近年、コロナ禍で生活困窮に陥る人がふえています。非正規雇用の労働者、ひとり親家庭などの生活は厳しくなるばかりです。しかし、「自己責任」「世間体」「恥ずかしい」そんな思いから、公的機関や民間支援団体へ助けを求めることをためらう人も少なくありません。助けを求めることへの抵抗や恥ずかしさを作っているものは何なのかをみつめ、今、私たちができることは何なのか、改めて問い直す作品です。



## 新着DVD 2022年前期

分類	題名	種類	時間(分)
7 - 308	いわれなき誹謗中傷との闘い スマイリーキクチと考えるインターネットにおける人権	研修向き	20分
3 - 68	夕焼け	ドラマ	35分
7 - 309	一瞬の雨	ドラマ	28分
6 - 22	防ごう高齢者虐待 日常の介護から考える	ドラマ	28分
1 - 194	想いの"架け橋"になる 公正採用選考のために	研修向き	28分
7 - 310	10ぴきのかえる①	アニメ	40分
5 - 77	さようならCP	ドキュメンタリー	82分
7 - 311	ハーヴェイ・ミルク	ドキュメンタリー	87分