

知っておこう!これからも働き続けるためのコツ

-男性の方にも読んでほしい!-

～キャリアとライフイベントの両立～

働く女性が35歳の壁を乗り越えるためのヒント

錦戸 かおり著
河出書房新社
2009.10 <159.4>

転職、結婚、出産…。35歳という年齢は、女性のライフスタイルにとって大きな区切り。仕事も大事だけれど、生活も大事。「このままでいいのかしら?」と揺れ動く女性へ向けて、働き方のヒントを紹介する。

私たちが仕事をやめてはいけない57の理由

川崎 貴子著
大和書房
2015.10 <159>

年下ほど「媚び」に敏感と心得よ!「仕事スキル」があれば「妻」も「母」もうまくいく!1万人以上の働く女性を見てきた「女性マネージメントのプロ」が華麗な処世術を教える。

男が育休を取ってわかったこと

池田 大志著
セブン&アイ出版
2014.5 <599>

半年間の育休を取ってイクメン専業主夫になった、有名病院のイクメン皮膚科医が、その中で感じた「いいこと」「つらいこと」「世間の目」などを綴る。アトピーにさせない洗い方や、肌を守るお風呂ルールも紹介。

「働くママ」の仕事術

金澤 悦子著
かんき出版
2015.12 <366.3>

自分も子育てもラクになる、ママの幸せな働き方とは? 時間管理、キャリアづくり、人間関係、感情のコントロール、産休・育休という、ママが悩みを抱えがちな5つのテーマの解決策を紹介します。

- フィンランド流イクメンMIKKOの世界一しあわせな子育て ミッコ・コイヴマー著 :かまくら春秋社 <599>
- 新しいパパの働き方 ファザーリング・ジャパン著 :学研教育出版 <366.7>
- 共働きファミリーの仕事と子育て両立バイブル 日経DUAL編 :日経BP社 <366.3>
- 女性のキャリアアップ38の嘘 ジェーン・ミラー著, 上原 裕美子訳 :すばる舎 <159>
- 「私らしく」働くこと 一田 憲子著 :マイナビ <366.3>
- 女、今日も仕事する 大瀧 純子著 :ミシマ社 <159>
- 再就職できない中高年にならないための本 谷所 健一郎著 :シーアンドアール研究所 <366.2>
- 仕事で成長する人は、なぜ「不安」を「転機」に変えられるのか? 久世 浩司著 :朝日新聞出版 <159>

情報ライブラリー ご利用案内

◆このほかにも、たくさんの所蔵があります。また貸出中の図書は予約することができます。
くわしくは、情報ライブラリーまでお気軽にお問い合わせください。

〒030-0822 青森市中央3丁目17-1 TEL 017-732-1024 FAX 017-732-1073
利用時間 9:00~19:00 (日曜・祝日は17:00まで) *休館日 水曜日・年末年始・図書整理日

