

読んでみませんか？

NO.201
2021. 8

子育てや家事の合い間などの気分転換に読んでみませんか？すべて図書館で所蔵している本です。電話での予約も受け付けています。お気軽にお問い合わせください。



『いつでも君のそばにいる』 リト@葉っぱ切り絵

・1枚1枚が絵本作品のような葉っぱ切り絵の作品集。SNSで注目を集めた葉っぱ切り絵の写真に、書き下ろしストーリーを添えて紹介する。葉っぱ切り絵メソッド、Q&Aも収録。

『いちばんていねいな野菜づくり図鑑』 加藤 義貴

・定番野菜から地方野菜まで全166種の土づくりから菜園プラン、肥料の基礎知識まで、野菜をおいしくつくる「プロのコツ」を豊富な写真とともにわかりやすく解説する。病虫害を防ぐポイントや農薬の安全な使い方も収録。



『あなたもきっと依存症』 原田 隆之

・止められないスマホゲーム、毎晩たしなむ缶チューハイ…。あなたの日々の何げない習慣、もしかして「依存症」になりかけているのかも。近年がらりとかわった「依存症」についての知見と対策を、わかりやすく解説する。

『マンガでわかる！「自分を動かす」技術』 ゆうき ゆう

・人生を思い通りに動かし、充実した日々を送るために、自制力を鍛えて自分をコントロールしよう。やっかいな自分の感情との付き合い方から、悪癖を捨てるヒントまで、「自分を上手に動かす方法」を、マンガとともに紹介する。



『ゼリープリンババロアムース』 福岡 直子

・果汁やワインをゼラチンで冷やし固めたゼリー、フライパンひとつでできる蒸しプリン&冷やし固めるプリン、ぷるんとしたババロア、ふわっとやわらかなムース…。シンプルな材料でデザートづくりが楽しめるレシピ集。

『私のいちばん得意な料理、教えます』 家の光協会

・大庭英子の「和の煮もの」、上田淳子の「フライパン洋食」、ウー・ウェンの「炒めもの」…。6人の家庭料理研究家が、何度も作り続けてきた自信のある料理を紹介し、おいしく作る「コツ」や「理由」をていねいに説明します。





『世界一しあわせなフィンランド人は、幸福を追い求めない』
フランク・マルテラ

・「世界幸福度ランキング」で1位の常連となっているフィンランド。だがフィンランド人のメンタリティは決して明るくない。なのになぜ「幸福」なのか？彼らの「しあわせ」のとらえ方を考察し、生きるためのヒントを指南する。

『一枚裁ちのゆったりきれいな手ぬい服』 高橋 恵美子

・前、後ろ、袖がつながった1枚の布を手ぬいでぬい合わせていくと形になる、一枚裁ちの手ぬい服。ゆったりとして着心地のいい、リラックスできる服のつくり方を紹介する。



『季節を愉しむ手づくり石けん』 うた

・身近な自然素材で、肌にやさしい石けんをつくりませんか。手づくり石けんの基本を解説するとともに、ハーブ、炭、木の実、柚子などを使った季節の石けんのつくり方を紹介します。石けんづくりのQ&Aも収録。

『k. m. p. の、旅したくてぐるぐる。』 k. m. p.

・自由に旅に出られないのなら、日々の生活に旅を取り込もう！過去の旅の思い出を4コマ漫画とともに紹介するほか、旅先の食の再現、「散歩」を「旅」にする工夫、キャンピングカーやリモートでの旅の楽しみ方などを紹介する。



『基本調味料で作る5分麺』 市瀬 悦子

・鶏ねぎ中華麺、担担ぶっかけそうめん、サラダジャージャー麺…。しょうゆ、みそ、みりん、酢など8種類の基本調味料や、薄切り肉、缶詰、加工品などを使い、加熱し始めてから5分程度で調理が終わる麺レシピを多数紹介します。

『整う住まい』 エクスナレッジ

・家事作業を軽やかにこなせる合理的な動線。必要なものを必要な場所に収められる的確な収納計画。視覚的なノイズが少ない、洗練された空間デザイン…。すっきりと整った13の美しい住まいを紹介。整う住まいのつくり方も掲載。

