

読んでみませんか？

NO.204
2021. 11

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。



『今日がもっと楽しくなる行動最適化大全』 樺沢 紫苑

・仕事、学習、健康、対人関係…。全ての行動には「最も効果が出る」時間帯が決まっている！最高の1日をつくるために必要な、行動の「最適化」を紹介。感覚的に理解できるイラストと、最新学術理論を用いた解説の2部構成。

『初めてでも作れる！ハンドメイドの帽子BOOK』

ブティック社

・クロッシェ、ワークキャップ、キャスケット、チューリップハット…。基本の形の帽子を中心に、一部は写真プロセス解説つきで作り方をわかりやすく紹介。帽子作りの道具や材料も掲載する。



『まいにちの漬け物』 ませき じゅんこ

・意外に簡単に作れたり、作り置きとして一品増やすのに便利だったり、たくさんの魅力がある漬け物。時短レシピを含め、野菜をムダなくおいしく使う漬け物&保存食レシピを紹介。ジャムなど果物の漬け物&保存食も収録。

『その病気、市販薬で治せます』 久里 建人

・「風邪を引いたらまず医者へ」は過去のもの？国のセルフメディケーション政策で病院薬は次々と市販化している。胃腸薬など定番の常備薬から水虫薬、痔の薬といった人には言いにくい薬まで、最新の成分と効能を薬剤師が解説。



『わたしの味方になる法律の話』 遠藤 研一郎

・セクハラ、マタハラ、離婚、DV、ストーカー…。女性の身に起こるトラブル、ほとんどすべて、法が守ってくれます。女性が自分らしく生きるために必ず役立つ法律のきほんを、マンガと文章でわかりやすく解説します。

『初めての育児新百科』 ひよこクラブ

・0～3才の発育・発達とかかわり方から、毎日のお世話、予防接種、病気まで、初めて育児に向き合っているママ・パパのために、育児のすべてを豊富な写真で徹底解説。折り込みの発育・発達の見聞表付き。mini版も同時刊行。





『松村式子育て仕掛学』 松村 真宏

・ ついつい片づけたくなる、ついつい見たくなる…。仕掛学の研究に取り組む著者が、子どもが自分から動いてくれる「仕掛け」の極意と、子育ての経験から得た11の法則を、たくさんの楽しい仕掛けとともに紹介する。

『子どもが体調悪いとき、どうしたらいいの？』 小野 英一

・ 熱、鼻水、咳、嘔吐、下痢、便秘、腹痛、ブツブツ、けいれん…。子どものよくある病気の症状の対処法やその重症度の見分け方、小児科受診のタイミングなどを、簡単にわかりやすく紹介する。オリジナルの症状チャートも掲載。



『サラダのアイデア帖』 小竹 貴子

・ 料理が得意になる第一歩は「サラダ」です。単色コーデで簡単おいしいサラダ、おかずにもなる魚介のごちそうサラダ、一年中食べたいホットサラダ…。おしゃれでおいしいサラダ62品のレシピを紹介します。

『そうだワンピースを作っちゃおう！』 津田 蘭子

・ ミシン初心者でも大丈夫！オールシーズン使えるワンピースとオールインワンの作り方を、型紙作りから裁断、縫い合わせまで、イラストで詳しく解説します。着こなし例も多数収録。



『あるがままに、水と大地のネコ家族』 岩合 光昭

・ 北海道の牧場でウシやイヌと暮らすネコ、ミャンマーの湖面の家で生活する家族とともに生きるネコ…。「劇場版岩合光昭の世界ネコ歩き あるがままに、水と大地のネコ家族」に登場するネコたちの姿を捉えた写真集。

『快適な住まいの間取りと事例集』 秋元 幾美

・ 快適な暮らしを実現した間取りの実例を12ケース紹介。ほか動線・収納を考えた場所別の間取り、リノベーションの間取りなど、様々なライフスタイルに応じた間取りを掲載する。家づくりの基本も解説。

