

# 読んでみませんか？ NO.235 2024.7

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。



『自分でできる邪気ばらい』 青龍  
・イヤな縁をスパッとはねのけ、良い運氣・ご縁を引き寄せましょう。人間関係、金運、恋愛・結婚運がアップする邪気ばらいの方法を紹介します。多くの富豪たちから聞いた「最強の開運法」も掲載。切り取って使える護符付き。

## 『サンドイッチ』 大庭 英子

・卵サンド、แฮมサンド、きゅうりやブロッコリーなどの野菜サンド、かつサンド、ステーキサンド、クロックムッシュ、フルーツサンド…。日本スタイルのシンプルなサンドイッチのレシピを紹介する。



『いつものペンでさらっと描けるかわいい手描き文字ハンドレタリング』 若井 美鈴  
・いつものペンと紙で、筆記体やきれいなアルファベット、華やかなイラスト、かわいいアイコンをセンスよく描けるよう、豊富な作例とともに解説する。たっぷりなぞれるレタリング練習帳付き。本体は背表紙なし系綴じ。

## 『体に効くコーヒー』 ブティック社

・がんや認知症のリスクを下げ、ダイエットにもよいコーヒー。さまざまな病気・症状に対して確認された効果を詳細に解説し、コーヒーに「体にいい素材」をプラスしたアレンジコーヒーの種類と作り方を紹介する。



『季節を楽しむかわいい切り紙』 うえはら かずよ  
・折り紙を折って、はさみで切るだけの切り紙は、子どもから大人まで楽しめる気軽なハンドメイド。壁面飾りや、季節の移り変わりを楽しむ吊るし飾り、12カ月の花のリースなど、切り紙作品122種類を収録する。

『凸凹あるかな？わたし、発達障害と生きてきました』 細川 貂々  
・家、学校、職場で、多くの人とは違う見え方・考え方をする発達障害の人たち。当事者である細川貂々が、フツウにできない自分とまわりの人との付き合い方を探るコミックエッセイ。精神科医の解説も掲載する。



『家事ずかん750』 藤原 千秋

・知っておきたい家事の基本的知識から、手間や不便さを解消するワザ、時短テクニック、新発想のアイデアまで。掃除、洗濯、料理などのあらゆるジャンルの家事を750のタスクにまとめて解説。重要度判定、チェック欄あり。



『発達が気になる子どもが小児科の専門外来を受診するとき』

柏木 充

・発達の専門外来で実際に何が行われているのか。外から見えにくい診療の流れを、受診前、診察、検査、診断、治療・支援、連携などに分け、小児科医が丁寧に解説する。理解を深めるコラムも掲載。

『やりたいことがどんどん叶うじぶん時間割の作り方』川瀬 はる

・「時間がない」が口癖だった子育て中のマンガ家が、1日の時間割を作るように時間をコーディネートする方法を学び、自分らしい生活を見つけるまでを描いたコミックエッセイ。書き込み式のワークも掲載。



『低収入4年目夫婦の月13万円生活』 いい まき

・節約マインドもますますアップ。地道な節約もコツコツ続けています! 家賃込み月13万円で幸せに暮らす夫婦の生活を描いたコミックエッセイ。節約レシピもたっぷり紹介。「低収入新婚夫婦の月12万円生活」の続編。

『うちの汚部屋が片づかない』 yana

・キーワードはゾーニング、お片づけは「整理・収納・片づけ」。整理収納アドバイザーが、片づけのコツをマンガで紹介。小学校で荷物が増える問題も取り上げる。『kodomoe web』連載に描きおろしを加えて書籍化。



『亜希の「ふたが閉まるのか?」弁当』 亜希

・高さも重さも超ド級。超特大にして、超ヘビー級クラス。ソースカツ丼弁当、塩ハンバーグ弁当、厚揚げのり弁当など、スポーツをする2人の息子の中高生時代とともにあったお弁当のレシピを、エッセイとともに紹介する。