

読んでみませんか？ NO.237 2024.9

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。



『家が好きで』 小川 奈緒

・無類の家好きの著者による、ルームツアーさながらのインテリアガイド。照明、チェア、テーブル、収納、障子、調理道具、食器など、一つひとつが「わたしの愛用品」になるまでの個人的なストーリーを写真とともに紹介する。

『ニチレイフーズの広報さんに教わる冷凍作りおきレシピ、これが正解です!』

ニチレイフーズ

・冷凍作りおきがあれば、もっとラクに、もっとおいしく! 主菜から、副菜、主食、お弁当おかず、スイーツまで、冷凍テクをフル活用した作りおきレシピを紹介。ニチレイフーズのWEBサイト『ほほえみごはん』掲載を書籍化。



体験格差

今井悠介



『体験格差』 今井 悠介

・習い事や家族旅行は贅沢? 社会で連鎖する「もうひとつの貧困」の実態とは? 子どもたちから何が奪われているのか? 日本初の全国調査に基づき、低所得家庭の子どもの「体験ゼロ」の実態を明かし、日本社会の課題を考える。

『医者が教える絶対に見逃したくない体の「危険サイン」』 森 勇磨

・がん、糖尿病、脳梗塞といった命にかかわる重大な病気には、必ず“サイン”がある! 見逃すと後悔する重篤な病気の前触れを、予防法とともに丁寧に紹介。認知症に関わるサインなども取り上げる。



『まいにちお漬けもの』こてら みや

・お漬けものは、一番かんたんに作れる家庭料理。塩漬け、ぬか漬け、キムチなど発酵でおいしくなるお漬けものから、甘酢漬け、ピクルス、野菜の保存食まで、基本の漬け方45レシピとアレンジ料理を紹介します。

『「ずるい攻撃」をする人たち』 大鶴 和江

・サボる、ため息アピール、わざとミスをする、孤立させる、弱さを武器にする…。経験豊かな心理セラピストが、わかりづらく表面化しにくい「ずるい攻撃=受動攻撃」をする人の心理と対処法を解説する。



『パンどろぼうのせかいいちかんたん子どもとつくるパンレシピ』

吉永 麻衣子

・子ども向けかんたんレシピで、3才からつくれる! 絵本「パンどろぼう」に登場するどうぶつパン、しょくパン、おやつパンのつくり方を紹介。材料の働きなども、わかりやすく解説する。



『心に効く美容』 MEGUMI

・美肌は心を強くする! 「メンタル強い」「ブレない」MEGUMIが、10年間さまざまな経験をし、あらゆる美容法を試した末にたどり着いた、「心に効く美容法」と「思考法」を紹介する。ロングインタビューも収録。

『作りきらないつくりおき』 井原 裕子

・「旬の野菜を多く購入した」というようなときに、簡単な下ごしらえをして保存しておきましょう。ふだん使いの12種類の野菜を選び、それぞれに最適な「作りきらないつくりおき」の方法と展開レシピを紹介します。



『お礼状・季節のご挨拶・お見舞いの書き方』 浅倉 龍雲

・季節のカットを描いたはがきや一筆箋で、気持ちを伝えてみませんか? お便りやお礼状の書き方やカットの入れ方を、たくさんの実例をあげて解説。文面の心得なども紹介します。

『子どもの病気とけが安心ブック』塚越 隆司

・子どもによくみられる症状やけがが、病気について、基本知識や対処法、受診の目安、ホームケア、予防法を紹介。月齢・年齢別の発育・発達の状況やお世話のポイント、健診・予防接種等の最新情報、よくある疑問Q&A集も掲載。



『至福のチーズケーキ本』 空想喫茶トラノコク

・ベイクドチーズケーキ、スフレチーズケーキ、ニューヨークチーズケーキ、バスクチーズケーキ…。空想喫茶トラノコクの美しくておいしいオリジナルのレシピを紹介。喫茶&カフェやお取り寄せの絶品チーズケーキも収録。