

読んでみませんか？ NO.240 2024.12

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。



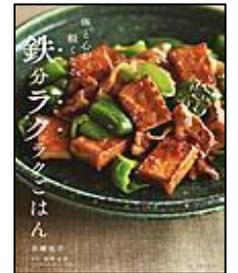
『いいやんご縁を活かして夢を叶えよう』 櫻庭 露樹・まさみん
・お金も、仕事も、人とのご縁が運んでくる。人のつながりを手繰りよせて、わらしべ長者的に願いを実現する! ご縁つなぎが得意な櫻庭露樹×まさみんが、縁とチャンスを活かす方法を語る。

『かぎ針で編むパペットあみぐるみ』 日本文芸社
・手を入れて動かして、どんなポーズもばっちり決まる! トイプードル、クマ&ウサギ、ジンベエサメ、ケーキ…。かぎ針で編む、どうぶつ、海の生き物、スイーツなどのパペット型のあみぐるみの作り方を紹介します。



『藤戸竹喜作品集』 藤戸 竹喜
・熊や狼、シャチなど北の動物や、アイヌ民族のエカシやフチの肖像で知られる木彫家・藤戸竹喜の作品集。初期の代表作から最晩年の連作まで91点を解説とともに収録。国立アイヌ民族博物館等で開催の展覧会の図録。

『体と心が軽くなる鉄分ラクラクごはん』 市瀬 悦子
・鉄分不足は体・心・美に影響大。簡単&おいしい「鉄ラクごはん」ですよやかな毎日を送りましょう。鉄分の多い食材と鉄分を効率よくとるコツを説明し、メインおかずから、ごはん物、みそ汁まで鉄分を補うメニューを紹介します。



『わたしが「わたし」を助けに行こう』 橋本 翔太
・お金が貯められない、相手に思ったことが言えない、部屋が片付けられない…。「なぜうまくいかないのか」の理由を心の深いところまで探り、問題の本当の姿を見つけ、解決する方法を紹介する。

『「疲れない人」の習慣、ぜんぶ集めました。』 工藤 孝文
・「疲れない人」の習慣をマネして、疲れ知らずになろう! 食生活の秘訣から、深い眠りを得られるコツ、ストレス対処法、体の手入れの仕方まで、幅広い面から「疲れない人」の習慣117項目を紹介します。



『本を読んだことがない32歳がはじめて本を読む』 かまど

・生まれて一度も読書したことがない男が本を読むと…? 「走れメロス」などの名作を友人と楽しく会話しながら読む。「変な家」の著者・雨穴の短編「本棚」も収録。本が読めない理由も紹介する。『オモコロ』掲載を書籍化。



『わが子が家の外では話せないことに気づいたら読む本』

中之園 はるな

・家の中ではよく話すのに、外に出ると人と話せなくなる。わが子が「場面緘黙」かもしれない気がついたとき、親はどうしたらいい? 親にできる「場面緘黙改善メソッド」を、使用するシートや改善ケースとともに解説する。

『季節の兆しカレンダー』 石田 郷子

・新暦の日付に、二十四節気、七十二候を重ねた5日ごとの日めくりカレンダー。季節の繊細な移り変わり、その季節を象徴するもの、暮らしに取り入れたいこと、季節行事などを知ることができる。



『「悩まない人」の考え方』 木下 勝寿

・ムダに悩む時間が消えると、先延ばしグセが消え、成果は10倍、圧倒的な「自信」がつく! 「出来事」「仕事」「他者」に悩まない30の思考アルゴリズムを、具体例を挙げながら紹介する。切り取り式一覧表あり。

『葉っぱ切り絵いきものずかん』 リト@葉っぱ切り絵

・動物同士の交流が1枚の小さな葉っぱの上に繰り広げられる、リトさんの葉っぱ切り絵。陸・海・空のいきものたちそれぞれの特徴にフォーカスした、71作品&ストーリーを紹介します。作り方解説動画のQRコード付き。



『ふろしきがある暮らし』 滝野 朝美

・ふろしきのように柔軟に生きよう。世界的ファッションブランドPRADAでの店頭実演など多方面で活躍するふろしきクリエイターが、いくつかの使い方を紹介しながら、ふろしきとの出会いやふろしきから教わったことを語る。