

読んでみませんか？ NO.259 2026.7

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。



『月がきれいな夜に、誰かに思い出してほしかった』川代 紗生

・桃子が働いているのは、三軒茶屋の小さな喫茶店「雨宿り」。ここでは、毎週金曜夜10時、“元カレごはん埋葬委員会”が開かれる。失恋相手との思い出のごはんが作れなくなった人たちが、その恋を「埋葬」するために集まり…。

『野菜のいいぶん』白崎 裕子

・ニンジンの青臭さは熱湯をかけると消える、じゃがいもは塩を入れてゆでるとホクホクになる…。予約のとれない料理教室を主宰する料理研究家が、「こうすればよかったのか!」と驚く野菜の調理法を、レシピとともに紹介する。



『うちの子、発育が早いかな?と思ったら読む本』今西 洋介

・低学年での急激な背の伸び、体毛、胸の膨らみ、初経など、子どもの「早すぎる成長」に不安を感じる保護者に向け、思春期早発症の全体像と標準的な治療の知識を解説。実際に向き合った保護者のリアルボイスも収録。

『ちょこっと使いにちょうどいい紙バンドのかごとバッグと季節の雑貨』

丹野 安祐子

・花結び編みの小かご、チェック柄のスマホショルダーバッグ、ゆらゆら金魚の粹飾り…。紙バンドで作る、季節感のある小物や、暮らしの中で楽しく使えるちょこっと使いのかごを紹介。作り方の動画が見られるQR付き。

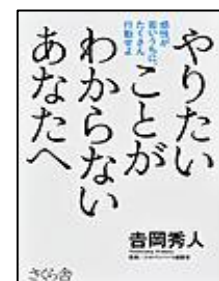


『女性のための四季の美腸活メソッド』工藤 あき

・1年を通して変化する腸を整えて、内側から年齢に左右されない土台をつくりましょう。腸とからだ・栄養・健康・美容の関係を解説し、栄養をエネルギーと“美”に変える、春夏秋冬の美腸活習慣を紹介します。

『やりたいことがわからないあなたへ』吉岡 秀人

・自分の心に従えば、幸せになれる! やりたいことがわからない若い人に向けて、30年間、貧しい国々で無償の医療を届けてきた医師が、本当にやりたいことを見つけるための言葉とヒントを綴る。



『三十路の逆立ち』 くどう れいん

・骨董屋で出会った金言、買い過ぎたコーヒー豆、実家に飾られる「絵に描いた餅」…。くどうれいんが「生活」に訪れる光景、瞬間、出会いの数々を綴った全23編のエッセイ集。『群像』連載に書き下ろしを加え書籍化。



『ズボラ人間、せいろ蒸し生活はじめました！』 ノグチ ノブコ

・もちもち食パンに感動、鬼まんじゅうでほっこりおやつ時間、熱々のせいろランチ…。いつもの食材がさらにおいしくなる! せいろがくれた彩り豊かな日々をフルカラーで描いたコミックエッセイ。レシピも30品以上掲載。

『絶対に見たことがあるアレの正体、聞いてみた』 井上 マサキ

・ファミレスで店員さんを呼ぶボタン、保育園児がたくさん運ばれているカート…。生活の身近にあるアレを開発した会社を訪れて、直接話を聞く。取材後記も掲載。『デイリーポータルZ』掲載に書下ろしを加え書籍化。



『知らない間に嫌われる言葉、話すたびに好かれる言葉』 つみきち

・そんなつもりで言ったわけじゃないのに…。人間関係の多くのすれ違いは、このひと言から始まる。「知らない間に嫌われる言葉」と「話すたびに好かれる言葉」を109個の具体例で紹介する。

『AIで毎日が整う!暮らしの時短アイデア』 宝島社

・料理・家事・ダイエットから、資料作りや副業、お金や心のモヤモヤまで、ChatGPTをはじめ話題のAIを“頼れる相棒”に変える具体的な使い方を、そのまま使えるプロンプト付きで紹介。



『推し!はお遍路』 上大岡 トメ

・日本全国の「ふくもの」=縁起のいいものを探し求める、ふくもの隊の3人が、お遍路旅を開始。一行は無事に発心できるのか? 「推し活」としての四国八十八ヶ所巡りをマンガで描く。『PHPくらしラク〜る』連載を加筆修正。