



新

着

図

書

おすすめの**本**

身近な食材とフライパンで作るワンパン薬膳ごはん

齋藤 菜々子 著

出版：家の光協会

【内容紹介】食材ごとの効能を生かした主菜レシピ、不調を改善に導くお助けレシピ、季節ごとの体の状態に合わせて旬を盛り込んだ副菜レシピ。それぞれのテーマに合った、フライパン1つで手軽に作れる薬膳ごはんを紹介します。

星の台所

落合 由佳 著

出版：講談社

【内容紹介】不登校を続ける小学5年生の星。心配した母親が、料理上手な家庭教師の天を連れてきた。天の作る料理の影響で、星も料理に興味を持ち始め…。「食」を通してさまざまなテーマを描く。『朝日小学生新聞』連載を加筆修正。

老後は「いいかげん」がちょうどいい

保坂 隆 著

出版：リベラル社 星雲社(発売)

【内容紹介】寝ない！ 食べない！ 群れない！ シニアになったら「いいかげん」にして大丈夫。暮らし方から、お金のやりくり、人付き合いのコツ、心と体を活性化する方法まで、老後の人生を自分らしく快適に過ごす方法を紹介する。

#赤ちゃん相談室 2 世界一かわいいクレーマーたち

今西 洋介 監修, おおの たろう イラスト, もーちゃん 原案

出版：宝島社

【内容紹介】Q「枕がうごきます」、A「それは母の頭です」…。赤ちゃんは「最高位のお客さま」、お世話に励む保護者は「カスタマーサポートスタッフ」という設定で、日々の出来事をQ&Aで表現する。X掲載をもとに書籍化。

尾崎世界観のおなやみ天国

尾崎 世界観著 出版：PHP 研究所

【内容紹介】ロックバンド「クリープハイプ」の尾崎世界観が人々の「なやみ」に答える“おなやみ篇”と、今会いたい人に会い「なやみ」について話し合った“対談篇”を収録。『PHP』など掲載に書下ろしを加え、加筆修正。

みつけてちょーだい

押本 達希作・絵 出版：PHP 研究所

【内容紹介】くるくるきゅうり、によきによきとうもろこし、もじゃもじゃたまねぎ…。かたちがへんなの、みつけてちょーだい！ かたちが違ってそれぞれに個性があることや、食べ物を大切にする気持ちを子どもたちに伝える絵本。

選択的夫婦別姓はなぜ日本を変えるのか

中村 敏子著 出版：集英社

【内容紹介】明治期に始まる「家制度」により夫婦は同じ姓を名乗ることとされ、今でも多くの女性が結婚により改姓を迫られている。この現状をどう変えていけばよいのか？ 政治思想的アプローチをもとに、アクチュアルな問題に迫る。

「がんばれない」心で何が起きているか

外山 美樹著 出版：筑摩書房

【内容紹介】「もうがんばれない」は心の正常な反応。「あきらめられない」は思考の仕組みがそうさせる…。心理学の視点から、やる気が消える脳とエネルギーの仕組み、努力と自尊心の罫、やめる勇気と戦略などについて解説する。

子どものトラウマに気づくとき

家庭・施設・学校でできる<こころのケア>

メリッサ・G.ミンツ著, 野坂 祐子訳 出版：金剛出版

【内容紹介】逆境を経験した子どもに、おとなができることは。トラウマを引き起こす要因や子どもに起こる行動面の変化、トラウマ反応への関わり方など実践的な知識とスキル、再燃予防などについて解説する。

KINDNESS 思いやりと優しさで世界を変える

ジャシング・アーダーン著, 神崎 朗子訳 出版：河出書房新社

【内容紹介】37歳での首相就任、在任中の出産、多様性を重視した組閣、モスク銃乱射事件。卓抜したリーダーシップを発揮したその陰には、たくさんの涙と葛藤があった…。元ニュージーランド首相、ジャシング・アーダーンの回顧録。

はじめての子ども手芸

基礎からわかる!ハンドメイドでとにかくかわいい!

日本文芸社編出版:日本文芸社

【内容紹介】ソーイング、かぎ針編み、レジン、アクセサリ…。小学校中学年以上の子どもがひとりでもチャレンジしやすい作品を紹介。道具・材料から作り方、きれいに作るコツまで、写真でくわしく解説する。

平塚らいてうと自然・生命・平和

奥村 直史著 出版:玉川大学出版部

【内容紹介】女性の権利、子どもの幸せ、世界の平和のために力をつくした、明治時代生まれの社会運動家・平塚らいてうが、自身の人生を物語る「一人称の伝記」。写真・イラストも掲載。略年表・索引付き。

この家に生まれたことが失敗だった?

群 ようこ著 出版:KADOKAWA

【内容紹介】子どものときにいちばんの失敗だと思ったのは、両親の下に生まれたことだった。やらかし、恥をかき、とばっちりを受け、人生まだまだのつもりが、いつのまにか古稀も過ぎて…!? クスッと笑えて元気が出るエッセイ。

オスカルのごちそう

ラーシュエリク・エリクスソン作, 高橋 麻里子訳

出版:こぐま社

【内容紹介】オスカルは食べるのが苦手。みんなが大好きなものでも、いや、いや、いや! そんなオスカルが食べられるようになったものとは…? ありのままにのびのび育つオスカルのお話。

ワニのクロッカスむしばになる

ロジャー・デュボアザンさく, こみや ゆうやく 出版:好学社

【内容紹介】スイートピーさんの農場で暮らすワニのクロッカスは他の動物たちとも仲良し。ある日、自慢の歯が虫歯になり、全部抜かれてしまいました。その日からクロッカスは元気がなくなり、他の動物たちにも忘れられて…。

(TRCMARC より抜粋)



10月新刊 52冊

ご予約できます