

# 10月 新着おすすめ本

今月のテーマ  
**ANIMALS!**



(絶景 100 シリーズ)  
『WILD ANIMALS  
世界の動物&絶景 100』  
朝日新聞出版 編  
(朝日新聞出版)

290.93  
SE

一生に一度見てみたい!世界を旅するオーシャンズ&珍!?生物。野生の躍動、地球の鼓動。野生動物×奇跡の絶景。  
(「BOOK」データベースより)



『笑顔のどうぶつ園  
心がほぐれるリラックス写真集』  
松原卓二 著  
(メディアファクトリー)

480  
MA

パンダ・アルパカ・カピバラ・コアラなど可愛い人気者から、いつも怖そうなワニ・トラも笑ってる!?動物園・水族館・裏の森…笑顔は日本のそこらじゅうにあふれています。心がほぐれるリラックス写真集。  
(「BOOK」データベースより)

『世界 動物の旅 (地球新発見の旅)』  
K&B パブリッシャーズ編集部 編  
(K&B パブリッシャーズ)



290.93  
SE

子供のころ「動物図鑑」に夢中だった。世界の動物にいつか会いたいと思った。もう実現しなければ!すぐにでも!地球は大きい!動物は数知れない!さあ、好きな動物に会いに出かけよう!どこへ、いつ、どうやって行けばいい?すべてはこの旅行本が解決してくれる!  
(「BOOK」データベースより)



480  
MA

『動物オメガ図鑑  
カワイイのはクチでした』  
松原卓二 著 (マガジンハウス)



480  
MA

『動物アルファ図鑑  
見ているだけでリラックス』  
松原卓二 著 (マガジンハウス)

こんなかわいい写真集もおすすめ♥

## 『典座和尚の精進料理』

—家庭で楽しむ 110 レシピ』

高梨 尚之 著 (大泉書店)



596.211  
TA

野菜や海藻、穀類などの自然の恵みを十分に味わえる精進料理のレシピ約110点を収録。どれもふだんの食卓で気軽に楽しめるものばかりです。レシピのほかにも精進料理の基本の技や献立の立て方、道元禅師の『典座教訓』、精進料理の歴史など解説も充実。約800年前より受け継がれてきた精進料理の智慧とところがよくわかる1冊です。

(「Amazon.co.jp」より)

## 『はじめての精進料理：基礎から学ぶ野菜の料理』

高梨 尚之 著 (東京書籍)



596.211  
TA

煮もの、あえもの、炒めもの、ご飯もの、汁もの、漬けもの、揚げもの、蒸しもの、寄せものなどの精進料理を、明快にプロセスを追った写真とともに、懇切丁寧に解説。野菜の美味しさに気づく料理を、基礎から学ぶ。(「BOOK」データベースより)



### 著者紹介

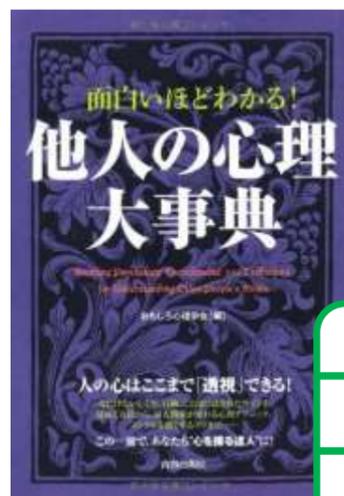
典座和尚こと高梨尚之(たかなし・しょうし)氏は、大本山永平寺にて禅の修業を積み、精進料理の技と心を学ぶ。2001年より2005年まで、大本山永平寺東京別院にて副典座、および典座(料理長)を務める。現在は三心亭無苦庵にて精進料理研究のかたわら、講演・執筆・料理教室などを行う。

(「Amazon.co.jp」より)

## 『面白いほどわかる！』

### 他人の心理大事典』

おもしろ心理学会 編 (青春出版社)



140.4  
OM

## 『卒アル写真で将来はわかる』

### 予知の心理学』

マシュー ハーテンスティン 著  
(文藝春秋)



141.9  
HE

(PHP文庫)

## 『怖いくらい「本当の自分」がわかる』

### 心理テスト』

渋谷 昌三 著 (PHP 研究所)



141.9  
HE