

『成功する子は食べ物が9割』

主婦の友社 編 (主婦の友社)



冷蔵庫の中身がカラダの中身。昨日、何食べた? 今日、何食べさせる? 食べたものが子どものカラダをつくります。20年後に後悔しない栄養の話。

(「BOOK」データベースより)

493. 983

SE

『女性ホルモンを整える キレイごはん』

松村圭子 著 (青春出版社)



1か月を4期に分けて、各時期にぴったりの食材&レシピを紹介!月のリズム(月経周期)にあわせてちゃんと食べると“美人&健康”になる。イラスト&マンガでレシピがひと目でわかる。(「BOOK」データベースより)

495

MA

食欲の秋?

11月新着おすすめ本

読書の秋?

『トルコ料理大全』

メフメット ディキメン 著 (誠文堂新光社)



本書は、トルコで広く食べられている家庭料理や定番料理から宮廷料理に至るまで、日本で再現可能な100の料理をレシピとともに紹介。その背景となる歴史や食文化、食材についても紹介する、本格的な料理書です。

(amazonより抜粋)

596. 22

DI

世界の料理を
作ってみよう!!



『イタリア郷土料理 調理技術教本』

今井寿 著 (旭屋出版)



メディアやプロ向けの講習会などで活躍中の今井寿シェフの著書。イタリア各地の伝統料理の作り方やレシピ、イタリア料理の調理技術を基礎の基礎から学べる一冊。(amazonより)

596. 237

IM

『経済学者、待機児童ゼロに挑む』

鈴木 亘 著 (新潮社)

経済学者、
待機児童
ゼロ
に挑む

鈴木
亘

原因は保育士不足？
都市部への人口集中？
保育歴16年、東京で
対策の陣頭に立つ異端
の学者が、待機児童
ゼロを阻む「真犯人」
を炙り出す改革戦記。
(紀伊国屋書店より抜粋)

369.42

SU

『ワンオペ育児』

わかってほしい休めない日常』

藤田 結子 著 (毎日新聞出版)



気鋭の社会学者が、朝から晩まで働きづめの母親たちの実情に迫る。
経済プレミア連載「育児サバイバル」が大反響、
待望の書籍化!
(「BOOK」データベースより)

367.21

HU

『火のないところに煙は』

芦沢 央 著 (新潮社)



解けない謎、救えなかった友人、
そこから逃げ出した自分。
「私」は、事件を小説として
発表することで情報を集めよう
とするがー。予測不可能な展開
とどんでん返しの波状攻撃に
あなたも必ず騙される。
一気読み不可避、寝不足必至!!
読み始めたら引き返せない、
戦慄の暗黒ミステリ!
(「BOOK」データベースより抜粋)

913.6

AS

福井のランキングは？

『統計から読み解く 47都道府県ランキング』

久保 哲朗 著 (日東書院本社)



シンプルなデータの数々からこの国の多様性と特質が浮かび上がる。
種々の問題点、生活感が伴って見えてくる。
社会科のレポート素材としてもお薦めの一冊です。
(amazonより抜粋)

361.91

KU

