

PHP 読樹

秋冬

小さな芽がやがて大樹に育つように、本を読むことで知識やこころをひろげ、子どもをつつと育てあげてほしいという思いで名付けました。

1ページ 人気!話題!の本
2ページ 健康、レシピ
3ページ 趣味、子育て
4ページ 実用、知育玩具

チラシ No. 936

※このチラシは、組合員以外で利用できません。
※表紙のカラー・帯などは都合により変更することがございます。

このチラシの書籍は
定価の **10%OFF**

“聴く”本が登場!

PickUp!

朗読音声CD2枚付

どんなときでも
あなたらしさの
花は咲く



渡辺和子さんの
聴いて読む朗読CDブック

著者紹介 渡辺和子さん
1927年2月、教育総監・渡辺錠太郎の次女として旭川市に生まれる。51年、聖心女子大学を経て、54年、ノートルダム修道会に入り、アメリカに派遣されてボストン・カレッジ大学に学ぶ。ノートルダム清心女子大学(岡山)教授を経て、同大学学長、ノートルダム清心の学園理事長を務める。2016年、春の叙勲で旭日中綬章を受章。2016年12月30日逝去。

QRから
サンプル音声を
ご試聴いただけます。



本書の内容
●DISC1 たった一度の人生をいかに生きるか
愛されるよりも愛することを
人は不完全なもの
有言実行の努力をしよう
●DISC2
自分を愛するということ
人を許せば自分も救われる
言葉の心づかい/自分を美しく鍛える ほか

1 申込番号 001
(CD2枚付)どんなときでも
あなたらしさの花は咲く

■定価税込:1,650円 ■サイズ:21×14.8cm 111ページ
(CD収録時間:DISC1-68分13秒、DISC2-69分48秒)
■著:渡辺和子 ■初版:2023年4月 ■対象:一般

本体 1,350円
(税込1,485円)

あの名曲が
誰でも簡単に弾ける!



2 申込番号 002
一度は弾いてみたい!
いちばんやさしい「大人のピアノ」

■定価税込:2,530円 ■サイズ:30.3×22.6cm
175ページ ■初版:2019年1月 ■対象:一般

本体 2,070円
(税込2,277円)

“いちばんやさしい”から楽しく続けられる!

教室に通わなくても大好きな曲が弾ける!



3 申込番号 003
おうちでレッスン!
いちばんやさしい「子どものピアノ」

■定価税込:1,540円 ■サイズ:30.3×22.6cm
95ページ ■著:稲垣千幸 ■初版:2022年3月
■対象:小学生(保護者が読む場合は5歳前後から)

本体 1,260円
(税込1,386円)

品よく、賢く、おもしろく

PHPの新書

デジタル世代を幸せにする教育論



4 申込番号 004
老いの品格

■定価税込:1,023円 ■サイズ:17.2×10.5cm 213ページ
■著:和田秀樹 ■初版:2022年6月 ■対象:一般

本書の内容
●老いることにジタバタ
しない人には品格がある
●常識に縛られない、
おもしろい老人になろう
●お金や肩書への
執着を捨てる ほか
著者 和田秀樹さんより
私は老年精神科医として、これまで6,000人以上の高齢者を診てきました。そのうえで、私が「こうなりたい」と思う高齢者の姿とはどんなものかをお伝えすることが、みなさんにとって「幸せに歳をとるためのヒント」になるのではと思っています。



5 申込番号 005
子どもが心配

■定価税込:990円 ■サイズ:17.2×10.5cm 214ページ
■著:養老孟司 ■初版:2022年3月 ■対象:一般

本書の内容
●「ケーキが切れない
子ども」を愛する
教育とは
●子どもの脳について
わかったこと
●自分の頭で
考える人を育てる ほか
著者 養老孟司さんより
本書が真剣に日本の未来、子どもの未来を
考える人たちの参考になれば幸いです。

先延ばしにするほど費用と手間が増える!



6 申込番号 006
後悔したくない
上手な「実家じまい」

■定価税込:1,430円 ■サイズ:21×14.8cm 143ページ
■著:前田直樹 ■初版:2023年5月 ■対象:一般

本体 1,170円
(税込1,287円)

これで改善!



7 申込番号 007
これで改善!
女性の「変形性ひざ関節症」

■定価税込:1,320円 ■サイズ:21×14.8cm 127ページ
■著:黒澤尚 ■初版:2018年3月 ■対象:一般

本書で紹介する「黒澤式筋肉体操」は、痛みがとれるだけでなく、ひざを強くして再発も予防します。

人気の健康本



8 申込番号 008
腰も背中も一生まがらない!
足指つかみ

■定価税込:1,430円 ■サイズ:21×14.8cm 127ページ
■著:湯浅慶朗 ■初版:2021年6月 ■対象:一般

60代以上でも半年~1年で 背中がまっすぐに!



本書の内容
●体のゆがみの原因は
足指にある
●すぐにはじめる
「足指つかみ」
●足指を健康に保つ
生活習慣 ほか

もうやめられない!楽しい脳トレ第2弾



9 申込番号 009
死めまでボケない脳になる!
1日1分「脳トレ」366

■定価税込:1,210円 ■サイズ:25.8×18.2cm 127ページ
■監修:木口健二 ■初版:2019年2月 ■対象:一般

監修者 木口健二さんより
私は、活動ごとに脳がどのような働きをするかというのを日々研究していますが、楽しみながら問題を解くということ、ドーパミン神経系が活性化され、物覚えがよくなったりやる気が出たりするのです。ぜひ、楽しみながらチャレンジしてください!

健康寿命を上げる!



10 申込番号 010
もの忘れがなくなる「脳トレ」366

■定価税込:1,210円 ■サイズ:25.7×18.2cm 127ページ
■監修:木口健二 ■初版:2023年3月 ■対象:一般

問題内容
お金・歴史・計算・漢字/
マッチ棒・サイコロ/
思い出し ほか

ただ食事を工夫するだけで認知症は防げる!



11 申込番号 011
「空腹」は認知症のクスリ

■定価税込:1,320円 ■サイズ:21×14.8cm 111ページ
■著:石原健二 ■初版:2022年11月 ■対象:一般

空腹にすると認知症を防げる!その医学的根拠を解説するとともに、効果的な食事や体操なども伝授!

※個人情報の扱い ご注文は所属協会の申込書に必要事項をご記入ください。ご注文いただいた組合員の皆様の個人情報は、以下の目的のために利用いたします。それ以外の目的では利用いたしません。
①ご注文いただいた商品の発送(商品発送のために出荷元に個人情報を委託します) ②商品代金の請求 ③ご注文の確認作業 ④商品の感想をお聞きする場合の連絡先

2023-チラシNo.936

ちょっと困ったからだのお悩みにピッタリな本集めました！

不調の原因は「筋膜のねじれ」にあった！



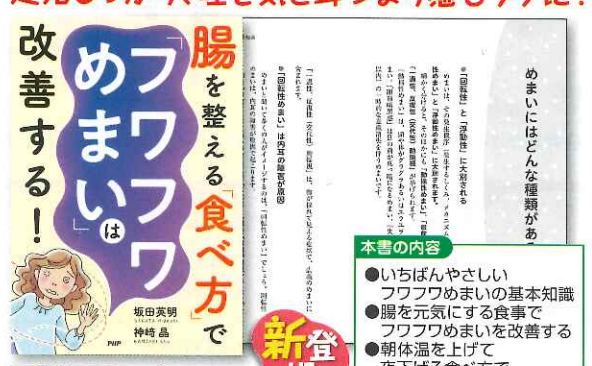
12 申込番号 **012**
 本書の内容
 ●ねじれで体は痛くなる
 ●痛みの場所別
 ●ねじれの正しいほぐし方
 ●「ねじれほぐしストレッチ」の効果を最大限に引き出すために
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 135ページ
 ■著：安部元隆 ■初版：2022年8月 ■対象：一般
 ねじれやすい膝、腰、肩だけでなく、頭、首、手、脚、足首など、全身の部位に対応したねじれほぐし！
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)

「気」と「血」を増やしてラクな体を手に入れる！



13 申込番号 **013**
 本書の内容
 ●東洋医学って、どんなもの？
 ●「気」って、どんなもの？
 ●「血」って、どんなもの？
 ●気血が「腎」を守る
 ●更年期症状の緩和に ほか
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 151ページ
 ■著：瀬戸佳子 ■初版：2022年6月 ■対象：一般
 1週間からからだが変わる
 いちばんやさしい気血養生
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 151ページ
 ■著：瀬戸佳子 ■初版：2022年6月 ■対象：一般
 不調が改善！まずは1週間、できることから始めてみましょう。
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)

足元しっかり、吐き気と耳つまり感もラクに！



14 申込番号 **014**
 本書の内容
 ●いちばんやさしいフワフワめまいの基礎知識
 ●腸を元気にする食事
 ●腸を元気にする食事
 ●腸を元気にする食事
 ●腸を元気にする食事
 定価税別：1,430円 ■サイズ：18.8×12.8cm 158ページ
 ■著：坂田英明、神崎 晶 ■初版：2022年12月
 ■対象：一般
 腸を整える「食べ方」で「フワフワめまい」は改善する！
 フワフワする慢性的なめまいの原因となる自律神経の乱れを解消する食事習慣や生活習慣などを紹介。
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)

亜鉛チャージで健康寿命を延ばす！



15 申込番号 **015**
 本書の内容
 ●味覚障害
 ●毛が抜ける
 ●貧血
 ●口内炎ができる
 ●風邪をひきやすい
 ●骨粗しょう症である ほか
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 126ページ
 ■著：栗原 毅 ■初版：2022年12月 ■対象：一般
 弱った体がよみがえる！
 「亜鉛」健康法
 肌荒れ、抜け毛、味がおかしいのは亜鉛不足が原因かも。効果的な摂り方や亜鉛レシピを紹介。
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)



16 申込番号 **016**
 本書の内容
 ●なぜ全身が「つる」のか
 ●つらい症状を和らげる「筋肉伸ばし」
 ●「筋肉伸ばし」
 ●「筋肉伸ばし」
 ●「筋肉伸ばし」
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 111ページ(カラー30ページ)
 ■著：出沢 明 ■初版：2023年5月 ■対象：一般
 こむら返り・体がよく「つる」人のための30秒筋肉ほぐし
 「あの激痛」がその場で和らぐ方法と、急な激痛を再発させないための筋肉ほぐしを紹介。
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)



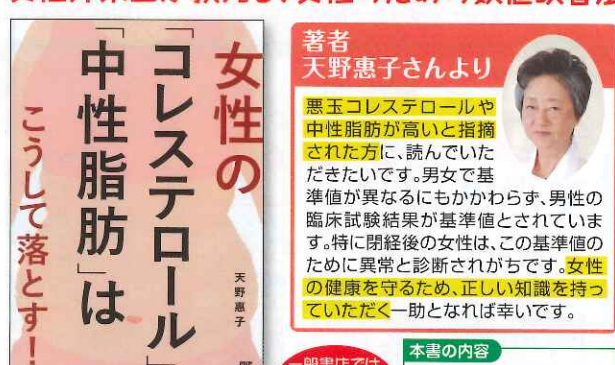
17 申込番号 **017**
 本書の内容
 ●本格的に痛みが出る前の兆候？
 ●変形性股関節症になる原因
 ●現在主流の治療法と、その問題点 ほか
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 111ページ
 ■著：酒井 健太郎 ■初版：2021年6月 ■対象：一般
 痛い変形性股関節症がラクになる！
 「関節液」よみがえり体操
 股関節をケアして関節液をよみがえらせ、変形性股関節症による痛みをやわらげる体操を紹介。
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)

60代で体脂肪率10%台の名医が毎日実践！



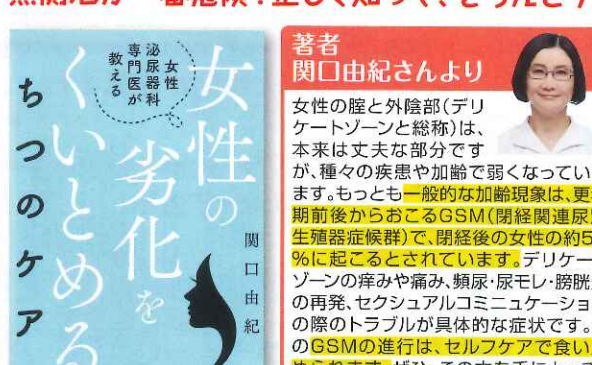
18 申込番号 **018**
 本書の内容
 ●「肥満」と「脂肪」を知りましょう
 ●本当に怖い「代謝」
 ●実は大事な「代謝」
 ●最強メソッド
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 126ページ(カラー13ページ)
 ■著：池谷 敏郎 ■初版：2022年10月 ■対象：一般
 「内臓脂肪」も「皮下脂肪」もみるみる落ちる！
 1日3分「ダブル脂肪」はがし
 しっかり食べても大丈夫！健康と若さがダブルで手に入るエクササイズや食事、生活習慣を紹介。
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)

女性外来医が教える、女性のための数値改善法



19 申込番号 **019**
 本書の内容
 ●女性特有の体内の変化と医療の現実
 ●正常値をめざすための基礎知識
 ●異常値が女性にもたらす病気と治療法 ほか
 定価税別：1,320円 ■サイズ：21×14.9cm 159ページ
 ■著：天野 恵子 ■初版：2017年3月 ■対象：一般
 女性の「コレステロール」「中性脂肪」はこうして落とす！
 コレステロール・中性脂肪には女性ホルモンが関わっている！女性のための知識と管理方法を公開。
 本体 **1,080円**
 (税込**1,188円**)

無関心が一番危険！正しく知って、きちんとケア



20 申込番号 **020**
 本書の内容
 ●女性特有の体内の変化と医療の現実
 ●正常値をめざすための基礎知識
 ●異常値が女性にもたらす病気と治療法 ほか
 定価税別：1,430円 ■サイズ：21×14.8cm 126ページ
 ■著：関口 由紀 ■初版：2020年8月 ■対象：一般
 女性の劣化をくいとめる
 ちつのケア
 便秘、頻尿、冷え症、むくみ、髪のパサつき、肌のくすみなど、年齢のせいにしていた悩みが解消！
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)

1日のタンパク質量が40gの人でも大満足！



21 申込番号 **021**
 本書の内容
 ●レシピつくね
 ●豚こま酢豚
 ●ぶりの角煮
 ●あんかけ豆腐
 ●こんにゃく土佐煮
 ●エリンギのバター蒸し ほか
 定価税別：1,540円 ■サイズ：25.7×18.2cm 95ページ(カラー40ページ)
 ■監修：上野 正博 ■料理：麻生れいみ
 ■初版：2022年9月 ■対象：一般
 東北大式！毎日おいしい「腎機能改善」レシピおかず
 「普通のご飯でタンパク質調整」でもさびしくない！「しかもレシピ」という願いを全部つめ込んだ決定版！
 本体 **1,260円**
 (税込**1,386円**)

うまみも栄養も逃がさない！



22 申込番号 **022**
 本書の内容
 ●チーズタッカルビ風
 ●えびとかぶのマスタードマリネ
 ●パナナのホイル焼き ほか
 定価税別：1,430円 ■サイズ：25.7×18.2cm 95ページ(カラー48ページ)
 ■監修：女子栄養大学栄養クリニック
 ■料理：今泉 久美 ■初版：2020年7月 ■対象：一般
 女子栄養大学栄養クリニックの包んで焼くだけ絶品1人分おかず
 メニューが偏りがち、食事の量が減ったと思う人に、栄養バランスを考えた包み焼きレシピが満載。
 本体 **1,170円**
 (税込**1,287円**)

キャベツ、じゃがいも、白菜、大根を使い切る！



23 申込番号 **023**
 本書の内容
 ●さつまいもとにんじんのサラダ
 ●ダブルれんこんのお好み焼き風
 ●かぼちゃと帆立のガーリックソテー
 ●白菜ロールのチーズグリル
 ●ほうれん草とかにかまの白和え ほか
 定価税別：1,870円 ■サイズ：14.8×21cm 239ページ(カラー116ページ)
 ■著：林 幸子 ■初版：2023年2月 ■対象：一般
 一生使える！野菜まるごと使い切り大全
 野菜料理がマンネリにならないヒント満載！季節の野菜32種類、120レシピを紹介！
 本体 **1,530円**
 (税込**1,683円**)

服や小物のワンポイントに!

6つのステッチでワンポイントからお直しまで
いちばんやさしい
「刺しゅう」リメイク

本書の内容
●かんたん＆かわいい図案
●刺しゅうの基本
●リメイクの仕方とポイント

24冊 024
いちばんやさしい「刺しゅう」リメイク
■定価税込:1,650円 ■サイズ:25.7×18.2cm 79ページ(カラー32ページ)
■著:阪本あやこ ■初版:2023年2月 ■対象:一般
かんたんな6つのステッチを使ったかわいい図案を多数紹介。服のほつれや汚れ、穴のお直し方法まで解説。

本体 1,350円 (税込1,485円)

オリジナル感がアップ

本書の内容
●かんたん＆かわいい図案
●刺しゅうの基本
●リメイクの仕方とポイント

25冊 025
自分で直せば断然お得! 身のまわりの修理の教科書
■定価税込:1,430円 ■サイズ:25.7×18.2cm 119ページ
■監修:西沢正和 ■初版:2018年6月 ■対象:一般
住まいの内装から外壁、家具や自転車まで、身のまわりのものを自分で安く修理する方法を紹介。

本体 1,170円 (税込1,287円)

折り紙でこんなにリアルな花が作れるなんて!

本物のようないちばんやさしい花の折り紙

26冊 026
本物のようないちばんやさしい花の折り紙
■定価税込:1,430円 ■サイズ:25.7×18.2cm 95ページ(カラー29ページ)
■監修:小林一夫 ■初版:2020年3月 ■対象:一般
簡単に折れる花からくす玉、ポット、部屋飾りまで、季節や行事ごとに作りたいアレンジ満載。

本体 1,170円 (税込1,287円)

お気に入りの服を長く着るための一番やさしいつくり直しのお直し教科書

27冊 027
一番やさしいつくり直しのお直し教科書
■定価税込:1,540円 ■サイズ:23.5×18.3cm 159ページ
■著:鶴岡睦子 ■初版:2015年9月 ■対象:一般
お直しの専門家が、つくり直しやお直しの方法をやさしく解説。おさいほうの入門書としてもおすすめ。

本体 1,260円 (税込1,386円)

赤ちゃんからの子どもの脳はあそびで育つ!

0-3歳 楽しい育脳あそび

28冊 028
[0~3歳]赤ちゃんからの楽しい「育脳」あそび
■定価税込:1,430円 ■サイズ:21.5×19cm 143ページ
■監修:柳澤弘樹 ■初版:2017年5月 ■対象:0~3歳の子どもの保護者
記憶力・集中力・判断力・論理力など、3歳までに身につけたい「脳力」を育てる親子あそびを掲載。

本体 1,170円 (税込1,287円)

子育て・知育

5つの力が身につく! 10歳までの「育脳」折り紙あそび

29冊 029
5つの力が身につく! 10歳までの「育脳」折り紙あそび
■定価税込:1,540円 ■サイズ:25.7×18.2cm 79ページ(カラー32ページ)
■著:杉之原真 ■監修:鳥居深雪 ■初版:2021年1月 ■対象:10歳までの子どもと保護者
勉強ではなく「あそび」の中で知らず知らずのうちに思考力が身につく、不思議な折り紙の本です。

本体 1,260円 (税込1,386円)

脳の成長をうながす「切り紙あそび」の決定版!

「育脳」切り紙あそび大全 171

30冊 030
「育脳」切り紙あそび大全171
■定価税込:1,650円 ■サイズ:14.8×21cm 223ページ(カラー32ページ)
■監修:加藤俊徳、小林一夫 ■初版:2022年2月 ■対象:園児~小学生と保護者
折って写して切って開くと驚きの形に! 集中力・思考力・創造力が身につく171種の図案を紹介。

本体 1,350円 (税込1,485円)

一緒に遊べば子どもの「ことば」があふれ出る!

ことばが引き出す親子あそび

31冊 031
「ことばが引き出す親子あそび」
■定価税込:1,430円 ■サイズ:21×14.8cm 127ページ
■著:西村千鶴、西村 猛 ■初版:2022年10月 ■対象:0~6歳の子どもの保護者
0~6歳前後の子どもの「ことば」を引き出し、育むために家庭でできるあそびを100紹介。

本体 1,170円 (税込1,287円)

学力や自尊心の土台が自己肯定感

脳科学者が教える子どもの自己肯定感

32冊 032
脳科学者が教える子どもの自己肯定感
■定価税込:1,320円 ■サイズ:18.8×12.8cm 199ページ
■著:西村 猛 ■初版:2020年4月 ■対象:乳幼児~10歳の子どもの保護者
悪いところも含めたすべてを肯定するのが自己肯定感。脳の発達に合わせた自己肯定感を育てましょう。

本体 1,080円 (税込1,188円)

東大卒の著者が教える「英語のアタマを作る」学び方

13歳からの英語で自分の意見を伝える本

33冊 033
13歳からの英語で自分の意見を伝える本
■定価税込:1,540円 ■サイズ:17.4×13.1cm 212ページ
■著:小野田博一 ■初版:2019年3月 ■対象:13歳から中学生から「英語が全然ダメな大人」まで。無意識に自然な英語が話せるようになる、すごいレベルアップ術を教えます。

本体 1,260円 (税込1,386円)

カンタンで子どもが盛り上がる手品がいっぱい!

みんなをびっくりさせよう!

34冊 034
おうちにあるもので孫の心をわしづかみびっくり! ドッキリ! 魔法の手品
■定価税込:1,430円 ■サイズ:25.7×18.2cm 86ページ(カラー32ページ)
■著:ゆうき とも ■初版:2022年9月 ■対象:お孫さんのいる方
道具を使わない手品からハンカチやコインなど身近なものを使った手品まで、プロマジシャンが厳選。

本体 1,170円 (税込1,287円)

35冊 035
みんなビックリ! すごウケ! おりがみマジック
■定価税込:1,430円 ■サイズ:25.7×18.2cm 95ページ(カラー32ページ)
■著:いまい みさ ■初版:2022年1月 ■対象:園児~小学生と保護者 (ひとりで作るなら小学3年生から)
折り紙の花びらからコインがすりぬける? キツネが瞬で舟に? など手品のように面白い折り紙遊び。

本体 1,170円 (税込1,287円)

現在の脳の状態を把握しよう!

これから、のことが不安に感じた時に読む本

優先すべきは「他人より自分」

75歳からの運転免許認知機能検査
5日間合格特訓ドリル
この1冊で準備は万全!
実際に出版される4パターンのイラストで模擬練習

本書の内容
●「認知機能検査」を知りましょう
●「臨時認知機能検査」が課せられる18の違反
●75歳以上のドライバーの運転免許更新スケジュール ほか

36 申込番号 036
運転免許「認知機能検査」5日間合格特訓ドリル

■定価税込:1,100円 ■サイズ:29.7×21cm 95ページ
■監修:広川慶裕 ■初版:2023年4月 ■対象:一般
75歳以上の運転免許更新時に必要な認知機能検査。実際の出題の模擬練習で本番も安心!新検査対応。

新登場

※本書に掲載している情報は2023年3月時点のものです。
一般書店では販売していません
本体 **900円**
(税込**990円**)

失敗しない!挫折しない!やさしい終活入門

4週間で!無理なくできる!これだけ終活
最初で最後の「これだけ終活」
かんばらなくていいんです!

本書の内容
●まずはチェックリストで確認しよう
●筆が止まったところが課題です
●損や後悔をしないためには専門家のサポートを ほか

37 申込番号 037

4週間で無理なくできる!最初で最後の「これだけ終活」

■定価税込:1,430円 ■サイズ:21×14.8cm 134ページ
■著:市川愛 ■初版:2023年6月 ■対象:一般
なんだか面倒……これまではなかなか気が進まなかった「終活」も、この1冊ならラクラクできます!

新登場

一般書店では販売していません
本体 **1,170円**
(税込**1,287円**)

老後の非まじめのすすめ
大塚宣夫

38 申込番号 038

医者が教える非まじめ老後のすすめ

■定価税込:1,320円 ■サイズ:17.6×11.6cm 207ページ
■著:大塚宣夫 ■初版:2019年1月 ■対象:一般
高齢者医療の第一人者が教える、老後を豊かに過ごすために知っておきたい「非まじめに生きる」30のヒント。

本書の内容
●歳をとったら、したくないことはやらなくていい
●健康を気にしないほうが長生きできる
●家族もお金も割り切りでうまくいく ほか

阿川佐和子さん、推薦!
本書は、超高齢化社会を迎える日本人のバイブルです!
本体 **1,080円**
(税込**1,188円**)

文章を添えるだけで好感度アップ!

3行文章
感じのいい人がやっている
気持ちが伝わる
絶妙3行文章

本書の内容
●文章は「短く」が鉄則
●語尾をやさしく疑問文に
●NG言葉で自分を下げない
●プラスの言葉でうまくいく
●手書き文字は美しく「読みやすさ」 ほか

39 申込番号 039

感じのいい人がやっている 気持ちが伝わる絶妙3行文章

■定価税込:1,320円 ■サイズ:18.8×12.8cm 167ページ
■著:むらみかすこ ■初版:2019年12月 ■対象:一般
感謝、お悔み、お願ひ、謝罪……さまざまな気持ちをたった3行で伝える文章の書き方、教えます。

新登場

一般書店では販売していません
本体 **1,080円**
(税込**1,188円**)

あの人が好かれる秘密は会話力だった!

育ちのいい人が使っている 一瞬で人に好かれる「たったひと言」の魔法

本書の内容
●尊敬する相手と親しくなりたいとき
●沈黙が続いたとき
●何かを断りたいとき
●ほめられたときに返す言葉 ほか

40 申込番号 040

「育ちのいい人」が使っている一瞬で人に好かれる「たったひと言」の魔法

■定価税込:1,320円 ■サイズ:18.8×12.8cm 159ページ
■著:井堀利英 ■初版:2022年6月 ■対象:一般
育ちのいい人がいつも使っている、気持ちが明るくなる言い回しや心づかいをシーンごとに紹介。

新登場

一般書店では販売していません
本体 **1,080円**
(税込**1,188円**)

「どこに出ても恥ずかしくない大人」になれる!

育ちのいい人は知っている 13歳からの日本人の「作法」と「しきたり」

本書の内容
●生活の作法 正しいおしごとあいさつ ドアの開け方・閉め方
●食事の作法 つつしむべき善い食べる順番
●思いやりの作法 玄関での作法/上座と下座/手土産のマナー
●慶事と弔事の作法 水引のし/大切な人を送るおくり物/お見舞い
●日本のしきたり 人生の節目のお祝いごと 参拝のしかた ほか

41 申込番号 041

育ちのいい人は知っている 13歳からの日本人の「作法」と「しきたり」

■定価税込:1,430円 ■サイズ:21×14.8cm 158ページ
■監修:岩下宣子 ■編著:「日本人の作法としきたり」研究会
■初版:2022年10月 ■対象:13歳から
いざという時、品のよさがにじみ出るくさくさを身につけよう。大人の学び直しにも最適。

一般書店では販売していません
本体 **1,170円**
(税込**1,287円**)

京都で人気のテキスタイルブランド・100柄の便せん集

SOU・SOU 100枚綴りの便せん

42 申込番号 042

SOU・SOU 100枚綴りの便せん

■定価税込:2,200円 ■サイズ:14.8×21cm 8ページ+100枚綴
■著:SOU・SOU ■初版:2023年4月 ■対象:一般
京都の人気ブランドSOU・SOUのオリジナル柄をふんだんにあしらった、美しい便せん集。

100枚すべて柄違い
1枚ずつ切り離して使える
新登場

一般書店では販売していません

本体 **1,800円**
(税込**1,980円**)

大正ロマンの薫りあふれるオールカラー便せん

竹久夢二 100枚綴りの便せん

43 申込番号 043

竹久夢二 100枚綴りの便せん

■定価税込:2,200円 ■サイズ:14.8×21cm 8ページ+100枚綴
■編:PHP研究所 ■初版:2022年7月 ■対象:一般
画家・竹久夢二の作品を表裏にあしらった上品な便せん。美人画や椿など100枚すべて柄違い。

100枚すべて柄違い
1枚ずつ切り離して使える
新登場

一般書店では販売していません

本体 **1,800円**
(税込**1,980円**)

タワーにびったり積めるかな?

子ども大人も楽しめる知育玩具!

一台でたくさん遊べる組みかえ迷路

育脳タワー

44 申込番号 044

育脳タワー

■メーカー希望価格税込:3,630円
■サイズ:(箱)縦20.5×横21.7×高さ5.5cm、(タワー)縦4.5×横4.5×高さ19.7cm、(ブロック最小)4.5×1.5×3cm
■中国製 ■主な材質:天然木 ■対象:3歳から
夢中になってブロックを積み上げていくうちに脳が活性化!上級レベルは大人でも難しい!

育脳タワーで楽しく脳のトレーニング!
形の認識力・色の認識力・予測する力・集中力・指先の訓練

問題 74問

レベル 3段階

子どもから大人まで幅広い年齢で楽しむことができます!

セット内容

タワー×1、カラブロック×11、スベスブロック×2、テキストブック×1(50ページ)

本体 **3,135円**
(税込**3,448円**)

マザベル

45 申込番号 045

マザベル

■メーカー希望価格税込:4,950円
■サイズ:(箱)縦22.5×横45×高さ4.5cm、(本体)縦20×横43×高さ2cm、(タイルパーツ)各縦4.5×横4.5×高さ1.5cm
■タイ製 ■主な材質:ゴムの木、MDF ■対象:3歳から
平面迷路や立体迷路を作ってボールを転がしたり、プリントされた線を道路に見立てて車パーツで走らせたりと、遊び方は自由自在です。自分で自由にコースを作ること、創造力の発達をサポートします。

本体 **4,275円**(税込**4,702円**)

頭をひねって、ピースをひねって脳を活性化!

脳力タングラム

46 申込番号 046

脳力タングラム

■メーカー希望価格税込:2,640円
■サイズ:(箱)縦20×横21×高さ4cm、(最小ピース)縦3.5×横3.5×高さ1.2cm
■韓国製 ■主な材質:ABS樹脂 ■対象:3歳から
三角形、平行四辺形、四角形の7つのカラフルなピースを組み合わせて、いろいろな形を作りましょう!

知の贈り物
親子で楽しく知育玩具を遊ぶ

7つのカラフルなピースを組み合わせていろいろな形が作れます。180度ひねることで形を変えられる変形ピースを使って柔軟に考えることで、形の合成・分解能力が身につく「脳力」を高めます。テキストブックには、お子様が楽しく取り組めるやさしいレベルから、大人でも難しいレベルまで多彩な問題を101問掲載しています。ひとつのイラストを何通りもの組み合わせで作ることができます。

セット内容

ピース×7、ケース×1、テキストブック×1(48ページ)

本体 **2,280円**
(税込**2,508円**)

脳を活き活きと育む模様合わせパズル!

脳活キューブ

47 申込番号 047

脳活キューブ

■メーカー希望価格税込:4,290円
■サイズ:(箱)縦20×横21×高さ5cm、(キューブ)縦3×横3×高さ3cm、(トレイ)縦19.3×横19.3×高さ1.8cm
■ベトナム製 ■主な材質:天然木 ■対象:3歳から
楽しく脳を活性化!テキストブックを参考に、キューブを組み合わせて模様を作りましょう!

本体 **3,705円**
(税込**4,075円**)

セット内容
キューブ×25(全5種)、枠板×5、トレイ×1、テキストブック×1(42ページ)