

赤ちゃんのママ・パパの「知りたい!」が1冊に



赤ちゃんの健康や病気に関するお悩みや気がかりを1冊にまとめました。赤ちゃんを育児中の方はもちろん、出産祝いにもおすすめです。



注文番号 146242 **1,463円**

赤ちゃん育児なんでもQ&A

坂本昌彦 / 著 赤ちゃん和妈妈社 / 刊 18.8x12.9x1.5cm 192ページ
初版2023年12月 [定価税込 1,540円]

マナーの基本はこの一冊におまかせ!



誰も教えてくれなかった、本当に必要なマナーが詰まった生活指南書。マナーの基本が一目で分かるようイラスト付きで平易に解説しています。



注文番号 146251 **1,254円**

13歳からのマナーのきほん50

アントラム 栢木利美 / 著 赤ちゃん和妈妈社 / 刊 18.8x13x1.4cm 160ページ
初版2023年5月 [定価税込 1,320円]



一生使える「頭がよくなる」読み方

記憶に残らない「つもり読書」は、時間の無駄!本書では、精神科医である著者が、脳科学的な裏付けのある方法を公開。



注文番号 146269 **1,672円**

読書脳

樺沢紫苑 / 著 サンマーク出版 / 刊 17.6x11.5x1.7cm 271ページ
初版2023年9月 [定価税込 1,760円]



ドリルを解くだけで絵画の見方がわかる!

西洋絵画を見るのが好き。でも絵の見方がまいちわからない。そんな美術初心者に向けて知識やセンスのいらない鑑賞方法を伝授。



注文番号 146277 **1,672円**

世界一わかりやすい美術鑑賞ドリル

いとほし / 編 サンマーク出版 / 刊 18.2x18.2x1.3cm 158ページ 初版2021年10月 [定価税込 1,760円]



図案10点・シール500枚で名所を巡る

ステンドグラス風の美しいシールパズルで、日本の絶景をめぐるアートの旅へ。お子様から大人まで、手先を使って集中力アップ!脳も心もイキキする一冊です。



注文番号 146285 **1,881円**

ステンドグラス風 シールパズルで旅する日本の景勝地

日本ヴォーグ社 / 編・刊 21x21x0.6cm 46ページ 初版2026年2月 [定価税込 1,980円]



ミセスの体型を熟知した型紙が嬉しい

サイズは「サイズ3」(9~13号)と「サイズ5」(13~17号)の2種類。隠したい部分を自然にカバーしてくれ、着心地のよい洋服を一堂に。着こなし例は全40パターンを掲載。縫い代込みの実物大型紙付



注文番号 146293 **1,881円**

既成サイズでは叶わない心地よい服

村松明美 / 著 日本ヴォーグ社 / 刊 25.7x19x1.1cm 80ページ 初版2026年4月 [定価税込 1,980円]



作業効率がよく、わかりやすい解説で誰でもチャレンジ!

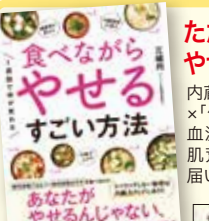
50代以降の女性の体型を元に作られた着心地よし、デザインよしの実物大型紙で着物リメイクを楽しむ一冊。着物のほどこきから詳しく解説。作品の商用利用可。S・M・L・LL(一部フリーサイズ)の実物大型紙付き。



注文番号 146307 **1,881円**

着物リメイクパーフェクトBOOK

まるやまはるみ / 著 日本ヴォーグ社 / 刊 25.7x19x1.1cm 88ページ 初版2025年11月 [定価税込 1,980円]



ただ食べるだけで、やせ体質に変わっていく!

内蔵力を上げる「体内活性ごはん」×「体内活性みそ汁」を食べるだけで、血流改善、便秘解消、むくみ改善、肌荒れ改善など喜びの声が続々届いています。



注文番号 146315 **1,254円**

1週間で体が変わる 食べながらやせるすごい方法

三城 円 / 著 サンマーク出版 / 刊 21.0x14.8x0.9cm 125ページ 初版2019年3月 [定価税込 1,320円]



スマホから始める認知症予防!

「脳にいい使い方」で、あなたのスマホは、あなたの脳を助ける「頼れる相棒」になります。



注文番号 146323 **1,568円**

脳にいいスマホ 認知症をスマホで予防する

内田直樹 / 著 サンマーク出版 / 刊 17.6x11.5x1.4cm 216ページ 初版2026年1月 [定価税込 1,650円]



かぎ針編みを始めてみたい方へ最適な入門ブック

人気ユーチューバー・サクラクロシェ初の著者本。編み方は写真で細かく解説し、同じモチーフで巾着とバッグが編めるデザインを紹介。シュシュ、スマホショルダー、マフラーなど約23点掲載。



注文番号 146331 **1,672円**

やさしくわかる はじめてのかぎ針編みBOOK

sakura.crochet / 著 日本ヴォーグ社 / 刊 25.7x19x0.8cm 96ページ 初版2025年11月 [定価税込 1,760円]



具だくさんの一杯が、あなたの体を整えます!

みそ汁が腸の健康に深くかわかり、フレイル予防にもなるのは、たんぱく質、野菜、芋、きのこ、海藻が取り入れやすく、栄養バランスが整うから。5タイプの作り方で減塩みそ汁を紹介。



注文番号 146340 **1,463円**

腸活とフレイル予防に「みそ汁」

今泉久美 / 著 文化出版局 / 刊 21.0x14.8x0.8cm 80ページ 初版2023年7月 [定価税込 1,540円]



初心者でもカンタンに作れるコツがいっぱい!

発酵食とその料理のスペシャリストである著者が甘酒、みそ、白みそ、水キムチ、ヴィーガンキムチなどの初心者でも失敗しにくく楽しく作れるレシピを詳しいプロセスカット付きで紹介。2022年5月に逝去された著者、生涯最後の1冊。



注文番号 146358 **1,568円**

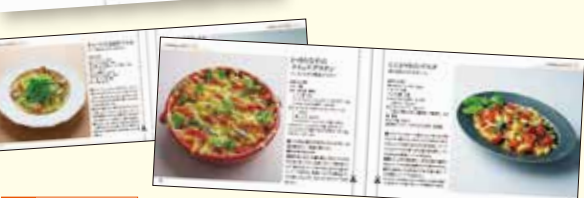
がんばりすぎない発酵づくり

舘野 真知子 / 著 文化出版局 / 刊 14.8x21.0x0.7cm 72ページ
初版2022年11月 [定価税込 1,650円]



もっと野菜が好きになる!旬を味わう100のアイデア。

42人の料理研究家による手に入りやすい材料、簡単な作り方、和洋中、エスニックなど幅広いレシピは、雑誌「ミセス」の長寿連載「クッキングカード」から野菜料理を100点厳選してまとめたものです。



注文番号 146366 **1,568円**

クッキングカード 野菜編

文化出版局 / 編・刊 14.8x21.0x0.9cm 112ページ 初版2023年6月
[定価税込 1,650円]



レシピの裏側にあるおいしい理由が詰まった一冊!

ウー・ウェンさんが長年作り続けている定番の野菜料理。少ない調味料とシンプルなレシピながら、切り方や火加減、加熱時間など、ちょっとしたコツを覚えるだけで驚くほど味が変わります。本当においしいウーさんの野菜料理の秘密を徹底解説。



注文番号 146374 **1,777円**

ウー・ウェンの、わけあっておいしい野菜のおかず

ウー・ウェン / 著 文化出版局 / 刊 25.7x19.0x1.0cm 88ページ
初版2022年3月 [定価税込 1,870円]

9・10ページ注意事項 (ご利用に際して必ずお読みください。)

- お申し込み● 7月1回のOCR注文書の6ヶタ注文欄に、注文番号と数を記入し、提出してください。
お電話でのご注文は、コールセンター0120-577-039へ
8:30~21:00(土曜18:00まで) 日曜休業
お申し込み期間は 6月22日(月)~6月26日(金)
- お届け方法● 生協登録住所に、郵送または宅配便でお届けします。※登録住所以外へのお届けの場合は、コープサービス・フリーダイヤルまでご連絡ください。
全国どこでも発送いたします。お孫さん等への「プレゼント」にも最適です。
- お支払い● 2026年8月5日(水)に引き落としさせていただきます。
- 書籍は、梱包開封後の返品はご容赦いただいています。
- 出版社の都合で、廃刊・休刊等によりお届けできない場合はご返金いたします。
- 注文後の取消や変更はできません。
- プレゼント包装はできません。
- 絵本の発送は、販売元または販売会社に委託します。組合員様の個人情報は、商品の発送やご案内の業務のみに使用いたします。

お問い合わせは 変更は **TEL:0120-445-152**
9:00~17:00(月~金)
※携帯電話・PHS・課金電話(ピンク電話)及び県外からご利用の場合は右の電話番号をご利用下さい。 **TEL:0742-34-0243**