

## 短時間でもっちり美味しい米粉パンが作れます！小麦粉アレルギーやヴィーガンの方にもオススメ

米粉のパンはこねる必要がなく発酵も短時間でOKなので、初心者でもふんわりもちもちのパンが作れます。朝昼晩といたいても安心な食事パンからおやつパンまで定番のパンがいろいろ楽しめます。



注文番号 146242 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

### シンプルな生地でいろいろ作れる米粉パン

池田愛美/著 文化出版局/刊 25.7×19cm 72ページ 初版2023年3月

## 「おかずがマンネリ」「もっとおいしく」の悩みを解消！

スーパー主婦足立洋子さんならではの、毎日のおべんとうを「楽しくつって、おいしく食べる」ためのレシピ約150。



読者の声 ●お弁当のヒントやポイントが細かく説明されていて、作る意欲がわいてきます。●お弁当作りが楽しくなりました。

注文番号 146251 本体 1,425円  
[定価 1,500円(税別)] (税込 1,568円)

### つくる人も、食べる人も 幸せなおべんとう

足立洋子/著 婦人之友社/刊 25.7×18.2cm 128ページ 初版2022年3月

## 材料少なめだから気軽に作れます！自家製だから安心でおいしい！

冷蔵庫を開けて、自家製の調味料とおそろいのびん詰めがあると嬉しい。これさえあれば、味の要が出来ているので食事作りがぐんと楽になり、レパートリーも広がる。材料少なめ、時間と手間をかけないびん詰め作りを。



注文番号 146269 本体 1,615円  
[定価 1,700円(税別)] (税込 1,777円)

### 毎日おいしい びん詰め

サルボ恭子/著 文化出版局/刊 25.7×18.2cm 96ページ 初版2022年6月

## まぜて焼くだけ、かためるだけ！

シンプルな材料と、少ない手順。わかりやすいプロセス写真つきで、初めてでも失敗がなく思いついたらパッと作れます。



注文番号 146277

[定価 1,500円(税別)] 本体 1,425円  
(税込 1,568円)

### 今日の3時にまにあうおやつ

婦人之友社/編 石田薫、荻田尚子、笹野鏡子、藤野貴子/レシピ協力 婦人之友社/刊 25.7×18.2cm 112ページ 初版2021年10月

読者の声

●簡単、分かりやすい、おいしい、子ども喜び!全部つくりたい。手づくりお菓子が子どもたちとつながっていったらと思います。

## ほったらかし発酵でラクラクできるパン

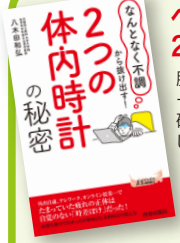
丸パン、食パン、スティックパン、ピザ、菓子パン……、痩セパンは低GI・食物繊維が豊富、必要な栄養素がしっかりとれます。



注文番号 146285 本体 1,387円  
[定価 1,460円(税別)] (税込 1,526円)

### はじめまして「痩セパン」です。

小野由紀子/著 青春出版社/刊 25.7×18.2cm 95ページ 初版2022年7月



注文番号 146293 本体 979円  
[定価 1,030円(税別)] (税込 1,076円)

### 「なんとなく不調」から抜け出す！「2つの体内時計」の秘密

八木田和弘/著 青春出版社/刊 17.4×11cm 185ページ 初版2021年11月

## ベストコンディションをつくる24時間の過ごし方

脳と体中の細胞に体内時計がある。ノーベル賞も受賞した体内時計の最新研究をもとに、本来のリズムを取り戻し心も体も元気になるヒント。



## 自律神経を整えれば、不調知らずの元気な私になる！

病院に行くほどではないけれど、いつも何かの不調に悩んでいるという人……。それは、「体のリズム」にあったケアが大切です。本書では、無理なく手軽に真似できるセルフケアを紹介。不調を解消するだけでなく、穏やかに前向きな「本来の自分」を手に入れられるはず。



注文番号 146307 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

### 私を整える。自然のちからで不調をなくす自律神経のセルフケア

鈴木七重/著 エクスナレッジ/刊 21×14.8cm 276ページ 初版2023年5月

読者の声

●季節の変わり目のせいか、更年期なのか、体調がすぐれない日が続いたときにこの本を見つけた。自分でもできそうなのがたくさんあり、まずはハンドバスから挑戦しています。香りでも癒されています。

## 病院・医師選びの虎の巻名医が見つかる決定版！

「突然の入院」「なんだか調子が悪い」……。いざという時の病院のかかり方&探し方を医療界に精通したコーディネーターが紹介。



注文番号 146315 本体 1,330円  
[定価 1,400円(税別)] (税込 1,463円)

### ネット時代のやっばいいけない病院・医師選び

五十嵐淳哉/著 大城堅一/監修 青春出版社/刊 18.8×12.8cm 194ページ 初版2022年12月

## 不思議？おもしろい！赤ちゃんのしぐさ

成長とともに変化する赤ちゃんのしぐさの秘密。最新赤ちゃん学でわかった、赤ちゃんからママとパパへのメッセージ。



注文番号 146323 本体 1,235円  
[定価 1,300円(税別)] (税込 1,359円)

### 動きでよみとく赤ちゃんのしぐさBOOK

小西行郎、小西薫/著 赤ちゃん和妈妈社/刊 16×16cm 216ページ 初版2023年2月



注文番号 146331 本体 2,565円  
[定価 2,700円(税別)] (税込 2,822円)

### あかちゃんからのかぞくの医学

本間真二郎/著 クレヨンハウス/刊 20×20cm 204ページ 初版2021年1月

年代問わずに使え、一生ものとして読めます。出産祝いのプレゼントとしてもおすすめです。

## 一家に一冊、お手当の必備本！

感染症対策でも重要な免疫を支える「腸内細菌」の育て方とは？病院に行くほどではない「不調」と「病気の」見極め、そして「不調」のホームケアをどうすれば？そんな親御さんたちの悩みに、どんと応える1冊です。



## おやこのための簡単&おいしい薬膳レシピ集

花粉症でつらい子や、感染症にかかりやすい子向けなど、季節の食材を使ったレシピをたっぷりご紹介！食でからだを整えると、病も少なく穏やかになり、育児もラクになります。



注文番号 146340 本体 1,710円  
[定価 1,800円(税別)] (税込 1,881円)

### おやこの薬膳ごはん

山田奈美/著 クレヨンハウス/刊 26×19cm 112ページ 初版2017年8月

## 気鋭のソーシャルワーカー 藤田孝典さんが語る「福祉って何？」

なぜ、豊かなはずの日本で貧困が増えているの？「ひきこもり」は「自己責任」？そうした問いかけから、生きつらさの原因が見えてきます。まず大人が知って、そして子どもたちと考える「社会福祉」のあるべき姿を伝える1冊。「自助」から「公助」へ、資本主義社会に足りない、生きるために大切な「福祉哲学」を学び読みものです。



注文番号 146358

[定価 1,500円(税別)] 本体 1,425円  
(税込 1,568円)

### ひとりではがんばらない！子どもと考える福祉のはなし

藤田孝典/著 北村人/絵 クレヨンハウス/刊 21×15cm 64ページ 初版2022年2月



## プラスチックは危険なモンスター!?

便利だけれど、有害な影響がある「プラスチックモンスター」の特徴をわかりやすく伝えます。絵本感覚で読める本書は、おとなのプラスチックフリー入門書にも。【第68回産経児童出版文化賞 JR賞受賞】【子ども家庭庁 令和4年度 児童福祉文化財選定】



注文番号 146366 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

### プラスチックモンスターをやっつけよう！

高田秀重/監修 クラハラタカシ/絵 クレヨンハウス編集部/編 クレヨンハウス/刊 21×15cm 64ページ 初版2022年2月



## 「脳科学の育児術」には、新しい発見が！

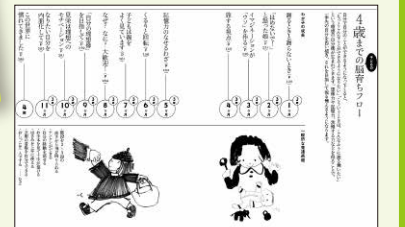
脳研究者・池谷裕さんのひとり目の娘さんの4歳までの成長を通じて、脳の育ち方や、記憶、遺伝、IQをはじめ、子どものことがよく理解できます。【月刊クーヨン】の連載「脳研究者パパの悩める子育て」を、全編加筆修正にて書籍化。



注文番号 146374 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

### パパは脳研究者

池谷裕/著 きくちちき/絵 クレヨンハウス/刊 19×13cm 308ページ 初版2017年8月



## 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ケタ注文欄に、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24日(月)~6月28日(金) 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● 2024年8月5日(月)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 ならこーフ コープサービス 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

子どもの本の専門店・クレヨンハウスが選んだ

# 夏の小さな本屋さん

9・10ページの書籍は  
定価の5%OFF



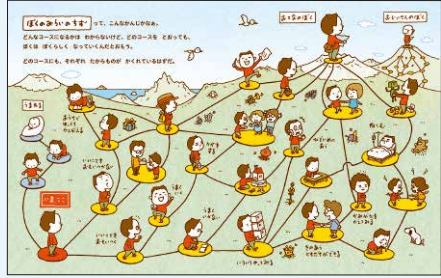
注文番号 146102 本体 1,330円  
[定価 1,400円(税別)] (税込 1,463円)

## ぼくはいったい どこにいるんだ

ヨシタケシンスケ/作 ブロンズ新社/刊 26.3x21.2cm 32ページ 初版2023年3月

### ヨシタケシンスケ流、頭と心の整理整頓。

じぶんのことをちずにしてみると、わかることがたくさんある。今どこにいるのか、このあとどうしたいのか、なにがだいじなのか…ちずって、おもしろい!



●ヨシタケシンスケさんの絵本が、まさに子どもたちにとっての「考え方のちず」になっているなど感じました。本当に色々なモノの見方をわかりやすく絵本にする天才だと思います。

5歳から



注文番号 146111 本体 1,330円  
[定価 1,400円(税別)] (税込 1,463円)

## せんろはつづくにほんいっしゅう

鈴木まもる/文・絵 金の星社/刊 23.6x24.5cm 32ページ 初版2021年9月

### この1冊で、旅行気分を味わおう!

10年ぶりとなるシリーズ新刊!  
絵本の中で日本全国鉄道の旅が楽しめます!  
500以上の路線と代表的な鉄道車両をスピード感あふれるイラストで紹介。また、各地の駅弁や都道府県の鳥も掲載しており見ごたえ抜群の絵本です。



3歳から

### 子どもに大人気の救急車が主役!



注文番号 146129 本体 1,235円  
[定価 1,300円(税別)] (税込 1,359円)

## きゅうきゅうしゃのぴーとくん

正高もとこ/作 鎌田歩/絵 岩崎書店/刊 25.8x21.6cm 32ページ 初版2018年8月

救急車のびーとくんは毎日いろんなことで呼びだされへトヘトです。「もう嫌だ!」と逃げだしてしまいました。乗り物絵本で人気の鎌田歩さんがイラストを担当。制作には愛知県の消防署関係の方たちにご協力いただきました



3歳から



注文番号 146137 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

## かわいいうさぎ

直見芽以子/作・絵 岩崎書店/刊 27.7x21.7cm 32ページ 初版2022年4月

### ああ、うさぎ愛があふれだしてとまらない!

「ああ うさぎ わたしの うさぎ なんでもこんなに かわい いんでしょう」おみみはリボン、おおきな目は夜の湖がひろがっているの。著者のうさぎ愛が爆発する絵本。



3歳から



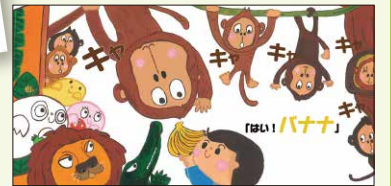
注文番号 146145 本体 1,045円  
[定価 1,100円(税別)] (税込 1,150円)

## バナナをもって

浦中こういち/作 クレヨンハウス/刊 18x18cm 28ページ 初版2014年8月

### 園で大人気のボードブック絵本!

サルくん会いに、ドアを「とん とん とん」「あ・そ・ぼ」。あれ……? ドアの向こうには、ワニに、ライオンに、おばけまで!サルくんに会えるかな。「あ・そ・ぼ」のリズミカルなくり返しがついた楽しい絵本。浦中こういちさんの「もって」シリーズ1作目。



1歳から



### 松岡たつひでさんのメッセージ

とりが きょうりゅうだった!! さいきんのニュースでしりました。びっくりです。ちきゅうは ふしぎな ほしです。まをさんぼして、めまえに こんな ドアが でてきたら どうします。みなさんは はいってみますか。ちきゅうの ふしぎが わかるかも。

注文番号 146153 本体 1,425円  
[定価 1,500円(税別)] (税込 1,568円)

## ちきゅうのかいだん

松岡たつひで/作・絵 金の星社/刊 22x21cm 32ページ 初版2023年3月

絵本を広げて、46億年の旅に出かけよう!  
時代をさかのぼる不思議な階段で、むかしの生き物や地球の歴史を見に行こう。下へ下へと続く長い階段をおりていくと、そこには現代とは全く違う地球の生き物や恐竜の姿が…。科学的な好奇心がわいてくる、縦開きの絵本です。



5歳から



注文番号 146161 本体 1,330円  
[定価 1,400円(税別)] (税込 1,463円)

## ねこのすし屋さん

KORIRI/作・絵 金の星社/刊 24.6x21.5cm 24ページ 初版2023年5月

### 子どもから大人まで、クセになるねこの絵本

もんじゃさんとこたろうさんは、シャリが自慢のおすしを作っています。しかし、なぜかお客さんのお皿にはシャリだけが残っていて…。猫たちの動き、表情、全てに癒される1冊です。



3歳から



注文番号 146170 本体 1,425円  
[定価 1,500円(税別)] (税込 1,568円)

## やさしくわかるきもちのえほん まいにちげんき

渡辺弥生/監修 すかわらけいこ/絵 WILL子ども知育研究所/編著 金の星社/刊 26x22.5cm 32ページ 初版2024年3月

簡単エクササイズで毎日元気!  
心をリフレッシュさせる体操や、感性を豊かにするエクササイズを絵本で紹介!様々な体操で集中力、知覚力、好奇心、自己肯定感をアップ!元気に人生を楽しみましょう!



5歳から



注文番号 146188 本体 1,235円  
[定価 1,300円(税別)] (税込 1,359円)

## いま、なんじ? 3歳からのとけいえほん

西内としお/絵 文溪堂/刊 21.5x21.5cm 16ページ 初版2012年2月

### 時計に興味を持ち始めた時期にぴったりの一冊!

かわいいイラストでお話を読みながら、時計の読み方、時間や分の数え方がわかる絵本。実際に時計の針を動かしながら遊べます。



3歳から



注文番号 146196 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

## チベットのむかしばなし

星泉/編訳 蔵西/絵 のら書店/刊 20.7x15.2cm 207ページ 初版2023年9月

### チベットで長く愛されてきたむかしばなし

物語を語るしかばねを手に入れれば、みんなが幸せになれる…。チベットで愛されてきたユーモアあふれる昔話を読みやすい訳で贈ります。



小学校高学年から

読者の声

●しかばねの語るおはなしが、おもしろくて、しゃべってはいけないはずの主人公が思わず相づちをうってしまふ!主人公に共感です。



注文番号 146200 本体 1,425円  
[定価 1,500円(税別)] (税込 1,568円)

## ぼくは、ういてる。

なかがわちひろ/作 のら書店/刊 21x15.5cm 55ページ 初版2024年2月

### ういてると、思いがけないものが見えるんだ!

ぼくは、ときどき、ういている。ぼんやりしているように見えるらしくて、しかられたり、わらわれたりする。だけど、いやなことばかりでもない!



小学校低学年から

読者の声

●読み終わったら、元気になってきた! 私のまわりにもういてる人がいるかもしれないね。私もういてみたいになりました。

### 大人気の絵本「どこいったん」「ちがうねん」「みつくてん」が、セットに!



ジョン・クラッセンさんの上質かつクールな絵に、絵本作家・長谷川義史さんの大阪弁のおもしろさ!怖おもしろい? じーんとときちゃう? 帽子をめぐる絵本3作セットです。

子どもから大人までたのしめる「ぼうし」三部作セットは、特製ボックスつきで贈りものにもぴったり。

注文番号 146218 本体 5,700円  
[定価 6,000円(税別)] (税込 6,270円)

## ジョン・クラッセンのぼうしシリーズ 絵本全3巻

ジョン・クラッセン/作 長谷川義史/訳 クレヨンハウス/刊 29x20cm 33~49ページ 初版2016年11月



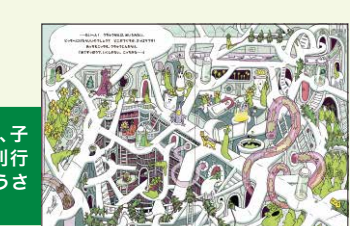
注文番号 146226 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

## うちゅうじんだぞ おとうとうさぎ!

ヨナ・ビヨルシェーナ/作 ヘルパル美穂/訳 クレヨンハウス/刊 29x23cm 29ページ 初版2021年7月

### うちゅうじんにさらわれて、さあ大変!

宇宙人たちは、おとぎの森の木を盗もうとしています。なんとか止めたいおとうとうさぎ。でも「女王」につかまり、指先からビームが。どうする、おとうとうさぎ?!



細かく描きこまれた絵に、子どもたちは夢中。全8作刊行中の、大人気「おとうとうさぎ」シリーズ7作目。

3歳から



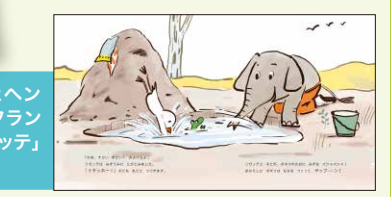
注文番号 146234 本体 1,520円  
[定価 1,600円(税別)] (税込 1,672円)

## リゼッテうそをつきにくい

カターナ・ヴァルクス/作 ふしみささ/訳 クレヨンハウス/刊 24x22cm 25ページ 初版2022年7月

### パカンスにまつわる、最高にハッピーなお話!

リゼッテは、ソウのポポフに、「パカンスに行く」とうそをつきます。「ぼくもいっしょにいく!」と言われ慌てますが、なぜだかうそが本当に……?



5歳から