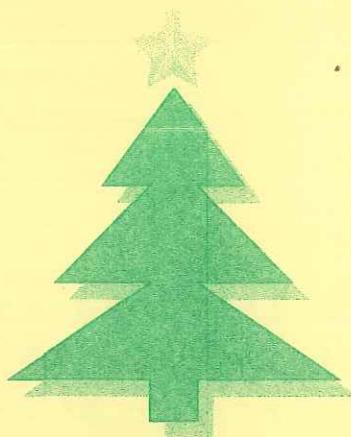


下井草図書館あたより

ブック カフェ
BOOK CAFE



平成28年12月号

〈今月の特集〉

「美味しいものが食べたい」.....	2
新着図書案内	4
重点展示	6
今、注目の本	7

今月の特集

美味しいものが食べたい

忘年会、クリスマス、お正月、新年会…。

大勢で楽しく食事をする機会がなにかと増えるこの時期。

そこで今月は、「美味しい食」に関する本を多数ご紹介します。

作家の食卓

【編】コロナブックス
【刊】平凡社

立原正秋の豚のもつ茹でから瀧澤龍彦の甘鯛の唐揚げまで、作家たちが毎日、朝日晚、家庭で食べていたメニューを再現。ほか作家たちの「好きな場所、愛した味」「作家のおやつ」「食卓をめぐるエッセイ」などを収録。

鮨 12ヶ月

【著】石丸 久尊 ほか
【刊】新潮社

“季節の味”を満喫するには、鮨屋通いが一番。一月に一度くらいの贅沢なら、なんとかなるさ! 今、最も旬にある鮨職人の12ヶ月に密着した、大人が生活を楽しむための一冊。

美味巡礼の旅

【著】小泉 武夫
【刊】毎日新聞社

北海道から沖縄まで、その土地土地の食文化を食べつくす。食ってから読むか、読んでから食うか、大いに悩んでください。「味覚人飛行物体」こと小泉武夫の美味・珍味紀行。『毎日新聞』連載をもとに編集・再構成。

甘く、かわいく、おいしいお菓子

【著】甲斐 みのり
【刊】主婦の友社

動物や花の形をしたお菓子や、色とりどりのお菓子など、見てかわいい、食べておいしい洋菓子・和菓子が満載。すてきなデザインのお菓子の包み紙や手さげ袋、缶、箱なども紹介。お菓子の楽しみ方が広がる一冊。

杉浦日向子の食・道・楽

【著】杉浦 日向子
【刊】新潮社

最後まで心豊かに人生を過ごしたい。命をつなぐ食事、彩る酒、憩いの器。五感をたっぷり潤させ、限りある命に乾杯しよう。最後まで人生を愉しむ姿勢を貫いた「現代の江戸人」が、思いを託した最後のエッセイ。

カレー大全

【著】渡辺 玲
【刊】講談社

本場と本格のちがい、スパイスの効能、サフランライスの正体、インド自慢のご当地料理など、カレーの伝道師・渡辺玲が足と胃袋でかせいたホットな話を満載。秘伝のスパイスミックス方法も公開。

旬紀行

【著】寄本 好則
【刊】ディノス

春は富山湾ほたるいか、夏は四万十天然なぎ、秋は信州松茸、冬は下関とらふぐ…。四季折々の日本で一番美味しいものを、美味しい町の、美味しい店へ食べに行く、「とびきり」を味わうためだけの旅を紹介。

こだわりの鍋料理

【著】柳原 一成
【刊】成美堂出版

ふぐちり、豚しゃぶ、とりの水炊き、いわしのつみれ鍋、ブイヤベースなど、素材や出汁を吟味し、調理を工夫するだけで来客にも喜ばれるご馳走鍋。そんな一味おいしい鍋料理の作り方をプロの指導で収載。

偉いぞ! 立ち食いそば

【著】東海林 さだお
【刊】文藝春秋

もりそば、春菊天、コロッケそば…。「奥深きもの」である立ち食いそばを全メニュー制覇! 「奥の細道」駅弁ツアーや温泉話までを綴る、大人気エッセイ。丹道夫、黒川伊保子との対談も収録。

世にも微妙なグルメの本

【著】空条 海苔助
【刊】アメーバブックス

“コーヒーラーメン”、“チョコバナナ餃子”…。「食」というジャンルを、エンタテインメントとして考え、またたり、変だったり、危なかつたりする飲食体験を紹介。ブログ『世にも微妙なグルメガイド』を単行本化。

新着図書案内



下井草図書館に新しく入った図書をご紹介します。新着図書は毎週火曜日と金曜日の夕方に新着コーナーへ並びます。

リーダーの本義

【著】門田 隆将
【刊】日経 BP 社

東日本を壊滅から救った福島第一原発所長・吉田昌郎、戦地に残された日本人を救った陸軍中将・根本博、「義」のために戦った戦国武将・上杉謙信…。誇り高き日本人の思想と行動からリーダーの真の意味を探る。

人を見抜く 「質問力」

【著】御厨 貴
【刊】ポプラ社

政財界の大物や官僚といった公的立場の人物にインタビューし、後世に残る口述記録を作成する「オーラル・ヒストリー」を研究し、生業とする著者が、これまでの体験をもとに「質問力」を磨く方法を教示する。

死ぬまでに 見ておくべき 100の建築

【刊】マガジンハウス

モダニズム建築の巨匠作品を含めた、遺跡や庭園、プール、空港、ホテルなど15ジャンル、100件の、一生に一度は見てみたいベスト建築を紹介する。『カーサブルータス』掲載をもとに再編集

ウルトラ図解 認知症

【監】朝田 隆
【刊】法研

認知症の発症には、生活環境が大きく影響しており、少しでも早い段階から適切な対処法を知っておくことが重要。認知症の兆しと予防のしかた、認知症の治療、認知症の家族を支える接し方についてイラストを用いて解説する。

家事がラクになる シンプルな暮らし

【著】中山 あいこ
【刊】エクスナレッジ

台所仕事を楽しむ工夫、家族が笑顔になる毎日のごはん、心地よく暮らすための片づけ、ストレスのないシンプル家事…。ブログ『生活のメモ』で人気の著者が、ムリなく毎日をもっと楽しくさせる暮らしのアイデアを紹介します。

継続操作ゼミ

【著】今野 敏
【刊】講談社

キャンパスで起こる様々な事件は、やがてある大事件に結びつく…。史上もっとも美しい捜査チーム誕生! 元ノンキャリ刑事の大学教授とイマドキ女子大生が「未解決事件」に挑む、新感覚警察小説。『週刊現代』掲載を単行本化。

農業を デザインで変える

【著】長岡 淳一
阿部 岳
【刊】瀬戸内人

道の駅ナビ 2017

【刊】交通タイムス社

デザインの力で新しい時代の農業をつくる喜び。地方活性化の分野で注目を集める著者らが、「農業デザイン」分野を開拓するためのこれまでの活動や思いをつづる。事例も満載。

全国の道の駅全1076駅をエリア別に紹介。特産品販売所や食事処、入浴施設、無線LAN、充電スタンドなどの有無をアイコンで示す。車で旅する北の大地、電気自動車で巡る伊勢志摩も収録。データ:2016年7月現在。

確率思考の戦略論

【著】森岡 育
今西 聖貴
【刊】KADOKAWA

地方創生大全

【著】木下 齊
【刊】東洋経済新報社

ビジネス戦略の成否は「確率」で決まっている。その確率はある程度まで操作することができる。USJで圧倒的な結果をたたき出した最強のマーケター&アナリストが、連戦連勝のビジネスの法則を明かす。

ネタの選び方、モノの使い方、ヒトのとらえ方…。5つの視点で、地方は劇的におもしろくなる! 地方が生き残るために28の知恵を伝授。まちの「危険度チェックシート」付き。『東洋経済オンライン』連載に加筆し書籍化。

静かに言葉は降り積もる。いまはもういない、あの人たちへの思いとともに…。親しくその聲に接した吉本隆明、鶴見俊輔だけでなく、太宰治や坂口安吾など、その実像と思想の核心にふれ、切実なる生と死を彫琢する。

神様からの手紙 喫茶ポスト

【著】新津 きよみ
【刊】角川春樹事務所

珈琲が自慢の喫茶店「喫茶ポスト」の店内には、届くはずのない手紙を投函できる郵便ポストがある。このことを雑誌で知った絵真が、亡き父への手紙を投函すると…。行き場のなくなってしまった言葉が起こした奇跡の物語。

重点展示



下井草図書館では「生活における健康」をテーマに、隔月ごとに内容を変えて展示をしています。その中から数冊をご紹介します。

今回のテーマ

ぬくぬく ほっこり

お風呂の達人

【著】石川 泰弘
【刊】草思社

入浴剤の老舗バスクリン社員が、長年の入浴剤研究でわかった「正しいお風呂」の入り方を大公開。心身の疲労回復からメタボ解消やダイエットまで、目的にあった入浴術をわかりやすく紹介する。

心もからだも 「冷え」が万病のもと

【著】川嶋 朗
【刊】集英社

なぜ冷えは危険なのか。自分はどのくらい冷えているのか。解消するにはどうしたらいいのか。身も心も冷えている日本人に向け、西洋医学と伝統医療のいいとこ取りで、本来の健康を取り戻す方法を解説する。

しょうが、 にんにく、ねぎ！

【著】藤井 恵
【刊】NHK 出版

しょうが鶏そぼろ、フライドガーリック、ねぎサラダ…。しょうが、にんにく、ねぎの薬味素材を生かした料理を紹介する。薬味調味料の作り方も掲載。「NHK きょうの料理ビギナーズ」テキストをもとに新しい料理を加え再編集。

筋トレを続ける技術

【著】森 俊憲
【刊】池田書店

時間は1日5分から。食べたいものはガンガン食べてOK! やる気にならなければ休んでOK! 「努力対効果」と「時間対効果」を追求した筋トレ「ちやっかりトレーニング」を、「筋トレを続ける技術」とともに紹介。

※展示コーナーの設置場所やご不明な点はスタッフまでお気軽におたずね下さい。

今、注目の本



予約の多い人気本や、メディアで紹介された話題の本、大きな賞を獲った作品などをご紹介します。

予約
多数本!

九十歳。何がめでたい【著】佐藤 愛子【刊】小学館

人間は「のんびりしよう」なんて考えてはダメだということが、九十歳を過ぎてよくわかりました…。御年九十二歳、もはや満身創痍の佐藤愛子が、へトへトでしぶり出した怒りの書。『女性セブン』連載を書籍化。

予約
多数本!

最後の秘境 東京藝大【著】二宮 敦人【刊】新潮社

入試倍率は東大の3倍! 卒業後は行方不明者多数? 藝大生を妻に持つ著者が、謎に満ちた「東京藝大」に潜入した探検記。全14学科を擁するカオスなワンダーランドを紹介する。

予約
多数本!

住友銀行秘史【著】國重 悅史【刊】講談社

保身に走る上司とぶつかり、裏社会の勢力と闘ったのは、銀行を愛してやまないひとりのバンカーだった…。戦後最大の経済事件「イトマン事件」の内部告発を行った元住友銀行取締役が、すべてを綴った手記を公開する。

予約
多数本!

「学力」の経済学【著】中室 牧子【刊】トゥエンティワン

子どもをご褒美で釣ってはいけない? 子どもはほめて育てるべきなの? ゲームは子どもに悪い影響があるの? 教育経済学者がデータを用いて、教育や子育てに関する思い込みを覆す。

予約
多数本!

すべての疲労は脳が原因【著】梶本 修身【刊】集英社

私たちが日常的に使う「体が疲れている」とは、実は「脳が疲労している」ことを示す。疲労のメカニズムとは何か、エビデンスとともに解説。また、有効な疲労対策や乳酸、活性酸素、紫外線、睡眠との関係なども明らかにする。

2016年 12月

日	月	火	水	木	金	土
				(1) 休館日	2	3
4 ★	5	6	7	8	9	10
11 ★	12	13	14	(15) 休館日	16	17
18 ★	19	20	21	22	23 ★	24
25 ★	26	27	28	29 ★	30 ★	(31) 休館日

開館時間 月～土：午前9時～午後8時 ★印のついている日
 日・祝：午前9時～午後5時 は午後5時閉館です
 休館日：毎月第1・第3木曜日

来年、初日の開館は1月6日(金)の午前9時から午後8時です。

発行：杉並区立下井草図書館
 杉並区下井草3-26-5 03-3396-7999
 第8巻 第12号 通巻92号