

【2018年1月 母の文庫からのご案内】

今月のお勧め本のご紹介

1、いのちのおはなし (日野原 重明)

95歳の現役医師の実際の授業が絵本になりました

"いのちとは自分が持っている時間"

自分の命をどのように使うかは自分次第

限られた時間、限られたいのちを大切にしなければと気づかせてくれる本

10歳の子供にもわかりやすい平易な言葉と親しみやすい絵で

日野原先生の優しく温かい人柄が伝わってくる

老若男女全ての人に読んでほしい本です

(読み聞かせにもどうぞ)

2、人を動かす (デール・カーネギー)

あらゆる自己啓発本の原点ともいえるべき古典

どんなに世の中が変革しようとも決して変わりえない人間の本質を突く、

深い人間洞察とヒューマニズムが根底に流れる時代を超えて読み継がれる名著

人を動かすうえで重要なことが豊富な実例とともに説得力豊かに語られており

長らく世界の経営者たちに絶賛されてきましたが

どんな立場の人にもきっと役立つ本です

すぐにでも実践できることがたくさん載っています

3、90才、何がめでたい (佐藤 愛子)

92歳の著者が世相、気になったことをめった切り！

「いちいちうるせえ」の喝でファン激増

現代の生きにくさをズバズバ切っていく

べらんめい口調で厳しいツッコミを入れるけど、所々読者も「そうだよなあ〜」

素敵な含蓄のある言葉も多々あり、毒舌なのに読後感に爽快なパワフル痛快エッセ

イ

ストーリーのテンポも良く、字も大きく読みやすいので

空き時間などに是非どうぞ

4、人生を変える一番シンプルな方法 (ヘイル・ドゥオスキン)

全世界で話題になった「ザ・シークレット」マスターが明かす「手放しの法則」
「感情」に気づき→受け入れ→開放する
これまでアメリカ・アリゾナ州セドナでしか受けることのできなかったセミナーを
1冊の本にまとめたもの
用意された質問に答えていくだけで、気持ちの切り替えをいつでもどこでも
自分で行ことができ、人生を望む方向に進めていこうとする際に障害となる
マイナスの感情を簡単に手放すことができるメソッドです
理屈よりもまずは実践することで実感できるそうです

5、癒されない傷 (友田 明美)

虐待によって脳の様々な場所にダメージを受けるというデータを集め
解析した本
DVを目撃した経験のある人は脳の視覚野が20.5%も小さくなっている・・・など
豊富なデータとともに虐待と脳の器質的障害、精神疾患について解説
子供たちを虐待による心の傷から回復させる効果が期待できるアプローチ法が
終りの方にまとめて載っており、虐待に関心のある人にはぜひ読んでほしい一冊
比較的高額な医学書でなかなか図書館ではお目にかかれないかもしれません
興味のある方は是非この機会にどうぞ

6、ママは日本へ行っちゃダメだと言うけれど (モギサン・モギ奥サン)

台湾女子×日本男子 最強のノンフィクションラブストーリー誕生！
日本男子モギサンと台湾女子リンちゃんの出会いから結婚、そして今を
双方の視点とフォトを交えて語っています
積極的で行動派、でもとっても素直で純粹・天真爛漫なリンちゃんと
ときどき男らしいところを見せてみたり、勇気を出してみたりするけれど
基本マイペース優柔不断男モギサンが少しずつ恋をはぐくんでいく様子が
臨場感たっぷりに伝わってくるフォトエッセイです
映画にもなったけれど本物のリンちゃんは可愛いです！
素直で熱い気持ちにキュンとしたり、遠距離恋愛にハラハラしたり
ハッピーな気分になりたい方は是非どうぞ！

今月購入の雑誌最新号のみどころ

1、クロワッサン No.965

実は、何を食べても痩せられる！その秘密を教えます。
おいしく食べて飲んで、痩せる方法なんてありますか？
頑張って食べる量を減らしているのに、何故か反比例して大きくなる体…。
一体なぜ？問題は、あなたの食べ方です。
大事なのは食べる量ではなく、何をどう食べるか。今日から実践できる、おいしく食べて飲んで痩せる方法をご紹介します。

2、オレンジページ 2018年2月2日号

お正月明けこそ「デトックス」で体すっきり！スペシャル。
何でお正月過ぎると、毎年太ってるんだろう…？それはちゃんとデトックスできてないから。食べ過ぎなどで体にたまったものをしっかり排出できてないことが原因。このままでは太った一年を過ごすことに…。
お正月太りを定着させない「パンパン顔」すっきりマッサージや、おからやこんにゃくがベースの「糖質オフ麺」絶品極うまレシピ。下腹ぽっこりにさよなら。腸上げストレッチで脱・便秘対策など。毎日をもっとおいしく、もっと楽しくなる読みごたえありの生活便利マガジンです。

3、VERY 2018年月号

【大特集】人と同じ物はほしくない。な時代は終わった？一周まわって今“カブリ”が楽しい！春のオシャレ、カブリ予測。今こそ欲しい、“お値打ちカブリ”には名品がある“お値打ちカブリ”には理由がある。
もっと早く始めれば良かった！と開眼する人が続々。2018年ミニマリストさんに聞くミニマルな生活の極意“持たない生活のススメ”や、靴下オシャレHAW-TO、“インスタ買いブランド”大調査など。
他にも、「ほめて育てよ」は間違えだった！？正しい自己肯定館の育て方など。結婚・出産・育児・復職と次々訪れる女性のための情報が満載。ぜひお手にとってみてくださいね。

