

PICK UP!!

お 職員の推し本

だって春だもん

小寺 卓矢 / アリス館



長い冬が過ぎて雪もすっかりとけ、ようやく北海道にも「春」がやってきました！

春に読みたい絵本はたくさんありますが、今回おすすめしたいのがこの写真絵本。写真も綺麗ですが、添えられた言葉が素敵です。やさしい短い文章で、季節の移り変わりを表現しています。1ページごとにゆっくりゆっくり変わっていく季節が感じ取れ、何度も繰り返し、ページをめくりたくなります。表紙の写真と字体もユーモラスで、思わずクスッと笑ってしまいそう…。

表紙の次の見返しのページも飛ばさずに、ゆっくりながめて、ゆったり楽しんでほしい1冊です♪



カラダを温めて冷えをとる！温活365日

石原 新菜 / 内外出版社

「ちょっと頭が痛い」「肩こりがひどい…」など、病院に行くほどでもない、ちょっと調子の悪い日はありませんか？これらの不調はすべて“冷え”が原因だそう。こちらの本には、温活の知恵がぎっしり詰まっています。とても読み応えがありますが、いきなり全部取り組みましょう！ではなく、日常に取り入れやすい軽い運動や、温活に良い食べ物の紹介など、少しずつ気軽に出来るようなヒントがたくさん載っています。

「何となくいつも調子が悪い」を無くすため、出来ることから少しずつ始めていきたいと思える1冊です♪



日比野豆腐店

小野寺 史宜 / 徳間書店



東京・葛飾区堀切菖蒲園近くで豆腐店を営む家族の小説。時代背景は新型コロナウイルスが落ち着いてきた、まさに今。「日比野豆腐店」の家族と、とりまく人々のコロナ禍に受けた打撃は大きかったのですが、それでもひた向きに豆腐を作り続ける姿に、じんわりとします。世界の習慣や常識が大きく変わったコロナ禍でしたが、反面、守るべきもの、大切なものが明確になった数年でもあったのかなと思いました。

私が子供の頃は近所に豆腐屋さんがあり、バケツを持って買いに行くのが楽しみでした。あの大きくてずっしりした手づくりの豆腐がまた食べたくなりました。

